

## 1 リンパ浮腫の治療・悪化予防において大切なこと

リンパ浮腫は、予防や早期発見・早期治療により悪化させないための自己管理が大切です。その為にはリンパ浮腫に対する基本的な知識を身につけて、日常生活の中で実践しながら治療やケアを継続していくようにしましょう。



## 2 患者さんの声 —「がん体験者の悩みや負担等に関する実態調査」より

リンパ浮腫を発症された患者さんの声です。この実態調査を行った時は、リンパ浮腫の治療やケアに対する知識の普及があまり浸透していない状況があり、患者さんの中にはどこに相談したら良いかわからずにいる方もいらっしゃったことでしょう。ですが近年その治療やケア方法が確立されてきています。何か異常を感じたり、不安を覚えたりした時はかかりつけの医療者に相談しましょう。相談場所がわからない場合は、地域のがん診療連携拠点病院の相談支援センターに相談しても良いでしょう。