

岡山済生会総合病院

乳房再建術パンフレット

1. はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・	1
2. 今回初めて手術を受けられる方へ	2
3. 以前に乳がん手術を受けた方へ・・・	3
4. 乳房再建術について・・・・・・・・	4
5. 退院後の生活について・・・・・・・・	11

岡山済生会総合病院

**形成外科
乳腺外科**

※ 本パンフレットは、岡山大学 乳がん治療・再建センターのご協力を頂いて作成しております。

表紙写真 Wikipediaより引用。(Shawn Lipowsk氏撮影)

1. はじめに

日本での乳がんは増え続けており、女性の12人に1人が一生の中で乳がんにかかるとされています。一方、死亡数は第5位です。生命に関わる事は比較的少ないがんであると言えます。ただ、治療の過程で女性の象徴である乳房を失うことは女性にとっては非常に大きな問題です。

失った乳房を再建するための手術、それが「**乳房再建術**」です。かつては乳房再建術の存在自体が広く知られておりませんでした。また、健康保険でカバーされておらず高額な費用が必要でした。そのため、受けるためのハードルが高い手術でした。

近年になり、乳房再建術の存在が広く知られるようになりました。また、健康保険で受けられるようになり、経済的負担が大きく減少しました。そのため、希望される方は年々増加しております。

乳がんの摘出と同時に乳房を再建することも可能です。また、以前に乳房を失った方が後から再建することも可能です。

乳房再建術を受けるかどうか、どのような方法で再建するか、選択肢は様々です。

ただ、逆にどうすれば良いのか悩むことにもなるでしょう。このパンフレットがより良い道を選ぶ助けになれば幸いです。

2. 今回はじめて手術を受けられる方へ

乳がんの治療には、手術療法、放射線療法、薬物療法があります。これらは乳がんの特徴によって一人一人組み合わせが異なります。

詳細は乳腺外科の医師からご説明があったと思いますが、乳房再建がこれらの治療の妨げにならないよう、乳腺外科の医師と連携して慎重に行います。

まずはご自身の乳がんの特徴を確認し、乳がん治療がどのように選択されたのかを整理してみてください。

これをふまえて、次の再建方法についてご説明します。

3. 以前に乳がん手術を受けた方へ

あなたの乳がん手術方法はどちらでしたか？

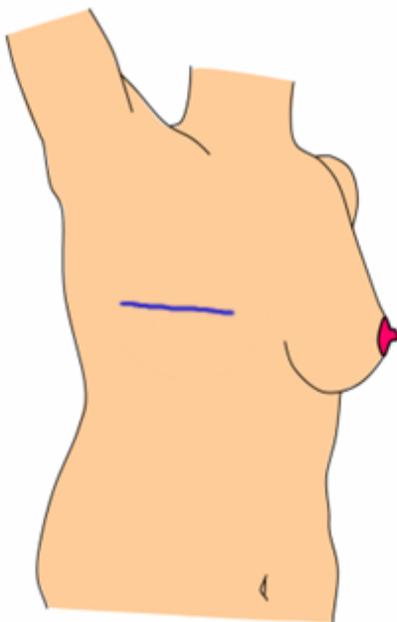
乳がんの手術方法は、**乳房切除術**と**乳房温存術**の2つに大きく分かります。同じ乳房切除でも、乳輪・乳頭が残っている方、皮膚ごと大きく切除されている方、大胸筋まで切除されている方がいらっしゃいます。これは乳がんの広がりによって異なります。

場合によっては手術後に放射線治療を行う方もいらっしゃいます。

乳がんの手術内容は再建方法を選択する際の参考となります。

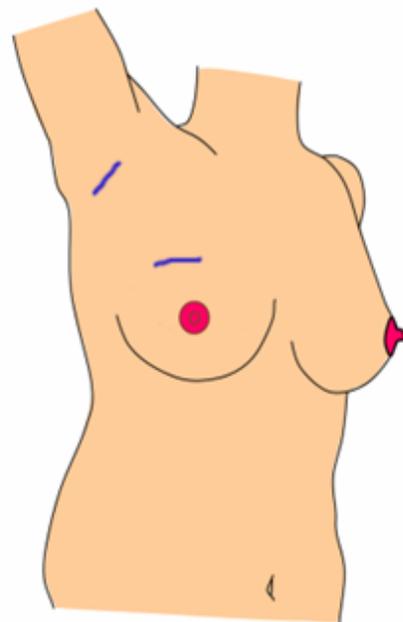
乳房切除術

乳頭と皮膚を含め、全ての乳腺を切除します。



乳房温存術

乳頭と皮膚を残し、しこりを含めた乳腺の一部を切除します。手術後に放射線治療を行います。



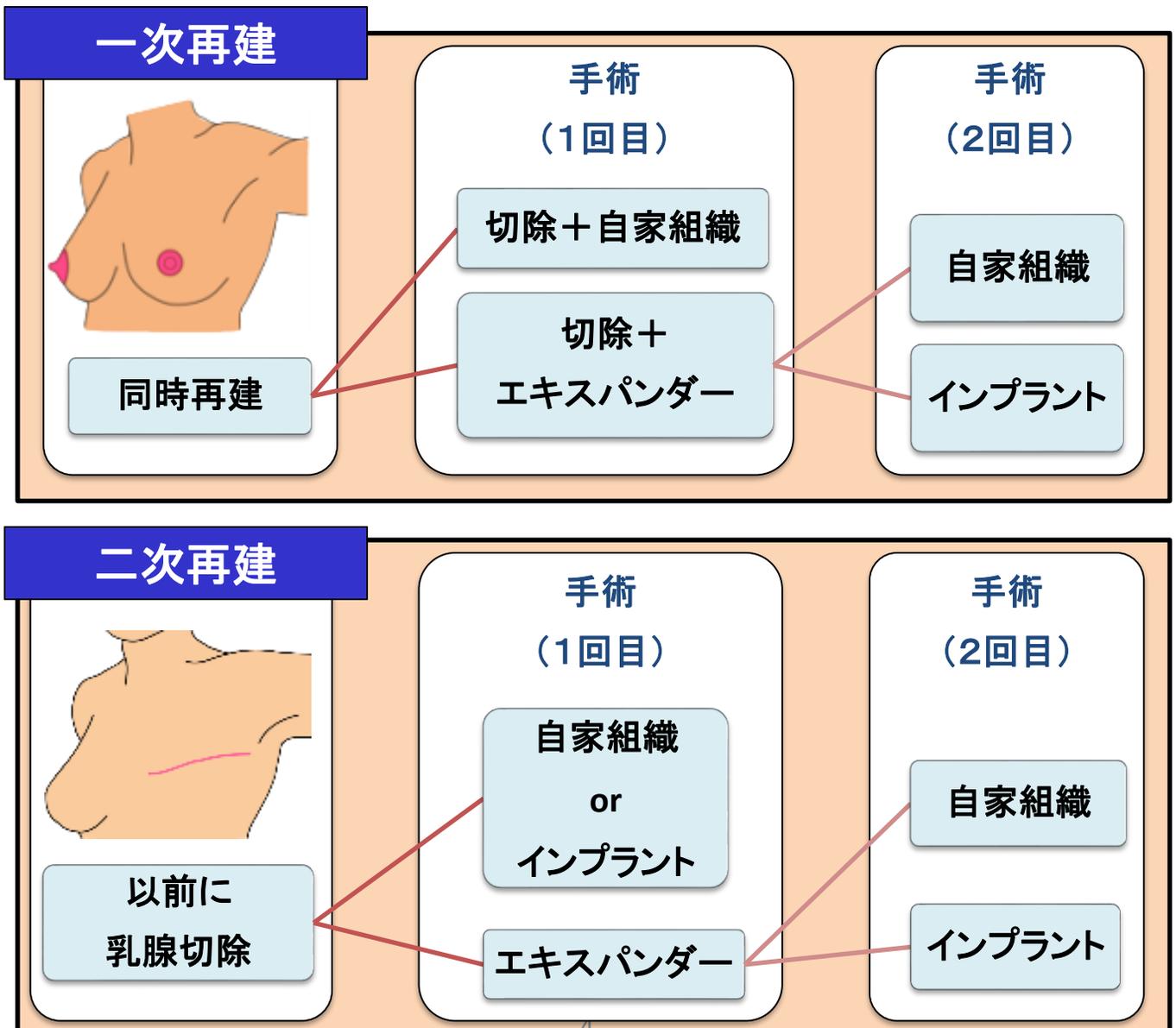
4. 乳房再建術について

行う時期によって、乳房切除と同時に行う一次再建と乳房切除とは別で行う二次再建とに分かれます。

方法は、大きく3通りに分かれます。

1. **自家組織**(自分の脂肪・筋肉・皮膚)を使用する。
2. **シリコンインプラント**(人工乳房)を使用する。
3. **エキスパンダー**(組織拡張器)を一時的に使用する方法

乳がん手術の術式、乳房の形、社会的背景などを考慮し、どのように再建を行うのかを一緒に考えます。



手術時期の比較

	一次再建	二次再建
手術回数	1回で済むことが多い。	2回以上必要なことが多い。
心理的負担	乳房の喪失感が少ない。 手術前に考える時間が少ない。	乳房を喪失する時期がある。 じっくり考えられる。
費用	保険	保険
入院期間	約7～10日	人工物： 約5～7日 自家組織： 約7～10日

手術方法の比較

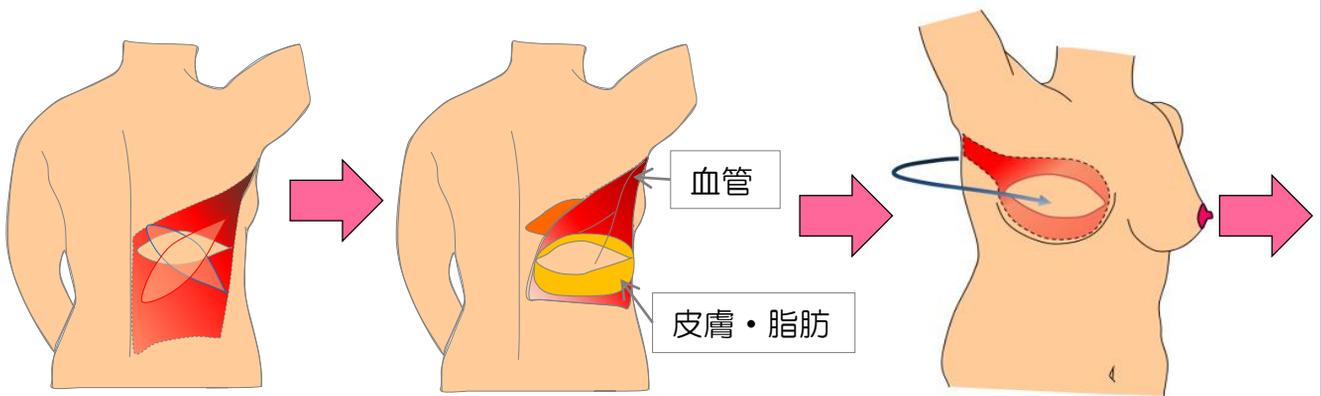
	自家組織	インプラント
手術時間	長い	短い
身体への負担	乳房以外にも傷ができる。 すぐには仕事復帰できない。 長期的に安全。 定期的な検査が不要。	乳房以外に傷や痛みがない。 早期に仕事復帰ができる。 変形・破損・感染の可能性。 定期的な検査が必要。
適応	すべて	大胸筋がない場合は困難。 放射線治療を行った方は 要相談。
費用	保険	保険
入院期間	約7～10日間	約5～7日間

具体的な方法

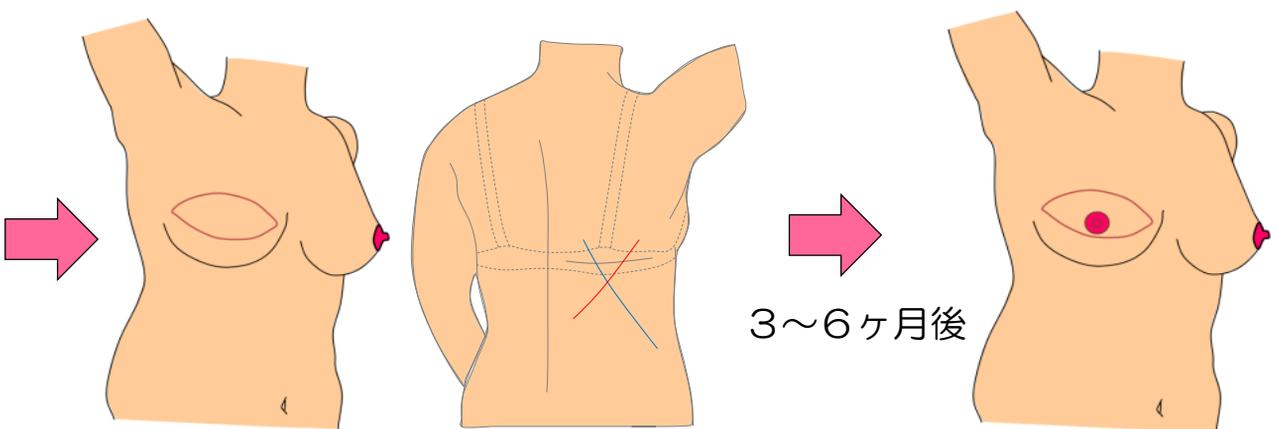
A. 自家組織を使用する方法

① 広背筋皮弁

- 背中の筋肉（広背筋）とその上の皮膚・脂肪を使って再建します。
- 筋肉はいずれしぼむため、あまり大きな乳房の方には不向きです。
- 手術時間は約4～6時間です。



背中から広背筋と皮膚・脂肪を胸に移動します。

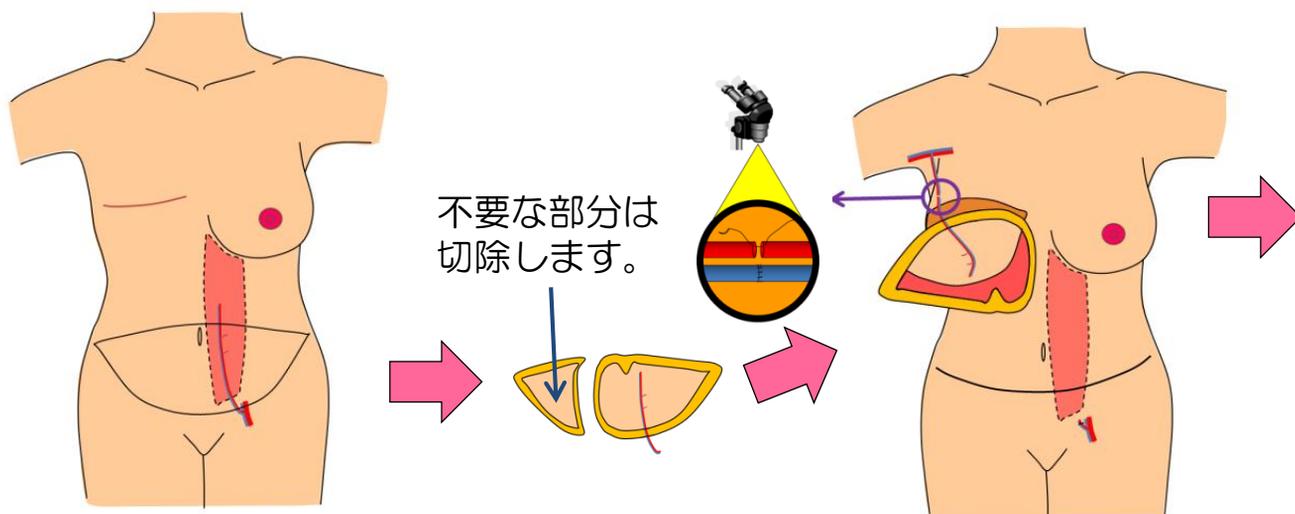


背中への傷は1本です。傷の向きがどうなるかはケースバイケースです。

傷が落ち着いた頃に乳輪・乳頭を再建します。

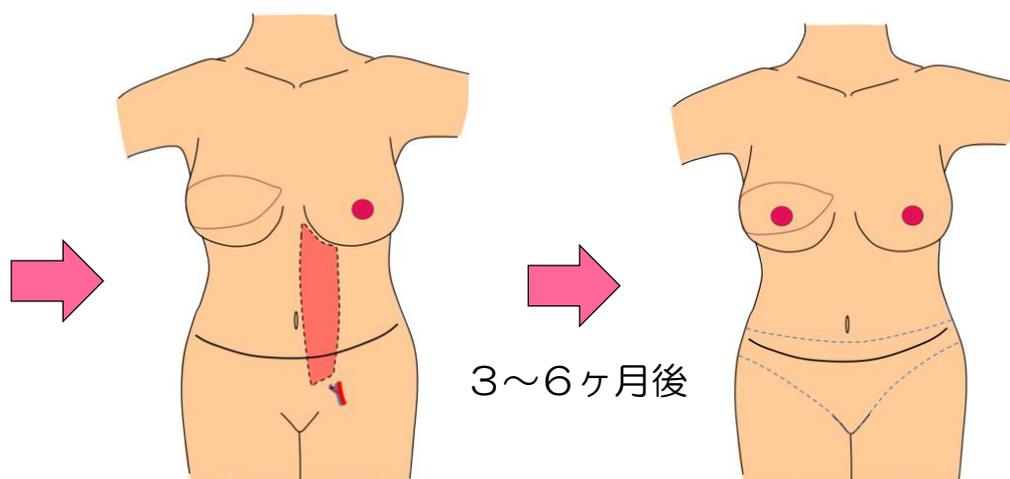
②腹部（脂肪）皮弁を用いる方法

- お腹の皮膚・脂肪を移植して再建します。
- 血管を顕微鏡でつなぐため、手術時間が長くなります。(6～9時間)
- お腹の筋肉は大部分が温存されます。
- ボリュームが大きく、乳房の大きい方に向いています。
- 直後に血管が詰まり再建した乳房がだめになる事があります。(約2%)
- 将来、妊娠される可能性のある方は慎重に検討すべきです。



お腹の皮膚・脂肪を胸に移植して、乳房を再建します。

一度切り離した血管を顕微鏡で胸部の血管とつなぎます。



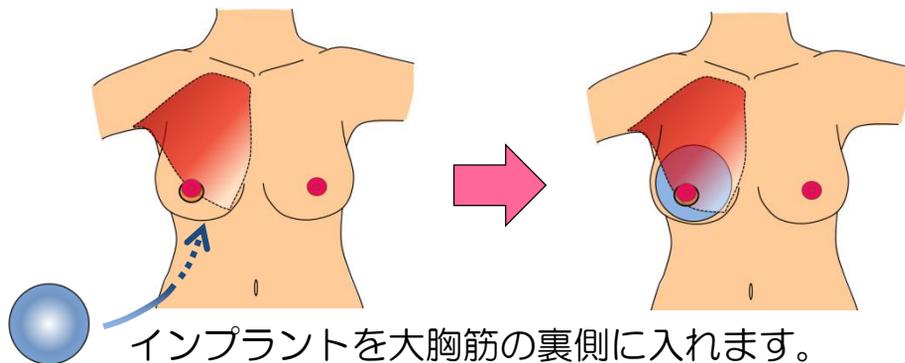
傷が落ち着いた頃に乳輪・乳頭を再建します。
お腹の傷跡は下着に隠れます。

- ※ 血流を安定させ合併症を防ぐため、手術前から**禁煙**を厳守して下さい。
- ※ お腹をひきしめるため、術後3ヶ月は**腹帯**を装着して下さい。

B. 人工乳房を使用する方法

①インプラント（人工乳房）挿入法（1回法）

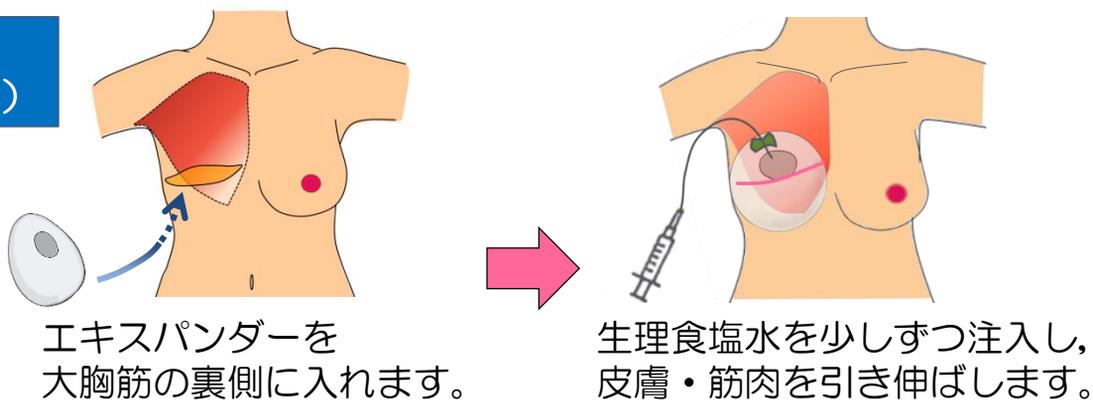
インプラントを覆うための十分な皮膚・筋肉がある場合に適応となります。
手術時間は約2時間です。



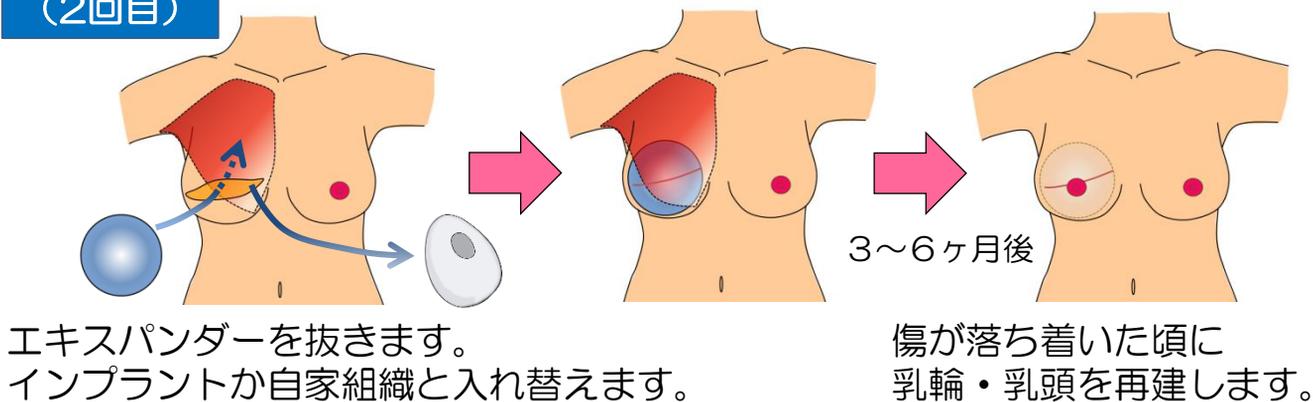
②エキスパンダー（組織拡張器）を用いる方法

皮膚・筋肉が不足している場合は、まず引き伸ばす必要があります。
手術時間は約2時間です。
約6ヶ月後にインプラントか自家組織に入れ替えます。

手術
(1回目)



手術
(2回目)



5. 退院後の生活について

手術が終わって退院をされる頃には、身の回りのことはほとんどご自身でできるようになっています。

◆ 運動について

術後2～3週間は激しい運動を避けて下さい。それ以降は特に制限はありません。むしろ肥満・リンパ浮腫の予防のため、適度な運動をおすすめします。疲れを感じたら無理をせずに休息をとってください。

車の運転に関しては、人工物（インプラント、エキスパンダー）の場合シートベルトによる圧迫がトラブルの原因となるため避けの方が無難です。自家組織の場合は問題ありません。

◆ 仕事について

術後2～3週間は肉体労働を避けて下さい。デスクワークは特に問題ありません。

それ以降は特に仕事の制限はありません。手術前の生活に戻る事を目標としてください。体調に合わせ職場復帰を目指しましょう。

◆ 入浴について

傷に異常がなければ普段どおり入浴をしてください。

よく泡立てた泡で傷を洗いましょう。

◆ 傷のケアについて

傷跡をきれいに維持するため、テーピングをお勧めしています。

◆ 補正用下着について

術後早期は、再建した乳房の位置・形がずれやすくなっています。それを予防するために、乳房の形にフィットした下着を選びしっかりと保持する事が大切になってきます。

ご希望の方には下着カウンセラーをご紹介致します。各種商品のご紹介や注文を受けられますので、お気軽にご相談下さい。

◆ 性生活・妊娠・出産について

性生活の再開時期は、いつでもかまいません。

妊娠・出産を希望される方は、あらかじめ治療内容・妊娠時期についてパートナーを含め、医師と話し合いが必要です。お気軽にご相談下さい。

◆ 痛み・腫れについて

痛みは個人差があります。我慢せずに痛み止めを使用しましょう。

腫れる原因は、リンパ液が溜まった場合や炎症を起こした場合など様々です。自然に改善することが多いですが、腫れがひどくなったり赤みをおびて熱っぽい時にはご相談ください。

◆ その他

退院後は定期的な診察が必要です。

もし体調の異常や不安を感じたら、早めに受診して下さい。

連絡先のご案内

- 受診が必要か相談したい
- 気になる症状がある

という方は、下記までご連絡ください。

TEL: 086-252-2211 (病院代表)

086-252-2139 (形成外科 外来)

086-252-2214 (乳腺外科 外来)



