



## 第2回 「がん患者・家族交流会」開催報告

ミニ学習会テーマ：「リンパ浮腫のお話」

(講師：医療リンパドレナージセラピスト 林阿葵)



8月23日(金)13:30～15:00 第2回がん患者・家族交流会を開催しました。  
今回は松江赤十字病院、浜田医療センター、邑智病院でも会場を準備していただき  
各会場をオンラインでつなぎました。各会場あわせて21名のがん患者さん、ご家族、  
がんピア・サポーターが集まりました。



ミニ学習会後、「リンパ浮腫外来はどうしたら受診できますか?」「マッサージはいつまで続ければいいですか?」「リンパ浮腫はいつごろ出てきますか?」といった今回のテーマに沿った多くの質問が寄せられるなど、参加者の関心の高さを感じました。

ある患者さんからは、「足が何倍にも腫れてしまってしんどい、階段を上がるのも大変」「術後10年以上経過したのに、腫れてきた。まさかこんなに経ってから苦しめられるとは思わなかった・・・」という切実な声も聞かれました。

また交流会の後半では、皆さんで「リンパドレナージ」の肩回しや腹式呼吸を実践しました。講師の林さんから、自分でするのが難しければ、他の人に手伝ってもらってもよいですよ、腹式呼吸はお腹が膨らむことを意識しましょうといったアドバイスをもらいました。参加者からは「気持ちいい」「またやってみよう」との声もありました。

次回開催：9月19日(木)13:30～15:00 「化学療法の副作用とケア」

