

J-COSMO

Journal of COMmon Sense Medical Omnibus

臨床医の世界に新たな
Common Senseを提供する
「ジェイ・コスモ」誕生！



0

Vol.0 No.0
創刊準備号

編集主幹

坂本 壮

順天堂大学医学部附属練馬病院
救急・集中治療科

編集委員

岡 秀昭

埼玉医科大学総合医療センター
総合診療内科・感染症科

柴田綾子

淀川キリスト教病院 産婦人科

高橋宏瑞

順天堂大学医学部 総合診療科

水野 篤

聖路加国際病院 循環器内科

和足孝之

島根大学医学部附属病院
卒後臨床研修センター

2019年
4月創刊
隔月刊

中外医学社

診療科の垣根を越えた、新しい

J-COSMOは

連載主義

ボリューム満点の連載記事をメインディッシュとしているので、読み続けければ続けるほど臨床力がアップします。

全方位主義

臨床・研究・教育、全ての分野にわたって医師の学びと楽しみを提供します。

専任編集主義

坂本 壮を中心とした新進気鋭のeditorたちが構想するコンテンツが読める場は本誌だけです。

現場主義

20～30歳代の医療現場を牽引する若手医師が執筆する記事を中心に構成します。

臨床現場に輝く綺羅星たらんとする、すべての医師を応援します！

当直・救急、外来診療、そして病棟管理。現代の医療現場の最前線で活躍する医師には、ジェネラリストやスペシャリストの別なく、幅広い臨床力が求められます。超高齢化、IT・AIの急速な浸透、医療保険制度の限界……。激変する環境の中で必要となる真の「臨床力」を身につける試みは、これまでの医療界の「常識」を疑うことから始まります。では、新たなCommon Senseとは何か？ その答えは本誌に！

こんな方へ向けて 発信します！

- ▶ 初期研修を終え、専門医取得を目指す分野は決めたけれど、まだまだ幅広い臨床力を高めたい！
- ▶ 救急・ERや総合診療を自らのフィールドと定め、総合的な臨床ノウハウをどんどん吸収したい！
- ▶ 当直を始めたばかりだけれど、他のレジデント向け雑誌では内容がものたりない！
- ▶ 人気講師の講演会や勉強会に参加したいのだけれど、遠くへ行けない、時間がとれない！
- ▶ 現場の第一線で活躍中のドクターが、“今、何に関心をもっているのか”を知りたい！

Common Senseをお届けします！

One for All, All for One

編集主幹 ● 坂本 壮 さかもと・そう
順天堂大学医学部附属練馬病院 救急・集中治療科

みなさん、好きなマンガはありますか？ 私は「宇宙兄弟」、「ワンピース」など楽しみにしているマンガが多々あります。何故、何のために読んでいるのでしょうか？ 知識を得たいからでしょうか。もちろん得られる知識もあると思いますが、それ以上に“読みたい”からですよね。面白い、次回が気になる、このワクワク、ドキドキが故にページをめくっているのでしょう。

医学は日進月歩であり、自身の専門領域だけでも知識をupdateすることは大変です。また、当直や働く場所が変われば、専門外の知識を必要とすることも多々あります。日々疑問が生まれ、それを一つ一つ解決し成長していくわけですが、皆さんは実践できているでしょうか。自身のメモには残したものの、また同じ疑問にぶちあたり…なんてことはよくありますよね。大学病院など規模の大きな病院であれば、謙虚さなどコンサルテーション能力は必要ですが、専門家に相談し解決することはそれほど難しくありません。場所が変わって、僻地や離島、クリニックなどでは、専門医がいないのがあたりまえです。一内科医が整形外科や小児科疾患を診なければなりません。

私は救急・集中治療医ですが、手術はできません。また、不明熱など内科医の頭を悩ます疾患を診断できるかというとまだまだ勉強不足で日々四苦八苦している状態です。手術も内視鏡もできて、急変対応も集中治療もできて、難解な症例をズバッと解決する診断力を持ち、さらには新生児から高齢者まで診療できる医師はなかなかいないでしょう。そんな医師に皆なればよいですが、難しいことは言わずもがなです。

私は学生時代ラグビー部に所属し、汗を流していました。東医体や秋リーグで優勝経験もありますが、悔しい試合も多々ありました。ラグビーをやっているとよくわかりますが、例えば1人スーパープレーヤーがいても、チームが勝つとは限りません。それよりも、タックルやセットプレーなどの基本的なプレーの精度が高く、怪我人が少ないチームの方が結果を残すのです。チームプレーを経験した方なら納得してもらえそうです。言われればあたりまえのことがやはり大切なのです。臨床もそ

うですよ。スーパードクターが力を発揮をする状況はもちろんありますが、それよりもきちんと病歴を聞く、培養を採る、己の限界を知り適切なタイミングでコンサルトするなど、いつ何時も大切なことで決して選ばれし者にのみ許された特殊能力ではないのです。

大切なことはあたりまえのことであっても、なぜそれが実践できないのでしょうか。様々な理由があると思いますが、やはりワクワク・ドキドキがないからではないですか？！この症状に対してどうしたらいいの？ ○○について学ぶためにはなにをどうしたらいいの？ 学生や研修医の教育はどのように？ 臨床研究って？ 論文の読み方・書き方は？ キャリアはどうしたら？ などなど、好奇心があればスイッチが入り、ワクワク・ドキドキを解決するために探求するでしょう。あとは、そのモチベーションを維持するだけです。好奇心やモチベーションを維持するのに必要なもの、それが自身の目標に対する謙虚な姿勢、そして仲間だと考えています。個々が努力するだけでなく、仲間と横の繋がりができると、得られるものは計り知れません。仲間から刺激を受け、頼り頼られ、切磋琢磨していくのです。

J-COSMOは決して○○科の医師のためのものではありません。科など関係なく、臨床や教育、研究、さらには自分自身と向き合い苦闘している全ての医師に向けた新雑誌です。“読みたい”という雑誌を“書きたい、伝えたい”という熱い気持ちの仲間が連載形式で綴ります。そこにはみなさんが、今知りたい、好奇心をかき立てられるワクワク・ドキドキするコンテンツ満載であることをお約束します。

ラグビーワールドカップが日本で開催される2019年を一つの区切りとして、皆でよりよい世界を宇宙規模で作りに上げよう！



2019年4月,

何かが始まる！

私たちがお届けします。

編集委員からのメッセージ

暑い夏。今日も蝉の鳴き声が響いています。今から半年程前、坂本壮先生と食事をしました。その時に偶然に思いついたのが本誌の企画です。

彼のベストセラー、『救急外来 ただいま診断中!』は、こんな欲しかったと唸らせる今までにない救急の指南本で、多くの読者の心を捉えました(坂本壮になりたい!)。対して、私の『感染症プラチナマニュアル』はこんなに売れるとは誰も思っていなかったのです。それどころか出版前には、感染症の本はありふれていて、もう必要ないという声も良く聞きました。坂本先生にそう話すと、彼も同じだったという言葉が返ってきました。『ただいま診断中!』の出版についても、「いまさら」という反応が大半だったと。

しかし、坂本先生の本も、私の本も、結果としてニーズがありました。救急の、感染症の、あるいは様々な専門科を越えたコンディーズの診療については、情報が氾濫しているにもかかわらず、思いの外、正しい考え方が現場に届いていないのです。『ただいま診断中!』はシリーズ化されて続編が次々と出版されていますし、『プラチナマニュアル』は年度版化されています。毎年繰り返し出すことで、その考え方が広まっていると手応えを感じるようになりつつも、まだまだ現場での変化は僅かだと感じることもたしかです。

そして、彼と私の思いは一致しました。手を替え品を替え、医療現場にコンセンスを届け続けたい。繰り返せばビッグバンが起き、それはやがてコスモとなる……

J-COSMO いよいよ創刊です! しかしこれは始まりに過ぎません。熱い想いをもつ新進気鋭の厳選された著者たちの必死の鳴き声が、繰り返し、しつこく、粘り強く続けられ、読者に届くように。そして、その声が医療の現場に、自然としみ入る日が近いことを期待しています。

2018年8月
J-COSMO 第2回編集会議の日に

岡 秀昭

埼玉医科大学総合医療センター
総合診療内科・感染症科



現場にコンセンスを届け続けたい

臨床医による
臨床医のための
経験知の結晶

「事件は会議室で起きているんじゃない、現場で起きているんだ!」

ガイドラインの隙間で悩み、勉強会での机上の空論を目の前にして臨床医なら何度か噛み締めたことのある言葉ではないでしょうか? 医療の発展スピードは凄まじく、教科書がついていけない時代。私達は後輩に、現代医療の知識・技術を漏れなく伝えていけるでしょうか?

J-COSMO ではセクショナリズムの小さな議論を飛び越えて専門科や職種にとらわれず「良い医療」を提供することを目標としています。

今の自分より一段レベルを上げるために今日の医療を、一歩前に進めるために臨床現場からの「生きた知識」を集めました。

J-COSMO は貴方の診療を全力でサポートします。

日本全国で働く現場の医療者の経験知を毎日患者さんに向き合う貴方の側に。

柴田綾子

淀川キリスト教病院 産婦人科



人としての力が
試される時代

医療が生まれ、膨大な知見により専門性が高まり、Specialist が生まれました。

専門に特化する医師が増えるなか、次に必要とされたのは Generalist でした。専門性と総合力は相反する環境で育ちました。そして、今必要とされるのは Specialty と Generalism の垣根を超えた「Common Sense = 常識」です。

情報過多時代とも言える現代では、一人の人間が、あらゆる知識を持ち合わせる「万能の人」にはなり得ません。Specialist が専門的な知識を追求し、Generalist が幅広い知識を統合しなければ、真に価値のある医療を提供することができません。また、アップデートの著しいこの時代では、テクノロジーや社会の変化に対応する能力も必要とされます。そして、医療は人と人とのつながりの上で成立している事を忘れてはいけません。知識だけを詰め込んだ医療従事者ではなく、人としての成長を促すコンテンツ作りも J-COSMO の重大な使命です。

さあ皆さん、J-Common Sense Medical Omnibus を楽しんでください。

高橋宏瑞

順天堂大学医学部 総合診療科



いやあ、はじまりましたね、J-COSMO。まあ、坂本先生がいるってだけで「熱い」ことは今更言うまでもありませんが、自分からのメッセージとしては、みなさんに少し考えてほしいわけです。「この Common Sense = 常識って何なのか?」

ってことです。昔は病態生理を中心とした医学知識こそが常識として知っておくべき内容だったのですが、この10年ほどで「常識」っていうものが本当に幅広くなってきたんですよ。いたるところで医師向けのセミナーが開催され、コーチングとかコミュニケーションとか色々な蘊蓄トークみたいなのが增えたと思いませんか?

これは医療業界だけではなく、奈良の藤原先生*がいうように、情報処理力のみではダメで、情報編集力とか人間力っていうものが必要って事が「常識」になってきているわけです。これまでの医療雑誌は情報処理力を効率的に高めるものとしてよかったのですが、この進化する「常識」時代に合わせて中間あたりのいい感じのものがなかったわけです。例えば、他社の医学雑誌とかでビジネスとか、食とかの話題を入れるとちょっと浮いちゃう訳ですよ。この J-COSMO は診療科だけではなく、医療界とかをも超えて、そのような多様性を認めるっていう「新しい常識」が奥にあるのが面白いワケです。

もちろん元となるテーマは医療ですが、まさにこの「進化する常識」ってのをみんなと共有して、一緒にやっていきたいと思っています。

*注:藤原和博(前奈良市立一条高等学校校長)。教育改革実践家。リクルートから公立中学校の校長に転じた。著書に『人生の教科書』(ちくま文庫)など。

水野 篤

聖路加国際病院 循環器内科



「あっそこ知りたかったマジ嬉しいっ!」を伝えます

AI との共存、地球上で最も進んだ高齢化、医師の働き方改革、これまでの常識が通用しない昨今、俗に言われるブーカ(VUCA: Volatility 変動, Uncertainty 不確実, Complexity 複雑, Ambiguity 曖昧性・不明確性)は間違いなく医療界にも訪れています。悪くいえば先行きが見えない曖昧な時代ですが、よく言えば、新しく広がる無限の可能性を秘めた未知の世界です。

本誌は強烈に何かを伝えたい Passion と、医療を共によくして頑張っていこうという Compassion に満たされた選りすぐりの「ガスガスした」若手精鋭陣たちが全ての臨床医が遭遇するであろう日々の疑問や重要な点を意識して丁寧に作成しています。

ある科「では」常識である、ある有名研修病院「では」常識である……そんな小ちゃっとな壁はもうチョチョッと越えちゃいましょう。

「あっそこ知りたかった、マジ嬉しいっ!」ということをして全ての臨床医にコンセンサスとしてお届けすることが、必ず患者さんの役に立つ、それがこの J-COSMO のミッションです!

和足孝之

島根大学医学部附属病院
卒後臨床研修センター



J-COSMOを

支える

選りすぐりの

連載

他では読めない、
臨床力が格段に向上する
とっておきの
34本

まだまだ
企画中!



1
救急画像
ただいま読影中!
【和田 武, 坂本 壮】

救急外来でしばしば困るコモンな疾患の画像診断に関し、放射線科医と救急医双方からの目線で深く・詳しく実践的スキルをお伝えします!

2
百戦全勝より百戦無敗
失敗から学ぶウラ診断学
の極意
【和足孝之】

誰もが臨床で経験する「やっちゃった」「しくじっちゃった」という負の財産を明日からの実力に転化する。そのためのとっておきのノウハウを伝授します。

3
Dr. ひろみずの
予防医学超入門
【高橋宏瑞】

総合診療の若きリーダー Dr. ひろみずが、予防医学の基本から実践までわかりやすく解説する入門企画。

4
病棟急変
ただいま対応中!
その場の5分~Triage&Action~
【坂本 壮】

自分が担当する患者の病棟急変に直面した時にどのような対応をとるべきか。病棟急変対応の基本と考え方をもう一度、確認してみよう!

5
Dr. 久村の救急で出会う
「精神症状」マネジメント
自由自在
【久村正樹】

救急専門医にして精神科専門医。2つの顔をもつ Dr. 久村が、救急・当直でよく遭遇する精神障害のある患者への対処法をわかりやすく解説。

6
Dr. 岡のやさしい感染症
ディスカバリー・レクチャー
【岡 秀昭】

あの Dr. 岡が臓器別専門医に向け、いかなる診療科にも共通の感染症診療のエッセンスを提供します。読めば新たな発見があること間違いなし!

7
Dr. 根井の
感染症つれづれ草
【根井貴仁】

熱血感染症科医 Dr. 根井が、感染症診療の原則、現場で役に立つ考え方や四方山話を、面白おかしく語ります。締めめの4コマ漫画にも注目!

8
Dr. 伊東の
がん患者の感染症
ただいま診断中!
【伊東直哉】

Dr. 伊東が、若手ホープ Dr. 古谷との対話形式で、がん患者の感染症マネジメントのポイント、治療の場面・がん種など、様々な切り口から解説します。

9
小児救急外来
ただいま診断中!
【竹井寛和, 杉中見和】

小児救急が専門でない医師でも、当たり前が当たり前でできるようなろう!「ただいま診断中!」小児編が本誌上でスタートです。

10
高齢者救急
ただいま診断中!
【船越 拓, 安藤裕貴,
薬師寺泰匡, 坂本 壮】

救急外来での高齢者に対する実践的なアプローチを解説。経験や苦悩、エビデンスを踏まえ、より良いマネジメントを目指したポイントを伝えます。

11
京都府立医大 Presents
マイナーエマーゼンシー
~もう専門外とは言わせない!
【宮本雄気, 牧野陽介ほか】

「救急車は絶対に断らない!」京都府立医大救急科。それが実現できるのは応用の効く「魚の釣り方」を知っているから。そのノウハウをズバリ!伝授。

12
救急医の視点
【田北無門, 北野夕佳】

救急科領域のクリティカルな疾患・症候について、基本事項をコンパクトにお伝えします!

13
Dr. 水野の
感じる心エコー
【水野 篤】

心エコーってかなりの割合が印象で決まるんです。その基本アプローチ、注意点や読影のポイント等について解説します。病態整理の理解も大切ですが、もっと大切なのは「感じる!!」ってことです。

14
Dr. 松原の
神経内科コンサルト
【松原知康】

一般内科医や救急医が知っておくべき神経症候や疾患(Parkinson病や認知症など)をわかりやすく解説します。

15
Dr. 柴田の
ほんまでっか?
目からうろこの女性の診かた
【柴田綾子】

『女性の救急外来 ただいま診断中!』の Dr. 柴田が、女性特有の疾患の診かた、ピットフォールなど、女性診療の基本を楽しく解説します。

16
“腑に落ちる!”皮膚科診療
ポイントレクチャー
【青柳直樹, 山本洋輔】

皮膚科専門医の2人が、皮膚科医でない先生にこそ知っておきたいポイントをレクチャー。皮膚科のイメージをガラッと変える、腑に落ちる連載です。

17
総合内科
ただいま診断中!
マイナー症候編
【森川 暢】

『総合内科 ただいま診断中!』で、重要ではあるが1項目として取り扱うことができなかった“マイナー症候”を取り上げて詳解します。

18
Dr. 入江の
バイタルドクター臨床日記
【入江聡五郎】

あの Dr. 入江のリアルがそのまま日記に! 外来戦闘員、研修指導医、そして病院管理職として、あらゆる立場からの患者さんへのアプローチを描きます!

19
これがオレの^{コスモ}小宇宙だ
一人気マンガに学ぶフィジカル
【平島 修】

人気マンガの名場面を通じ身体診察の考え方の基本を感動・共感と共に伝えます(予定)。

20
Dr. 上原の「知らない病気
も診断できる!」
診断推論の極意
【上原孝紀】

千葉大学総合診療科のエースが、診断推論の極意を惜しみなく伝えます。思考の「核」(解剖学・病態生理)を押さえれば、知らない病気も診断できるようになる!

21
プレゼン上手はKISS上手!?
スライド作成 KISS approach
【安藤裕貴, 坂本 壮,
藤井達也】

キーワードは“Keep It Short and Simple”。講演のエキスパートたちが伝わるスライド作成のコツをシンプルに伝えます。

22
わたしのせんせい
【山田悠史】

目指すのは、患者説明の助けになる「絵本」。コモンな疾患によくある勘違いについて、医師が読んでなるほど、と納得できる深い内容を提供します。

23
竜馬先生の医学教育
【田中竜馬, 錦織 宏(協力)】

あの竜馬先生が「医学教育」をテーマに連載開始。医学教育の専門家、錦織先生とのタッグで、若手の先生が後輩を教える際に役立つ情報をお伝えします。

24
タムケン先生の
「先生!外国人の患者さん
が来ました」
【田村謙太郎】

日本語が通じない外国人患者さんに出会ったら? そんなときでも自信をもって診療を行うことが出来るようになるための“生きた英語”をレクチャーします。

25
Dr. 陶山& Dr. 田巻の
リウマチ・膠原病コンサルト
【陶山恭博, 田巻弘道】

リウマチ・膠原病診療の若きリーダー、Dr. 陶山と Dr. 田巻が、ジェネラルな疾患との鑑別も含め、リウマチ・膠原病の“使える診断学”を伝授します!

26
Beyond 2020!
Generalist 達よ、スポーツ
ドクターになろう!
【小松孝行】

日本でスポーツドクターといえば整形外科ですが、世界では Generalist が活躍しています。現場では Generalist のニーズが高く、特別な能力はあまり必要ないということを実感して下さい!

27
現場で働く医師同士の
相談アプリから学ぶ そうだ!
AntaaQA にきてみよう!
【Antaa】

医師同士のオンライン相談サービス「AntaaQA」で実際に投稿された疑問から、注目度の高かったものを取り上げ、専門医がポイントを解説します。

28
M(medication) &
M(Multidisciplinary)
カンファレンス
【吉田英人】

現場で問題となりやすい「薬」をとりあげて、医師、薬剤師を中心とした集学的なアプローチでのカンファレンスを実況中継。明日からの処方が変わります!

29
研修病院紹介

すぐ勉強になる病院なのに研修医がなかなか集まらない。そんな穴場な地域の中核病院を中心とした病院紹介ページ(初回は西伊豆健育会病院の予定)。

30
これが噂の コスモ女子!
【柴田綾子×女性医師】

キャリアもプライベートも大充実! 噂の女性医師たちの輝きの秘密に、Dr. 柴田が迫ります。

31
つかさの部屋
【矢島つかさ】

人生に悩む女性医師へ、進路に行き詰った若手~中堅医師へ...酸いも甘いもかみ分けた(?)若き女性救急医が贈る、深夜のラヂオ番組のようなページです。

32
Dr. 加藤の
スタートアップに乾杯!
【加藤浩晃】

ヘルスケア・ビジネス界の若きリーダー Dr. 加藤が、IT×医療ビジネスの最先端を走るスタートアップ企業の経営者にインタビュー。

33
フリーアナ中川倫子の
Cheerful
Communication!
【中川倫子】

伝え方のプロフェッショナルである現役女性アナウンサーが、より良い対話・コミュニケーションのノウハウなどについてわかりやすく解説。

34
J-COSMO Journal club
【原田 拓】

文献ソムリエこと Dr. 原田が、症候学・急性期を中心に、毎回ホットなテーマを設定。それらに関する新しい文献をガンガン紹介します!

J-COSMO編集部からのお知らせ

Now available!
最新情報は
Facebookで!

『J-COSMO』編集部のFacebookページでは、創刊号の制作状況、連載内容のご紹介や取材状況などを発信中です!

Facebookで
チェックしてね



Facebook ページへは
こちらのQRコードから
アクセス!



◆ 定期購読早期申し込み特典! ◆

2019年1月31日までに、本誌定期購読を申し込んでいただいた方に、早期申し込み特典として、感染症専門誌『J-IDEO』バックナンバー電子版の創刊年度(2017)・5冊分をプレゼント

※『J-IDEO』2017年3月号(Vol.1 No.1)～2017年11月号(Vol.1-No.5)を予定。特典の詳細は、後日弊社ホームページなどを通じて発表いたします。
プレゼント対象者には、別途個別にお知らせをいたします。

■ 概要

誌名	J-COSMO ジェイ・コスモ
創刊	2019年4月
発行形態	隔月刊(偶数月10日発行)
体裁	B5判 140頁(予定)
定価	本体2,500円+税
年間購読	初年度特別価格 本体11,000円+税(4月, 6月, 8月, 10月, 12月に刊行) 2020年度以降 本体13,500円+税(2月, 4月, 6月, 8月, 10月, 12月に刊行)
発売元	(株)中外医学社 〒162-0805 東京都新宿区矢来町62 TEL: 03-3268-2701 FAX: 03-3268-2722 http://www.chugaiigaku.jp E-mail: sales@chugaiigaku.jp [営業部]

[取扱店]