



バストラインの補整について

「乳房の手術を受けられる方へ」別冊

ブレストケアチーム

手術後の下着について

術後の下着

手術後から創部の状態が落ち着く1～2か月の間は、術後の創部の保護のためにワイヤー無しの柔らか素材のものをお薦めします。また、創部の痛みやつっぱりから腕が上がりにくい場合もあり、前開きタイプが着脱しやすいです。

当院の売店で、下記の胸帯を販売しています。

商品名：ホスピタブルロング

サイズは、S M L LL 3L

試着できますので、外来または病棟看護師にお尋ねください。



カラー：モカ

マジックテープの前開きで着脱も簡単



縫い目、タグ、アンダーゴムが外にあり、肌を刺激しないタイプ

放射線治療後約1か月までは、皮膚が弱くなるので、手術前に購入していただいた胸帯をご使用されるとよいでしょう。

お知らせ

2か月に1回、下着会社の病院訪問があり、相談・販売を行います。

場所：8階東病棟の診察室

時間：10時～11時

日程等、詳しいことは、外来・病棟の掲示板に掲示しております。
わからないことは看護師にお尋ねください。

乳房の手術を受けられた方へ

術後の経過はいかがですか？

手術の影響で、手術した側の胸が多少腫れるため反対側に比べ大きくなりますが、自然と腫れもひいていきますので、心配はいりません。

退院して傷の状態が落ち着いてきたら、胸帯ではなくブラジャーなどの下着も着用できるようになります。

手術の方法によって、下着の選び方も違いますのでご紹介します。

手術を頑張られたあなたへ

是非、おしゃれをして出かけてください。

あなたが、笑顔で生活できることを願い、私たちは、いつでもあなたを応援しています。

何かお困りのことがありましたら、病棟・外来看護師に声をおかけください。

補整下着について

1：補整の目的

- ①身体の重心のバランスを整える
- ②外見を整える
- ③外的衝撃から創部を守る
- ④創部の保温

バランスを整えることで腰痛や肩こりなどを予防することが出来ます。

2：術後の経過による下着の選び方

術後の経過	適した下着
手術～ 術後1か月	傷の保護のために柔らか素材の胸帯をお勧めします。（当院の売店にて販売） ハンカチやストッキングなど軽くて柔らかく傷の刺激になりにくいもので膨らみを作りましょう。
術後1か月～	温存術後の方：今まで使用されていた下着を付けられて構いません。 全摘術後の方：ワイヤーのない胸全体をカバーでき、パット（人工乳房）を入れるポケットがある下着を使用するとよいでしょう。（重さのあるパットを使用されて構いません。） パットに関しては、P.7をご参照ください。

傷跡の痛み、放射線治療中、終了後で皮膚トラブル等ある場合は、皮膚の保護を優先に考えましょう。詳しくは、次のページ以降を読んでください。

放射線治療を受けられる方へ

創部の経過がよければ手術1か月過ぎた頃から放射線治療が始まります。（治療計画によりこの限りではありません）



放射線治療を受けると、日焼けと一緒に皮膚が弱くなります。そのため治療期開始から終了後1か月くらいは、手術後に使用されていた胸帯の着用がよいでしょう。

もし、放射線治療中にブラジャーを使用される場合は、ワイヤーなしでゆったりサイズのものをお勧めします。カップ付のキャミソールタイプも使いやすいです。下着の跡がつかない・締めつけない下着を選びましょう。治療のため肌にマジックで印をつけたとき、下着に色移りすることがあります。気になるようであれば、濃い色のものを用意されるとよいでしょう。



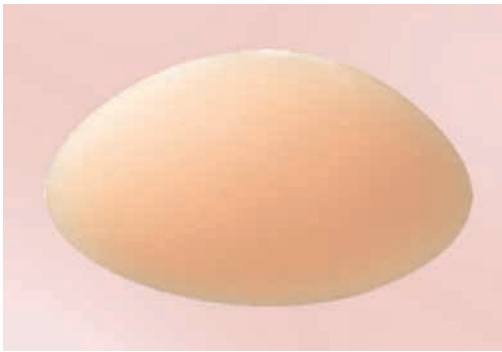
見本がありますので、ご希望の方は看護師にお尋ねください。

乳房温存術を受けられた方

手術または放射線治療終了後1か月経過していれば、今まで使用されていた下着（ワイヤー入りのブラジャーも可）で構いません。

ただ、手術の傷跡の痛みや放射線治療の影響による皮膚トラブルがあり、補整下着をつけることが不快な方は、今は皮膚の保護期と考えていただき術後や放射線治療中に使用していた下着を使用されるとよいでしょう。

ご自分の下着を使用してみて、左右差がある、変形があってブラジャーが合わない等ある場合は、パットなどを使用し補整をします。



シリコンパット：必要な部分に向きを合わせて使用できます



乳房切除術を受けられた方

手術または放射線治療終了後1か月くらいまでは、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。

創部の状態がよければやや重みのあるパットを使用して補整下着を着用してみましょう。

補整下着の特徴

- フルカップのもの
- カップ裏にパットを入れる大きなポケット
- 肩ひもが太いもの
- 横幅の広いもの
- 調整金具が背中側にあるもの

胸開き・脇部分の開き

市販のブラジャーより開きぐあいを小さく設計。バストをしっかり包み込んで安定感があります。

肩ひも

幅広で安定感があり肩への負担がかかりにくいデザイン。

肩ひも調節金具

手術あとに当たらないように背中側に設計。

後ろ調節金具



ほとんどの製品に調節幅が大きい3段調節を採用。



ワコール リマンマホームページより：www.wacoal.jp/remamma

補整パットについて

補整パット（人工乳房）の素材と特徴

素 材	特 徴
ウレタンフォーム (スポンジ製)  ユコー 内部にジェル ユコー	<ul style="list-style-type: none"> ・シリコン製より軽いので、日常生活のリラックスしたいときなどに好まれる ・価格は比較的安い ・軽いのでずれやすく、身体のバランスを整えるには不十分 ・肌に直接張り付けて使用する粘着型パッドもある ・シリコンを少し加えてあるものもある
シリコン製  コロプラスト ドイツ製 ユコー	<ul style="list-style-type: none"> ・手に持った感じではやや重みはあるが、内ポケット付きのブラジャーを使用すると、重さはさほど感じない ・乳房全体の補整と身体のバランスを整えることができる ・パットを入れるカバーがあり、吸湿性もある ・耐久性は約2～3年程度 ・価格は2～3万円程度、オーダーメイドも可能
ビニール製	<ul style="list-style-type: none"> ・部分用パットにも既製品がある ・ストローで空気を送り膨らませるタイプ ・手術後すぐや、スポーツの時に使いやすい ・価格は比較的安い

補正パットの形状と特徴

形状	楕円型	三角型	ハート型
			
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・縦または横にして使える ・乳房部分に加え、鎖骨側または腋側をカバーする 	乳房全体をカバーする 写真は、ワコールリマンマホームページより引用	鎖骨下から腋にかけて広範囲をカバーする

編集：四国がんセンター：がん看護トータルケア P173～P186 改編
 がん情報サポートセンター www.gsic.jp/measure/me_04/09/03.html

補整下着についてお話してきました。

治療の時期によって、適した下着は異なります。

大まかに保護する時期と補整する時期に分けて考えましょう。

手術や放射線治療中～1か月間の間は、保護する時期。それ以外は補整する時期です。しかし、治療後の皮膚トラブルなどあなたの状態によっては、適した下着は変わってきます。

不明な点、困った事があれば、ご相談ください。

病棟・外来看護師または乳がん看護認定看護師があなたを支援します。

見本の下着やパットもいくつかご用意しております。入院中にご覧頂いておりますが、その後もご希望の方はお知らせください。

一人で悩まないでください。

一緒に考えればいい方法がきっと見つかります。

補整下着のパンフレット
ご希望の方は外来または
病棟看護師にご連絡く
ださい。



チューリップの花言葉
「博愛」

発行 2013年4月（第1版第1刷）

問い合わせ先：松江赤十字病院 乳腺外科 TEL(0852)24-2111(代表)