

## 6 最後に、もう一度あなたに伝えたいこと

今までお伝えしてきましたように、リンパ浮腫を予防・改善させたり悪化を防いだりしていくためには、正しくケアを行うこと、そしてそれを継続して行うことが大切です。正しいケアの方法を習得するためには専門家の指導を受ける必要があります。一般に出回っているリンパ浮腫のケア情報も参考になりますが、それらはケアの基本を紹介しているにすぎません。診断名が同じ「リンパ浮腫」でも、その状態は一人ひとり異なります。そのため、基本を踏まえたリンパ浮腫のケアも患者さんによって正しい方法が異なってきます。繰り返しになりますが、正しいケアを身に着けるためには、専門家の指導を受けるようにしましょう。



なお、専門家の指導を受けるためにはどうしても良いかわからない場合は、地域のがん診療連携拠点病院等に設置されているがん相談支援センターに相談してみましよう。あなたの力になってくれることと思います。

