

## 「勉強会」・「聞いて患者の声」など セミナーを開催いたします。

近年の統計によると、がんにかか  
る患者さんの数は年々増加しており、  
これからも増加し続けると考えられ  
ています。一方で、がんの診断や治  
療を行っている医療機関は限られて  
おり、がん患者さんが、がんを専門  
的に扱っている医療機関に集中して  
しまう傾向にあります。

当会は、毎日の生活の中で、気を  
つけたいくつかの項目を、下記の  
タイトルでまとめ、ミニ勉強会とし  
てご用意しております。主な項目を紹  
介いたしますので参考にしてください  
ませ。

- セルフメディケーションの考え方
- 乳がんの自己触診でどうするの
- 病院のかかり方
- ドクターとの会話
- 日本の医療について
- 山梨の医療について
- がん対策とは
- がんとは
- 乳がんについて
- 働く人とがん
- 乳がん検診と企業・会社  
など

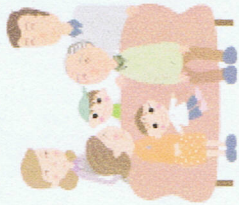


## みんなで考える『私の健康』

「どうして私が...」がんと診断されたとき、誰し  
も不安や絶望感で気持ちがいっぱいになりま  
す。しかし、このような気持ちから立ち直り、が  
んと闘い、がんを克服した患者さんはたくさん  
います。

特に、乳がんは早期発見が可能で、予後が  
期待できるがんのひとつであり、優れた検査  
法や有効な治療手段が多い  
ことから、早期発見で  
あれば、完全に治せる  
可能性も十分にあります。

早期発見、早期治療への  
お手伝いをいたします。



## セルフメディケーションの考え方

自分の健康は自分で守る。  
だれもあなたの健康を守ってはくれません。  
「自分の身体に関心を持つこと」がセルフメディ  
ケーションの第一歩です。

セルフメディケーションの  
きっかけ作りをお  
手伝いいたします。



## 日本のがん対策と山梨県のがん対策

2007年4月。がん対策基本法が施行されま  
した。この基本法に基づき、国はがん対策推  
進基本計画を策定しました。日本のどこに住  
んでいても納得できるがん医療が受けられる  
日本にするためです。そしてこの基本計画に  
基づいて、各都道府県はそれぞれの自治体  
でがん対策推進計画を策定しました。これら  
の計画をよりよくするのは誰でしょう。

一人一人が声を上げ、私たちが  
望む山梨県になるよう、協働と  
参画の精神で、がん医療環境の  
向上を目指したいと思っています。  
一緒に考えてみませんか。



## 手術後のアドバイスなど

手術では、再発を防ぐために、がんのほか  
に周囲の正常な部分や、リンパ節を切除する  
場合があります。そのため、手術の方法や個  
人差によって程度は異なりますが、いろいろ  
な障害が現れることがあります。

・手術部周辺の皮膚の感覚異常  
感覚が麻痺したり、敏感になったりします。  
時間の経過とともにある程度改善します。

・腕や肩の運動障害

リハビリによりほとんど回復します。

・腕のむくみ、わきの下のむくみ

リンパ液のめぐりが悪くなり、  
むくみややすくなります。

これらはリハビリやマッサージなどで  
改善されます。

