

乳がんの手術を受ける患者へ のアピアランス支援

平成29年11月2日

松江赤十字病院

乳がん看護認定看護師

横地恵美

- がん治療に伴う脱毛・乳房切除・色素沈着・浮腫などの外見(Appearance)の変化は、患者に苦痛を与え、Quality of life(QOL)を害する。
- 医療技術の進歩や通院治療の整備に伴い、仕事を継続しながら治療する患者が増えている現代において外見の問題の支援のニーズは高い。
- アピアランス支援は医療者が備えておくべき支持療法と一つであるといえる。

乳がん患者さんの悩み

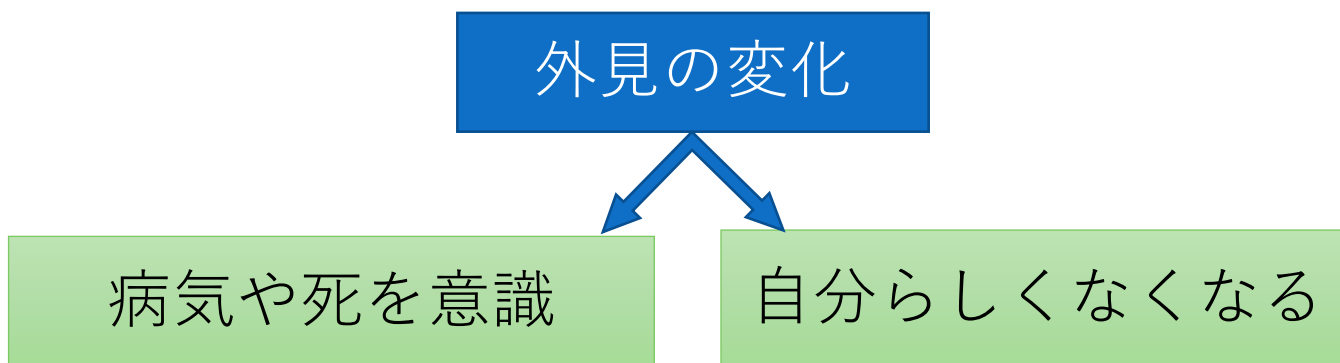
乳がん患者の治療に伴う身体症状の苦痛TOP20（n=174）

順位		順位	
1	髪の毛の脱毛	11	便秘
2	手術による乳房切除	12	足の爪の剥がれ
3	吐き気・嘔吐	13	だるさ
4	指のしびれ	14	口内炎
5	全身の痛み	15	発熱
6	眉毛	16	足のむくみ
7	まつ毛	17	手の爪の剥がれ
8	手術による体表面の傷	18	味覚の変化
9	手の爪の割れ	19	顔のむくみ
10	手の爪の二枚爪	20	しみ・くま

臨床で活かすがん患者のアピアランスケアP5より引用

外からわかる身体症状が6割を占めている。

なぜ外見による苦痛が大きいのか？



人間関係が変化してしまうのではないかと不安

行動の制限、精神的健康度の低下

患者さんの外見の悩みは社会との接点の問題！

医療者は何を支援すべきか？

医療の場で外見をサポートするゴールは
「患者さんと社会をつなぐこと」

家族を含む人間関係の中で
今まで通り
その人らしく生き生きと
過ごすこと



を支援していく。

乳がん術後の 乳房の補整へのケア

乳房の補整の目的

- 外見を整える
- 身体の重心のバランスを整える
バランスを整えることで腰痛や肩こりを予防することができる
- 外的衝撃から創部を守る
- 創部の保温

術直後から1ヵ月程度の下着

手術後 1 ～ 2 か月までは、術後に使用した胸帯とパットの代わりにハンカチやガーゼなど柔らかく創部に当たっても刺激の少ないものを使用し補整をしましょう。



前開きタイプ



軽量パッド



手作りパッド

前開きタイプやゆったりとした
つけごこちのもの

全摘出をされた方は、パッドは軽
めのタイプや手作りパッド

手術後 1 ～ 2 か月経過し、創部の状態がよければやや重みのあるパッドを使用して補整下着を着用もよい。

補整下着の特徴

肩ひも

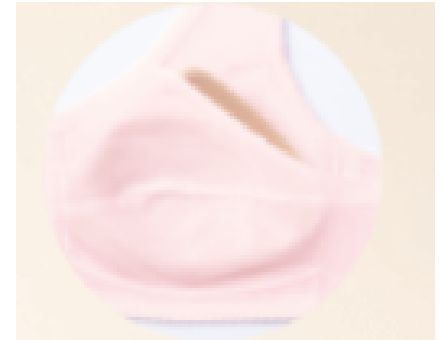
幅広仕様のストラップで肩へのくい込みやずれを軽減

胸開き

市販のブラジャーより胸もとの開きぐあいが小さい

ポケット

カップの裏側にパッドが入る大きなポケット付き



ストラップ調節金具

術部に刺激を与えないよう背中側に

脇部分の開き

バスト全体を包み込むよう脇部分を高めに設計

後ろ調節金具

体調に合わせて調節できる3段階



事例①



元々ボディースーツを着ていたから、
やっぱり術後も
ボディースーツが
着たいわ。

締め付けな
いから楽な
のよ。

Aさん70歳代
専業主婦

ボディースーツって締め付けるイメージがあるけどリンパの流れを妨げてあまりよくないのでは？

どんな理由でボディースーツが好きなんですか？

逆に締め付けないところがいいんだ。
確かに下着の跡もついていない。

下着の跡もつかないくらい柔らかいものなんですね。今まで使っておられたものでもいいかもしれませんね。
やってみましょう。



外来受診時



どうかしら？

外見からはわからないくらいうまく補整できているな。

いい具合に補整できましたね。

肯定的フィードバック



今まで使っていたボディースーツにパットを入れるポケットを縫い付けてみたの。

満足感

事例2



退院したらすぐに仕事に出ようと思います。どんな下着を使ったらいいですか？

ネットも使いたくないし、手づくりも嫌。

Bさん40歳代 既婚
夫、20歳代の娘と同居
様々な不安あり

これなら
できそうかな。
ありがとう。

仕事はどんな服装で
されるのですか？

患者さんの価値観、利用で
きる資源の活用など、
一緒に方法を考える

娘さんにも協力しても
らいましょう。



アピアランスケアは製品紹介ではない

年齢、職業、趣味など生活背景も様々であり、患者さんが何を望んでいるのか知ることが必要。

支援

一緒に方法を考える

快適に過ごすための工夫の提供

肯定的フィードバック

患者自身が自分なりに対処できたことを感じる

患者さんと社会をつなぐこと

- 当院では入院中にパンフレット等を用いて補整の方法について説明している。
- 術後1～2ヵ月程度経過し、仕事など社会活動に参加することで、悩みなどが出現する可能性もあり継続的な支援が必要である。
- 島根県には補整下着の販売店はなく、2か月に1回 下着会社の病院訪問にて、相談会・販売を行っている。
- 連携の患者さんで乳房の補整のなど困られることがあればご相談ください。

ご清聴ありがとうございました



ピボンちゃん
(松江赤十字病院ピンクリボン運動キャラクター)