

とうめい



特集

乳がんのキホン・乳房再建術とは

リハビリ通信

がんリハビリテーションとは

かけはし

血管外科クリニック本厚木

教えて!とうめい先生

がん患者さんの「アピアランスケア」って何?

誰でも、どんなことでも、無料で
がん相談支援センター

2009年 山梨大学医学部卒

日本外科学会認定 外科専門医・指導医/日本乳癌学会認定 乳腺専門医/日本消化器外科学会認定 消化器外科専門医・指導医/
オンコプラステックサージェリー学会認定 乳房再建実施医師・責任医師/日本がん治療認定医機構認定 がん治療認定医

10月は乳がんの正しい知識を広め、早期発見・早期治療の重要性を伝える「ピンクリボン月間」です。そこで、乳腺外科 鎌田医師より「乳がん」についてうかがいました。

1. 乳がんってどんな病気？

乳がんは、乳房にある乳腺組織にできる悪性腫瘍です。女性のがんの中で最も罹患率が高いがんとされています。乳がんの代表的な症状は、乳房の「しこり」です。自分で触って気づくことも多くあります。他にも、乳房のへこみやひきつれ、乳頭からの血の混じった分泌物、左右の乳房の形が非対称になることで気が付くこともあります。

2. 早期発見のためには検診が大事！

乳がんは早期発見・早期治療によって治癒率が高いため、定期的な乳がん検診が重要です。40歳を過ぎたら、2年に1回のマンモグラフィ検査が推奨されています。また、日頃から自分で乳房をチェックする「ブレスト・アウェアネス」も大切です。

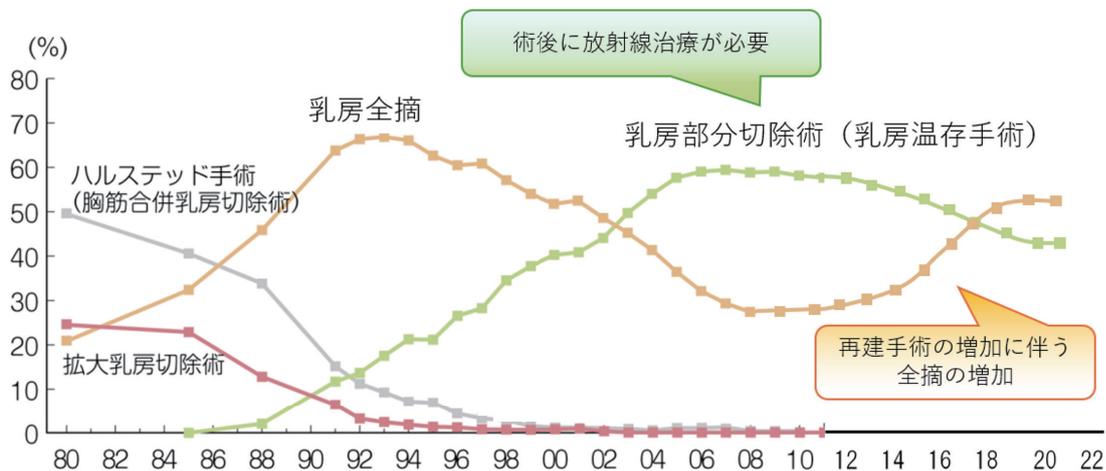
ブレスト・アウェアネス
(日本乳癌学会) 詳細



3. もし乳がんと診断されたら

乳がんの治療は、手術、放射線治療、薬物療法を組み合わせで行われます。特に最近では、薬物療法が著しく進歩しています。症例によっては、抗がん剤や分子標的薬を必要とすることもありますが、それらの薬のおかげで再発する人もかなり少なくなりました。

手術による治療も進歩しています。下記グラフのように乳がんの切除術式は、時代とともに変化してきました。2010年頃は乳房部分切除が主流でしたが、2020年頃から、部分切除よりも全摘する人が増えてきました。これは、全摘して再建手術をする人が増えたのが理由の一つです。乳房再建手術の詳細は、おとなりのページで形成外科の高梨医師が紹介します。



日本における乳がん手術の切除術式の変遷

参考：福田護，乳癌手術における根治性と整容性の変遷：Oncoplastic Breast Surgery4, 79-83, 2019 乳癌学会の調査と福田護先生の論文のグラフを参考に著者作成。

乳がんの治療で乳房切除は大きな心身の負担となりますが、治療後の生活を前向きに過ごす選択肢のひとつとして、乳房の再建があります。乳房再建術を行う形成外科 高梨医師にお話しをうかがいました。

1. 見た目の回復以外の目的も

乳房再建は、**乳がん治療後の生活を充実させ、患者さんが自分らしく生きることを目的**としています。見た目の回復を図るだけでなく、喪失感や自己肯定感の低下を和らげ、胸パッドのズレによる不自由さ、左右差による肩こりなど、**日常生活の不便も改善**されます。

2. 再建方法とその特徴

再建方法は、大きく「**自分の体の一部を使う方法(自家組織)**」と「**人工物を使う方法**」に分かれます。自家組織は長期的満足度が高い一方、採取部位に傷が残る、手術が複雑になるといった課題があります。人工物ではシリコンインプラントを用いることで、身体への負担は少ないものの、感染や破損などのリスクがあり、定期的な検査が必要になります。それぞれの特徴を理解し、**患者さんの状態に合わせて選択**をします。

3. 誰でも受けられる？

お体の状態やがんの進行度、治療の内容をふまえて、再建のタイミングや方法を選ぶことができます。次のような方が、乳房再建の適応となる可能性があります。①**手術で乳房を失ったことによる見た目や心理的な負担を和らげたいと希望される方**。②**乳がんの手術後、がんの治療(抗がん剤・**

放射線治療など)が落ち着いている方。③**がんの進行が落ち着いており、再建手術を受ける体力がある方**。④**予防的乳房切除を受けた方(遺伝性乳がんなど)**。必要に応じて乳腺外科から紹介になることや、お話しを聞きたいというだけでも相談可能です。

4. 再建後の変化

再建後には「洋服が自然に着られる」「温泉で人目が気にならない」「自信を取り戻せた」などの声がある一方、感覚の鈍さや違和感が残ることもあります。生活面では徐々に普段通りに戻れますが、定期的な通院と心のケアも重要です。

5. 些細なことでも相談を

当院では年齢を問わず希望される方に、大学病院と同等の選択肢と高水準の再建を提供できる体制を整えています。

乳がんと診断された直後は再建まで考えられない方も多いですが、私たちは患者さんの気持ちに寄り添い、納得のいく選択ができるようサポートします。**乳房再建は「見た目の再建」であると同時に「心の再建」でもあります**。どんな小さな疑問や不安もご相談ください。わからないことや不安なことをひとつずつ整理しながら、一緒に最適な方法を考えていきます。

がんになると、痛みや食欲低下、息苦しさ、だるさによって今まで通り動けなくなったり、手術や薬物療法、放射線治療などを受けることによって身体機能が落ちたり、損なわれたりすることがあります。このような状況では、**日常生活や仕事、学業などの社会生活へ支障をきたし、生活の質が著しく低下することがあります**。しかし、がんになっても日常生活を維持し、本人が望むその人らしい生活を送ることは可能です。そのために欠かせないのがリハビリテーションです。がんのリハビリテーションは診断直後から始める「**予防**

的リハビリテーション」、治療と並行して受ける「**回復的リハビリテーション**」、再発 / 転移の時期には「**維持的リハビリテーション**」、症状緩和を中心とした医療が行われる「**緩和的リハビリテーション**」と治療の時期に応じて、リハビリテーションの目的や役割が異なります。東名厚木病院リハビリテーション科では、がんリハビリテーションに従事する職員が 10 名おり、**予防的な時期から緩和期まで症状に合わせてリハビリテーションを実施**します。今後も皆様のお役に立てるよう精一杯取り組んでいきます。

誰でも、どんなことでも、無料で **がん相談支援センター**とは

皆さんは、「がん相談支援センター」というところを聞いたことはあるでしょうか。**地域がん診療連携拠点病院や地域がん診療病院などに設置されているがんに関する相談窓口**です。看護師やソーシャルワーカーが、皆さんの困りごとについてお話をうかがいます。

東名厚木病院では、神奈川県がん診療連携指定病院としてがん相談を行っています。**当院に通院中の方のみならず、地域の幅広い相談窓口としてがんに関わる困りごとや疑問をおうかがい**しています。**相談は無料**です。また、**秘密は厳守**します。何を話していいかわからないと思うかもしれませんが、病気のことで困ったり、悩んだりしたときに何かできることがないか、どうしたらいいのか

を一緒に考えさせて頂ければと思います。

また、当院ではがんを知ってもらうために地域の方々へ様々なイベントを企画・開催しています。7月26日にはアミューあつぎにて「肺がんってどんな病気？診断から治療の最前線まで」というテーマで医療講座を開催しました。また今年からは、交流の場として東名厚木病院を会場に**30分程度でミニがんサロンの開催を始めました**。病院のホームページ等で最新の情報を案内していますので、是非お気軽にご参加頂けると嬉しいです。

今後も地域の皆さんの「困った」を一緒に考えられる場所であるよう、活動していきたいと思っています。

【直通電話】 046-229-2552 平日 9:00 ~ 16:00



血管外科クリニック本厚木

院長 黒澤 弘二

[略歴]

1988年 茨城県立水戸第一高校卒業
 1995年 東京慈恵会医科大学医学部卒業
 1995年 国立水戸病院 外科研修医
 1999年 東京慈恵会医科大学 外科学講座
 2001年 富士市立中央病院 外科
 2004年 東京慈恵会医科大学 外科学講座 血管外科
 2013年 米国ウィスコンシン大学マディソン校 血管外科 研究員
 2015年 厚木市立病院 外科部長 (血管外科担当)
 2024年7月 血管外科クリニック本厚木 開設



[認定資格]

日本外科学会指導医 / 専門医
 三学会構成 心臓血管外科専門医 修練指導医
 日本脈管学会認定脈管指導医 / 専門医
 日本血管外科学会認定血管内治療医
 下肢静脈瘤血管内治療実施基準指導医 / 実施医
 弾性ストッキング圧迫療法コンダクター
 日本フットケア足病学会認定師
 ECFMG Certificate
 胸部・腹部ステントグラフト指導医 / 実施医
 浅大腿動脈ステントグラフト実施医
 アラガン ボトックスビスタ認定医
 アラガン ジュビダームビスタ認定医

血管外科クリニック本厚木の院長の黒澤と申します。クリニックとしては、めずらしい血管外科の専門クリニックとして、本厚木駅北口徒歩1分のTRUNK本厚木ビルの3階で開業しました。私自身は、慈恵医大を卒業し、20年以上、慈恵医大 外科学講座に所属し、血管外科医として、キャリアを積んでまいりました。厚木市とのご縁は、アメリカ留学から帰国した2015年から厚木市立病院に赴任したことから始まりました。同病院で、血管外科を立ち上げ、外科部長として8年間勤務しました。今回、自分の思うような診療をより身近に患者さまへ届けたいとの思いから、厚木の地で開業いたしました。

当院は、2つの手術室があり、ポータブルDSAやエコー、下肢静脈瘤の治療機器（高周波とレーザー、グルーカテーテル）を備えており、主に下肢静脈瘤や透析シャント関連の日帰り手術を行っております。シャント手術に関しては、初回造設から、メンテナンス、閉塞への緊急手術まで、柔軟に対応しております。その他、静脈ポート留置、粉瘤や嵌入爪、皮下腫瘍切除などの小手術、自費診療（医療脱毛、美容医療）、一般皮膚科など、提供しています。

東名厚木病院とは、開業以来、連携医療機関として登録いただき、特に透析シャント関連で、関連クリニックも含め、連携させていただいています。また、当方からも患者さんの紹介が非常にやすく、快く受け入れていただき、感謝しております。今後も引き続き、連携を強化し、地域医療に貢献していきたいと思っております。よろしくお願ひ致します。



〈DATA〉
 血管外科クリニック本厚木
 〒243-0018
 厚木市中町2-1-18 TRUNK本厚木3F
 TEL 046-206-7104



スマートフォンでこちらのQRコードを読み込んでいただくと、医院のホームページを見ることができます。

教えて!

とうめいせんせい



地域のみなさんから届いた質問・疑問に、医療のプロフェッショナルがお答えします。

Q. がん患者さんの「アピアランスケア」って何?

A. アピアランスケアとは、「**外見の変化に寄り添うサポート**」のことをいいます。がんの治療や病気の影響によって、髪の毛が抜けたり、肌や爪の状態が変化したりと、外見に変化があらわれることがあります。こうした変化は、**日常生活のしづらさだけでなく、気持ちにも大きな影響を与えることがあります。**

アピアランスケアは、そのような外見の変化にともなう**不安やストレスをやわらげ、自分らしさを取り戻すためのサポート**です。たとえば、ウィッグや帽子の選び方や使い方、眉毛やまつ毛が抜けたときのメイク方法、肌や爪のケアなどを一緒に考え、患者さんが少しでも安心して過ごせるようにお手伝いします。

「人前に出るのが不安」「どんなウィッグを選べばよいかわからない」といった悩みを抱える方も少なくありません。私たちは外見のケアを通して、**患者さんが「前向きに過ごす力」を支えています。**

近年では、ウィッグの購入や乳がん手術後の補整下着などについて、**一部の自治体で助成制度が**

利用できるようになってきました。ただし、すべての自治体で実施されているわけではありませんので、事前に確認が必要です。

外見に関する悩みは、自信の喪失や精神的な負担にもつながることがあります。がん治療は長期にわたることが多く、経済的・精神的な負担から、治療の継続をあきらめてしまう方もいます。私たちは、そうした状況を少しでも減らすために、多職種が連携しながらアピアランスケアを行っています。**外見の変化は、予防ケアや適切な方法で改善できることもあります。**

「どうしたらよいかわからない」「誰に相談すればいいのか迷っている」という方は、**ひとりで悩まず、がん相談支援センターや化学療法センターに遠慮なくご相談ください。**私たちが一緒に考え、安心して治療を続けられるようお手伝いします。



回答者

がん総合外来／化学療法センター
がん薬物療法看護認定看護師
大槻 まゆみ

とうめいせんせいへの質問を募集!

「教えて!とうめいせんせい」では、医療に関する素朴な疑問・質問を募集しています。どんなことでも構いませんので、お送りください。質問が採用された方には、何かいいことがあるかもしれません。みなさんの質問、お待ちしております。宛先などは、裏表紙をご覧ください。



初開催 病院のお仕事体験

7月29日「夏休みメディカルKIDSチャレンジ！病院のお仕事を体験しよう」が行われ、抽選で選ばれた13組の親子（小学4年生～6年生）が参加してくれました。子供たちは8職種7つの体験をやや緊張しながらも楽しそうに行い、体験後には、修了証やステッカーなどがプレゼントされました。

高校生ロボット手術体験

8月16日医師や看護師などメディカルスタッフを目指す高校生11名が参加してくれました。岩村ロボット手術センター長はじめ、手術室看護師、臨床工学技士スタッフ協力のもと、腹腔鏡手術とダビンチ手術の違いを体感してもらいました。また、手術器具に触れ、スタッフに質問するなど、貴重な体験になったようです。

Fm yokohama 84.7

「Medical Frontline」

東名厚木病院のドクターがラジオ出演！

毎週木曜日 10:10～10:15

10月から Lovely Day♡内にて放送！



キラコのタクト ～YELL～

東名厚木病院が映画に登場！

厚木市制70周年記念事業の映画「キラコのタクト～YELL～」の撮影に協力しました。主演は鈴木京香さん、2026年公開予定です。

イベントのお知らせ



10/4(土)14:00～16:00
アミューあつぎ6F ルーム604

第18回ここが知りたい！医療講座

がん患者の心得

～がんになった人も、なってない人も～



10/18(土)16:00～18:30

東名厚木病院 H・G 駐車場

納涼祭からお引越し！

秋祭り

屋台、ステージ、くじ引き、はたらく車など

みなさんのご意見・感想など募集しています

東名厚木病院では地域のみなさんに向けて、よりよい情報提供をするため、読者のみなさんからご意見や感想を募集しています。また、「教えて！とうめい先生」の質問もお待ちしておりますので、住所・氏名・年代とそれぞれの内容をご記入の上、下記宛先までお送りください。

web フォーム

右記 QR コードを読み込んで、
フォームより入力ください。



郵送先

〒243-0034 厚木市船子 232
東名厚木病院 総務課 広報誌担当 まで

東名厚木病院広報誌「とうめい」205号

2025年10月1日発行／社会医療法人社団三思会 東名厚木病院／厚木市船子232／TEL 046-229-1771／発行者 北野 義和／編集責任者 金谷 渉／企画・編集 広報委員会



社会医療法人社団三思会

東名厚木病院

TOMEI ATSUGI HOSPITAL



理念

地域に信頼される病院

患者に愛される病院

誇りと責任を持てる病院

社会医療法人社団三思会

〈保健〉

東名厚木メディカルサテライトクリニック

新横浜メディカルサテライト

Yangon Japan Medical Centre

〈医療〉

東名厚木病院

とうめい厚木クリニック

東名厚木病院 透析センター

愛川クリニック

とうめい綾瀬腎クリニック

さがみ緑風園診療所

とうめい宮の里クリニック

とうめい栄町クリニック

〈介護・福祉〉

介護老人保健施設 さつきの里あつぎ

介護老人保健施設 なでしこの里 リハビリひらつか

複合型施設マザーホーム戸室

多機能型事業所 にじいろ

看護小規模多機能型居宅介護事業 いわしぐも

訪問看護ステーション もみじ

サービス付き高齢者向け住宅 マザーホーム戸室

訪問看護ステーション さつき

東名厚木病院 居宅介護支援センター

厚木市南毛利地域包括支援センター

無料送迎バス時刻表



SNSにて最新情報を発信中！



LINE

@034jolmk



Instagram

@team_tomei_pr



facebook

@とうめい企画・広報室



YouTube

@三思会チャンネル