



## 救命救急センターを受診される方へ

12月29日(日)～1月3日(金)の一般外来休診中、診療を円滑に進めるため、下記の点についてご協力ください。

### 1) 来院前に、必ずお電話でご連絡ください

☎04-7092-2211

- ① 患者さまの住所、氏名、生年月日。  
当院の診察券をお持ちの方は、右下8ケタの番号も。
- ② 患者さまの様子(けがの状態や、主な症状など)
- ③ 当院への来院方法、おおよその到着時刻

### 2) ご来院の際は、次のものをお持ちください

- ・健康保険証      ・当院の診察券
- ・高齢者医療費保険者証、公費受給者証 ほか

※会計はカードでの支払いが可能です。取り扱い可能な

カードは「デビットカード」に加盟している金融機関のキャッシュカード、「JCB」「UC」「VISA」「MasterCard」「American Express」「Diners Club」「DISCOVER」。支払いは一括払いのみ。

### 【お薬切れにご注意ください】

慢性疾患等でご療養中の方は、年末年始の一般外来休診中にお薬切れが生じないように、担当医と相談の上、忘れずにご準備ください。

### 【歯科センター 年末年始もオープン】

クリニック歯科センターでは、年末年始も急患対応にて診療いたします。ただし、12月29日(日)は休診いたします。同期間中、診療を希望される場合は必ず事前に歯科センターまで電話連絡の上、受診ください。

■歯科受付直通電話 04-7099-1118

■受付時間 10:00～16:00

## 院内サービス施設の年末年始営業案内

日頃より、院内サービス施設をご利用いただき、ありがとうございます。誠に勝手ながら、年末年始は店舗により休業または時間を短縮して営業させていただきます。期間中、利用者の皆さまにはご不便をお掛けいたしますが、何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。

店舗名	12/28(土)	12/29(日)	12/30(月)	12/31(火)	1/1(水)	1/2(木)	1/3(金)	1/4(土)	1/5(日)
Kタワーインフォメーション(案内業務)	7:30～18:00	7:30～18:00	7:30～18:00	7:30～18:00	7:30～18:00	7:30～18:00	7:30～18:00	7:30～18:00	7:30～18:00
Kタワーコンシェルジュ(サービス業務)	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00
ローソン	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業
サテライトローソン(パーキング棟)	9:00～16:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:00～16:00	定休日
コインランドリー	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業	24時間営業
ル・ベイザージュ	9:00～19:00	9:00～18:00	9:00～18:00	9:00～16:00	休業	休業	休業	9:00～19:00	9:00～18:00
亀田ホームケアサービス事務所	8:00～18:00	8:00～18:00	8:00～18:00	休業	休業	休業	休業	8:00～18:00	8:00～18:00
亀田ホームケアサービス居宅介護支援事業所	9:00～17:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:00～17:00	定休日
レストラン亀楽亭	11:00～20:00	11:00～16:30	休業	休業	休業	休業	休業	11:00～20:00	11:00～16:30
デリカショップ	11:00～17:00	11:00～14:00	休業	休業	休業	休業	休業	11:00～17:00	11:00～17:00
タリーズコーヒー	7:30～18:00	9:00～18:00	休業	休業	休業	休業	休業	7:30～18:00	9:00～18:00
ペーカリーミコミコ	9:00～17:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:00～17:00	定休日
ショップパオラ	9:00～17:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:00～17:00	定休日
福祉用具ショールーム	9:00～17:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:00～17:00	定休日
ウィッグ:亀田ヘアケアステーション	9:00～16:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	定休日	定休日
青山フラワーマーケット(CL棟)	9:00～18:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:00～18:00	定休日
ショップ マーラマ(CL棟)	9:00～17:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:00～17:00	定休日
カハナ・カフェ(CL棟)	8:30～14:30	休業	休業	休業	休業	休業	休業	8:30～14:30	定休日
カフェテリアKai(CL棟)	9:30～17:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:30～17:00	定休日
リラクゼーションルーム マカナ(CL棟)	9:30～17:00	休業	休業	休業	休業	休業	休業	9:30～17:00	定休日

\* Kタワーコンシェルジュ(サービス業務)のうち、配達サービス(買い物代行)は日曜定休のため、12/29(日)・1/5(日)はお休みです。

【お詫び】: 前号にてお知らせしたクリスマスコンサートの内容と開始時間が変更になりました。12月21日(土)は11:00より「ピアノとクラリネットによるクリスマスコンサート」をKタワー1階ロビーにて開催いたします。演奏して下さるのは、日下文葉様と西澤いずみ様です。

# リンパ浮腫治療

リンパ浮腫外来 林 明辰



## 第3話 リンパ浮腫に対する保存的治療

リンパ浮腫の治療には、大きく分けて保存的治療と外科治療の二つがあります。軽症なリンパ浮腫、つまりリンパ管の変性があまり進んでいない症例に対しては、保存的治療のみでも十分対応できます。

当院では、がん術後に生じるリンパ浮腫をお持ちの方を対象に、認定看護師・理学療法士による「リンパケア外来」を開設しています。ここでは保存的治療(複合的治療)を行っています。

リンパ浮腫の複合的治療は、一人一人異なる症状に対して以下のセラピーを適切に組み合わせていきます。発症してしまったリンパ浮腫を完治させることは困難ですが、日常生活に注意して浮腫を発症しにくくすることはできます。また、発症早期に発見して治療を開始すれば、元の状態に近いくらいまで戻る方もいらっしゃいますし、発症後長期間経過している症例においても、外科治療と組み合わせることで安楽に過ごせるようになります。諦めずにケアを行っていくことが大切です。

### スキンケア

むくんだ皮膚は傷つきやすく炎症を起こしやすいため、ひび割れや水虫などの感染症に注意する必要があります。保湿クリームや適切な軟膏を使用しましょう。感染によりリンパ管炎や蜂窩織炎が起ると浮腫の増強につながりますので、毎日のケアが重要です。

### 医療徒手リンパドレナージ

エステなどのマッサージ(美容的ドレナージ)とは違うゆっくりとしたやわらかいマッサージ法で、皮膚や皮下組織にたまったリンパ液を正常なリンパ節へ誘導するようにドレナージ(排液)を行います。硬くなった皮膚をほぐし、皮膚の状態

を改善する効果もあります。

ドレナージにおいて重要な点は、リンパ液の流れは一人一人違うということです。当院では、リンパ浮腫外来でのICGリンパ管造影やリンパシンチグラフィーなどの検査結果をもとに、医師との連携の下、それぞれの患者さまに最適なドレナージ法の指導を行っています。



### 圧迫療法

体の水分は重力にしたがって手先足先に溜まりやすくなります。リンパドレナージで排液したリンパ液が重力の影響で元に戻らないために十分な圧迫を行います。弾性包帯やストッキング、スリーブなどを使用しますが、体に合わないものを使用するとかえって悪化することがありますので注意が必要です。それぞれの患者さまの生活スタイルに合わせた圧迫療法をご提案できるように心がけています。



### 圧迫した状態での運動療法

圧迫した状態で筋肉を用いた運動をすることで、リンパ管の動きを活発にします。強い運動ではなく、毎日できる程度の運動を続けましょう。お散歩をする、腕を握る・緩める、足首や膝の曲げ伸ばしなど、日常生活の中でできる運動で十分です。

運動をすることで、関節の可動域の維持、筋力・活動量を向上させることができ、生活の質を向上することができます。日常生活の中で、いかにリンパ系を活発に動かしながら過ごせるかということが重要になります。

### セルフケア指導

一人一人の生活スタイルに合わせ、ご自宅でのセルフケアを指導いたします。

## 医師紹介

よしおか 吉岡 みるい 医師



- ①担当科目
- ②診療における得意分野
- ③趣味
- ④ひと言

- ①皮膚科
- ②皮膚科全般
- ③音楽鑑賞、読書
- ④分かりやすい説明を心がけます



Kameda Medical Center

亀田ホームページ <http://www.kameda.com>