

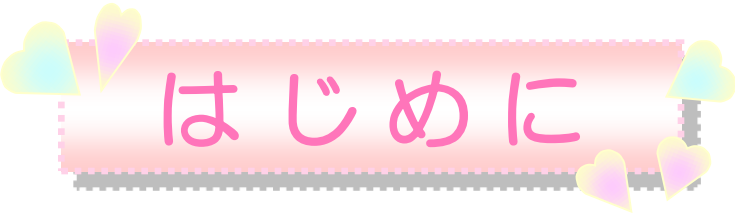
乳がん術後連携パス



独立行政法人国立病院機構
大阪医療センター



大阪府がん診療連携協議会

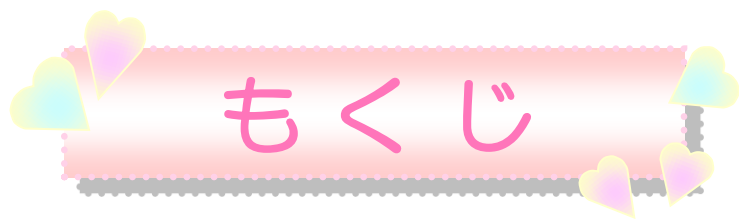


はじめに

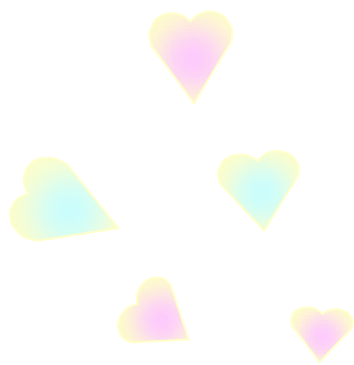
【連携パス】とは、地域のかかりつけ医と大阪医療センターの医師が、あなたの治療経過を共有できる「治療計画表」のことです。「連携パス」を活用し、かかりつけ医と大阪医療センターの医師が協力して、あなたの治療を行います。

【かかりつけ医があなたのもうひとりの主治医です】
病状が落ち着いているときの投薬や日常の診療はかかりつけ医が行い、専門的な治療や定期的な検査は大阪医療センターが行いますので、ちょっとしたケガや日常の相談は、まずかかりつけ医にご相談ください。必要に応じて大阪医療センターを受診していただきます。また、**緊急を要する場合で休日や夜間等かかりつけ医を受診できない場合は、大阪医療センター（06-6942-13314代表）までご連絡ください。**

この「連携パス」を活用することで、大阪医療センターと地域のかかりつけ医とが協力し、患者さんの視点に立った安心で質の高い医療を提供する体制を構築することを目指しています。また、患者さんにとっても長い待ち時間や通院時間の短縮などの負担軽減や、ご自身の治療計画や経過の把握、かかりつけ医の手厚い診療による不安の解消といったメリットにもつながります。



- ☆ 日常生活で気をつけて
いただきたいこと・・・・p3～p4
- ☆ 退院後もこれだけは
忘れずに・・・・p5～p6
- ☆ 自己検診の方法・・・・p7～ p8
- ☆ 乳がん術後連携パス・・・p9～p24
- ☆ 大阪医療センターの各部署・担当等
のご案内・・・・p25～p26



日常生活で気をつけていただきたいこと

<リンパ節郭清を受けた方へ>

手術を受けた方の腕は、できるだけ負担をかけないで

リンパ節郭清は、わきの下のリンパ節をとりますので、リンパ液の流れが低下し、腕がむくみやすくなります。

- ★ 注射や採血、血圧測定などもできるだけ反対側の腕でするようにしましょう。
- ★ 重いカバンや荷物を持つ時は反対側の腕を使いましょう。キャリアーなどを使うと便利ですね。



<リンパ節郭清を受けた方へ>

ケガ・やけど・手荒れには十分注意を

傷ができると、健康な時より炎症を起こしやすくなります。

- ★ 手や指先が荒れないようにハンドクリームなどを塗りましょう。
- ★ 深爪や虫刺されに注意しましょう。（虫よけ剤の使用）
- ★ 急激な日焼けを避けましょう。（日焼け止め使用）
- ★ 裁縫のとき、針を指に刺さないように気をつけましょう。
- ★ 鍼灸院での治療はさけましょう。
- ★ ガーデニングなどを行う時は、ゴム手袋をはめましょう。
- ★ ケガをしたらすぐに水で洗い、清潔を保つようにしましょう。
- ★ 手術を受けた方の腕に大きなケガをしたり、傷口が治りにくい時は、受診してください。

★ 蜂窩織炎（ほうかしきえん）について

体液が溜まりむくんでいる箇所に、ケガなどにより細菌が侵入することによって、手全体に炎症を起こす合併症です。このような症状が出た時は、受診してください。



退院後もこれだけは忘れずに！

定期的な診察や検査に行きましょう

術後10年を目途に、定期的な診察や検査を行います。診察や検査の間隔は、手術後の状態によって違いますから、医師の指示通り、決められた日に診察や検査を受けるようにしてください。なお、定期検査は乳がんを対象としているものです。他の病気をカバーするものではありません。



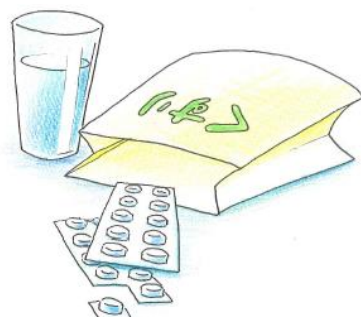
定期的な診察や
検査を

毎月1回、自己検診を続けましょう

どんな病気でも早期に発見して、早期に治療することが大切です。特に乳房の異常は自分でも調べることができますので、手術を受けたこの機会に、毎月1回、日を決めて手術側の点検を行い、皮膚の変化・しこり（硬結）や発赤などがないかをチェックします。手術をしていない側の乳房の自己検診も続けるようにし、気になるところがあったら、主治医に相談してください。7ページに自己検診法の説明があります。

指示された薬は忘れずに服用しましょう

病院で処方された薬は、ホルモン剤や化学療法剤で、手術の治療効果を高めるために必要なものです。薬を服用するように医師から指示された場合には、指示された通りに忘れずに正しく服用してください。副作用がある場合には、主治医に申し出てください。



不安にかられる時

まだまだ、不安や悩みがあると思いますが、乳がんを経験された多くの方は、病気を克服し、充実した人生を送っています。あなたの身体には大きな力が備わっています。その力を信じて生活することが大切です。それでも不安な時や困った時は遠慮なく相談窓口を訪ねてください。

また、医療スタッフのみならず、あなたの周りには家族や友人など、あなたを思い、支えてくれる人達がいることを思い出してください。



自己検診の方法

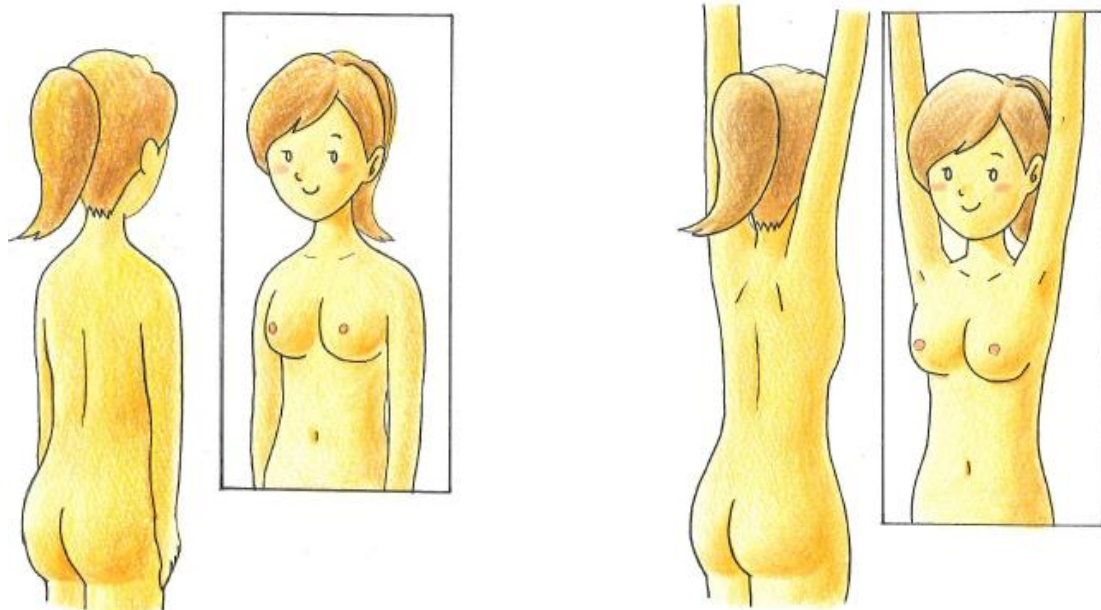
鏡の前で乳房の形をチェックしましょう（図1）

1.鏡の前に立ち、両腕を下げた状態で次のことをチェックします。

- 乳房にへこみやひきつれ、膨らみなど皮膚の変化はないか
- 赤く腫れているところはないか
- しこりはないか
- 乳頭のへこみはないか
- 乳頭からの異常分泌はないか

2.次に、両腕を上げた状態で、1と同じことを調べます。
（しこりがあるとそこにへこみができたり、ひきつれができたりすることがあります。）

図 1



入浴時やおむけになってしこりをチェックしましょう

3.入浴時（図2）あるいは仰向けに寝て枕やタオルを折ったものを背中の下に入れます（図3）。

調べる乳房とは反対側の手の指を揃えて、指の腹で滑らせるように渦巻き状、縦横に動かしてチェックします。入浴時では、指に石鹸を付けるとすべりがよくなり滑らかに動かすことができます。

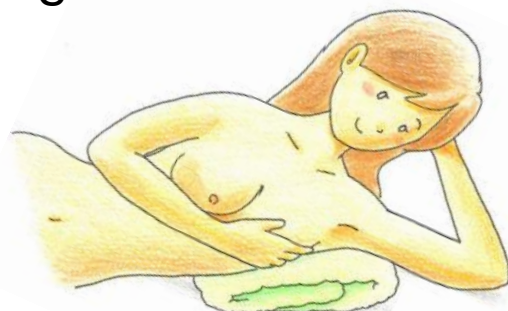
注意：乳がんの自己検診を行う時は、指先で乳房をつままないようにすることが大切です。

4.反対の乳房も同様の方法で調べます。

図 2



図 3



乳がん術後連携パス(1ヶ月～1年)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	大阪医療センター
			1～3ヶ月	4～5ヶ月	6ヶ月
			月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	体調	○	○	○
		薬の副作用			
		不正出血有無			
		(骨粗鬆症の有無)			
		リンパ浮腫の有無			
		一般的内科的診察での異常			
	視 触 診		△	△	○
投 薬	(5～10年)		○	○	△
検 査			△	△	○

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		リンパ浮腫になっていないか			
	手術してい ない側の チェック	自己検診に異常はないか			
そ の 他	気になる症状などないか				

～メモ～

- ★かかりつけ医への受診間隔はかかりつけ医の指示どおりに！
★検査のうち、かかりつけ医にて行った分は医療センターでは省けます。
★何かあればまずかかりつけ医に相談を！

かかり つけ医	かかり つけ医	大阪医療 センター
7～9ヶ月	10～ 11ヶ月	1年
月 日	月 日	月 日
○	○	○
△	△	○
○	○	△
△	△	○

～メモ～

*あなたが手術を受けた日

平成 年 月 日

*受けた手術

乳房切除 ・ 乳房温存

リンパ節郭清 ・ センチネルリンパ節生検

乳がん術後連携パス(1年1ヶ月～2年)

○:必須項目 △:必要時に行います

(術 後)			かかりつけ医	かかりつけ医	大阪医療センター
			1年1～3ヶ月	1年4～5ヶ月	1年半
			月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	体調	○	○	○
		薬の副作用			
		不正出血有無			
		(骨粗鬆症の有無)			
		リンパ浮腫の有無			
		一般的内科的診察での異常			
	視 触 診		△	△	○
投 薬	(5～10年)		○	○	△
検 査			△	△	△

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		リンパ浮腫になっていないか			
	手術して いない側の チェック	自己検診に異常はないか			
そ の 他	気になる症状などないか				

～メモ～

★閉経後の方でアロマターゼを服用している方は年1回の骨粗鬆症の
検診を受けましょう。

★不正出血があった場合は婦人科を受診しましょう。

かかり つけ医	かかり つけ医	大阪医療 センター
1年7～ 9ヶ月	1年10～ 11ヶ月	2年
月 日	月 日	月 日
○	○	○
△	△	○
○	○	△
△	△	○

乳がん術後連携パス(2年～3年)

○:必須項目 △:必要時に行います

(術 後)			かかりつけ医	かかりつけ医	大阪医療センター
			2年1～3ヶ月	2年4～5ヶ月	2年半
			月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	体調	○	○	○
		薬の副作用			
		不正出血有無			
		(骨粗鬆症の有無)			
		リンパ浮腫の有無			
		一般的内科的診察での異常			
	視 触 診		△	△	○
投 薬	(5～10年)		○	○	△
検 査			△	△	△

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		リンパ浮腫になっていないか			
	手術して いない側の チェック	自己検診に異常はないか			
そ の 他	気になる症状などないか				

～メモ～

- ★かかりつけ医への受診間隔はかかりつけ医の指示どおりに！
★検査のうち、かかりつけ医にて行った分は医療センターでは省けます。
★何かあればまずかかりつけ医に相談を！

かかり つけ医	かかり つけ医	大阪医療 センター
2年7～ 9ヶ月	2年10～ 11ヶ月	3年
月 日	月 日	月 日
○	○	○
△	△	○
○	○	△
△	△	○

乳がん術後連携パス(3年～4年)

○:必須項目 △:必要時に行います

(術 後)			かかりつけ医	かかりつけ医	大阪医療センター
			3年1～3ヶ月	3年4～5ヶ月	3年半
			月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	体調	○	○	△
		薬の副作用			
		不正出血有無			
		(骨粗鬆症の有無)			
		リンパ浮腫の有無			
		一般的内科的診察での異常			
	視 触 診		△	△	△
投 薬	(5～10年)		○	○	△
検 査			△	△	△

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		リンパ浮腫になっていないか			
	手術してい ない側の チェック	自己検診に異常はないか			
そ の 他	気になる症状などないか				

～メモ～

★閉経後の方でアロマターゼを服用している方は年1回の骨粗鬆症の
検診を受けましょう。

★不正出血があった場合は婦人科を受診しましょう。

かかり つけ医	かかり つけ医	大阪医療 センター
3年7～ 9ヶ月	3年10～ 11ヶ月	4年
月 日	月 日	月 日
○	○	○
△	△	○
○	○	△
△	△	○

3年目以降はステージⅠ・Ⅱaは1年ごとの受診
になります。

乳がん術後連携パス(4年～5年)

○:必須項目 △:必要時に行います

(術 後)			かかりつけ医	かかりつけ医	大阪医療センター
			4年1～3ヶ月	4年4～5ヶ月	4年半
			月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	体調	○	○	△
		薬の副作用			
		不正出血有無			
		(骨粗鬆症の有無)			
		リンパ浮腫の有無			
		一般的内科的診察での異常			
	視 触 診		△	△	△
投 薬	(5～10年)		○	○	△
検 査			△	△	△

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		リンパ浮腫になっていないか			
	手術して いない側の チェック	自己検診に異常はないか			
そ の 他	気になる症状などないか				

～メモ～

- ★かかりつけ医への受診間隔はかかりつけ医の指示どおりに！
- ★検査のうち、かかりつけ医にて行った分は医療センターでは省けます。
- ★何かあればまずかかりつけ医に相談を！

かかり つけ医	かかり つけ医	大阪医療 センター
4年7～ 9ヶ月	4年10～ 11ヶ月	5年
月 日	月 日	月 日
○	○	○
△	△	○
○	○	△
△	△	○

乳がん術後連携パス(5年～8年)

○:必須項目 △:必要時に行います

(術 後)			かかりつけ医	大阪医療センター	かかりつけ医
			5年1～11ヶ月	6年	6年1～11ヶ月
			月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	体調	○	○	○
		薬の副作用			
		不正出血有無			
		(骨粗鬆症の有無)			
		リンパ浮腫の有無			
		一般的内科的診察での異常			
	視 触 診		△	○	△
投 薬	(5～10年)				
検 査			△	○	△

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		リンパ浮腫になっていないか			
	手術して いない側の チェック	自己検診に異常はないか			
そ の 他	気になる症状などないか				

～メモ～

- ★5年目以降のかかりつけ医は必要時受診
- ★定期受診は10年目まで
- ★定期受診日以外でも気になる症状があれば受診

大阪医療センター	かかりつけ医	大阪医療センター
7年	7年1～11ヶ月	8年
月 日	月 日	月 日
○	○	○
○	△	○
○	△	○

乳がん術後連携パス(8年～10年)

○:必須項目 △:必要時に行います

(術 後)			かかりつけ医	大阪医療センター	かかりつけ医	大阪医療センター
			8年1～11ヶ月	9年	9年1～11ヶ月	10年
			月 日	月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	体調	○	○	○	○
		薬の副作用				
		不正出血の有無				
		(骨粗鬆症の有無)				
		リンパ浮腫の有無				
		一般的内科的診察での異常				
	視 触 診		△	○	△	○
投 薬	(5～10年)					
検 査			△	○	△	○

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自己視触診	手術側のチェック	赤く腫れているところはないか				
		しこりはないか				
		リンパ浮腫の有無				
	手術していない側のチェック	自己検診に異常はないか				
そ の 他		気になる症状などないか				

～メモ～

～メモ～



～メモ～



～メモ～





ご案内

<がん相談支援センター>

がん相談の案内等、各病院でご案内のページとしてお役立て下さい。

<外来について>

○診療時間のご案内

初診・予約のない再診の方は、8:30～12:00までに、1階初診受付へお越し下さい。

○休診日

土曜日・日曜日・祝祭日

年末年始（12月29日～1月3日）

<夜間・休日などの対応>

○緊急受診についてのご案内

ちょっとしたケガや日常の相談は、まず、かかりつけ医にご相談下さい。必要に応じて大阪医療センターを受診して頂きます。緊急を要する場合で夜間・休日など、かかりつけ医を受信できない場合は、大阪医療センター（06-6942-1334代表）までご連絡下さい。

<がん相談支援センターについて>

がんについてのさまざまな相談（病気のこと以外にも、医療費・生活費・社会福祉制度・仕事や育児などの悩み）に対して、相談員（看護師、医療ソーシャルワーカー）が対応します。

TEL:06-6942-1331（代表）

代表番号におかけ頂き「がん看護相談希望」とお伝えください。

月～金曜日 10:00～16:00

＊面談希望の方は、事前に電話や来室での予約をお願いします。

独立行政法人国立病院機構
大阪医療センター

TEL 06-6942-1331 (代表)

あなたのお名前

さん

かかりつけ医

(電話

—

—

)