

# 待望のリンパ浮腫セルフケアの専門書!

ご自宅でできるセルフケアのしかた、炎症時の対応法など、  
毎日の生活に役立つ内容が平易にイラスト入りで解説。

## リンパ浮腫治療の セルフケア

好評  
発売中!

真泉会第一病院名誉院長・徳島大学名誉教授 加藤逸夫＝監修  
後藤学園附属医療施設リンパ浮腫治療室室長 佐藤佳代子＝著

発症したリンパ浮腫は完治させることは困難ですが、正しい治療法を選んで継続することにより、健康な生涯を送ることができます。したがって、治療のセルフケアのしめる役割は極めて大きく、本書は子宮癌、乳癌、放射線療法後などに生じる四肢のリンパ浮腫治療に対する最高の手引書です。著者はわが国のリンパ浮腫セラピストの第一人者であり、最高のテクニックの持ち主です。多くのイラストと写真で極めて実際的でわかりやすい構成と内容で、ご自宅でできるリンパ浮腫治療に関するセルフケアのしかたを伝授します。患者さんやその家族、看護師やセラピストはもとより、この分野の医療従事者におすすめの1冊です。



B5判/176頁/2色・4色刷  
定価3,990円(本体3,800円+税5%)  
ISBN978-4-8306-4330-9

## ■ 主要目次 ■

## 皮膚のしくみ

- ・細胞のちからと循環のしくみから生み出される“物質代謝”
- ・皮膚のはたらき
- ・皮膚の構造

## 循環器系のしくみ

- ・循環器系のしくみ
- ・血管系のしくみ

## リンパ系のはたらきを学ぼう

- ・免疫をつかさどるリンパ組織
- ・リンパ液の輸送を担うリンパ管系
- ・表在リンパ管系のしくみ
- ・リンパ節
- ・主要なリンパ節の名称
- ・体液区分線（リンパ分水嶺）
- ・リンパ連絡路
- ・深部リンパ管系のしくみ

## リンパ浮腫について学ぼう

- ・浮腫について
- ・浮腫の分類
- ・むくみの成り立ち
- ・リンパ浮腫について
- ・原発性リンパ浮腫
- ・続発性リンパ浮腫
- ・リンパ浮腫の症状
- ・発症の時期
- ・みて、触って、確かめる！
- ・初期に発症しやすい部位
- ・生活のなかで変わったことや抱えている悩み

## 治療法 複合的理学療法について

- ・治療全体の流れ
- ・効果をもたらす4つの柱のコラボレーション
- ・時間的な分類
- ・治療症例
- ・適応と禁忌

## 治療をはじめのまえに

- ・スキんチェック
- ・蜂窩織炎（ほうかしきえん）
- ・急性皮膚炎
- ・浮腫の状態を知る 確認テスト

## 医療徒手リンパドレナージ療法について

- ・マッサージの環境づくり

- ・マッサージの手技について
- ・基本手技
- ・リンパうっ滞性線維症に対するほぐし手技
- ・特殊なマッサージ法
- ・各部位のマッサージ
- ・誤ったマッサージ法
- ・マッサージ中の変化
- ・マッサージ手順の考え方
- ・前処置
- ・患肢のマッサージ
- ・後処置
- ・おおよその目安としてのマッサージの時間配分
- ・症状別のセルフマッサージ手順について
- ・腕のリンパ浮腫に対するセルフマッサージの手順（右腕にむくみがある場合）
- ・脚のリンパ浮腫に対するセルフマッサージの手順（左脚にむくみがある場合）
- ・下腹部および外性器のセルフマッサージ
- ・頭頸部リンパ浮腫に対するセルフマッサージ
- ・静脈性および廃用性浮腫のセルフマッサージ

## 圧迫療法について

- ・弾性包帯と弾性圧迫衣
- ・段階的に考慮された圧バランス
- ・時間的な分類（症状に応じて）
- ・バンテージ療法について
- ・医療用品の素材
- ・状態に合わせてより安心して行うために
- ・高血圧の方には
- ・静脈疾患を合併している方には
- ・患肢に麻痺がある方には
- ・両側にむくみがある場合には
- ・基本となる包帯の巻き方
- ・圧の調節について
- ・圧迫補助スポンジの使用と作成法
- ・セルフバンテージの方法
- ・誤った包帯の使い方
- ・包帯を巻いたあと
- ・弾性包帯の手入れと保管のしかた
- ・弾性圧迫衣（弾性スリーブ/ストッキング

グ/マスクなど)

- ・素材と編み方
- ・医療用と美容用の弾性圧迫衣の違い
- ・「静脈疾患用」と「リンパ浮腫用」の弾性圧迫衣について
- ・特注品と既製品
- ・圧クラスについて
- ・サイズについて
- ・弾性圧迫衣の種類
- ・選択のポイント
- ・着用前のスキンケアについて
- ・使用時の注意点
- ・着脱時のポイント
- ・弾性圧迫衣の着脱方法
- ・不適切な弾性圧迫衣について
- ・弾性圧迫衣を着用するときに
- ・弾性圧迫衣の手入れと保管のしかた
- ・実際の品質保証期間（耐久性）について

## 運動療法について

- ・日常生活において
- ・スポーツを応用して
- ・運動療法の実例（参考）

## 合併症の対処法

- ・リンパ小疱・リンパ漏
- ・真菌症（水虫）などの皮膚感染症
- ・下腿潰瘍（慢性静脈不症による）
- ・急激にむくみが増強したとき
- ・痛みや感覚異常
- ・炎症徴候
- ・蜂窩織炎
- ・急性皮膚炎
- ・冷却方法（佐藤式冷却法）
- ・炎症後の過ごし方

## 毎日のスキンケア

- ・皮膚の潤いと清潔を保つ
- ・外的要因から皮膚を守りましょう
- ・こんなときは医師に相談しましょう！

## 日常生活において

- ・具体的な日常生活上の留意点（参考）

## 定期的に記録しておきたいこと

- ・記録する内容
- ・周囲診計測

## 書籍注文書

本書のご注文は、下記に必要事項をご記入のうえ、お近くの医学書専門店、もしくは医学書取扱書店にてお申し込みください。なお、お近くに医学書取扱書店がない場合は、直接弊社外商部宛に注文書をFAXするか、もしくはお電話にてお申し込みください。（弊社にご注文いただいた場合は、別途送料がかかります。何卒ご了承ください）

株式会社文光堂書店 外商部 行

〒113-0033 東京都文京区本郷7-2-14  
TEL: 03-3818-7621 / FAX: 03-3817-0472  
URL=http://www.bunkodo.jp

リンパ浮腫治療のセルフケア

定価 **3,990円** (本体3,800円+税5%)  
ISBN978-4-8306-4330-9

冊

フリガナ

〒

お電話番号

お名前

ご送付先