

CHOOSING
WISELY
JAPAN

2019 No. 3

Newsletter



Contents

Editorial 1
2018 年度活動報告 2
京都と東京で「公開フォーラム」を開催しました 4
真夏の京都で「東アジア円卓会議」を開きました 5

6th Choosing Wisely International Roundtable in Berlin
に参加して 6
救急外来を担う研修医・若手医師にとっての
“Choosing Wisely” 8



Editorial

新年明けましておめでとうございます。

Choosing Wisely Japan (CWJ) が 2016 年 10 月に発足して以来、早いもので 3 年が経過し、いよいよ私たちの活動の真価が問われる時期となりました。

最初は、“Choosing Wisely” に「賢明な選択」という訳語を充て、過剰な医療に着目した国際的なキャンペーンを紹介することから始めましたが、フレーズの目新しさも手伝って医療ジャーナリズムやメディアにも取り上げられ、知名度も少しずつ上がってきました。

ところで、患者にとって最善の選択を目指すといっても、その主眼点は、医療職と患者とが共に“熟慮”するプロセス、言い換えると「共同意思決定 (SDM: Shared Decision Making)」のあり方を問うところにあります。また、私たちの医療提供のあり方だけでなく、21 世紀社会そのものの「持続可能性 (Sustainability)」も問われていると感じています。

幸い、高齢者の polypharmacy (多剤併用) や AMR (薬剤耐性) 対策としての抗菌薬の適正使用 (stewardship) に関しては問題意識を共有する臨床家や行

政による啓発活動が活発になってきました。また、画像診断に関しては放射線科医のグループから、冠動脈インターベンションに関しては循環器内科医の間から、さまざまな提言が行われています。

CWJ も 4 年目に入りましたが、今後、会員間の情報交換にとどまらず、医療界や社会全体に向けた情報発信を活性化し、実装科学 (Implementation Science) や行動経済学の知見を取り入れた研修会やセミナーの開催を通じて、専門学会からの「推奨リスト」提案を促したいと考えています。また、2019 年の第 1 回 Choosing Wisely East Asia Round-table を引き継いで、東アジアの Choosing Wisely ネットワーク構築を目指したいと思っています。

今年も会員の皆さんの積極的なコミットメントを期待しています。

小泉 俊三

Choosing Wisely Japan 代表

Choosing Wisely Japan 2018年度 (2018.4.1 ~ 2019.3.31) 活動報告

会員数

73人
うち2018年4月～2019年3月の入会は20人（うち1人は会費振込は2018年3月）

活動（いずれも2018年）

6月1日 パンフレット第2版発行
8月25日 2017年度総会開催
11月1日 スターターキット日本語版発行

メーリングリストは2016年11月1日より開始し、2018年度は、[cw-j:0264] (2018年4月5日)～[cw-j:0408] (2019年3月28日)まで145回配信されました。

Choosing Wisely をテーマにした学会等での活動（2018年度）

6月2日 ACP日本支部年次総会（京都）セッション「Choosing Wisely キャンペーンと医のプロフェッショナルリズム教育」
6月16日 日本プライマリ・ケア連合学会（津）インタラクティブセッション「Top 5 List for Family Medicine: Choosing wisely in Japan に向けて」
6月23日 ジェネラリスト教育コンソーシアム（沖縄）「日常臨床に潜む hidden curriculum - professionalism は学習可能か？」
9月17日 日本プライマリ・ケア連合学会生涯教育セミナー（大阪）「Choosing Wisely」
9月24日 日本薬剤師会学術大会（金沢）分科会「今日から実践できるポリファーマシー対策」
9月10～12日 International Forum on Quality & Safety in Healthcare（メルボルン）「Be Aware of Overuse of Healthcare - "Choosing Wisely"」
10月20日 Choosing Wisely International（チューリヒ）
10月27日 京都伏見CKD地域連携セミナー（京都）講演
11月25日 医療の質・安全学会（名古屋）シンポジウム「Choosing Wisely Japan の最前線その2：画像診断とInterventional Radiology をめぐる医療職と患者・市民の対話」
12月2日 日本プライマリ・ケア連合学会近畿大会（京都）特別講演「21世紀の持続可能な医療のために～Choosing Wisely キャンペーンと医のプロフェッショナルリズム～」

記事（新聞・雑誌・ネット）

◎「医学界新聞」（2017年5月～2018年4月、計12回）連載「賢く使う画像検査」
https://www.igaku-shoin.co.jp/paperDetail.do?id=PA03223_05
(2018年4月9日) 第12回（最終回）念のための検査リスク（曾我茂義、越後順子、隈丸加奈子）
◎「医学のあゆみ」（2018年4月～9月、計15回）連載「Choosing Wisely キャンペーンとは」
(2018年4月14日) ① Choosing Wisely キャンペーンは何をめざしているか—序に代えて（小泉俊三）
(2018年4月21日) ② 日本の Choosing Wisely（徳田安春）
(2018年4月28日) ③ Choosing Wisely と High Value Care — 価値に基づいた医療への ACP の取組み（上野文昭）
(2018年5月12日) ④ Choosing Wisely と診療ガイドライン：Minds の役割（山口直人）
(2018年5月19日) ⑤ Polypharmacy 序論：オーストラリア NPS Medicine Wise の取組みと CW（山本美智子）
(2018年5月26日) ⑥ Polypharmacy 1：病院のポリファーマシー外来（矢吹拓）
(2018年6月9日) ⑦ Polypharmacy 2：診療所でのポリファーマシー対策（北和也）
(2018年6月16日) ⑧ 患者・市民の立場から1：「5つの質問」を対話のきっかけに（北澤京子）
(2018年6月23日) ⑨ 患者・市民の立場から2：“賢い患者”をめざして28年目の活動（山口育子）
(2018年7月14日) ⑩ 感染症診療の Choosing Wisely（忽那賢志）
(2018年7月21日) ⑪ 画像検査の Choosing Wisely（隈丸加奈子）

(2018年7月28日) ⑫ インターネット時代のヘルス・リテラシー—メディカルノートにおける Choosing Wisely を啓発するための取組み（井上祥）
(2018年8月18日) ⑬ 医学生・研修医による Choosing Wisely のうねり—当たり前を問い直す（荘子万能）
(2018年8月25日) ⑭ EBM の立場からみた CW：Choosing Wisely はどれだけ役に立っているのか（南郷栄秀）
(2018年9月8日) ⑮ 世界に広がる Choosing Wisely キャンペーン：医療における過剰使用問題の解決に向けた共通の取組み（Karen Born, Wendy Levinson）

◎「日経メディカルオンライン」（2018年4月～）連載コラム「Choosing Wisely を読み解く」
<https://medical.nikkeibp.co.jp/inc/all/series/choose/>

(2018年4月5日) 無症候性の成人に頸動脈スクリーニングは必要？（小泉俊三）
(2018年5月2日) かぜに抗菌薬の投与はやっぱり不要（忽那賢志）
(2018年6月4日) NO TUBE! その尿道カテーテルは本当に必要？（梶有貴）
(2018年7月6日) 術前のルーチンの心電図検査、本当に必要？（駒村和雄）
(2018年8月6日) 研修医の“村度”オーダーは、アリ？（荘子万能）
(2018年9月6日) 急性腰痛患者に画像検査は常に必要？（竹谷内啓介）
(2018年10月4日) 肺癌検診は何歳まで受ける？（星進悦）
(2018年11月5日) MRIによる乳癌スクリーニングは本当に必要？（大池麻衣）
(2018年12月7日) 危険がいっぱい！NSAIDsの漫然投与（北和也）
(2019年1月9日) 硝子体内注射時にルーチンの抗菌薬点眼は必要？（重堂多恵）
(2019年2月6日) こんなに多くの薬やサプリが本当に必要？（北澤京子）
(2019年3月7日) ピロリ菌の確認は血清抗体検査でもよい？（木谷恵里加）

報道（主なもの）

◎毎日新聞 連載「賢い選択」
(2018年4月29日) 認知症高齢患者の幻覚や妄想 向精神薬 効果は限定的
(2018年5月2日) 抗菌薬セファロsporin 専門家「使用控えて」
(2018年5月6日) 症状のない人の腫瘍マーカー検査 がん早期発見は困難
(2018年7月1日) 抗菌薬 適正使用を
(2018年8月12日) 抗認知症薬とどう向き合うか 払は保険適用除外
(2018年8月19日) 高齢者の大腸内視鏡 死亡例多く高リスク
(2018年8月22日) 前立腺がん PSA 検査 死亡率低下 証拠不十分
(2018年8月26日) 乳がん検診・マンモグラフィー 30代以下「偽陽性」多く
(2018年9月30日) 効果見極めがん検診
(2018年11月14日) 脳ドックで動脈瘤検知 早期発見 直結せぬ治療
(2018年11月21日) 市販の鎮痛薬頼り過ぎに注意 「薬物乱用頭痛」に陥る恐れ
(2018年11月28日) MRIやPETを使った認知症診断 発症の危険性 判定困難
◎週刊東洋経済（2018年5月26日号）特集「医療費のムダ」
◎週刊文春（2018年9月13日号）「この検査、必要なし」6名の専門家が警鐘
◎家庭画報（2018年11月号） 検査や治療は“医師任せ”ではなく“患者の主体”で選ぶ時代に
◎家庭画報（2018年12月号） 人生の優先順位を考えて治療方針を自分で決める
◎朝日新聞（2019年2月6日） 増えていく薬、副作用に注意
◎週刊現代（2019年3月23日号）病院の「過剰検査」で病気を悪くする人も多い

書籍（2018年度発行分）

◎抗菌薬が効かなくなる—AMR（薬剤耐性）との闘いに人類は勝てるのか？（忽那賢志監訳、丸善、2018年4月）
ISBN-13: 978-4621302880
◎続ムダな医療（室井一辰著、日経BP、2019年3月）
ISBN-13: 978-4822259747

京都と東京で「公開フォーラム」を開催しました

WONCA（世界家庭医機構）アジア太平洋地域会議に合わせて来日された、RCGP（英国家庭医療学会）元会長のイオナ・ヒース先生をお迎えし、京都と東京で公開フォーラムを開催しました。

なお、公開フォーラムの詳細な記録がカイ書林のMook版「ジェネラリスト教育コンソーシアム」Vol14（2020年5月刊行）に収録される予定です。

公開フォーラム@京都

Choosing Wisely: 持続可能な医療をめざして

日時：2019年5月18日（土）13:30～16:30
 場所：芝蘭会館本館 稲盛ホール（京都市左京区吉田近衛町）
 プログラム（敬称略）：
 ・はじめに 中山健夫（京都大学）
 ・Overuse of Healthcare Resources Iona Heath（Past President, RCGP, U.K.）
 ・高価値医療をめざして 栗原健（浦添総合病院）
 ・日本における Choosing Wisely 小泉俊三（Choosing Wisely Japan）
 ・討論（司会）中山健夫、小泉俊三

主催：厚生労働行政推進調査事業「診療ガイドラインへの「Choosing Wisely」の導入に向けた研究」班（研究代表者 北澤京子）
 共催：厚生労働行政推進調査事業「診療ガイドラインの今後の整備の方向についての研究」班（研究代表者 中山健夫）、Choosing Wisely Japan
 後援：医療の質・安全学会「過剰医療と Choosing Wisely キャンペーン」ワーキンググループ

米国内科学会、米国内科専門医機構財団、欧州内科連合の3団体による「新ミレニアムにおける医のプロフェッショナルリズム：医師憲章」（Ann Intern Med. 2002; 136: 243-6.）は、医師（医療者）がプロフェッショナルとして守るべき3つの基本的原則と10の責務を宣言しました。これらはいずれも重要ですが、中でも「医療の質を向上させる責務」や「有限の医療資源の適正配置に関する責務」は、持続可能な医療の実現に欠かせません。日本医師会の「医師の職業倫理指針」（第3版、2016年10月）でも「医師は公共の医療財源を守るとい

う観点から制度の適切な運用を行う責任を負う」と書かれています。

医療者は、根拠に乏しく価値の低い医療行為を挙げた上で、自ら見直すことが求められます。そのために立ち上がった世界の医療者たちによるキャンペーン活動が Choosing Wisely です。京都フォーラムでは、Choosing Wisely の今日的意義について認識を共有すると同時に、英国（Heath）および日本（栗原）における具体的な取り組みが紹介されました。

公開フォーラム@東京

患者と医療者のための医薬品情報 ～くすりの適正使用に向けた Choosing Wisely～

日時：2019年5月19日（日）13:30～16:30
 場所：東京工業大学キャンパス・イノベーションセンター1階 国際会議室（東京都港区芝浦3-3-6）
 プログラム（敬称略）：
 ・はじめに 徳田安春（Choosing Wisely Japan）
 ・Overuse of Healthcare Resources Iona Heath（Past President, RCGP, U.K.）
 ・患者向け医薬品情報と薬剤師の役割 森和彦（厚生労働省）
 ・研究班報告（山本班）山本美智子（熊本大学）、佐藤嗣道（東京理科大学）
 ・研究班紹介（北澤班）北澤京子（京都薬科大学）
 ・討論（司会）小泉俊三（Choosing Wisely Japan）、山本美智子

主催：AMED 医薬品等規制調和・評価研究事業「患者・消費者向けの医薬品等情報の提供のあり方に関する研究」班（研究代表者 山本美智子）
 共催：厚生労働行政推進調査事業「診療ガイドラインへの「Choosing Wisely」の導入に向けた研究」班（研究代表者 北澤京子）、Choosing Wisely Japan
 後援：医療の質・安全学会「過剰医療と Choosing Wisely キャンペーン」ワーキンググループ

耐性菌の出現や、高齢者のポリファーマシーが、社会的にも大きな問題となっています。医師や薬剤師が薬の適正使用に努めることは言うまでもありませんが、患者自身も薬に関する情報を得た上で、医療者との対話を通じて薬の適正使用に関わり、自分にふさわしい薬物治療を受けることができるはずで

す。東京フォーラムでは、患者向け医薬品情報をテーマに、内外の具体的な事例が紹介されたほか、医療者の果たすべき役割についても議論がなされました。米国の Choosing Wisely が行っているような、患者向けのパンフレットや、医療者への「5つの質問」注）も参考にな

るのではないかと所思いました。

注）検査、治療、処置の前に医師に聞くべき5つの質問（Choosing Wisely）

- 1 この検査（薬、処置）が本当に必要ですか？
- 2 リスクや副作用は何ですか？
- 3 よりシンプル、より安全な選択肢はありますか？
- 4 何もしなければどうなりますか？
- 5 いくらかかりますか？保険はききますか？

（文責：北澤京子）

真夏の京都で「東アジア円卓会議」を開きました

2019年8月9日に、Choosing Wisely に関心を持って活動されている韓国（Hyeong Sik AHN 先生、Seung Eun JUNG 先生）および台湾（Nin-Chieh HSU 先生）の先生方が来日され、京都市の一乗寺国際研修センターで円卓会議を開催しました。アットホームな雰囲気の下、各国の状況について情報交換を行い、Choosing Wisely を進めていくための課題や今後の展望についてディスカッションしました。最後に荘子先生の提案で、東アジアの Choosing Wisely のビジョンについて、以下の5項目をまとめました。

Vision Statement of Choosing Wisely East Asia (Draft Version)

1. To implement high value care based on medical professionalism.
2. To engage patient and public to enhance health literacy.

3. To promote Shared Decision Making and encourage patient to express their values.
4. To embrace the cultural and social context.
5. To develop sustainable and equitable health care system.

韓国、台湾と日本は、医療制度が似ていることもあり、過剰診断・過剰治療を招きかねない医療側・患者側双方の要因にも共通点があるように感じました。今後も継続して情報交換をしていくことを約束しました。ディスカッションの合間に、お庭で有名な圓光寺（研修センターから徒歩すぐ）を散歩したり、会議終了後はうどん専門店ですりしりしと、交流も大いに深められました。

（文責：北澤京子）



Choosing Wisely Japan を代表して、我々三人は2019年11月5日と6日にドイツのベルリンで開催された国際円卓会議に参加してきたので印象記を報告する。この円卓会議は毎年秋に開催されている。Choosing Wisely キャンペーン活動を展開している国の代表が集結して、この活動を前進させるためになる情報や工夫、成功事例を共有する場だ。それぞれの国での活動で困難を経験している参加者に勇気とやる気を与えてくれるコーチング場ともなっている。

今回の会議のテーマは、「Choosing Wisely における研究と実践の前進」。会議の目的は下記の3つだ。

- 1) キャンペーンをさらに前進させるため、アイデア、イノベーション、そして質改善戦略をシェアするためのフォーラムを提供すること。
- 2) キャンペーンを新たに開始した国々をサポートすること。
- 3) 国際的な研究、測定、評価をサポートする機会を深めること。

以上のテーマと目的に沿って、講演やワークショップ、オープンスペース討論が行われた。

初日

開始の挨拶と会議の趣旨について、この国際円卓会議のリーダーである Wendy Levinson 先生らからお話があった。参加者の自己紹介が続いた。和やかな雰囲気の中で会議が始まった。

続く基調講演は、Kaveh Shojania 先生。BMJ Quality & Safety の主任編集者。タイトルは、「Choosing Wisely の目標に対する同情的観察者からのアドバイス」であった。多くの医療介入は相対的に価値が低いとする、ビッグピクチャー的視点だった。温暖化対策を含む医療提供システムの持続可能性に関連する項目もこのキャンペーンの目標に入れるとよいとお話だった。待たなしの気候行動との連携は、この活動を活性化させる突破口となる可能性はあるだろう。

その後、講演内容に関してグループ討論が行われた。著者の一人である徳田は、不必要な医療介入だけでなく、High Value Care を推進する活動をもっと取り入れるべきだなどの意見を述べた。

午前の部の後半、ビッグアイデアパネルが行われた。5つのアイデアやイノベーションが紹介された。ホスピ

タルツールキット、BMJ 誌の Choosing Wisely 実践シリーズ、平等を目指すための選択、コクランの持続可能なヘルスケア、インドにおけるがん国内グリッドだ。いずれも参考になる活動内容であった。特に、BMJ 誌のシリーズは、日本の医学雑誌でも同様なスタイルで実行可能であると印象を持った。

午後はグループに分かれたワークショップ。我々三人はそれぞれ分散して異なるテーマに参加した。筆者のうち徳田は、実装科学と医療安全関連研究論文執筆についてのワークショップに参加。まずは、Jeremy Grimshaw 先生らによる、実装科学による不必要な医療介入の減らし方。キャンペーンで取り上げられている医療内容を、IR を用いて、いかに減らしていくかについてのワークショップ。まず、講師による導入講義があった。対象となるそれぞれの行動について、行為者、場所、場面、相手、その時期、などについて行動分析を行った。その後、このサイエンス領域での理論的フレームワークの方法リストによって、介入プランを立てていく。ワークショップでは3グループに分かれて、具体的な医療内容を挙げてもらい、それに対する行動分析と介入プランを立てた。徳田が参加したスモールグループでは、終末期における化学療法について討議を行なった。抗癌剤投与が、終末期で医学的エビデンスがないにもかかわらず、しばしば行われていることが認められている。これに対してわれわれは討論を行い、具体的な介入プランまで作成して、ポスターを作成し、私が代表となって発表した。ドイツやイタリア、イギリスから参加者がいたので、これらの国の終末期医療事情を知る機会にもなった。医療の質や安全の向上を目指す介入を広めていく上で有用な方法論である。

徳田が参加した2つ目のワークショップは、Kaveh Shojania 先生らによる、質安全関連の研究論文作成のコツ。まず、この分野の論文は意外に少ないとの指摘がなされた。論文を査読してアクセプトするまでのプロセスが具体的に示された。最大のポイントは、質や安全に関するプロジェクトをスタートする前に、論文の抄録を完成させた方がよいとする点。もちろん、結果や結論につきは暫定的となるが、この抄録を書く過程で、プロジェクトの方法論そのものが科学的に妥当なのかどうか分かる利点が挙げられた。コントロールグループの置き方の工夫や、時系列分析をうまく利用することなどの有用性を挙げていた。日本でも、質安全に関する科学的論文を書いてもらう上でとても参考になる内容と思う。

2日目

会議の熱気は2日目も続いた。2日目の目標を確認した後、Nicolas Rodondi 先生による基調講演が行われた。高齢者における過剰な医療とそれを減らす方法について、ポリファーマシーを例に示された。ガイドラインがベースにしている臨床研究では併存症の多い高齢者は除外されており、不適切な処方が多い。これらの状況の中、適切な減薬を行うためのソフトを開発使用し、効果を確認したとする研究が示された。この講演内容に関連して、グループ討論が行われた。ポリファーマシーが世界的な課題であり、対応には総合系医師の役割が重要であることが確認された。

続いて行われたのがオープンスペース討論。主催者ではなく、参加者が自由にさまざまなテーマを提案して、テーマごとに興味がある参加者がグループを形成して討論し、将来行うべき計画を立てる。途中、参加者は自由にテーマ別グループを乗り換えることができる。自由にダイナミックな討論だ。筆者のうち、徳田は、「測定」

についてのグループに参加した。過剰医療についての国際比較のその背景因子の分析についての質測定研究を提案した。データはOECDからも入手可能であるとの助言を得たので、徳田を中心に実行に移す予定である。この研究に参加したいメンバーは直接、徳田にご連絡をいただきたい。

いよいよ、最終日の午後。パネルディスカッションが行われた。テーマは、「お金について話そう！」であった。日本だけでなく、多くの国がお金の問題をどのようにとりあげたらよいかについて悩んでいる状況が理解できた。ステークホルダーのうち、このキャンペーン活動が保険者団体から財政援助を受けることには慎重にする方がよいとの意見があった。一方で、この活動に対する財政サポートが乏しい中で、実際には保険者団体からの支援をうけている国もある。日本のこの活動でも今後どのように、活動資金を調達すべきかについて議論が必要だろう。

(文責・徳田 安春)





救急外来を担う研修医・若手医師にとっての“Choosing Wisely”

2019年11月29～30日、第14回医療の質安全学会学術集会が国立京都国際会館で開催されました。例年、応募企画とともに学会の委員会企画・ワーキンググループ企画がシンポジウムやパネルディスカッションとして組まれますが、今回は申し込みが多かったことなどから採択されなかった企画もいくつかありました。その中で、“Choosing Wisely” 関連セッションは若手の企画ということも手伝って、パネルディスカッションに採択されました。

WG4：「救急外来における医療行為の選択には何が影響するのか？

～令和時代の医療の質と安全における Choosing Wisely の役割～

「実際の医療現場は多数の要因が絡み合った複雑なものであり、Choosing Wisely の掲げる理想が分かっているでもそれを診療に実践できる医療者は多くないのではないだろうか」(セッション企画者：莊子万能医師)との問題意識をベースに、6人の研修医・若手医師が順番に登壇して、①認知バイアスとは、②医師は何を優先しているか(アンケート調査結果の紹介)、③Choosing Wisely キャンペーンの紹介、④初期研修医の“不安感”、⑤EBMの視点からみた Choosing Wisely、⑥医療の質・安全と Choosing

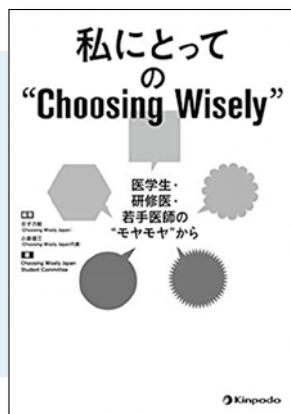
Wisely, と、起承転結の明快な連続プレゼンテーションが行われました。また、スマートフォンを持った参加者を対象にして、その場でQRコードを読み取っていただき、アンケート調査を行うといった工夫もあり、双方向の活発なセッションとなりました。

患者安全とリスクマネジメントとの用語の使い分けについて専門家からの厳しい指摘もありましたが、研修医も臨床判断を迫られる救急外来を例に、“多数の要因”、特に、各施設のルーチンや先輩医師の長年の経験に基づく判断とEBMとの関係などについて熱心に討議されました。

また、会場でも紹介されましたが、2019年12月下旬に上梓された単行本「私にとっての Choosing Wisely - 医学生・研修医・若手医師の“モヤモヤ”から」(Choosing Wisely Japan Student Committee 著)では、Choosing Wisely キャンペーンが提起する課題と向き合う医学生・研修医・若手医師の生の声を、25編のCaseと24編のEssayを通じて読み取っていただけます。特に、Case毎に先輩医師からいただいた珠玉のコメントは味わい深く、Choosing Wisely に関心をお持ちの皆さんには、是非、手に取っていただきたい一冊です。

小泉 俊三

Choosing Wisely Japan 代表



私にとっての Choosing Wisely
—医学生・研修医・若手医師の“モヤモヤ”から

単行本：240ページ

出版社：金芳堂；1版(2019/12/31)

ISBN-13: 978-4765317962

発売日：2019/12/31

Choosing Wisely Japan Newsletter No.3

発行：2020年1月20日

発行者：Choosing Wisely Japan 代表 小泉 俊三

〒606-8142 京都市左京区一乗寺燈籠本町24番地 一乗寺国際研修センター 内

choosingwiselyjapan@gmail.com

制作：株式会社 カイ書林 generalist@kai-shorin.co.jp