

乳がん高度検診・治療センター

NEW-す NO.100

リンパ浮腫外来(保険診療)を開設！その1

当院ではリンパ浮腫を発症された方を対象に、「自費診療でのリンパ浮腫ケア外来」でケアを行ってきましたが、2022年4月より新たに「保険診療でのリンパ浮腫外来」を開設しました！当院の乳腺外科・婦人科で治療された患者さんが、治療が落ち着いた後も、継続的にリンパ浮腫のケアや治療を受けることができるようにするためです。



おしらせ

今回はまず「リンパ浮腫とは？」など、リンパ浮腫に関する基礎知識を中心に紹介します。次号では、リンパ浮腫の治療と、当院のリンパ浮腫外来の具体的な内容を取り上げます。

リンパ浮腫とは？

リンパ浮腫とは、がんの手術後や放射線治療後に、リンパ液の流れが悪くなることで生じるむくみのことをいいます。乳がんでは、特に脇のリンパ節の手術をした方が腕や脇の近くに起こることがあります。**一度発症すると治りにくい**ため**継続的なケアが重要**です。

国際リンパ学会による病期分類

0期	リンパ液輸送が障害されているが、浮腫が明らかでない滞在性または無症候性の病態
I期	比較的たんぱく成分が多い組織間液が貯留しているが、まだ初期であり、四肢を挙げることににより治まる。圧痕もありうる
II期	四肢の挙上だけではほとんど組織の腫脹が改善しなくなり、圧痕がはっきりする
II期 後期	組織の線維化がにより圧痕がなくなる
III期	圧痕がみられないリンパ液うっ滞性象皮病、アカントーシス（表皮肥厚）、脂肪沈着などの皮膚変化がみられるようになる

リンパ浮腫を予防するには？

◎**適度な運動** 手術したの腕をかばいすぎると、筋力低下や関節の動きが悪くなり、リンパの流れも悪くなります。術後のリハビリを続けながら、適度な運動やストレッチをしましょう！

◎**体重管理** 体重が増えるとリンパ浮腫発生のリスクは高まります。気を付けましょう。

手術した側の腕での採血・血圧測定は、リンパ浮腫のリスクにはならないという研究結果が報告されています。きちんとした知識を元に安心して治療を受けましょう。

気を付けて！皮膚の炎症



大切



リンパ浮腫の皮膚は炎症をおこしやすく、蜂窩織炎（ほうかしきえん）に注意が必要です。蜂窩織炎になると皮膚に赤い斑点が広がり、腫れた部分を触ると熱く痛みを伴うことがあります。湿布などは貼らずにアイスノンなどで優しく冷やし、当院に連絡のうえ早めの受診をお勧めします。日頃からスキンケアを行い、皮膚を健康な状態に保ち、日焼け止めや日よけに心がけてください！



乳がん高度検診・治療センター

NEW-す- NO.100

リンパ浮腫外来(保険診療)を開設！その2

当院ではリンパ浮腫を発症された方を対象に、「**自費診療でのリンパ浮腫ケア外来**」でケアを行っていましたが、2022年4月より新たに「**保険診療でのリンパ浮腫外来**」を開設しました！今回は、リンパ浮腫の治療法と当院のリンパ浮腫外来の紹介をします。

リンパ浮腫の治療法は？

当院のリンパ浮腫ケア外来では、国際リンパ学会で標準治療と認められている『**複合的理学療法**』に基づき治療を行っています。

ポイントは**4つ**です！

- ① スキンケア(朝晩の保湿)
- ② リンパドレナージ
- ③ 圧迫療法
- ④ 圧迫下での運動療法

◎『複合的理学療法』

弾性着衣や包帯による圧迫、圧迫した状態での運動、皮膚をやさしくさすってリンパ液の流れを助けるリンパドレナージ、スキンケアおよびセルフケアを**組み合わせた治療の方法です。**

リンパ浮腫を早めに改善して悪化させないことを目的としています。

保険診療で受ける

リンパ浮腫外来

2022年4月より、完全予約制で「**保険診療によるリンパ浮腫外来**」を開設しました！

セラピストと共に乳腺外科の大城医師が、**水曜日の午前に診察**を行います。
対象者は乳腺外科・婦人科の患者さんです。

リンパ浮腫の状況を診察し、必要に応じて弾性着衣装指示書を作成しています。

診察が終了した方でも、おひとりで悩まず、まずはご相談ください。

自費診療で受ける

リンパ浮腫ケア外来

「**自費診療でのリンパ浮腫ケア外来**」は、**水曜日午後・金曜日に完全予約制**で行っています。

特に乳がん・婦人がんの手術後にリンパ浮腫を発症した患者さんが、

セルフケアが行えるようにサポート

しています。ケアを担当するのは、リンパ浮腫の専門的ケアを学んだリンパ浮腫セラピストです。

リンパ浮腫ケア外来（自費診療）

初回	4,400円(90分)
指導・相談	3,850円(60分)
リンパドレナージ	4,400円(60分)

近年、リンパ浮腫に対する外科治療の選択肢として「**リンパ管吻合術**」が行われています。ご興味のある方は、乳腺外科主治医にご相談ください。当院の形成外科より手術可能な病院に紹介させていただきます。

医療リンパドレナージセラピスト 真野 綾子

市立貝塚病院 TEL: 072-422-5865