

乳がん術後連携パス

～わたしの治療計画～



地方独立行政法人
市立東大阪医療センター



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地方独立行政法人 市立東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、かかりつけ医と市立東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。必要に応じて地方独立行政法人 市立東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、地方独立行政法人 市立東大阪医療センター（06-6781-5101 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、地方独立行政法人 市立東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。



もくじ

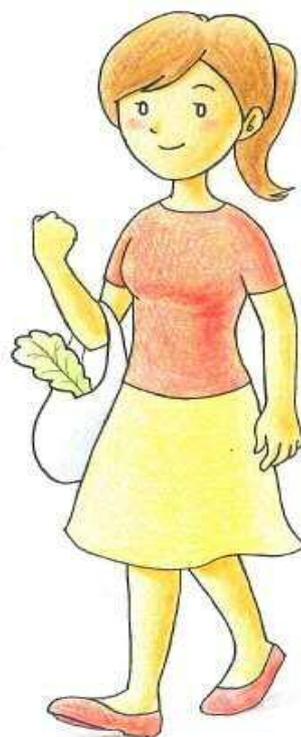
- ☆ 日常生活で気をつけて
いただきたいこと・・・p3～p4
- ☆ 退院後もこれだけは
忘れずに・・・p5～p6
- ☆ 自己検診の方法・・・p7～p8
- ☆ 乳がん術後連携パス・・・p9～p24
- ☆ 市立東大阪医療センターの各部署・担当等
のご案内・・・p25～p26

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、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異なりますから、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。



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）や発赤などがい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

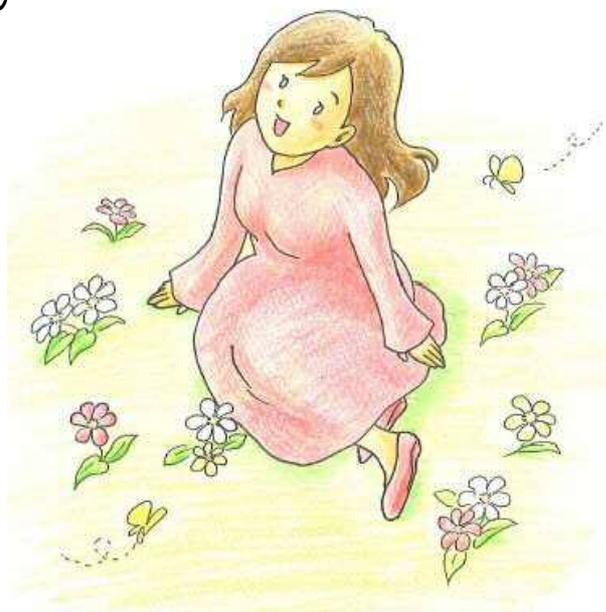
病院で処方された薬は、ホルモン剤や化学療法剤で、手術の治療効果を高めるために必要なものです。薬を服用するように医師から指示された場合には、指示された通りに忘れずに正しく服用してください。副作用がある場合には、主治医に申し出てください。



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。

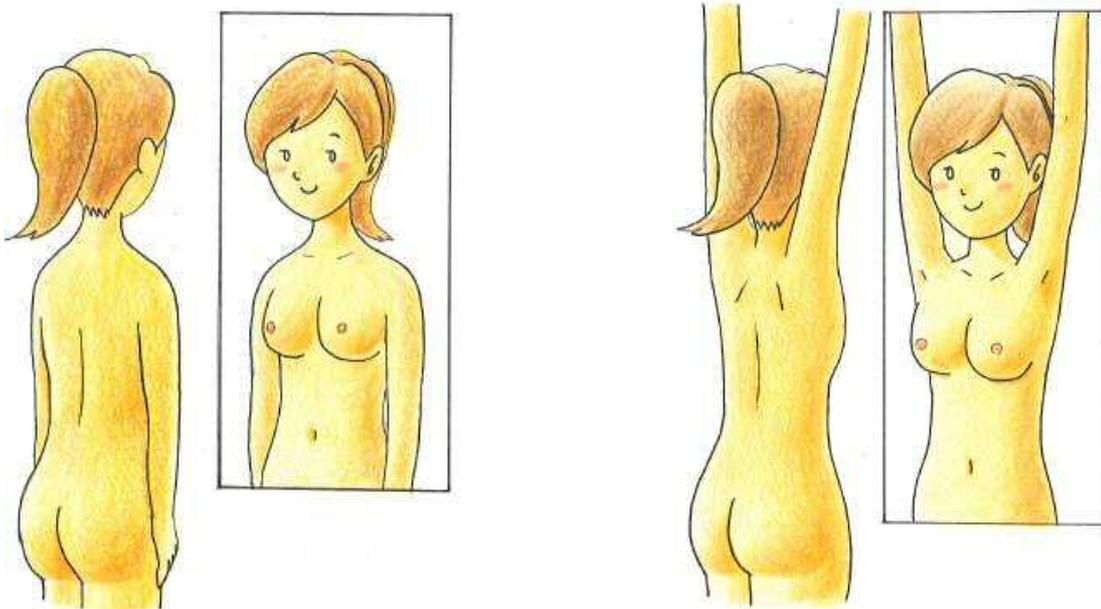


自己検診の方法

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。

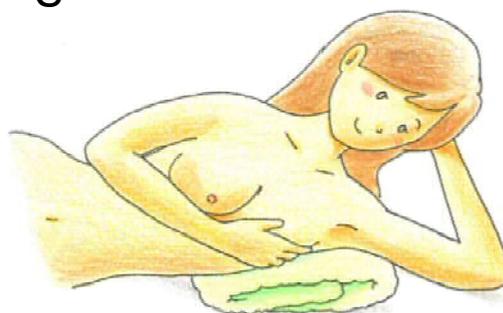
注意：乳がんの自己検診を行う時は、指先で乳房をつままないようにすることが大切です。

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	病院
(術後)			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	病院
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

令和 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

			かかりつけ医	かかりつけ医	病院
(術後)			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	病院
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

			かかりつけ医	かかりつけ医	病院
(術後)			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	病院
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

			かかりつけ医	かかりつけ医	病院
(術後)			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	病院
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

			かかりつけ医	かかりつけ医	病院
(術後)			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	病院
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

			かかりつけ医	病院	かかりつけ医
(術後)			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

病院	かかりつけ医	病院
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

			かかりつけ医	病院	かかりつけ医	病院
(術後)			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～



市立東大阪医療センターの各部署のご案内

市立東大阪医療センターでは各診療科が単独でがん診療を行うのではなく、院内であるいは院外においても連携協力しながら、チーム医療を行っています。このチームの輪を地域にまで広げて地域で治す医療をすすめています。

地域医療連携室

患者さんに安心して医療を受けていただくために、地域の医療・福祉・保健行政機関と当院とのスムーズな連絡連携の窓口としての役割を果たしています。また患者さんへの窓口として、連携の中心的な機能をします。

窓口開設時間：月曜～金曜 午前9時～午後5時

TEL : 06-6781-5101 (代表) (休日を除く)

FAX : 06-6782-5610 (全日受信可能)

患者サポートセンタ (医療相談窓口)

患者さんが安心感と信頼感を持って療養に専念していただけるように医療相談窓口を開設しています。協同連携をとりながら、患者さんやご家族がより良い療養生活と充実した日々を送っていただけるように支援します。医療費の問題、退院後の生活支援、社会資源の活用法などについての相談もお受けします。

窓口開設時間：月曜～金曜 午前10時～午後4時30分

TEL : 06-6781-5101 (代表) (休日を除く)

がん相談支援センター

がん診療連携拠点病院として、がんに関するあらゆる相談（がん検診、がん情報、症状相談、診断治療、緩和ケア、セカンドオピニオン、ブレスとケア、ストマケアなど）をお受けしています。がんに関する困ったことはなんでも遠慮なくお話しください。

窓口開設時間：月曜～金曜 午前9時～午後4時30分

TEL : 06-6781-5101 (代表) (休日を除く)

医療心理相談

がんの告知後や手術前後の心理的な不安を抱える患者さん・家族に対して心理的援助を行います。医療心理相談を希望される方はがん相談支援センターあるいは緩和ケアチームへお申し出ください。

予約外受診/夜間・休日などの対応

緊急時や夜間・休日など、かかりつけ医を受診できないときは、予約外診療も受け付けています。受診の際は、救急外来や各診療科窓口受付までお問い合わせ下さい。

TEL : 06-6781-5101 (代表)

外来化学療法センター

多くの化学療法が入院ではなく、日常生活を続けながら外来通院で受けられるようになりました。専門の薬剤師が調剤し、看護師がセルフケア支援に重点をおいて指導しています。化学療法中の困った症状についてもご相談ください。

緩和ケアチーム

緩和ケアチームは、悪性腫瘍に伴う痛み（身体的、精神的、社会的）やさまざまな症状に苦しむ患者さんご家族に対して、専門の医師、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカー、栄養士などがチームとなって協力して、症状を緩和し、苦痛を和らげる方法を考えます。実際に症状が起こる早期の段階から、患者さんや家族に病状を説明し患者さんと一緒になって療養生活の質の向上をはかります。緩和ケアは終末期のみにおこなわれるものではなく、がんの初期治療の開始から同時に勧められるべき医療で、患者さんやご家族の状態が改善されれば病院を離れて、再びおうちでの日常生活を過ごしていただくためのものです。

病診連携、検査の予約窓口（医療機関専用）

診療所の先生方には直接に放射線科や内視鏡室に検査予約を取っていただけます。

放射線科受付 FAX 06-6787-2541

内視鏡受付 FAX 06-6787-2542

地域医療連携室 FAX 06-6782-5610

地方独立行政法人
市立東大阪医療センター

TEL 06-6781-5101 (代表)

あなたのお名前

さん

かかりつけ医

(電話 — —)