

フーセラピーサロンNOANO

足の裏を使っていろんな角度から全身を揉みほくし
血液リンパの流れを良くすることで免疫力を高めます。
体離こあわせて、無理のない施術で心と体をやさしくほくします。

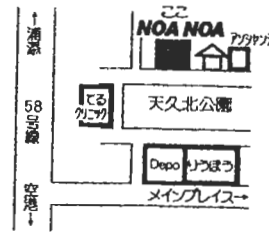
…セラピスト…

元看護師。乳がん患者歴2年半。

お互い仲間同志、悩みを打ち明けたリ、励ましあったリ、
心と体のケアのできるセラピストを目指しています！

営業時間 平日 10時~20時
日・祝 10時~18時
定休日 水曜日

那覇市天久2-9-6-305
TEL 951-3166



※この枠の広告募集中！ 申込は「ひんく・はんさあ 乳がん患者の会」迄



ひんく・はんさあ 第4号

発行日：2006年9月27日

発行：ひんく・はんさあ[NPO乳がん患者の会]
那覇市牧志3-2-10那覇ぶんかテンプス館3階
那覇市NPO活動支援センター

～応援メッセージ～

蔵下 要 (浦添総合病院 乳腺外科医長)

今年の4月15日、私が浦添総合病院に赴任して6年目を迎えたのを機に、患者さんたちの声とスタッフの暖かい後押しによって、私のかねてからの念願であった当院の乳がん患者会がようやく立ち上がりました。今回、乳がん患者会の必要性、重要性について改めて考えさせられましたので少しお話させていただきます。患者会のみなさんへの応援メッセージになれば幸いです。

そもそも、乳がん患者会とはどういうところでしょう。まずひとつに『乳がんという同じ病気を経験した仲間同士の語らいの場』であると思います。この病気を持った方は誰しも告知を受けたその日から不安と恐怖に襲われ、その治療経過の間にいろんなつらさ乗り越えてきたことと思います。それは病気の程度や受けてきた治療法の内容に関わらず、みなさん一緒なのではないでしょうか。そんな時、同じ経験をした仲間がいる、自分ひとりだけじゃない、そう思えることがどんなに心強いでしょうか。

ふたつ目は『乳がんという病気の正しい知識を学ぶ場』であります。乳癌の告知を受けた後から患者さんの誰もが心の底に持っている言いようのない不安な気持ち。これに打ち勝つには乳癌という病気を正しく理解して、治療法を詳しく知って、病気と向き合うことが必要です。病気のことをよく知らないから怖いのです。患者会は、みんなと一緒に乳がんのことを勉強していける、そして自分を高めていける、そんな場ではないでしょうか。

そして3つ目は『乳がんを通して社会に貢献できる場』であると思います。マンモグラフィー検診は日本ではまだ始まったばかりで、受診率も数パーセントという低い状況ですが、欧米では受診率60~80%という驚異的な数字です。アメリカでは乳がんの患者さんの団体が一般市民に検診受診を呼びかけていったことにより、マンモグラフィー検診の受診率が高まって、乳がんの早期発見が増えたという大きな成果をあげています。実際に乳がんを体験した人の呼びかけだからこそ、世の女性の心が動かされ、検診へと向かわせたのではないのでしょうか。

ひんく・はんさあ

乳がん患者のWAI!

第4号
2006. 9. 27

今回のテーマは、「リンパ浮腫について」です

小さい花や 大きな花 一つとして
同じものはないから
No1 にならなくてもいい
もともと 特別な Only one
♪世界に一つだけの花



NPO乳がん患者の会



乳がん患者会は、模合同窓会のような親睦会ではありません。“乳がんに打ち勝つ”という共通の大きな目的をもった人々の集まりです。また乳がんのチーム医療においては、乳がん診療をおこなっていく上で、医師、看護師、薬剤師、その他の医療スタッフとともに患者会が重要な役割を担っています。ひとりで乳がんを戦うのではなく、チームの一員として、みんなで力を合わせてともに乳がん立ち向かっていきましょう。

～ 悲しみも悩みもあるけれど、笑って進もう明日の日に、
みんながそこにいるから、みんなの笑顔が好きだから、
いつも心はひとつにして、ひんく・はんさあ ～

乳がん患者の会、広報紙「ひんく・はんさあ」第4号のテーマは、「リンパ浮腫について」です。

「リンパ浮腫」とは、手術でリンパ節を切除したり、放射線や抗がん剤など乳がんの治療によってリンパ管に閉塞や機能障害が起きてリンパの流れが悪くなり、腕が腫れる状態です。

リンパ浮腫になる原因は様々ですし、人によっては術後10年以上たって発症する場合もあるようです。

大事なことは

- ①リンパ浮腫にならないようリハビリやマッサージを日ごろから心がける。
- ②むくみがではじめたら初期症状を見逃さず、主治医に相談しマッサージやサポーターなど正しいケアを施す。
- ③リンパ浮腫になってしまっても決してあきらめず、主治医の指導のもと自分にあった正しい治療をおこない、より良い状態に近づけることだと思います。

(参考:リンパ浮腫については「ひんく・はんさあ」第1号でもふれています)