

術後のむくみ 見逃すな

乳がんや子宮がんの手術の後遺症などで手足がむくむ「リンパ浮腫」＝キーワード。命にかかわるわけではないと軽視されがちだが、手術後の生活の質を保つためには早期に適切な治療を受けることが重要だ。正しいケアができる人材を育成したり、保険で患者の経済的負担を軽減したりという動きが広がっている。（平塚史歩）

「ちょっと力が入りますね」。太ももの内側をマッサージする患者の手の上に、リンパ浮腫の専門ケアの教育を受けたセラピストが自分の手を添える。ゆっくり動かしながら「この方が皮膚がよく伸びているのが分かります? 皮膚が伸びると、リンパの流れが良くなるんですよ」。

4月末、東京都大田区の藤学園付属マッサージ治療院で開かれたセルフケア講習会。初めて参加したという茨城県の女性(74)は48歳の時、子宮体がんの手術で子宮などを摘出、リンパ節も切除した。3、4年ほど前、急に右

足がむくみ出し、リンパ浮腫を診断された。新聞で治療室を知り、日曜午後も流子の診療室は自宅から遠く、全額費用で1回1万円程度かかるため、それ以外は毎朝、自分マッサージする。「自己満足」とどうしても力を入れて自分で動かしてしまった。教えてみてよく分かった」

リンパ浮腫に悩む人は今に10万人以上と言われるが、治療できる医療機関や専門知識を持つ医療関係者は不足している。間違ったケアをす

く、手術の前後にきちんと明を受けられない患者

「患者自身じである日常の」と説いたと話す。もい

田　弾性着衣が減った。が小さくなつていた。

（北）こうした結果をもとに北さんは今年、国内初の料国調の根拠に基づいた「リンパ腫診療ガイドライン」を出した。さらに患者らとも溝をして、弾性着衣の保険適用国に求める運動を開始。

前や
いて
つた
るり
るり
つた
。

患者

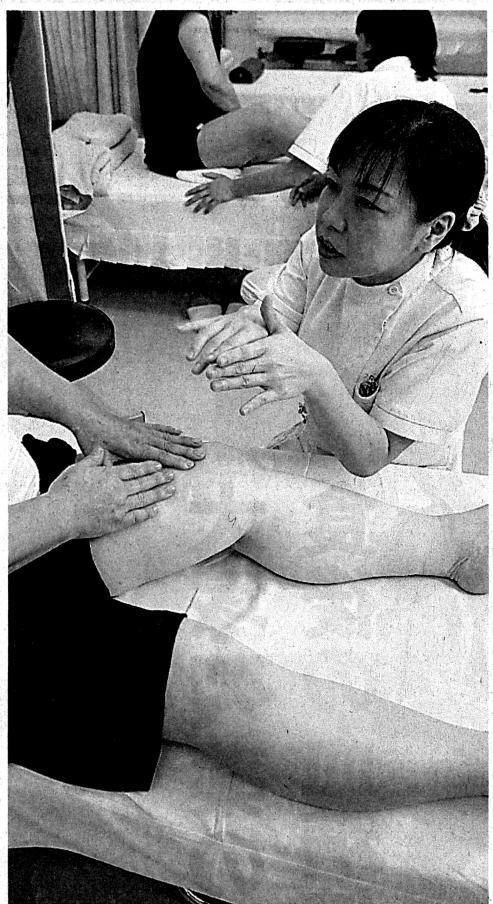
や手を心臓より高い位置に
おさえることを助言している。
が保険適用に

**専門ケアは
1回1万円
自己流で症状悪化も**

防として、一晩失を避ける。「重い物を持たない」などと提案。むくんでしまった場は、就寝時に枕などを利用する。

人材育成が課題

法人「日本浮腫指導技能者
協会」は医師、看護師、理学
療法士を対象に年に2回、12
日間の講座を開き、リンパ浮



リンパ浮腫をやわらげるための正しいマッサージの指導を受ける患者(左)＝鈴木好之撮影

- リンパ浮腫指導技能者養成協会 <http://lymph-academy.com/>
 - 日本医療リンパドレナージ協会 <http://www.mlaj.jp/index.html>
 - 九州中央病院リンパ浮腫センター http://kyushu-ctr-hsp.com/NYUSEN/O_SIRASE.HTM
 - 後藤学園付属リンパ浮腫研究所 <http://www.lifence.ac.jp/treat/gcli/index.html>
 - むくみのページ(広田内科クリニック) http://www.mukumi.com/02_01.html



83年生まれ。05年、作業療法士の資格を取得し、亀田メディカルセンター亀田総合病院に勤務。07年から現職。日本作業療法士協会、日本緩和医療学会会員。

作業療法士 田辺 稔子さん

患者を 支える人タ

②希望に合わせ自助具作りも

千葉県鴨川市の亀田総合病院には緩和ケア科がある。がんの進行度にかかわらず、体の痛みや不快な症状、心のつらさをやわらげるための外来で、多職種のコメディカルの人たちによる緩和ケアチームで対応する。07年からはリハビリテーションも重要視され、理学療法士や作業療法士も加わるようになった。

理学療法士は主に基本動作（ベッドから起き上がる、立つ、歩くなど）について、作業療法士は日常生活動作（食事・着替え・移動・排泄・姿勢や整髪・入浴など）についてリハビリを担当する。亀田総合病院では、それにとらわれずに、病気の進行度に応じて担当を決めている。

作業療法士の田辺瑠子さんは（26）は、病状が末期でベッドで生活する患者がどうすれば痛みなく寝返りや起き上がり、着替えができるか、車いすやポータブルトイレへ、車いすから便器へ移れるかといった課題を患者や家族に指導する。

スプーンを握る、はしでそばを食べる、髪をとく、ペンを持つ。そんな生活の基本的な動作で不自由なことがあれば、補うための自助具の使い方を教えた

作つたりする)こともある。患者は、自分の体が思うようにならないと、気持ちが沈みがちになる。だが、一人でできることが増えると希望がわき、表情に変化が表れると言う。「患者さんの目に力が入り、『今日はこうしたい』『これから、こんなことができれば』という言葉が出てくるようになります」緩和ケア科のリハビリを受けた患者の2割弱が一時帰宅したり、退院したりできた。