

がん看護専門看護師から説明!

リンパ浮腫に対する保存療法



安永 浩子

緩和ケアセンター
がん看護専門看護師
副看護師長
やすながひろこ

① リンパ浮腫複合的治療

この治療は、「スキンケア」、「リンパドレナージ」、「圧迫療法」、「圧迫しながらの運動療法」、「日常生活で気を付けること」を組み合わせて行います。

● スキンケア ●

- 皮膚を傷つけない：虫刺され、深爪、日焼け、けがに注意します。
- 皮膚の潤いを保つ：保湿クリームで潤いを保ちます。
- 清潔を保つ：石鹸の泡で包み込むように優しく丁寧に洗います。

● ドレナージ ●

リンパドレナージは、溜まったリンパ液を正常に働いているリンパ節に誘導する方法で、皮膚をゆっくりずらしていきます。



● 圧迫療法 ●

リンパ浮腫の患肢を、弾性包帯（バンテージ）や弾性着衣（ストッキングなど）で持続的に圧迫することにより、リンパの流れを良くします。

● 圧迫しながらの運動療法 ●

弾性着衣を着けて運動すると筋肉の伸縮がリンパ管に作用し、リンパの流れが更に良くなります。圧迫しながら日常生活を送りましょう。



● 日常生活で気をつけること ●

- 浮腫んでいる脚または腕に負担をかけず、寝る時には少し高く上げます。
- 締め付けない下着や靴を選びます。
- 体重が増えるとリンパ管が脂肪に圧迫されて流れが悪くなります。適正体重を保つことは重要です。

② リンパ浮腫外来を受診するには

まずは、今、診療を受けている医師や看護師に相談し、リンパ浮腫外来を受診してみましょう。初回診察で問診や計測、必要に応じてエコーやリンパシンチなどの検査を行い診断します。リンパ浮腫の程度とご希望に応じて入院治療を計画します。

リンパ浮腫外来のご案内

診療時間

毎週月曜日午後13時～16時30分[予約制]

担当者

形成外科部長 大島医師、形成外来看護師
リンパ浮腫複合的治療技術者 安永がん看護専門看護師

③ 入院による複合的治療のスケジュール

複合的治療は、約2週間のスケジュールです。セラピストによるドレナージや圧迫療法に加えて、ご自分でもケアできるよう支援します。

自分のケアが自分でできれば、安心した生活を送ることができます。



セラピストによるドレナージと圧迫療法

入院 ----- 約2週間

ドレナージができるようになる

弾性包帯を巻けるようになる

弾性ストッキングを履けるようになる

8000歩目標! 毎日歩きます (医師の許可があればこの丸公園内)
必要な方はダイエットやリハビリ

スキンケア (保湿・保護・保清)



くす通信

第236号

2020年10月1日

国立病院機構熊本医療センター 発行

形成外科より

リンパ浮腫に対する手術療法

がん看護専門看護師より

リンパ浮腫に対する保存療法

10月



「くす(樟)」の由来について

くす(樟)は常緑の広葉樹で、熊本城内に多く見られます。種々の精油成分を含み、良い香りがします。樟脳をはじめ色々な薬用成分が抽出されるなど有用な薬用樹でもあります。

また、くすし(薬師)とは、医師のことを指し、くすしぶみ(薬師書)は医術に関する書物のことを言います。

本誌はこの「くす」にあやかり、健康な生活を送るために情報を提供しております。お気軽にお読み下さい。

リンパ浮腫に対する手術療法

形成外科部長
おしま ひでお
大島 秀男

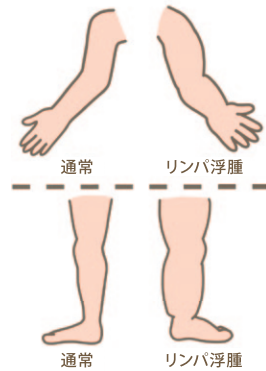


リンパ浮腫とは

リンパ浮腫とは、何らかの理由でリンパの流れが悪くなることにより、アルブミンなどのたんぱくを高濃度に含んだリンパ液が皮下に貯留したものです。リンパ浮腫の90%はがん治療に伴うリンパ節郭清や放射線治療によるリンパ機能低下が原因です。乳がん術後の10人に1人、子宮がん・卵巣がん術後の3人に1人に発症するといわれています。

リンパ浮腫の症状

リンパ浮腫の症状は、静脈が見えにくい、皮膚のしわが寄りにくくなる、腕や脚がだるい、指で押すとあとが残る、皮膚が乾燥しやすい、毛深くなる、関節が曲がりにくいなどがあげられます。



がん治療後のリンパ浮腫は、早期に発症する場合もあれば、数年以上経過して発症する場合があります。いずれの場合も放置していると皮膚は硬くなり、皮下脂肪の肥大化が起きて腕や脚が重くなり、疲れやすくなります。

リンパ浮腫の検査

当院ではリンパ浮腫が疑われる患者さまには、リンパシンチグラフィーを行い、リンパ浮腫とその他の疾患との鑑別、リンパ浮腫の病期診断を行っています。この検査は手術適応や治療効果を判断する上で重要な検査になります。

また蛍光色素を使用したリンパ管造影検査では近赤外線カメラで直接リンパ液の流れが見えるため、リンパ液の逆流や手術に適した拡張したリンパ管を見つけることができます。

リンパ管静脈吻合術

リンパ節の切除、放射線照射などにより腋の下やお腹の中でリンパの流れが悪くなると、腕や脚でリンパ管は拡張してきます。そのリンパ管を静脈につなぐことによりリンパ液を心臓に戻す手術です。リンパシンチグラフィーや蛍光リンパ管造影検査でリンパ管機能が残っている患者さまに適応があります。特に蜂窩織炎をくり返す方やリンパ小疱のある方に推奨されています。

手術前にリンパ管と静脈の走行を確認してつなぐ部位を探しておき、3cm程度の皮膚切開からリンパ管、静脈を見つけます。顕微鏡下にリンパ管と静脈を細い糸で吻合することにより、リンパ液が閉塞したリンパ管を迂回して静脈に流れるため、手術により浮腫の軽減、悪化の予防が期待できます。1回の手術で3カ所くらいリンパ管と静脈をつなぐようにしているため、手術は3~4時間かかりますが、出血や痛みはほとんどなく体への負担が少ない手術です。手術後は弾性着衣による圧迫療法を行って排液を促し、手術効果を高めるようにします。

リンパシンチグラフィーについて

- ・浮腫がある部分のリンパ管の動きや、どのくらいむくみがあるのかを知るための検査です。
- ・皮膚の下などに微量の放射線を出すお薬を注射します。放射線の量は微量なので、健康に問題はありません。
- ・お薬はリンパ管に取り込まれます。
- ・注射後、ガンマカメラという特殊なカメラで撮影するとリンパの流れが正常かどうか目で見て分かるようになります。

休憩を間に入れながら、何度か撮影を行います。
60分~90分かかります。



リンパ節郭清とは…?

手術の際に、がんを取り除くだけでなく、がんの周りがあるリンパ節を切除することです。がん細胞はリンパ節を通して全身に広がっていく性質（リンパ行性転移）があるため、がんが転移している可能性がある部分を取り除いて、再発を防ぐためにを行います。



国立病院機構熊本医療センター

- 診察日 月曜日～金曜日
 - 休診日 土・日曜日及び祝日
年末年始（12月29日～翌年1月3日）
 - 受付時間 8：15～11：00
- 〒860-0008 熊本市中央区二の丸 1-5
TEL 096 (353) 6501 (代表)
FAX 096 (325) 2519
H P <https://kumamoto.hosp.go.jp/>

※ 形成外科のみ受付は、水曜日以外の13:30～16:30となります。
※ 一部の科では、午後に予約診療を行っていますが、新患、予約のない方の午後診療は行っておりません。急患はいつでも受診できます。