

乳がんの手術を受ける患者さまへ

ドレーンが入らない場合



目次

1 持ち物

2 身体の準備

3 術後の流れと注意点

4 術後のリハビリテーション

5 放射線療法について

6 術後の下着・パッドについて

7 退院後の日常生活について

1 持ち物

「入院のご案内」のパンフレットもご参照ください

① 前開きの寝衣

手術後は手術の傷の痛みやひきつれで腕が上がりになる場合があります。着替えやすい前開きの寝衣を準備してください。お持ちでない場合は、院内のレンタルサービスもご利用できます。



② その他、必要用品

手術直後はベッドで寝たまま安静にしてください。その間使用する下記の物品をまとめておいてください。

バスタオル 1 枚

フェイスタオル 1 枚

ティッシュペーパー

プラスチックコップ・ストロー



③ 手術用の紙パンツ 1 枚

院内コンビニエンスストアで購入してください。手術室入室の際に着用します。

④ 術後用ブラジャー 1～2 枚

手術翌日から着用します。前開きのものでアンダーバストに合わせたサイズのものをご用意ください。術後の創部の安静や保護のために必要になります。院内コンビニエンスストア、または乳がん用下着の専門店や通信販売等でも購入できます。

※ 6 術後の下着・パッドについての①下着の項目をご参照ください

⑤ お薬とおくすり手帳

普段内服している薬がある方はお持ちください。



2 身体の準備

わきの下の除毛

1) 手術する側のわきの下を除毛しておいてください。剃刀で傷つけないようにお気を付けください。薄毛や産毛程度なら処理しなくて結構です。除毛に不慣れな方は看護師にご相談ください。



ネイルの除去

2) 手術室での全身管理のため、手足とも爪を切り、ジェルネイル・マニキュア等を除去してきてください。指輪もはずせるようにしてきてください。



禁煙

3) 手術前の喫煙は術後合併症などのリスクを高めるので、手術までは禁煙をしておいてください。



その他、気になることがございましたら
看護師にお気軽にお声がけください



3 術後の流れと注意点

詳細は別紙「乳腺外科の手術を受けられる方へ」をご覧ください。

① 痛みについて

麻酔から覚めると、創部が痛くなることがあります。痛みがあるときは、我慢せずに看護師へお知らせください。

② 安静について

手術直後はベッド上で安静になります。

術式や患者さんの状態によって安静時間は違います。看護師から説明します。医師の診察を終え問題なく経過していることを確認したら、寝衣に着替えます。その後は普段通り動くことができます。

③ 入浴など体の保清

傷の状態によりますが、通常手術翌日の午後からシャワー浴が可能となります。入浴開始時期は、外来で医師に確認してください。

④ 注意点

術後、点滴の管や尿の管が入っています。また心電図モニターをつけたり、酸素吸入をします。治療上、大切なものなので引っぱらないようにしてください。翌日には全てはずします。



4 術後のリハビリテーション

乳がんの手術をすると、創部の痛みやひきつれにより腕や肩の関節が動かしにくくなる場合があります。術後、日を追って強く感じることもありますので、退院後も継続してリハビリを行ってください。

毎日継続できるよう、1回のリハビリは5～10分程度で行うこと、またシャワーなどで体を温めて（シャワーの許可のないときは、温かいタオルなどで肩や腕を温めて）から行うと楽に行えます。※別冊「乳がん術後のリハビリテーション」をご参照ください。



5 放射線療法について

創部に放射線を当てて残っている可能性のあるがん細胞を死滅させる治療です。乳房切除術を受けた方も再発する可能性が高い場合、行われることがあります。傷が治ったからの開始になりますので、通常退院1～2か月後に、放射線治療医を受診し計画を立てます。治療は1回1～3分の照射を25回、約5週間続けることが多いですが、短期間で終える方法などもあります。放射線を安全に当てるために、照射の際には治療台に横になり、バンザイをした状態で治療台に肩、腕がつく程度広げる必要があります。そのためにも手を挙げるリハビリテーションは重要になります。

放射線治療部には専属の看護師がおり、治療開始前に詳細を説明し、治療中の支援を行います。気軽にお声かけください。



6 術後の下着・パッドについて

① 下着

術後 1 ヶ月程度は、ワイヤーのないブラジャーを使用してください。スポーツブラやブラ付きのキャミソールなども便利です。創部の位置や状態で退院後からワイヤー入りのブラジャーを使用できる場合もあります。外来時に看護師にご相談ください。

② 補整パッド

温存術では補正の必要性は創部の状態で個人差が大きいです。補正パッドを希望される場合は、乳がん用下着やグッズの専門店、その他通信販売などで購入できます。部分的に補整する小さなパッドや、乳房全体を覆い補正するタイプなど、様々なものがあります。またオーダーメイドの部分的なシリコンパッドを作る業者もあります。迷われるようでしたら、外来看護師にご相談ください。

術後 1 ヶ月はしめつけの少ない
下着を使用してください



7 退院後の日常生活について

✓ 家事について

家事はご自身の体調に合わせて少しずつ始めてください。

✓ 運動について

基本的に運動の制限はありません。創部の状態などを含めて、医師と相談してから開始しましょう。

✓ 術後の感覚

手術後は創部の周りの感覚が鈍くなることがあります。またわきや上腕の内側が「触っても鈍い感じ」や「ピリピリする感じ」「わきに本を挟んでいる感じ」などの違和感が出る場合があります。術後、日数が経つと徐々によくなっていきます。



✓ むくみについて

手術した側の腕がむくむ場合があります。手術後何年経っても発症する可能性がありますので、予防が重要になります。手術をした側の腕の保湿を行い、ひび割れやささくれを防ぐ、切り傷ややけどなど傷を作らない、肥満にならない、長時間同一の体勢をとらない、などが予防になります。むくんでしまった場合でも、早期に気づき適切な対処をすることで、悪化を防げる場合がありますので、日々、腕や手の左右差を観察し、変化があったら医師、看護師にご相談ください。

※別冊「リンパ浮腫の知識」を参照してください。



連絡先

虎の門病院 ブレストセンター

〒105-8470 東京都港区虎ノ門2-2-2

☎ 電話 03-3588-1111(代)

平日 8:00～16:00 : 5 階共通外

夜間および休日：急患室

