



リンパ浮腫外来

看護部
リンパ浮腫療養士
医療リンパドレナージセラピスト

滝内 千春
神吉 海

リンパ浮腫外来は、2018年1月に開設しました。今年で8年目を迎える事ができました。

浮腫が軽減され通院回数が減っている患者さん、一進一退でなかなか改善しないけれど少しでも改善するように取り組んでいる患者さんと様々です。

現疾患の治療のことや今後のこと、ご家庭のこと等不安を抱えている患者さんと向き合い、試行錯誤し施術に当たっておりますが、私は患者さんから多くの事を学ばせて頂いています。

今回は、まだリンパ浮腫外来をご存じない方に、リンパ浮腫外来はどんなところなのかをお伝えさせていただきます。

リンパ浮腫とは

リンパ管の障害があるために、リンパ管によって吸収・運搬・排除する能力が低下することにより、細胞のすき間にタンパク質や水分が過剰にたまった状態をいいます。手や足が腫れて、だるさ、重さ、疲れやすさなどを感じる事があります。又、皮膚も乾燥しやすくなりカサカサと粉をふいたようになることもあります。体液循環が滞るために免疫力が低下し、細菌などが侵入するとすぐに炎症を起こしやすくなります。

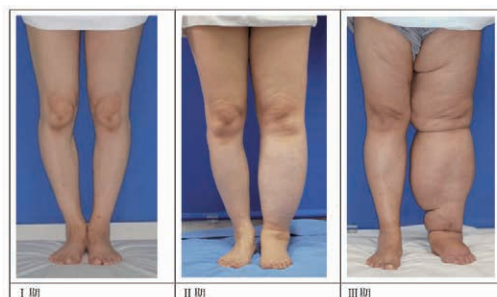
リンパ浮腫は、原因が明らかでない「原発性リンパ浮腫」と、原因が明らかな「続発性リンパ浮腫」に分類されます。当院のリンパ浮腫外来に通院されている患者さんの多くは、「続発性リンパ浮腫」です。続発性リンパ浮腫は、乳がん・子宮がん・卵巣がん・前立腺がん・悪性黒色腫などの治療に伴うリンパ節の外科的切除や放射線療法、タキサン系を使用した化学療法などにより発症することが多いです。患者さんのなかには、リンパ節に転移することによって、むくみが増強する場合もあります。多くは片側性で、原因となるリンパ節の周囲（腕や脚のつけ根）からはじまり末梢側（手先・足先）へ向けて進行しやすいという特徴があります。

表1 病期分類（国際リンパ学会）

0期	リンパ液輸送が障害されているが、浮腫が明らかでない潜在性または無症候性の病態。
I 期	比較的蛋白成分が多い組織間液が貯蓄しているが、まだ初期であり、四肢を挙げることにより軽減する。圧痕がみられることもある。
II 期	四肢の挙上だけではほとんど組織の重脹が改善しなくなり、圧痕（圧迫のあと）がはっきりする。
II 期後期	組織の繊維化がみられ、圧痕がみられなくなる。
III 期	圧痕がみられないリンパ液うっ滞性象皮病のほか、アカントーシス（表皮肥厚）、脂肪沈着などの皮膚変化がみられるようになる。

リンパ浮腫の病期分類は表1のようになりますが、0期では自覚症状は少なく発症に気づきにくいです。大抵の患者さんはI 期で受診されますが、中にはII 期またはII 期後期の状態で受診される患者さんもいます。

国際リンパ学会による
病期分類（全て左が患肢）
出典先：日本形成外科学会



リンパ浮腫発症を自覚したら早いうちに受診し、適切なケアを開始していくことで重症化を予防し、良い状態を保っていくことが大切です。「リンパ浮腫かな？」と思ったら、まずは医師に相談し、リンパ浮腫外来の受診を検討してみてください。

リンパ浮腫外来受診までの流れは下記を参考にしてください。

リンパ浮腫外来受診までの流れ

リンパ浮腫発症 → 主治医の診察・診断

↓
施術前検査（採血・患肢の超音波検査）

※血栓等静脈疾患・炎症所見の有無確認のため

↓
『リンパ浮腫外来』でケア開始

※体液呈脂肪量測定



リンパ浮腫外来でのケア

- 初回は90分（状況により60分になることもあります）
- ＊初回受診枠が少ないため、予約が1～2か月先になることもあります
- 保存的理学療法（複合的理学療法）：①マニュアルリンパドレナージ（MLD）、②圧迫療法、③圧迫下での運動療法、④スキンケアを複合的に用いて行う治療法です
- リンパ浮腫指導：乳がんで腋窩リンパ節郭清をされた患者さんに対し、退院後1回のみ
- 複合的理学療法①～④に準じ問診
- リンパ浮腫についての説明
- セルフケア指導（自己にて行うシンプルリンパドレナージ・運動療法等）
- 場合により患肢の写真撮影（経過を比較・観察していくため）
- リンパ浮腫部位の計測、弾性着衣の選択
- マニュアルリンパドレナージを開始し、弾性着衣の装着の仕方が正しいか確認
- その他セルフケアについての指導させて頂いております

リンパ浮腫外来通院について

リンパ浮腫の状況により通院は1ヶ月に1回、2ヶ月に1回、半年に1回等ご提案しています。リンパ浮腫外来は保険外診療のため、患者さんのご要望にもお応えしながら通院間隔を決めています。リンパ浮腫治療が患者さんの負担にならないように状況に合わせた治療を目指し、そして浮腫も心も軽くなれるような外来作りを心がけております。

リンパ浮腫の治療は、医療リンパドレナージセラピストが担当しています。今年度、新たに医療リンパドレナージセラピストが誕生しました。患者さんのご要望にお答え出来るよう現在準備中です。

（滝内 千春）

リンパ浮腫に対する苦痛や不安がありましたら、ぜひリンパ浮腫外来をご受診ください。
リンパ浮腫発症はしていないけど、不安という患者様はご相談のみも可能です。

