

## 乳がん術後のリンパ浮腫



乳がんの手術後、わきの下(腋窩)のリンパの流れが障害されておこるむくみで、術後およそ10mm以上腕回りが太くなった状態をリンパ浮腫と言います。患者さんにとって乳がん術後の不快な合併症のひとつです。今では腋窩リンパ節に転移がなさそうな乳がんでは、まずセンチネルリンパ節(一番転移しやすいリンパ節)の検査を行い、ここに転移がなければリンパ節郭清(リンパ節をきれいに取り除く手術)を省略するのが標準ですが、少しでもリンパ浮腫を回避するのがその狙いです。

リンパ浮腫治療の基本は複合的理学療法に日常生活指導を加えた複合的療法です。

### 複合的理学療法の4本柱

1. スキンケア
2. リンパドレナージ
3. 圧迫療法
4. 圧迫下での運動療法

乳がん術後、特にリンパ節郭清を受けられた方は、細菌感染に対する防御機能が弱まっていますので、清潔を保持し、保湿クリームなどでの保湿を心がけてください。リンパドレナージは貯留したリンパ液を正常なリンパ管へ誘導するものですが、専門的知識を備えた医療機関で適正な指導に基づいて行う必要があります。圧迫療法は弾性着衣(弾性スリーブ)や弾性包帯によるバンデージで、2008年より療養費扱いとして保険適応になりました。圧迫下の運動療法は、筋肉の収縮によるポンプ作用と、圧迫による効果が連動して効果的です。

複合的理学療法以外の治療として、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。またその有用性は実証されていません。

また、リンパ浮腫に対しては、過労を避け、患肢に負担をかけない、ケガや虫さされに注意する、直射日光をさけるなど、日常生活でのセルフケアも事前の予防に重要です。

当院ではリンパドレナージセラピストの認定を受けた看護師2名が「リンパ浮腫外来」を担当しています。

詳細は乳がん高度検診・治療センターにお問い合わせください。



KARZUKA

市立貝塚病院  
TEL : 072-422-5865

