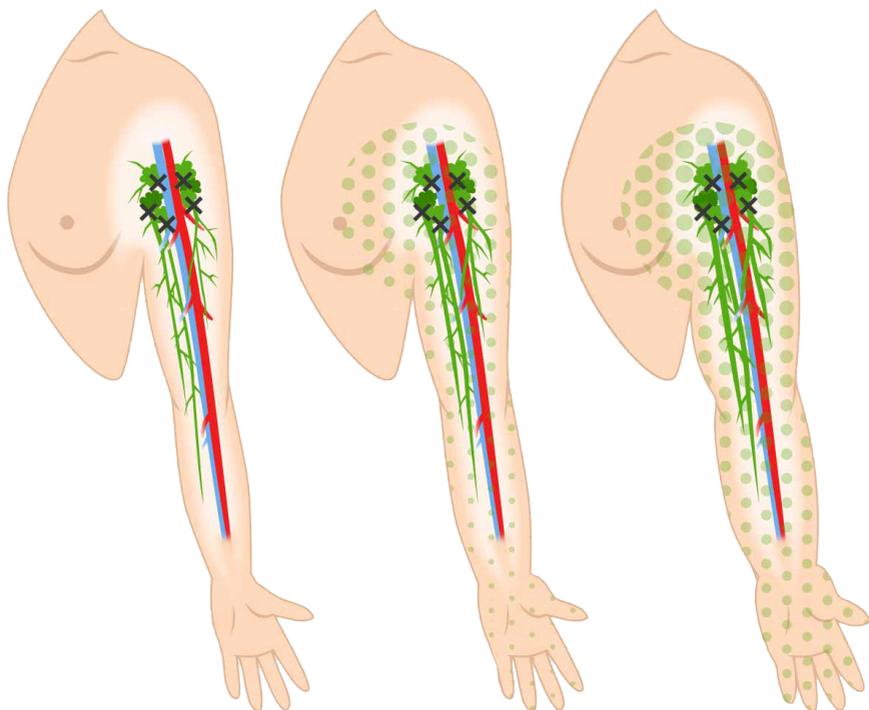


## 4リンパ浮腫とは？

### 《①原因と起こりやすい部位》

リンパ液はリンパ管の中を流れています。手術や放射線治療・抗がん剤治療などによってリンパ管やリンパ節の働きに障害を生じると、リンパ液の流れが悪くなります。流れが悪い場所では、リンパ液が過剰にたまり、皮下にしみ出してきたてむくみが生じます。そのむくんだ状態をリンパ浮腫と言います。リンパ浮腫は治療後数か月で生じる場合と数年後に生じる場合があります。

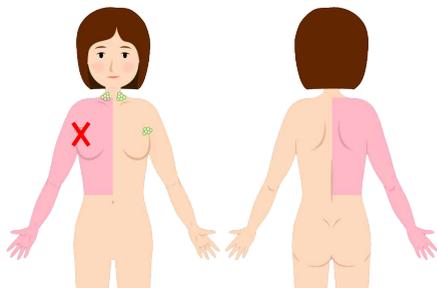


リンパ管やリンパ節  
に障害が生じる

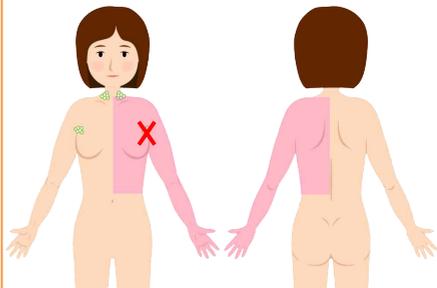
皮下にリンパ液がしみ出てきて、  
むくみが生じる

リンパ浮腫が生じる可能性のある部位は、手術を受けた場合、手術によってどこのリンパ節を切除したかによって異なります。

### 生じやすい部位



右のワキの下のリンパ節をとった場合、右の腕、前胸部、背部に生じやすい



左のワキの下のリンパ節をとった場合、左の腕、前胸部、背部に生じやすい

### 実際の写真

右手、右腕に生じたリンパ浮腫です。症状は、人それぞれです。



## 《②症状・発見方法》

リンパ浮腫は早期発見が大切です。リンパ浮腫の症状を知っておくことや実際に腕の太さを測ることで、早期に発見しやすくなります。

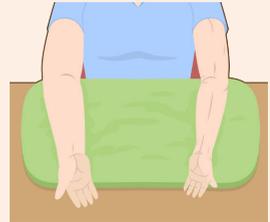
### リンパ浮腫の症状



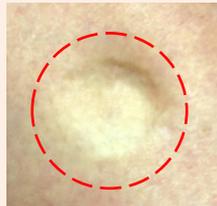
- 動かしにくい
- 重い感じがする



- 腫れぼったい感じがする
- だるい感じがする



- しわが目立たない
- 腕の静脈の見え方に左右差がある



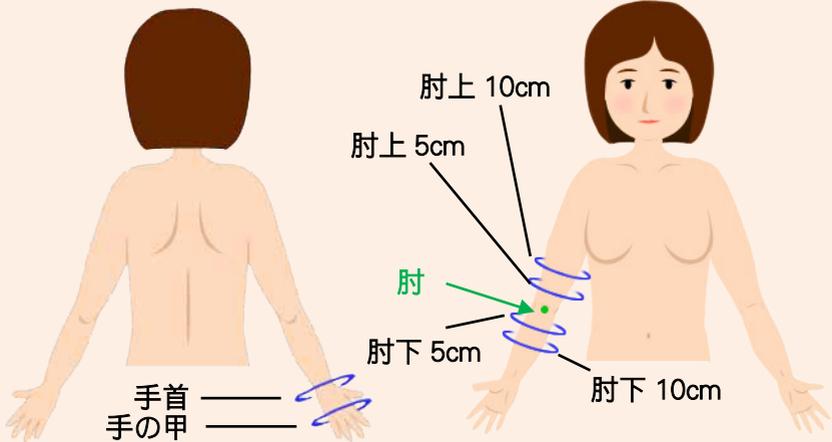
- 押したら痕がつく



- 皮膚が張ってくる
- 皮膚がつまみにくくなる
- 皮膚が硬くなる

※これらの症状が出現しても、必ずしも「リンパ浮腫」であるとは限りませんので、正確な診断のために医師の診察を受けましょう。

## 計測方法の例



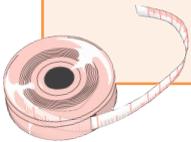
○手首

○手の甲

○肘から上 5cm 及び 10cm

○肘から下 5cm 及び 10cm

- ✿ポイントを決めて測りましょう
- ✿できるだけ測る時間を一定にしましょう
- ✿左右を測ると変化がわかりやすいです



### 《③リンパ浮腫の重要な合併症》

リンパ浮腫の重要な合併症には、蜂窩織炎、リンパ管炎などの炎症があります。リンパ浮腫が生じる可能性がある部位に発赤、熱感、圧痛などの症状が生じた場合は注意しましょう。

全身症状として、発熱を伴うこともあります。症状がある時には、体温も測りましょう。



左腕の蜂窩織炎：皮膚が赤くなっているのがわかります。

もし症状が生じた場合は・・・

- 用手的リンパドレナージ・シンプルリンパドレナージや圧迫療法を中止し、安静を心がけましょう。
- 腫れている部分を挙上し、氷嚢などで冷やしましょう。
- 冷却スプレーの使用や冷湿布を貼ることはやめましょう。
- かかりつけの医療機関に相談しましょう。

#### ワンポイントアドバイス①—手や腕の冷却について—

体の熱を取るために冷凍された保冷剤（アイスパック）を使用する事がありますが、保冷剤が硬いうちは体に密着しません。炎症がある時はできるだけ炎症部位全体を冷やした方が良いので、氷嚢で冷やしましょう。ビニール袋で代用することもできます。



ひょうのう  
〈氷嚢〉



〈ビニール袋〉



ここで突然ですが・・・

リンパ浮腫の合併症のうち確実な診断と的確な治療・処置が必要になるリンパ管炎や蜂窩織炎について、大切なことですので皮膚科医の立場からもう少し詳しく解説をします。

ほうかしきえん

## ○リンパ管炎・蜂窩織炎について

ほうかしきえん

ほうかしきえん

リンパ浮腫の重要な合併症には、リンパ管炎や蜂窩織炎があります。これらは、リンパ浮腫の状態にある箇所にはケガや虫刺されなどによって起こる炎症、感染によって引き起こされます。前述しましたように、確実な診断、的確な治療・処置が必要です。発赤、熱感、圧痛などの症状がある場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。

## ○受診を前提にした応急処置について

リンパ管炎や蜂窩織炎に対する自己判断の処置は状態の悪化を招きかねませんので、決してお勧めできることではありません。よって、受診を前提に「とりあえずの応急処置」についてお伝えします。

①リンパ浮腫の部分が広い範囲で淡く赤い（びまん性紅斑）、その部分が熱っぽい（局所熱感）。しかし、明確な痛みは感じない。[軽症]

⇒普通の石鹸と素手でやさしく洗浄したのち、症状のある腕を拳上しましょう。この場合の冷却は「冷水で流す」、「濡れタオルで冷やす」を行ってください。その他には重い物を持つことや運動、入浴を避けましょう。

②びまん性紅斑が強い。または紅斑が細い線状に長い。明らかな痛みがある。または押して痛いところ（圧痛）がある。[中等症]

⇒①に加え、痛みのあるところは氷嚢で冷やしましょう。また、安静臥床を要します。

③紅斑に加え、紫斑や水疱形成がある。全身的な発熱がある。[重症]

⇒直ちに受診しましょう。消炎鎮痛剤や抗生剤の投与、時には入院を必要とします。