

# 乳がん 高度検診・治療センター NEW-す NO.58

2019.3

## 乳がん術後のリンパ浮腫と 「リンパ浮腫外来」について



乳がん手術後にわきの下（腋窩）のリンパの流れが障害されておよそ10mm以上腕周りが太くなった状態をリンパ浮腫と呼び、術後の不快な合併症のひとつです。腋窩リンパ節の転移が明らかでない患者さんに対しては、センチネルリンパ節と呼ばれる一番転移しやすいリンパ節への転移の有無を手術中に検査して、ここに転移がなければリンパ節郭清（リンパ節を全部取り除く）を省略しますが、これも少しでもリンパ浮腫を回避するのがその狙いです。

### リンパ浮腫治療

リンパ浮腫は予防と早期の治療が大切です。手術後は腕に負担がかからないようにし、またスキンケア（清潔や保湿）を心がけてください。

リンパ浮腫がおこってしまった場合の治療としては、以下の方法を組み合わせた複合的理学療法が有効です。リンパ浮腫を発症後時間が経っていますと回復が困難ですので、なるべく早い段階で治療やセルフケアを開始して、症状の緩和や悪化せぬよう心掛けてください。

#### 複合的理学療法

1. 弾性着衣（弾性スリーブ、弾性グローブ）  
や弾性包帯による圧迫療法
2. 圧迫療法をしている状態での運動療法
3. 用手的リンパドレナージ（マッサージ）
4. スキンケア

複合的理学療法以外の治療法として、一部の施設では手術（リンパ管静脈吻合術）がなされることもあります。また現時点でその有用性は実証されていません。



### 当院のリンパ浮腫外来

当院では、リンパ浮腫ケアの専門家であるリンパドレナージセラピストの資格をもつ看護師3名が毎週火曜日にリンパ浮腫外来を担当し、リンパマッサージやスキンケアの指導を行っています。詳細につきましては当院ホームページの乳がん高度検診・治療センターの項目から「リンパ浮腫外来について」を閲覧いただくか、直接乳がん高度・検診センターにお問い合わせください。

リンパドレナージセラピスト 真野綾子、隅野麻記、岡山奈美

市立具塚病院  
TEL : 072-422-5865

