

ナース専科セミナー
株式会社ジャンパール協賛
「生活と治療をつなぐ 乳がん術後のセルフケア」

開催報告書

2013年11月2日(土) 開催

会場:ベルサール神田
参加者:看護師 71名

生活と治療をつなぐ 乳がん術後のセルフケア

10:00 開場

10:30～10:50 はじめに 乳がん術後患者のセルフケアを支援する
患者指導の重要性と、指導に際してのチェックポイント
金井久子先生 聖路加国際病院 乳がん看護認定看護師

11:00～12:00 第1部 乳がん術後の傷跡とスキンケア
事例：手術、放射線治療、化学療法で生じる傷跡のケア
土井卓子先生 湘南記念病院 かまくら乳がんセンター センター長

13:00～13:15 バイオイル 製品ご紹介
宮地優美子様 株式会社ジャンパール マーケティング部PR課長代理

13:15～14:15 第2部 リンパ浮腫治療とケア
リンパ浮腫の予防と治療
佐藤佳代子先生 後藤学園附属リンパ浮腫研究所 所長

14:25～15:25 第3部 乳がん術後セルフケアの指導方法
医療リンパドレナージュ／セルフケア指導の実際
佐藤佳代子先生 (同上)

15:35～16:35 第4部 ボディイメージの変化の受容へのサポート
～補正下着・パッドの活用～
大野朋加先生 千葉大学医学部附属病院 乳がん看護認定看護師

16:35 終了



【はじめに】10:30～10:50
乳がん術後患者のセルフケアを支援する

金井久子先生 聖路加国際病院 乳がん看護認定看護師

セミナーの最初の講義は、座長の金井先生から始まりました。「乳がんの術後の現状」「セルフケアとは」「術後の患者さんの合併症」「セルフケアを行うために必要な情報」について、お話いただきました。入院期間が短期化する中、術式が多様化し、術前化学療法を受けて副作用が残っている患者さんもある最近の乳がん治療の現状を踏まえて、術後のセルフケアの必要性や、看護の役割・患者さんへの指導のポイントについてご説明がありました。乳がん看護最先端の現場からのお話には説得力がありました。

【第1部】11:00～12:00
乳がん術後の傷跡とスキンケア

土井卓子先生 湘南記念病院 かまくら乳がんセンター センター長



乳がんの専門医として、たくさんの患者さんに接している土井先生。女性ならではの患者さん目線に立った乳がん治療について、熱く語っていただきました。

まず、乳がん患者をとりまく現状と治療について、わかりやすく説明されました。最新の治療では、乳房温存の比率が上がり、乳房を再建される方も増えているそうです。また乳房を切除したり再建した場合、傷跡の大小もありますが、血流が悪くなり、汗腺や皮脂腺もダメージを受けることが多いため、スキンケアが大切になります。肌を清潔にして十分にケアされた肌は、よく伸びるようになって、乳房再建もきれいにできるようになります。また、放射線治療やホルモン療法・化学療法の際に、皮膚障害が起こることがあり、その際のスキンケアの重要性を強調されました。またバイオイルを使って、肌の乾燥、色素沈着、ケロイドの改善・皮膚の伸展性に効果を実感されたことを、症例を挙げてご紹介されました。

最後に、「肌障害は起こす前に、まず起こさない！スキンケアをするかしないかで、抗がん剤治療を続けられるか変わってくるので、予後に影響があると私は信じます」という言葉で講義を力強く締めくくられました。また、特別講義として乳がんの自己検診や指導についてご説明くださいました。



【バイオイル 製品ご紹介】13:00～13:15

宮地優美子様 株式会社ジャンパール マーケティング部PR課長代理

土井先生の症例でも使用された「バイオイル」について、PR担当の宮地様から、効果・成分や使い方について詳しくご紹介されました。バイオイルは、「保湿して見た目の軽減を助ける化粧品」で、保湿はもちろん、傷跡ケアやエイジングケアにも効果があるとご説明いただきました。特に、「傷跡ケア」では手術跡や放射線の跡の他に、切り傷・すり傷跡、ニキビ跡、妊娠線（ストレッチマーク）、虫刺されの跡などにもお使いいただけるとのこと。傷跡への臨床試験結果について、症例を交えながら改善の様子をお話いただきました。

※当日は参加者全員に、バイオイルのミニボトルがプレゼントされました。

【第2部】13:15～14:15

リンパ浮腫治療とケア

佐藤佳代子先生 後藤学園附属リンパ浮腫研究所 所長



日本におけるリンパ浮腫治療の第一人者の佐藤先生。リンパ浮腫を完治させることは難しいのですが、患者さんが完治に近い良い状態に生まれ変わる治療を実践されているそうです。

リンパ浮腫には原発性（先天性）と続発性（がん治療や放射線や外傷などによるもの）の2つがあります。日本ではリンパ浮腫は治らないものと言われてきました。しかし、2008年にリンパ浮腫が保険適用になり、この考えは大きく変化してきているそうです。佐藤先生は、術後の症状や合併症（蜂窩織炎）についてスライドでわかりやすく説明され、「医師の指導下で早期からの適切な診断と治療が重症化を防ぎます」と強調されました。また、皮膚の保湿の大切さについても触れられ、バイオイルについて手ごたえを感じていると言及されました。

次に、医療用リンパドレナージの基本の手技とマッサージ手順、圧迫療法、禁忌についても詳しく教えていただきました。



【第3部】14:25～15:25

乳がん術後セルフケアの指導方法

佐藤佳代子先生 後藤学園附属リンパ浮腫研究所 所長

講義の後半は、看護師が患者さんに指導するための実践方法を講義いただきました。術後のセルフケアは、その方の症状に合わせて適切な方法でやるのが重要です。初期段階では保湿剤を使いながらセルフケアで和らげることができるので、無理せず行うことをおすすめしますとお話がありました。基本の手技「皮膚をずらす」「リンパを流す」マッサージを、実際に佐藤先生が参加者全員の腕を圧迫しながら教えていただき、現場の実践指導に役立つと大変好評でした。セルフケアの手順や部位、皮膚を傷めないやり方について、練習を交えてコツを教えていただきました。最後に、つけにくいと言われる弾性スリーブのつけ方の指導のコツも、参加者に協力いただきながらわかりやすくご説明いただきました。



【第4部】15:20～16:20

ボディイメージの変化の受容へのサポート

大野朋加先生 千葉大学医学部附属病院 乳がん看護認定看護師

セミナーの最後は、大野先生による乳がん患者さんの身体におこる変化と、看護師がどのようにアセスメントをして、ケアに関わっていくかについての講義がありました。ボディイメージとは「人が自分の体を持つイメージで、自己が持つイメージと他者の自分に対する評価が合わさったもの」です。術後のボディイメージの変化を患者さんがどのように受けとめているのかによって、様々な障害が出てくる場合があります。看護師のサポートが必要になるというお話がありました。また、術式や好みに合わせた様々な補正下着とパッドについて、特徴や活用の方法・選び方について詳しくご説明いただきました。参加者は、休憩時間にワコール様やKEA工房様の展示ブースに立ち寄られ、展示製品を実際にご覧になりながら、熱心に説明を受けていらっしゃる姿が印象的でした。