



乳がん術後下着・クローバーサロンについて

4階病棟看護師/医療リンパドレナージセラピスト 滝内 千春

暑さが続く毎日、今年は加えてコロナウイルスと共存する生活様式にまだまだ戸惑いもあるかと思いますが、皆様はいかがお過ごしでしょうか？徐々に日常が戻ってきておりますが、暑さも身に堪える季節となっております。出来ることなら、ずっとクーラーを効かせたいところですが、昨今はマスク装着や3密を避けてまめに換気もしなくてはならないですし、コロナウイルス感染予防対策は悩ましいですね。早く終息してくれることを祈るばかりです。

乳がん術後の患者さんは、暑くなるこの季節、薄着にもなり、下着でお困りになったことはありませんか？冬は厚着で隠せたけど、薄着になると心配はないでしょうか？

今年度、10月と来年2月に『乳がん術後下着の説明会』を企画しております。

術後、下着についてお悩みになられる方もいらっしゃると思います。「手術後下着は着けなくなった」という声も聞きます。しかし、手術後下着やパットは次の目的のため必要とされています。

- ①片方のお胸がないと身体のバランス崩れ、肩こりや腰痛の原因になります。
- ②衝撃から傷を守るクッションや防寒の役目があります。
- ③外見や気持ちの上でのコンプレックスを軽減し乳房を補正することで洋服の選択に幅が広がり、人目を気にせず背筋を伸ばして歩けるようになります。

以上より、下着をつけると姿勢も良くなりますし、デザインや形を選び、自分に合う物をつけると気持ちいいものかと思われれます。

当院乳腺外科病棟(4階病棟)では、今まで手術の為に入院された患者さんに、術後下着について詳しく説明する時間は設けていませんでした。しかし、人に聞けない、誰に聞いたらよいか分からない、先生には聞きづらい等のご意見が多く聞かれたため、今後4階病棟では下着についての情報を患者さんに提供をしていきたいと考えています。今後の下着選びの参考にして頂ければと思います。

今年度企画した『乳がん術後下着の説明会』は、専門店のスタッフが対応致します。疑問に思っていることを聞いたり、実物を触ったりして頂きたいと思えます。専門店は遠く足を運びづらいと思っていた方も、院内なら足も運びやすいかと思えます。

★2020年度★
乳がん術後
下着の説明会のご案内

下記日程で、乳がん術後下着の説明会を開催致します。

☆開催日時☆ 10月 9日(金): 14時~15時
2月12日(金): 14時~15時

☆場 所☆ 7階 ドック棟

※事前予約が必要です。開催日1週間前までに電話予約。

※予約受付:4階病棟
03-3429-1171 (代)→4階病棟へ
1日につき3~5名程度。

※当日は7階ドック棟にお越しください。
♥14時30分~16時
同フロアで乳がん患者さん向けサロン
『クローバー』開催中♥



しかし、必ずしも専門の下着屋さんで術後の下着を使用しなくてはならない、というわけではありません。ヒントを得てご自身でより良い物・似た物を探したり、パットを作成される方もいます。

私たちは、患者さんがより良い生活を過ごし、不安が少しでも軽減し笑顔が溢れるよう願っております。遠慮せず、下着やその他不安に思っている事や悩みを声に出してください。いつでも私たち看護師は、皆様のお力になりたいと思っています。

また、今年はコロナウイルスの影響で開催できていませんが、通常であれば当院では乳がん患者さん向けサロン『クローバー』を毎月第2金曜日に開催しております。

20～80代と様々な年代の方が、同じ病気で治療中という環境下で、募る思いを語り合っています。特にこれから治療を始める方は不安でいっぱいだと思います。しかし、家族には話せない、どうしたら良いかわからず一人で悩んでいる…そのような方は何かヒントになる事があるかもしれません。経験者の体験談、こうやって治療を乗り越えた、これが副作用には効果的等、共有し合う事で、不安を軽減する事ができます。

笑いあり、時には涙を流し苦しい胸の内を共有し、会が終わる頃には晴れ晴れとした気持ちになり帰宅される…そんな、すてきな患者会です。

会があることは知っていたけど踏み出せなかった、という方もお時間がありましたらぜひご参加ください！参加は自由です。途中から来ても、退席しても構いません。会が再開の後にはスタッフ一同お待ちしております。

なお、前述した『乳がん術後下着の説明会』は、今年10月と来年2月、『クローバーサロン』と同じ日の14時～15時に開催されます。



	開催日	時間	場所	申し込み	定員
♪乳がん術後下着の説明会	①10月9日 (金曜日)予定 ②2月12日 (金曜日)予定	14時～15時	7階ドック食堂	要(申し込み方法は下記参照)	3～5名程度
♪クローバーサロン (開催調整中)	毎月第2金曜日	14時30分～16時	7階ドック食堂	不要	なし

☆乳がん術後下着の説明会申し込み先 TEL: 03-3429-1171(代) → 4階病棟へ

参加日、お名前、連絡先、試着希望の際は普段の下着のサイズをお伝え下さい。



☆乳がん下着の説明会後は、ぜひ同じ日に開催されている『クローバーサロン』にもお立ち寄りください！！

注) コロナウイルス感染拡大防止の為、現在『クローバーサロン』には3密を避け安全に開催できるよう調整中です。もう少しお待ち下さい。開催の有無に関しましては、ホームページに掲載していきますので確認の上ご来院ください。