

わたしのカルテ



あなたのお名前

さん

かかりつけ医

(電話 — —)

堺市立総合医療センター 乳腺外科
電話 072-272-1199 (代表)

堺市医療圏がん診療ネットワーク協議会



令和3年2月改定

大阪府がん診療連携協議会

手術の記録

手術法(術式)

乳房切除術

乳房温存術

センチネルリンパ節生検の実施

あり

なし

腋窩リンパ節廓清

あり

なし

手術前後の治療

放射線治療	治療期間・内容
<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	
化学療法	治療期間・内容
<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	
ホルモン療法	治療期間・内容
<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	
その他の治療	治療期間・内容

乳がん術後連携パス



はじめに

【連携パス】とは、地域のかかりつけ医と堺市立総合医療センターの医師が、あなたの治療経過を共有できる「治療計画表」のことです。「連携パス」を活用し、かかりつけ医と堺市立総合医療センターの医師が協力して、あなたの治療を行います。

【かかりつけ医があなたのもうひとりの主治医です】
病状が落ち着いているときの投薬や日常の診療はかかりつけ医が行い、専門的な治療や定期的な検査は堺市立総合医療センターが行いますので、ちょっとしたケガや日常の相談は、まずかかりつけ医にご相談ください。必要に応じて堺市立総合医療センターを受診していただきます。また、**緊急を要する場合で休日や夜間等かかりつけ医を受診できない場合は、堺市立総合医療センター（072-272-1199 代表）までご連絡ください。**

この「連携パス」を活用することで、堺市立総合医療センターと地域のかかりつけ医とが協力し、患者さんの視点に立った安心で質の高い医療を提供する体制を構築することを目指しています。また、患者さんにとっても長い待ち時間や通院時間の短縮などの負担軽減や、ご自身の治療計画や経過の把握、かかりつけ医の手厚い診療による不安の解消といったメリットにもつながります。

もくじ

🍷 退院後の日常生活・・・p5～p9

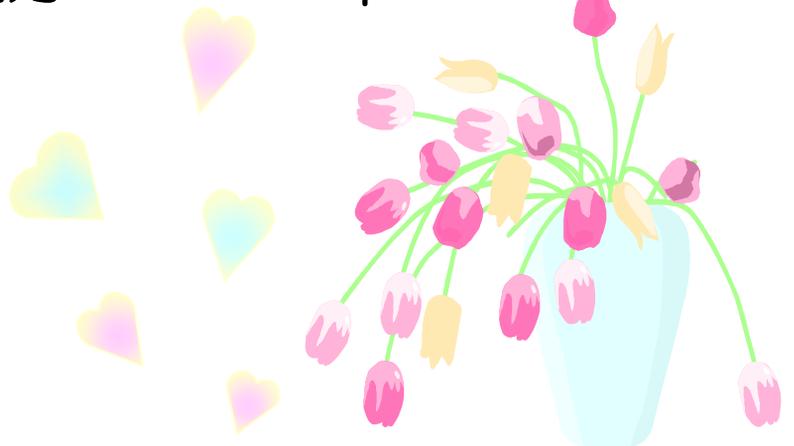
- 日常生活で気をつけていただきたいこと
- 退院後もこれだけは忘れずに
- 乳房自己検診法

🍷 堺市立総合医療センター病院の 各部署・担当等の

🍷 ご案内・・・・・・・・・・p10～p11

🍷 メモ・・・・・・・・・・p12

🍷 乳がん術後連携パス・・・p13～



退院後の日常生活

からだの調子に自信がいたら、
仕事に復帰。
外出も旅行も、何でもできます。

日常生活で気をつけていただきたいこと

<リンパ節郭清を受けた方へ>

手術を受けた方の腕は、できるだけ負担をかけないで

リンパ節郭清は、わきの下のリンパ節をとりますので、リンパ液の流れが低下し、腕がむくみやすくなります。

- ★ 腕時計や指輪を避け、服の袖口はゆるめにしましょう。
- ★ 注射や採血、血圧測定などもできるだけ反対側の腕でするようにしましょう。
- ★ 重い荷物を積んでの自転車の走行は控えましょう。
- ★ 重いカバンや荷物は反対側の腕を使いましょう。買い物の時は、キャリアーなどを使うと便利です。



反対側の
腕を使っ
て

ケガ・やけど・手荒れには十分注意を

傷ができると、健康な時より炎症を起こしやすくなります。

- ★ 手や指先が荒れないようにハンドクリームなどを塗りましょう。
- ★ 深爪や虫刺されに注意しましょう。
- ★ 裁縫のとき、針を指に刺さないように気をつけましょう。
- ★ ガーデニングなどを行う時は、ゴム手袋をはめましょう。
- ★ 急激な日焼けを避けましょう。



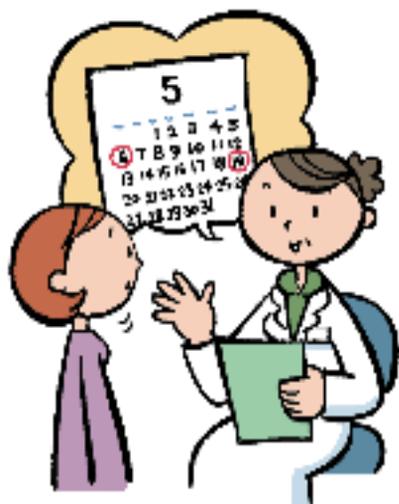
- ★ ケガをしたらすぐに水で洗い、消毒してください。
- ★ 大きなケガをしたり、傷口が治りにくい時は、病院に行ってください。



退院後もこれだけは忘れずに！

定期的な診察や検査に行きましょう

術後10年を目途に、定期的な診察や検査を行います。診察や検査の間隔は、手術後の状態によって異なりますから、医師の指示通り、決められた日に診察や検査を受けるようにしてください。なお、定期検査は乳がんを対象としているものです。他の病気をカバーするものではありません。



定期的な診察や
検査を

毎月1回、自己検診を続けましょう

どんな病気でも早期に発見して、早期に治療することが大切です。

特に乳房の異常は自分でも調べることができますから、手術を受けたこの機会に、毎月1回、日を決めて、手術側の点検を行い、皮膚の変化・しこり（硬結）や発赤などがないかをチェックします。手術をしていない側の乳房の自己検診も続けるようにし、乳頭からの分泌物や皮膚の変化がないか、乳房を触ってみて小さなしこりがないか、よく調べてください。気になるところがあったら、主治医に相談してください。

指示された薬は忘れずに服用しましょう

病院で処方された薬は、ホルモン剤や化学療法剤で、手術の治療効果を高めるために必要なものです。薬を服用するように医師から指示された場合には、指示された通りに忘れずに正しく服用してください。

副作用がある場合には、医師に申し出てください。



悩んでいるのはあなただけではありません

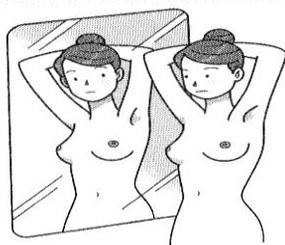
まだまだ、不安や悩みがあると思いますが、あなたと同じ経験をされた患者さんはたくさんいらっしゃいます。そして、その多くの方が、病気を克服し、充実した人生を送っていることを忘れないでください。決して自分のからに閉じこもってしまわないように、明るく、希望を持って前進し、病気をしてかえって良かったと思われるような建設的な生活を送ってください。あなたの身体には大きな力が備わっています。自分の身体をもっと信じて生活することが大切です。

また、医療スタッフのみならず、あなたの周りには家族や友人など、あなたを思い支えてくれる人達がいることを思い出してください。

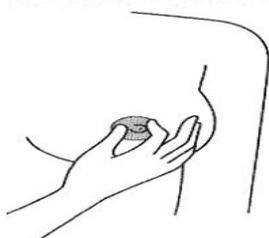


乳房自己検診法

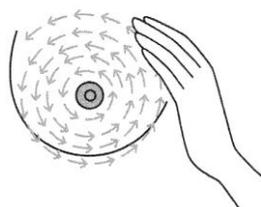
毎月、生理が終わってから数日以内、閉経後や生理のない女性は、毎月決まった日に行いましょう。異常を見つけたら、診察を受けてください。



- ①入浴時、鏡にむかって立ち、両手を上げたり、下げたりして、正面・側面・斜めから乳房の形に変化がないか、えくぼやひきつれはないか、観察します。



- ②乳首から(赤い)分泌物は出ていないかを観察します。



- ③実際に乳房や脇の下を触れて、しこりの有無を調べます。(泡の付いた状態だとなめらかに触ることができます。)



堺市立総合医療センターの各部署・担当等のご案内

🐾 医療相談・看護相談窓口

患者さんが病院に対する安心感と信頼感を持って療養に専念していただけるように医療相談窓口（1階）で相談をお受けしています。堺市立総合医療センターに入院・通院されている患者さん・家族の方が安心して 暖かな医療・看護が受けられるよう、医師または看護師など堺市立総合医療センターのスタッフとの連携はもとより、地域の医療・保健・福祉などの各機関と協働・連携をとりながら、より満足度の高い療養生活と充実した日々を送っていただけるように支援を行っています。

また、がん診療連携拠点病院として、がんに関する相談もお受けしております。

**窓口開設時間：月曜日～金曜日の午前9時～午後4時30分
（休日と年末年始を除く）**

電話番号：072-272-1199

地域連携センター

地域連携センターでは、地域医療機関との医療連携を進め、患者さんに安心して受診していただくため、地域医療機関の先生方と堺市立総合医療センター医師とのスムーズな連絡・連携の窓口としての役割を果たしています。

診療の予約を行っております。

看護専門外来(乳腺外来)

患者さん・家族の方が安心した生活が送れるよう、より専門的な立場で支援いたします。いつでもご相談ください。



🍊 予約外受診

必要があれば、予約外診療も受け付けています。

受診の際は、診療受付までお問い合わせください。

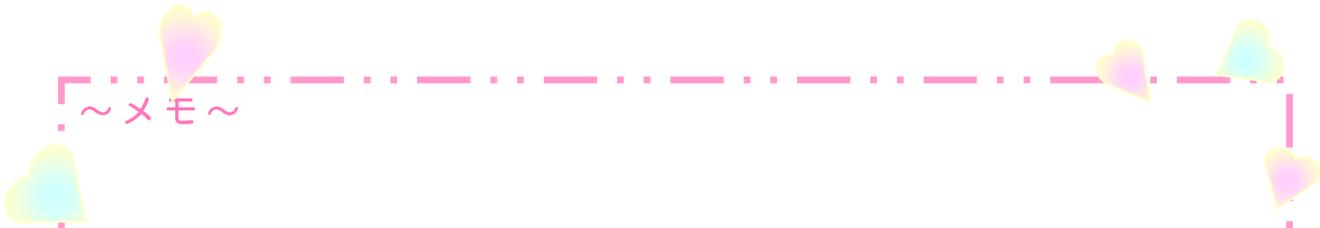
🍊 夜間・休日などの対応

緊急を要する場合で、休日や夜間等かかりつけ医を受診

できないときは、堺市立総合医療センターまでご連絡ください。

電話番号：072-272-1199
(代表)





~メモ~



乳がん術後連携パス(1～6ヶ月)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			1ヶ月 月 日	2ヶ月 月 日	3ヶ月 月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投 薬	(2～5年)	○	○	○	
検 査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(7ヶ月～1年)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月
			月 日	月 日	月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投 薬	(2～5年)	○	○	○	
検 査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(1年1～6ヶ月)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			1年1ヶ月	1年2ヶ月	1年3ヶ月
			月 日	月 日	月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診		△	△	○
投 薬	(2～5年)		○	○	○
検 査			△	△	△

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(1年7ヶ月～2年)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			1年7ヶ月 月 日	1年8ヶ月 月 日	1年9ヶ月 月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投 薬	(2～5年)	○	○	○	
検 査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(2年1～6ヶ月)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			2年1ヶ月	2年2ヶ月	2年3ヶ月
(術後)			月 日	月 日	月 日
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投薬	(2～5年)	○	○	○	
検査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自己視触診	手術側のチェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術していない側のチェック	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
その他	乳頭からの異常分泌はないか				
	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(2年7ヶ月～3年)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			2年7ヶ月 月 日	2年8ヶ月 月 日	2年9ヶ月 月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投 薬	(2～5年)	○	○	○	
検 査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(3年1～6ヶ月)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			3年1ヶ月 月 日	3年2ヶ月 月 日	3年3ヶ月 月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投 薬	(2～5年)	○	○	○	
検 査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(3年7ヶ月～4年)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			3年7ヶ月 月 日	3年8ヶ月 月 日	3年9ヶ月 月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診		△	△	○
投 薬	(2～5年)		○	○	○
検 査			△	△	△

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(4年1～6ヶ月)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			4年1ヶ月 月 日	4年2ヶ月 月 日	4年3ヶ月 月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投 薬	(2～5年)	○	○	○	
検 査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(4年7ヶ月～5年)

○:必須項目 △:必要時に行います

			かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医
			4年7ヶ月 月 日	4年8ヶ月 月 日	4年9ヶ月 月 日
(術 後)					
診 察	問 診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	△	△	○	
投 薬	(2～5年)	○	○	○	
検 査		△	△	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自 己 視 触 診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
	乳頭からの異常分泌はないか				
そ の 他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(5年1ヶ月～8年)

○:必須項目 △:必要時に行いま

		(術後)	かかりつけ医	堺市立 総合医療 センター	かかりつけ医
			5年1ヶ月 ～11ヶ月	6年 月 日	6年1ヶ月 ～11ヶ月
診察	問診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○
		全身倦怠感			
		不正出血の有無			
		肩関節運動障害・関節痛の有無			
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え			
		一般的内科的診察での異常			
	視触診	○	○	○	
投薬	(2～5年)				
検査		△	○	△	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自己視触診	手術側の チェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		赤く腫れているところはないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみはないか			
	手術して いない側 のチェッ ク	乳頭からの異常分泌はないか			
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか			
		しこりはないか			
		乳頭のへこみ、ただれはないか			
その他	気になる症状などないか				

乳がん術後連携パス(8年1ヶ月～10年)

○:必須項目 △:必要時に行います

(術後)			かかりつけ医	堺市立総合医療センター	かかりつけ医	堺市立総合医療センター
			8年1ヶ月～11ヶ月	9年 月 日	9年1ヶ月～11ヶ月	10年 月 日
診察	問診	下肢の腫脹・疼痛	○	○	○	○
		全身倦怠感				
		不正出血の有無				
		肩関節運動障害・関節痛の有無				
		患肢の腫れ、局所異常所見の訴え				
		一般的内科的診察での異常				
	視触診	○				
投薬	(2～5年)					
検査		△	○	△	○	

自己チェック項目

気になる項目をチェックし、医師に相談しましょう

自己視触診	手術側のチェック	へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか				
		赤く腫れているところはないか				
		しこりはないか				
		乳頭のへこみはないか				
	手術していない側のチェック	乳頭からの異常分泌はないか				
		へこみ、ひきつれ、膨らみなど皮膚に変化はないか				
		しこりはないか				
		乳頭のへこみ、ただれはないか				
その他	乳頭からの異常分泌はないか					
	気になる症状などないか					

★5年目以降のかかりつけ医は必要時受診(3~6ヶ月)

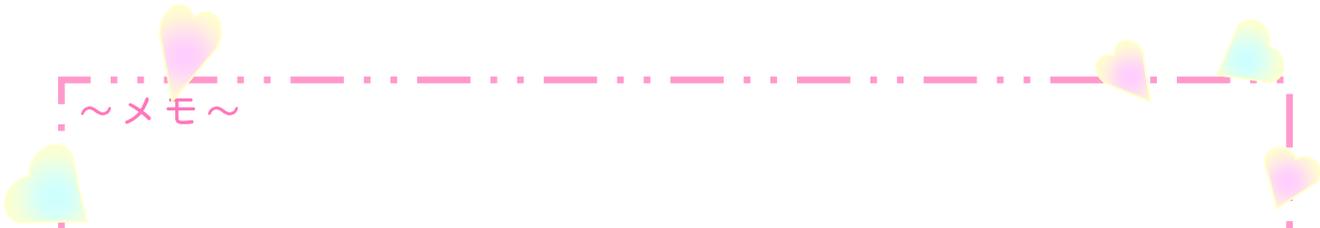
★定期受診は10年目まで

★定期受診日以外でも必要があれば受診

～メモ～

~メモ~





~メモ~

