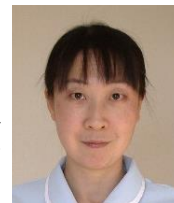


講師	宗定 水奈子(看護学科 講師 リンパ浮腫療法士 がん看護専門看護師)
開講日時	①4月22日(金)上肢理論編(乳がん) ②5月27日(金)上肢技術編 10:20～11:50
会場	八王子市学園都市センター(セミナー室)
内容	乳がんなどの手術に伴うリンパ節郭清によって、リンパの流れが滞り、腕に生じるリンパ浮腫について、2回に分けて解説します。リンパ浮腫が起こる理由や症状、セルフドレナージの方法、弾性着衣の解説、効果的な運動、スキンケア、外科的治療の実際、日常生活における注意点、気持ちの持ち方など、予防やケアの実際についてわかりやすく解説し、セルフケア力の向上を目指します。
対象	18才以上(高校生除く)
定員	20名 応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。
受講料	一般:2,000円 学生:1,000円 (お申し込みは、八王子学園都市大学いちよう塾へ)
持ち物	筆記用具

東京大学大学院医学系研究科 健康科学・看護学専攻 成人／緩和ケア看護学分野看護師コース修了(保健学修士)。がん看護専門看護師、リンパ浮腫療法士。総合病院の病棟にてリンパ浮腫のリスクのある患者さんへの退院支援、看護外来では10年間がん相談、リンパ浮腫相談を担当。2021年4月より現職。



講師からみなさまへ

手術でわきの下のリンパ節(腋窩リンパ節)を切除した方(乳がんのセンチネルリンパ節郭清のみの方は対象外です)で体調が安定している方及びそのご家族向けの講座です。第2回は実技を行います。治療や病気の状態で皮膚に損傷のある方、心臓に病気のある方、静脈の病気の方はドレナージはできませんので、ご了解ください。参加時は、腕を出せる衣類でお越しください。