
医学フォーラム

<海外留学だより>

ニューヨーク痛みの基礎研究留学だより

(2012年6月～)

京都府立医科大学大学院医学研究科麻酔科学 柴崎 雅志 (平成15年卒)

SHIBASAKI MASAYUKI

Department of Anesthesiology

現在、私はアメリカ合衆国ニューヨーク州ニューヨーク市マンハッタンにあるコロンビア大学麻酔科学教室のScholzラボで『痛みの基礎研究』を行っています。今日の麻酔科は単なる術中の全身管理だけにとどまらず、集中治療や緩和医療へと、その活躍する領域を拓けています。同じことは基礎研究においても言えますが、痛みのメカニズムの研究は麻酔科において最もホットな領域の一つであります。その最もホットな領域を、世界で最もホットな国際都市、ニューヨークで研究することができ、研究以外にもたくさんの刺激を受けつつ、毎日、エキサイティングに過ごしております。ではこれから活気溢れるニューヨークでの研究生活を伝えたいと思います。

留学先での研究内容

留学先での研究内容は詳しく書けません。その理由は研究の世界も競争社会ですので、研究内容についてはボスから『口外しないように』と言われているからです。ですので、ここでの研究生活全般についてお話することに致します。私のラボでは『痛みの基礎研究』を行っています。動物モデルを用いて、免疫染色や行動解析、mRNAやタンパク質の発現を調べることで、ニューロパシックペインについて様々な側面からそのメカニズムを調査しています。

研究全般は一言で言えば、『自由』です。さすが、自由の国アメリカだけあります。研究テーマの大きな枠組みはボスから説明があり、その

大きな枠組みの中で研究を進めて行きます。逆に言えば、ボスもあまりよく分かっていない、ということが言えます。その大きな枠組みの中で試行錯誤を繰り返しつつ、少しずつプロジェクトを前進させていきます。そして“どのテクニックを使って何を示して”等を、毎週のミーティングで議論します。この“どのテクニックを使って”というのが重要で、私の所属しているラボはできたての新しいラボですので、プロトコール作りから始まるということになります。論文を読みあさり、別のラボの様々な人を尋ねて、少しずつ、少しずつプロトコールを書いていく、そのような地味な作業を繰り返していきます。この作業は実はとても大切で、決まったプロトコールに則って実験し、結果を出すという研究留学では研究の基礎体力というのが身に付かないと思うからです。そういった意味で、私は非常にラッキーだったと思います。研究のお話を頂いた時、『とにかくたくさん苦勞しよう。』と今回の研究留学を決意致しました。『やったことがないこと』は新しいことを学ぶチャンスとして、むしろウェルカムです。

また、朝から夕方まで『自由』に時間を使うことができるため、1週間ずっと論文を読みあさるということもできます。この『自由』に時間を使うことができるということは、逆に言えば、主体性を持って取り組まないといけないということになります。自分からアクションをしていかないと何も進みません。同じところにずっ

と立ち続けているということになります。このように贅沢に時間を使って、自分のプロジェクトに集中することができます。

しかしながら、どうすることもできないこともあります。私のラボではポストドクの間では、月曜日は『Death Day』と呼ばれています。月曜日の午前中は Animal Facility の作業があるため、動物舎から動物を取り出すことが難しく、また午後からはミーティングや他のラボとの合同カンファレンス等で、ほぼ丸一日予定がぎっしり詰まっています。しかしながらこういった時間に論文を読んだり、様々な細かい手続きを済ませたりすることで時間の有効活用をしています。

留学先の紹介

留学先はコロンビア大学麻酔科学教室の Scholz ラボです。コロンビア大学のキャンパスは大きく2ヶ所に分かれています。私のラボはアッパーマンハッタンにあり、この辺り一帯はメディカルセンターとなっており、New York-Presbyterian Hospital という巨大な病院があります。ニューヨークは有名なタイムズスクエアやメトロポリタンミュージアム、エンパイアステイトビル、自由の女神など観光スポットがたくさんあり、世界中から観光客が集まります。また、ニューヨーク証券取引所があり、アメリカ経済の中心地であり、世界の屈指の国際都市です。そういったニューヨークのエネルギーをいつも感じるすることができます。

コロンビア大学麻酔科では様々な研究が行われています。私のラボのようにニューロパシクペインの研究をしているラボもあれば、オピオイド耐性や腎障害についての研究をしているラボもあります。巨大な組織であるため、麻酔科全体の研究発表会は日本の地方会くらいの規模があります。多くのラボのボスは臨床の仕事がないかあるいはあっても少ないため、一日中研究に専念することができます。この点は日本ももう少し変わってもいいと思います。

日本と海外の違い

大きな違いは研究に専念することができるということです。集中して考えることができるため、仕事の質が著しく向上しているのが実感できます。あれもこれもしないといけないということはなく、もちろん実験において、あの実験も、この実験もしないといけないというのがありますが、研究という一つの仕事に専念できることは結果として仕事の質を向上させています。

また生活面での大きな違いは、規則正しい生活ができるということです。これは非常に重要です。日本にいた時、いつ終わるか分からない仕事と複数の種類の異なった仕事に毎日、追われていました。食事の時間も一定しない、就寝時刻や睡眠時間も一定しない、こういったストレス下で過ごしていました。これは多くの日本人が同じ環境にあると思います。日本のシステムが抜本的に変革されない限り、変わらない慢性疾患と言ってもよいと思います。規則正しい生活をすることで、仕事時間の全てを質の高い状態で使うことができるということを実感しています。

さらにコロンビア大学の友人達と BBQ party をしたり、フルーツピッキングに行ったり、ホームパーティーをしたりと日本ではなかなかできない余暇を過ごしています。こういったことを通じてお互いの研究の話やアメリカ生活のちょっとしたテクニクなどを教わったりします。また妻も友人ができ、奥様方の交流が行われることによって、不慣れなアメリカ生活にも慣れ、家族丸ごと留学生活をエンジョイすることができると思います。写真はコロンビア大学の友人とその家族で楽しんだ BBQ party です。

留学先を選んだ理由

今回の研究留学のお話は、2011年の11月に頂きました。ボジョレーヌーボー解禁日のちょうど一週間後だったことを鮮明に記憶しています。私は大学院時代、麻酔科学教室の先輩に師事して頂き、痛みの基礎研究をしていました。以前、その先輩がボストンで留学されていた時



の友人が今のボスにあたります。『いつかは留学するのかな』と思っていたところに、今回の研究留学のお話が舞い込んできました。お話を頂いた翌日には『行きます!』と返事致しました。これは家族のバックアップがあったからです。『今行かないと、いついくの?』という妻の言葉、生涯忘れることができない名台詞です。その後、順調に準備が進み、晴れて研究留学することができました。本当にラッキーだったと思います。

これから留学される先生方への提言

私はニューヨークに来て、本当によかったと

思っています。自分の価値観に大きな変化をもたらせます。『経済的に大丈夫かな?』や『日本に帰ってから就職先があるのかな?』といったことで留学を躊躇するということもあると思います。しかし、『何も考えないで一旦海外に身を置いてみる』、これは何者にも代え難い経験になり、あなたに自信をもたらせます。『最初のチャンスが最後のチャンス』、そう思って、研究留学することをお薦め致します。