

海外メンタルヘルスの現場からⅡ

(39) 異動の3月

シンガポール日本人会クリニック

医師 日暮 真由美

毎年同じ話題で恐縮だが、やはり3月は大勢の駐在員の異動で思うところの多い時期だ。今月も毎日、日本への紹介状書きに追われている。カルテを初診時から全部読み直し、自分の乱文乱筆に腹を立てながら。。。。日本の先生が読みやすいようにと、できるだけA4サイズ一枚に経過をまとめようとしているが、肝心なところを自分がカルテに書いていなくて焦ったり、経過が複雑すぎて表現に悩んだり、私にとっては時間のかかる、連日残業の作業である。思えば、日本で働いていた頃は、こんなにたくさんの紹介状をある時期にどんと集中して書くななんてことはなかった。1年間通して見ても、シンガポールでは日本にいたときの数倍以上の紹介状を書いているのは間違いない。海外の日本人社会における診療ならではだろう。

日本に帰るのがうれしい人、ほっとしている人、がっかりしている人、悲しい人。患者さんには皆、それぞれの事情がある。不安がゼロという人はいないと思うが、でも、いろいろ不安はあるものの日本に帰ればなんとかなるだろうと漠然と思える患者さんは治療の観点から見ると良い経過の中にいる可能性が高い。一方、何とかなるとは思いづらく、具体的な内容の不安に次々と襲われている患者さんの場合は心配だ。

Aさんは海外赴任には元々乗り気ではなく、赴任そうそうに調子を崩した。病院は受診しなかったが、気力がなくなり仕事のパフォーマンスも上がらず、上司も海外勤務は無理だと判断し、赴任してちょうど1年間の区切りで日本の元いた部署に帰任させることになった。Aさんは日本に帰れるのはうれしかったが、しかし、帰任が決まったから元気が出てきたというわけでもなく、そんな状態で勤務自体は継続していた。帰国1カ月前になったが、あいかわらず気力や集中力に欠けていたので、後任者への仕事の引継ぎはとてできる気がしなかった。引継ぎがきちんとできるのか？こんなんで日本に帰っても自分はきちんと働けるのか？そして、日本で回りからどんな目で見られるのか？と、帰国が近づくにつれて不安が増大した。待望の帰国目前なのに、むしろ頭はどんどん重くなり、思考力も集中力も益々なくなっていった。出国予定日2週間前の日の朝、体がどうしても動かず会社に行けなくなり、生まれて初めて心療内科を受診した。

日本に帰国される患者さんのより良い未来を心から願いながら、紹介状書きをする毎日である。