

平成27年12月17日発行

サロン『おひさま』便り



由利組合総合病院
がん相談支援センター
0184-27-1200

◇◆◇「気軽にできるリラクゼーション」というテーマでリンパ浮腫学習会開催しました◇◆◇

＜“どうしてむくむの？”や“リンパ浮腫の見つけ方”や“日常生活の注意点”について＞

*7名の方が参加して下さり、当院 作業療法士の安部よりリンパ浮腫(上肢編・下肢編)の資料に沿って、ゆっくりとわかり易く説明されました。

*説明の後、在宅療養中のがん患者の方々から、適度な運動やスキンケアなどさまざまな質問がされました。

*その他、太極拳やヨガやストレッチなど運動の具体例についても意見交換が積極的に行われました。

*参加者から、「すごくわかり易かった」「リンパ浮腫予防の大切さがわかりました」など意見もいただきました。



・今回は午前中の「学習会」と午後からの「茶話会」へ合計7名の方が参加して下さいました。

・闘病生活での運動の大切さや食生活の見直しなど日常生活の工夫や注意点に至るまで語られ、笑顔に溢れた中で、楽しむ生き方や信念など...参加者同士のアドバイスが聞かれ、良好な交流の場となりました。

・「がんサロンがあって良かった。」「ここに来るのが楽しみです。」など明確な意見や要望が活発なサロンとなりました。ご参加ありがとうございました。

☆作業療法士の安部からのメッセージ☆

- ・病気と付き合っていくためにはリンパ浮腫予防を含めたスキンケアが非常に大切です。
- ・それぞれの患者さんの症状・ライフスタイル・体力・運動制限の有無に合わせ、気軽に行える運動の継続が重要となり、特にプールでのウォーキングがおすすめです。
- ・満足できる治療を行うためにもしっかりと主治医と色々な話し合いを行う必要があります。
- ・院内に作業療法士がおりますので、いつでも協力できますので、お気軽にご相談ください！

❀❀お知らせ❀❀ 次回のサロン『おひさま』 11時～15時出入り自由
1月19日(火)11時～医療ソーシャルワーカーからの
『医療費や福祉サービス』についての学習会予定です

医療費がかさみ、治療継続などで悩んでませんか？話してみませんか？
治療中の方やご家族の方、興味のある方、お気軽にいらして下さいね。

