

## Module 5

### 領域5

QOL（生命の質、生活の質、人生の質）の最善化

5-1 からだのつらさへの対応

5-1-7 浮腫



## 領域5 QOLの最善化

5-1 からだのつらさへの対応

5-1-7 浮腫

### 浮腫の症状の特徴

- ・進行したがんや慢性疾患で頻度が高い
- ・浮腫の原因・要因は多様で複合的である
- ・輸液を行っている場合には輸液量の再考が必要である
- ・活動性の低下によりリンパ液の還流障害によって下肢浮腫が起こる（リンパ静脈性浮腫）



### 【浮腫の症状の特徴】

- ・浮腫（むくみ）は、がん疾患に限らず、慢性疾患の進行した状態あるいは人生の最終段階では出現頻度の高い症状である。
- ・その原因は多様で複合的な要因が重なっていることも少なくない。
- ・ただ、輸液を行っている場合には、輸液が要因となっている可能性があり投与量について検討が必要である。
- ・また、活動性が低下すると、静脈およびリンパ液の還流障害で下肢浮腫が起こるほか、がん疾患ではリンパ浮腫も起こる。
- ・一般的に病状がすすみ、むくみが出てくると死期が近いと言われており、実際に予後予測因子となっている。
- ・浮腫があると移動しにくくなり、また、容姿が変わり、本人のQOLを低下させ、積極的ケアの対象となる。
- ・ケアとしてリンパ浮腫では複合的理学療養が、リンパ浮腫以外では圧迫療法が効果的である。

### 浮腫の評価

- ・原因の検索（診断）
- ・悪化要因の検索
- ・予後予測
- ・浮腫による日常生活活動度に与える影響、患者あるいは家族の心理社会的影響の評価




### 【浮腫の評価】

- ・浮腫が出現した時の評価として、その原因と悪化要因の検索、予後との関連についての検討、その浮腫による日常生活への影響、そして、むくみが出たことについて、本人や家族がどのように病状をとらえているか、について聞き出す。

### 浮腫の原因・悪化要因

<b>【全身性浮腫】</b> 栄養障害（低蛋白） 過剰輸液 肝不全・腎不全・心不全 貧血 薬剤 悪性腹水	<b>【局所性浮腫】</b> リンパ流路の遮断／破綻 手術・放射線治療 感染 リンパ節や皮下リンパ流路への転移  静脈閉塞 深部静脈血栓症 上大静脈閉塞 下大静脈閉塞 腫瘍による外からの圧迫 リンパ静脈性浮腫 活動性の低下 神経障害による局所的な脱力
--	--




**【浮腫の原因・悪化要因】**

・進行がんにおける浮腫の原因および悪化要因を示す。  
 ・浮腫の分類として、いくつかの分類があるが、ここでは、全身性浮腫と局所性浮腫に大別し、局所性浮腫をリンパ流路の遮断や破綻、静脈閉塞、そして活動性低下に伴う静脈やリンパの流れの停滞として分類している。  
 ・進行したがん疾患の場合には、いくつかの要因が重なりに合うことは珍しいことではない。

### 進行した病状における浮腫の病態

1. 活動性の低下
2. 低アルブミン血症
3. 薬物や臓器不全による塩分や水分の貯留
4. 腹腔内圧の上昇（がん疾患）
5. 末梢静脈疾患
6. リンパ流路の障害




**【進行した病状における浮腫の病態】**

・特に進行したがん疾患では、活動性の低下、低アルブミン血症、薬物や臓器不全による塩分や水分の貯留、腹腔内圧の上昇（がん疾患）、末梢静脈疾患、リンパ流路の障害、これらが最も要因として考えられる。

### 浮腫のマネジメント


- ・原因となる病態の治療  
 心不全の治療 腎不全の治療  
 薬物や輸液について再検討する  
 輸液の減量あるいは中止  
 腹水の治療
- ・薬剤（利尿剤）の投与
- ・生活指導  
 運動（歩くこと）を勧める  
 下肢を心臓の位置より高くする  
 スキンケアを指導する
- ・リンパ浮腫では複合的理学療法
- ・活動性の低下を伴う場合には圧迫療法



**【浮腫のマネジメント】**

・浮腫が出現した時に考えることは、原因や悪化要因について診断を行い、対応できることがあれば実施することである。  
 ・輸液を行っている場合には、よく説明し、減量することが肝心。  
 ・利尿剤はリンパ浮腫以外は効果があります。  
 ・また、下肢筋肉を動かすこと、また、浮腫は皮膚を脆弱にするためスキンケアは重要である。  
 ・複合的理学療養や圧迫療法については次に説明する。

### リンパ浮腫



## がん疾患におけるリンパ浮腫の出現頻度

がんの種類	浮腫の部位	頻度
乳がん	上肢	1-54%
悪性黒色腫（下肢）	下肢	6-80%
泌尿器科がん	下肢/会陰部	10-100%
婦人科がん	下肢	1-48%

Williams, A.F., Franks, P.J., and Moffatt, C.J. (2005). Lymphoedema: Estimating the size of the problem. *Palliative Medicine*, 19, 300-13.

- ・ 進行がんにおける（特に終末期）頻度に関する正確なデータはない
- ・ 非がん疾患における頻度に関する正確なデータもない

南西ロンドン地区 1. 33人/1000人  
5. 4人/1000人（65歳以上） 10. 3人/1000人（85歳以上）  
特に女性に多い



## 【がん疾患におけるリンパ浮腫の出現頻度】

・がん疾患によるリンパ浮腫の出現頻度は報告によって様々であるが、乳がん、下肢の悪性黒色腫、泌尿器がん、婦人科がんが多いと報告されている。

## がん疾患におけるリンパ浮腫の原因

手術

放射線治療

リンパ節転移：腋窩・頸部・腹腔内大動脈周囲・  
単径部

腹圧上昇に伴うリンパ流の障害

反復する感染症



## 【がんにおけるリンパ浮腫の原因】

・がん疾患でリンパ浮腫が起こる原因を示す。  
・がん治療やがんの進行、特にリンパ節転移が原因であることが多いが、腹水貯留による腹腔内圧上昇でも起こる。  
・浮腫や抗がん剤治療等で皮膚が脆弱になり下肢蜂窩織炎を繰り返す場合にも、リンパ浮腫は起こる。

## 進行がんにおけるリンパ浮腫の特徴

- ・ 発生要因が多く、病状の進行に伴い悪化要因も増えてくる
- ・ 治療の後遺症としてのリンパ浮腫に加え、特に進行したがんでは高率にリンパ浮腫が発生する。
- ・ 進行したがんによる症状による苦悩にリンパ浮腫による苦悩が加わる
- ・ 病状が急激に悪化するとともに、日常生活活動度も低下する
- ・ 多くの場合、評価されないままとなっている



## 【進行がんにおけるリンパ浮腫の特徴】

・進行がんでのリンパ浮腫の特徴を挙げた。  
・出現頻度が高いこと、リンパ浮腫だけでなく他の要因が重なることも少なくないこと、本人にとってはつらい状況であるにもかかわらず、そのまま「何もしてもらえない」ことも多いことなど。

## リンパ浮腫の評価

- 1) リンパ浮腫かどうか（診察、超音波検査等）
- 2) 症状を引き起こしている病態（原因・悪化要因）は何か
- 3) 別の症状がないか
- 4) 病状の進行度および予後
- 5) 症状の患者の生活に与えている影響  
ADLに与える影響  
QOLに与える影響
- 6) 介護者の有無



## 【リンパ浮腫の評価】

・在宅医療の現場では、確定診断のための検査を行うことができませんが、既往歴（がんの種類、がん腫の存在部位、外科治療や放射線治療の有無）、および現状歴（リンパ節転移の有無等）、から推察することができる。  
・下肢静脈血栓の可能性を除外しておく必要はあるが、発症が急ではないことや、また超音波検査での確認を行うことができる。  
・症状の評価で特に見落としがちなのは、痛みなど別の症状の有無や症状に本人が生活上困っていることなどの評価である。  
・ケアマネジメントの計画を立てるためには予後予測も大事。また、介護者がいる場合には、介護者へのケアの指導も考慮する。

## リンパ浮腫によるつらさ（進行がん）

### がんの進行に伴うつらさ+リンパ浮腫に伴うつらさ

- からだのつらさ：重苦感・皮膚の進展による痛み・合併症（炎症など）による痛みや発熱など
- こころのつらさ：容姿の変容・「むくむと死が近い」との不安
- 暮らしへの影響：日常生活活動の制限
- 生きがいへの影響：見捨てられ感（誰も何もしてくれない）など



## リンパ浮腫のマネジメント

- ・原因あるいは悪化要因に対して補正できることを行う
- ・患者および家族への説明
- ・非薬物療法：複合的理学療法等
- ・傾聴

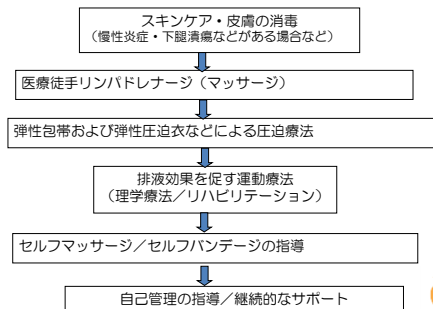


## 進行したがん疾患におけるリンパ浮腫治療の意義

- ・リンパ浮腫の軽減
  - ADLの改善
  - QOLの改善（家族も含め）
- ・支援者（医療従事者・介護従事者）との関係性の構築と保持
- ・家族との絆の保持



## 複合的理学療法の内容



## 【リンパ浮腫によるつらさ（進行がん）】

・このリンパ浮腫によるつらさは、多くの場合がんの進行に伴うからだのどこかのつらさとの二重苦であり、からだのつらさとしてのリンパ浮腫による痛みや熱感など、こころのつらさとしての容姿の変容、あるいは死を予感させるなど、そして歩くのが困難となるための暮らしへの影響に加え、浮腫に対して誰も何もしてくれないという「見捨てられ感」があるものと思われる。

## 【リンパ浮腫のマネジメント】

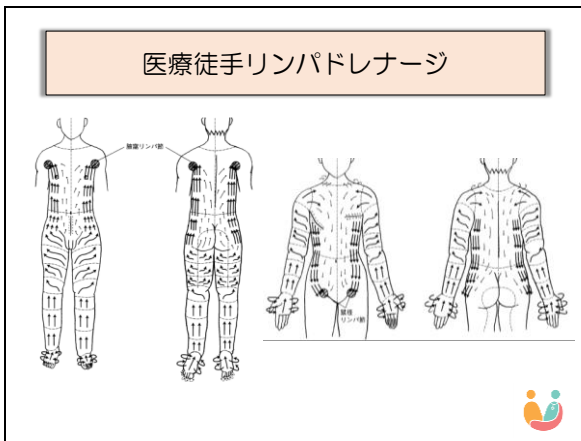
・リンパ浮腫に対する治療法は、進行したがん疾患であれば、複合的理学療法の適応となりますが、補正できる悪化要因がある場合には加えて対応する。  
・患者および家族にはリンパ浮腫であること、その病態等について説明し、対応方法はあること、しかし、完全によくならないことを説明する。その上で、希望していることについて傾聴する。

## 【リンパ浮腫治療の意義】

・病状にもよりますが、複合的理学療法により、これまでの経験では、それまで硬かった皮膚が軟らかくなり、硬い表情も明るくなり、笑顔が見られます。歩くのが辛かった人が辛くなく歩けるようになり、また、亡くなる前に浮腫が急によくなった人もいます。  
・さらに、肌の触れ合いが関係性を深め、家族がケアを行うことでその絆も高まるものと期待される。そして、なにより、「見捨てられていない」ことを実感し、「見捨てていない」ことを具現化していく。

## 【複合的理学療法の内容とプロセス】

・複合的理学療法の通常の治療の流れを示す。  
・複合的理学療法には4つの基本的ケアがあり、保湿クリームを使用したスキンケア、リンパマッサージと言われる医療徒手リンパドレナージ、弾性包帯や弾性着衣を用いて圧迫する圧迫療法、および弾性包帯や弾性着衣で圧迫した上で腕や脚の完成をゆっくり曲げ延ばす運動療法である。最終的には、これらのケアを自分でできるように指導を行う。  
・通常、リンパ浮腫療法士と呼ばれるセラピストが関わり、治療や指導を行います。多くは施設で行っているため、その指導を受けた訪問看護師等が在宅でケアを実施する形となる。



・これはリンパマッサージにおけるドレナージの方向を示したもので、皮膚に手を当てた時の手を動かす方向を示している。

・リンパ浮腫療法士が関われないことが多いのが現実なので、その場合、訪問者がこの図に従って、軽いタッチで手を皮膚にあて動かすだけでも効果が期待できる。また、家族に指導すると熱心に行ってくれる。



・圧迫療法はリンパ浮腫以外の浮腫にも有効です。弾性包帯や弾性着衣などがあり、効果的に圧迫できる製品も出ている。

・なお、下肢だけであれば長めの厚手のゆるめの靴下を数枚重ねて履くことで圧迫することもできるようだ。

### 医療徒手リンパドレナージの禁忌

- ・全身的な禁忌
  - 感染症による急性炎症
  - 心性浮腫（心不全）
  - 深部静脈血栓症
- ・相対的な禁忌
  - 悪性疾患（症状緩和として状況に応じて対応）

\* 進行がんではすべてが相対適応で絶対禁忌はない

・徒手リンパドレナージは、蜂窩織炎などの炎症があるとき、心不全のとき、深部静脈血栓症（新鮮例）では禁忌となっている。一方、がん疾患の場合には相対禁忌とはなるが、状況に応じた適切な医師の判断で、多くの場合は行うことは可能。

### まとめ

- ・進行したがんや慢性疾患で浮腫（むくみ）は高頻度でおこり、その原因・要因は多様で複合的である
- ・輸液を行っている場合には輸液量を検討することが重要である
- ・リンパ浮腫に対しては、複合的理学療法が効果的であるが病状にあわせた対応が必要である
- ・リンパ浮腫以外の浮腫に対しては圧迫療法が効果的である

#### 【まとめ】

・進行したがんや慢性疾患で浮腫（むくみ）は高頻度でおこり、その原因・要因は多様で複合的である

・輸液を行っている場合には輸液量を検討し、悪化要因であると判断された場合には、減量あるいは中止をすることが重要である

・リンパ浮腫に対しては、複合的理学療法が効果的であるが病状にあわせた対応が必要である。

・リンパ浮腫以外の浮腫に対しては圧迫療法が効果的である。