

第1回浜松がん看護フォーラム21 2011.1.30

乳がん看護の極意



千葉県立保健医療大学
健康科学部看護学科
阿部恭子
kyoko.abe@cpuhs.ac.jp



Chiba Prefectural University of
Health Sciences

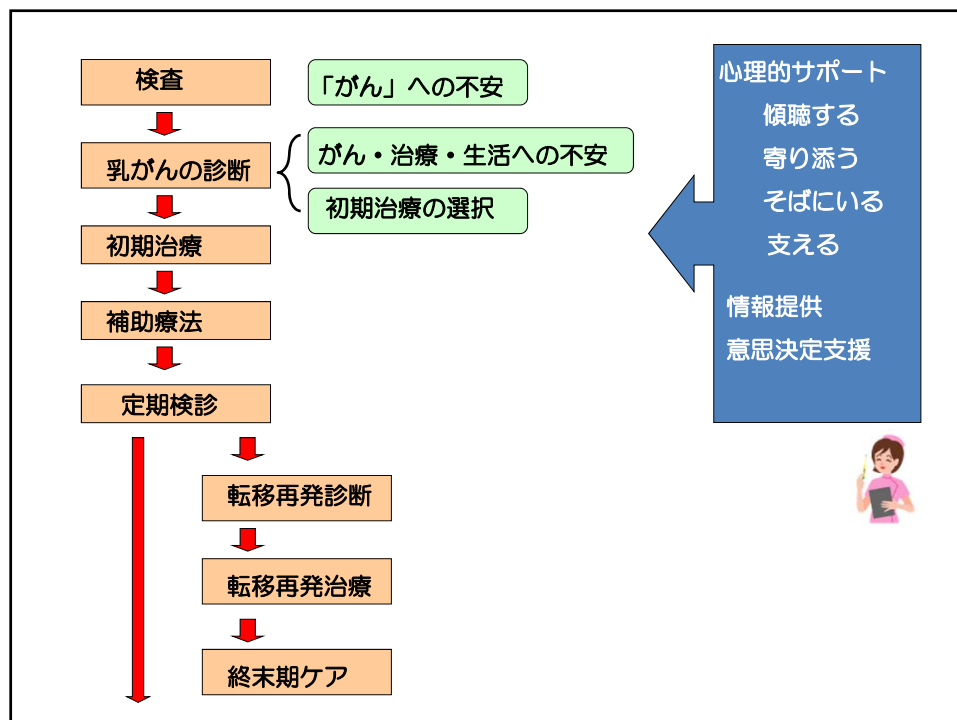
乳がん患者が抱えるさまざまな困難

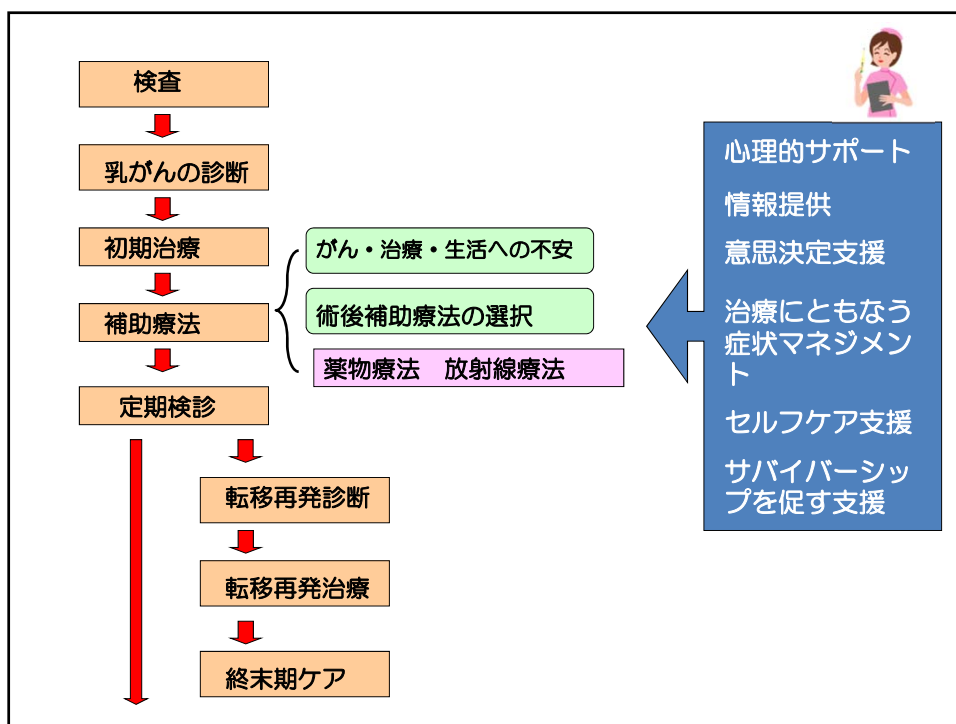
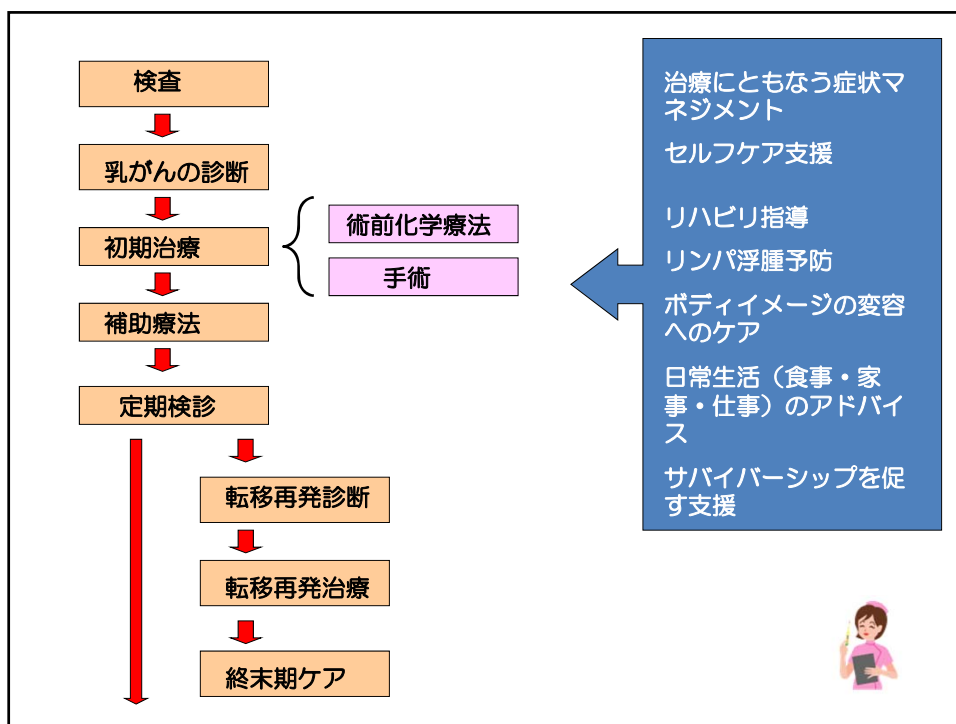
- 患者・家族の乳がんそのものに対する不安が大きい
- 40歳代後半から50歳代が好発年齢
(家庭や職場での役割が大きい)
- 20歳代・30歳代では結婚・妊娠・出産への不安が大きい
- 再発・転移への不安が10年続く
- 手術術式など治療方法の選択肢があり、意思決定が求められる
- ボディイメージの変化が起こりやすい
- セクシュアリティへの影響がある
- 化学療法の比重が増えているが、患者の抗がん剤治療への不安は大きい。また、化学療法を受けながら日常生活を過ごすためのセルフケアが必要である

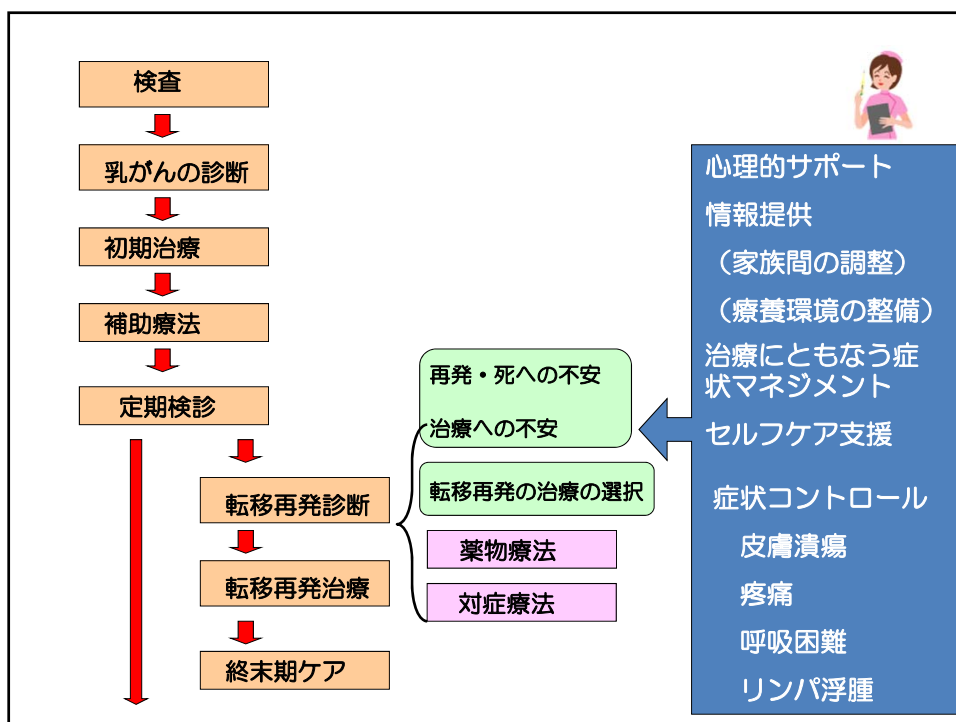
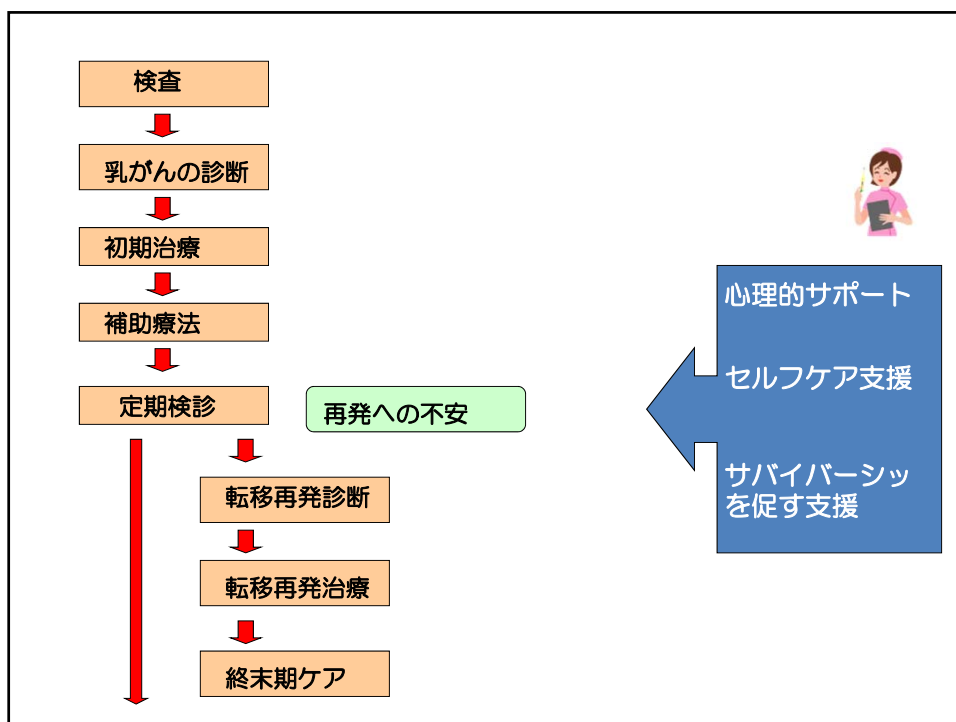
乳がんケアの特徴

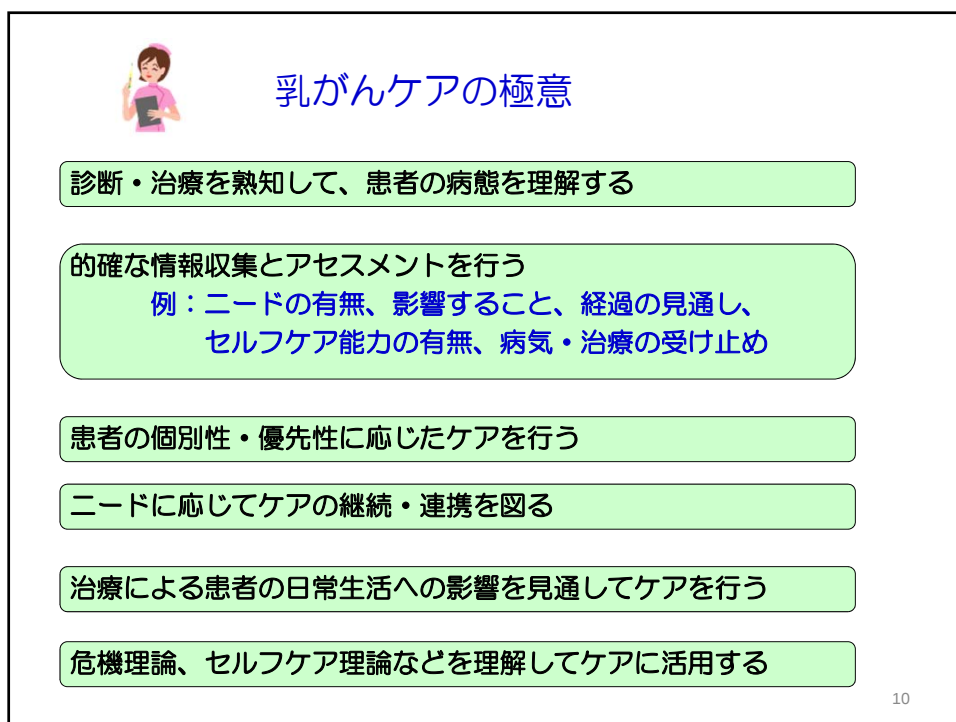
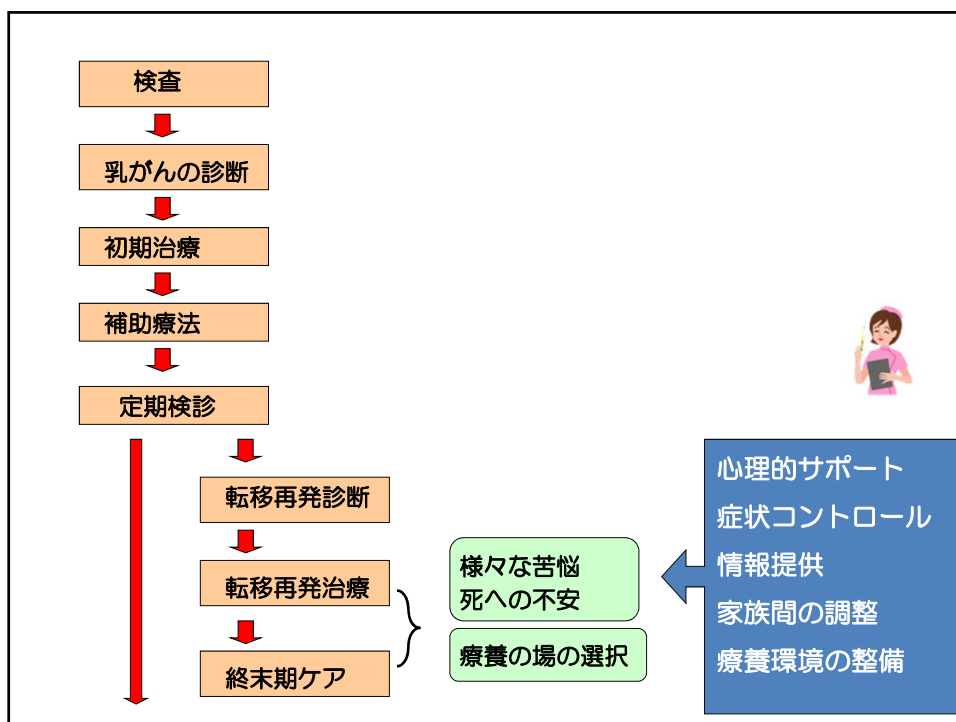
- 心理的サポート
- 患者・家族にとってわかりやすい情報提供と治療選択の支援
- 治療に伴うセルフケア支援
術後リハビリ・術後リンパ浮腫予防
薬物療法の副作用のセルフケア
- ボディイメージの変容・セクシュアリティへの支援

3









乳がん看護認定看護師のケアの技



月刊ナーシング
2010年1月
～6月号
乳がんケアの極意

11



事例で考えてみましょう（病棟）
（どのような情報が不足していますか？）

◆Eさん

70歳代、右乳房円状部分切除術およびSLN生検、既往歴：30年前に左定型的乳房切除術。左上肢リンパ浮腫があるけれども、生活に不自由はないという。息子と二人暮らし。息子は40歳代の会社員。術後3日目の夕方に退院指導を受けた。

術後4日目の朝、「ずいぶん昔より、手術の後は楽だね。痛くないし・・・」というが、右上肢をほとんど動かそうとしていない。（昼前に退院予定）

◆ナースFさん

リンパ浮腫予防やリハビリについて理解してもらう必要があると考え、渡してある退院指導のパンフレットをよく読むよう促した。

12



事例 続き（外来で）

◆Eさんは、右上肢をかばうようにしていた。

ナースが、リハビリについて尋ねると、家では行っていないということだった。90度程度の挙上。

ナースが、リハビリを行っていない理由を尋ねると、Eさんは、「30年前の手術のあとは、1か月は手術した方の腕を使わないようにと言われたし、今回、退院の前にリハビリの説明を受けたけれど、腕を動かすのが怖いし、手術の後は動かさない方がいいと思った」と答えた。

ナースは、前回の手術とは手術範囲が違ふこと、今後放射線の治療が必要になるので、リハビリの必要性を再度説明し、Eさんが取り組めそうなリハビリの方法を一緒に考えた。

13

ナースFさん（病棟）が
情報収集できるとよかったこと

- ◆ 退院指導で説明されたリハビリについて、どのように理解したか
- ◆ Eさんは、リハビリにどのように取り組もうと思っているか
- ◆ Eさんは、リハビリに取り組むにあたって、気になることはあるか
- ◆ 自宅での家事は、どのように行うか。どの程度息子の支援を得られそうか
- ◆ 左上肢リンパ浮腫について、どのような注意が必要だと思っているか
- ◆ 左上肢リンパ浮腫の悪化予防のためにどのようなセルフケアをしているか

14



Fさんの立場だったら、どんな言葉をかけますか

◆Eさん

70歳代、右乳房円状部分切除術およびSLN生検、既往歴：30年前に左定型的乳房切除術。左上肢リンパ浮腫があるけれども、生活に不自由はないという。息子と二人暮らし。息子は40歳代の会社員。術後3日目の夕方に退院指導を受けた。

術後4日目の朝、「ずいぶん昔より、手術の後は楽だね。痛くないし・・・」というが、右上肢をほとんど動かそうとしていない。（昼前に退院予定）

◆ナースFさん

「

」

15



Fさんの立場だったら、どんな言葉をかけますか

◆Eさん

70歳代、右乳房円状部分切除術およびSLN生検、既往歴：30年前に左定型的乳房切除術。左上肢リンパ浮腫があるけれども、生活に不自由はないという。息子と二人暮らし。息子は40歳代の会社員。術後3日目の夕方に退院指導を受けた。

術後4日目の朝、「ずいぶん昔より、手術の後は楽だね。痛くないし・・・」というが、右上肢をほとんど動かそうとしていない。（昼前に退院予定）

◆ナースFさん

「右手をあまり動かさないようにしているんですか」
（ナースが見た事実について尋ねる）

16



乳がんケアの向上のための第1歩を できることから

「困った」「わからない」を大切に。
「患者向けのガイドラインの解説」を活用しましょう

関心のあること、優先性の高いことから勉強しましょう。
例：乳房部分切除術の適応／乳房切除術の適応、
補整具・補整下着・ウィッグの入手方法、選択方法

「難しい患者さん」には、早め早めの情報収集とケアの継続を。

事例検討や振り返りを大切に。
辛さ、大変さを共有しましょう。
学びを今後のケアに活かしましょう。

頑張りすぎないのも大切です。

17

勉強内容：乳がん治療について

- ①乳がんの診断・治療の流れ
画像診断・病理診断
- ②乳がんの手術療法
- ③乳がんの薬物療法1（抗がん剤治療・分子標的治療）
- ④乳がんの薬物療法2（内分泌療法）
- ⑤乳がんの放射線療法
- ⑥乳がんの緩和ケア
- ⑦乳房再建

18

勉強内容：乳がん看護について

- ①がん看護に活用できる理論・概念およびコミュニケーションスキル
ストレスコーピング理論・危機理論
セルフケア理論・サバイバーシップ
- ②検査・診断（告知）におけるケア
- ③治療選択・意思決定支援
- ④周手術期のケア（ボディイメージ変容へのケア）
- ⑤リンパ浮腫の予防とケア（術後リハビリ・日常生活指導）
- ⑥薬物療法におけるケア（症状マネジメントとセルフケア支援）
- ⑦放射線療法におけるケア（症状マネジメントとセルフケア支援）
- ⑧再発・転移における心理的サポートと治療にともなうケア
- ⑨セクシュアリティへのケア

19

乳がん看護の書籍（一部抜粋）



①2003年



②2005年



③



⑤



⑥



⑧



⑩



④



⑦



⑨2010年

20

- ①ナースのための最新乳癌テキスト。真興交易（株）医書出版部，2003.
- ②乳がん患者へのトータルアプローチ。ピラールプレス，2005.
- ③乳がん患者ケアガイド。学研，2006.
- ④プレストケアナース 役割と実践。日総研，2006.
- ⑤がん看護 実践シリーズ8 乳がん，メヂカルフレンド社，2007.
- ⑥ナース・プロフェッション・シリーズ がん看護の実践ー2
乳がん患者への看護ケア。医歯薬出版株式会社，2008.
- ⑦乳がん看護トータルガイド。照林社，2008.
- ⑧乳腺外科ナースングプラクティス。文光堂，2009.
- ⑨乳がん看護困った！にこたえるサポートブック。メディカ出版，2010.
- ⑩最新乳がんダイジェスト。アメリカ国立がん研究所編，春秋社，1991.

21

お役立ちサイト（一般向け）

- がんナビ （注：がんナビではない）
<http://cancernavi.nikkeibp.co.jp/>
- 乳がん。JP
<http://www.nyugan.jp/>
- がんになっても-希望とあたりまえの生活を-
患者・家族向けの精神面のサポート
<http://www.az-oncology.jp/>
- NPO J.POSH
全国のセルフ・ヘルプ・グループ（患者会）の一覧表
生命保険の乳がんに関する特約なども紹介されている
<http://www.j-posh.com/>

22

調べるときのお役立ちサイト

- NPO法人 日本乳がん情報ネットワーク
- 世界の「乳がん診療ガイドライン」紹介事業
最新の情報に基づき、「乳がん診療ガイドライン」に対する認識を深めたい。NCCNが作成する米国の「乳がん診療ガイドライン」を日本の現状と対比したコメントを付し、日米の違いを示している。
- 「悪心・嘔吐対策」も日本語訳している。
<http://www7a.biglobe.ne.jp/~jccnb/index.html>
- がん情報サイト（PDQ日本語版）
- がん情報サイトは日本で唯一National Cancer Institute（米国国立がん研究所）とLicense契約している、がんの最新治療情報や治療成績、臨床研究の情報、がんに使われる標準治療薬や支持療法薬といった、がんに関する最新かつ包括的な情報を配信するサイト
<http://cancerinfo.tri-kobe.org/>

23

（患者向けですが、ナースの入門用にお勧め）

- 日本乳癌学会編：乳がん診療ガイドラインの解説，金原出版株式会社，2009
- 岩田広治総監修：別冊NHKきょうの健康 乳がん，NHK出版，2005
- TODAY!編集部：「乳がん安心！生活book」（第2版）（<http://www.v-next.jp>），2007
- パブリックヘルスリサーチセンター編：乳がん私らしく生きる，ライフサイエンス出版，2004
- 畠清彦・伊藤良則：心配しないでいいですよ 再発・転移乳がん，2版 真興交易（株）医書出版部，2008
- 福田護：乳がん全書，法研，2002

24

TODAY!編集部：「乳がん安心！生活book」

- ◆入院に際して 準備／入院生活／リハビリ／お見舞いとお礼
- ◆退院直後の生活 日常生活の注意／術後の自己検診／浮腫予防
- ◆手術後の下着 乳がん専用のブラジャーとパッド／水着
- ◆放射線治療を受ける人へ 副作用のケア／日常生活の工夫／ボディケア
- ◆化学療法を受ける人へ
 - 脱毛ケアと工夫(かつら・帽子・つけ毛の選び方・使い方)／
 - 眉の描き方・まつげ・爪のケア／食事／服装／日常生活
- ◆ホルモン療法を受ける人へ ホットフラッシュ／シミ・肌荒れ、イライラのケア
- ◆主治医とのコミュニケーション
 - 医師との関係／インフォームドコンセント／
 - セカンドオピニオン／乳がん診療の理想と現実
- ◆乳がんとつき合いながら生きる
 - 食生活／仕事・家事／運動／娯楽／家族や友人との関係／
 - セクシュアリティ／リラクゼーション／心のケア
- ◆自分らしく生きるために
- ◆資料・フォーマット集
 - 治療費と給付制度／役立つフォーマット集

25

文献

- ・特集 乳がん看護認定看護師が実践する！乳がん術後ケア，看護技術，55（2），2009
- ・事例から学ぶ乳がん患者ケア，臨床看護，35（2），2009
- ・乳がんの最新トピックと看護 個別化治療をめざして，がん看護，14（4），2009

26

第7回日本乳がん看護研究会

- 平成23年10月16日（日） 10:30～16:00
- 大宮ソニックシティ
- 日本乳がん看護研究会 (<http://www.jabcn.jp/>)

