



Lym.net

# がん治療後の腕や脚のむくみ 「リンパ浮腫」に悩んだら

リンパ浮腫ネットワークジャパン(リンネット)

リンネットは患者が主体となって、リンパ浮腫の悩みや問題に取り組む団体です。



\* 他にも消化器がん、泌尿器がん、皮膚がんなどのがんや、外傷、生まれつきのリンパ管異常などが原因で発症する可能性があります。

仲間との交流、セミナー やイベントなど、どうぞ気軽に参加してください。

## 仲間と話そう



### なかまカフェ(2ヶ月に1度) Zoom

リンパ浮腫の仲間と出会い語り合う場です。治療や日々の工夫などの情報交換をしたり、思いや悩みを共有して支え合ったり。全国からご参加いただけます。

## 知識は力



### リンパ浮腫セミナー(年4回開催) Zoom

リンパ浮腫に関わる医療者を講師に招き、正しい知識をともに学びます。先生方への質問タイムがとても好評です。患者さんをはじめ、どなたでもご参加いただけます。

## 支援者がつながる



### ネットワーククラウンジ(年3回) Zoom

リンパ浮腫に関するがん患者会・支援団体や医療者で交流する、新しい取り組みです。協力あって活動するネットワーク団体を募集中です。

## 医療環境を改善する

### 実態調査・政策提言

リンパ浮腫の医療環境改善への取り組みです。



## リンネット Web サイト

「リンパ浮腫に必要な情報が見つかる、どこに正しい情報があるか分かる」そんなワンストップ型の情報提供を目指しています。コンテンツは順次拡充していきます。どうぞお楽しみに！

### <サイトで公開している情報>

- ・医師の監修による、『リンパ浮腫の基礎知識』
- ・全国の「リンパ浮腫に関するセミナー、イベントの情報」
- ・患者の視点に立った「お役立ち情報」「弹性着衣・包帯の紹介」
- ・「なかまの声(体験談)」、患者団体／医療者のネットワークなど

リンパ浮腫のポータルサイト <https://lymnet.jp>



## ごあいさつ

乳がんの治療がようやくひと段落ついた頃、突然、リンパ浮腫で腕と手がパンパンにはれあがりました。リンパ浮腫は治らない。一生つき合っていくと知った時は、がんの告知よりもショックでした。

体の不調、見た目の問題、むくみによる生活の不自由さなど、生活の質に大きく関わるのがリンパ浮腫。早い段階からの正しい治療とケアが大切です。

でも、リンパ浮腫の情報はとても少なく、治療できる病院を探すことすら難しい。

「みんなはどうしているのだろう」

正しい情報がほしい。  
仲間と出会い、日々の悩みや工夫を共有したい。  
当事者が医療環境を改善する一助になれば。  
それがリンネットを立ち上げた原点です。

リンパ浮腫になっても、あなたはひとりではありません。

知識は最大の自衛力。  
リンネットが、正しい情報を得られる場、仲間とつながれる場になれたら嬉しいです。

そして、みんなで未来を変えていければ。  
一歩一歩、ともに進んでいきましょう。

リンパ浮腫ネットワークジャパン（リンネット）

代表 岩澤玉青

## vision ～わたしたちが実現したい未来～

リンパ浮腫に関わるすべての人が  
困ることなく笑顔で  
安心して過ごせる社会

## mission ～わたしたちが取り組むこと～

情報・人・声を「つなぐ」ことで  
リンパ浮腫の患者支援と  
治療環境の改善に貢献します

あなたの声を聞かせてください。  
あなたの声がリンネットの活動の  
原動力になります。

リンネットをサポートする医療アドバイザー

津川 浩一郎先生 聖マリアンナ医科大学病院 乳腺・内分泌外科部長／  
同大学教授

藤原 恵一先生 埼玉医科大学国際医療センター 婦人科腫瘍科教授

関 征央先生 聖マリアンナ医科大学病院 形成外科主任医長

林 明辰先生 亀田総合病院 リンパ浮腫センター センター長

佐藤 佳代子先生 さとうリンパ浮腫研究所／マッサージ治療室のあ 代表

藤原 紀子先生 東京大学医学研究所附属病院 緩和医療・先端臨床腫瘍科  
がん看護専門看護師／リサーチナース



WEB サイトや SNS で皆さまの役に立つ情報を配信中！

### リンネットの活動を応援してください

- ◆リンネットの会員になる（年会費制）  
年会費 5,000～10,000 円  
特典 過去のセミナー動画試聴など
- ◆それ以外の方法で応援する  
色々な応援方法があります。  
みなさまの力をぜひお貸しください

Join Us!



Facebook



公式 LINE



メルマガ登録



<https://lymnet.jp>



lymnet.info@gmail.com

リンパ浮腫 リンネット で検索！

