

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)



Lym•net

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ば嬉しいです。

そして、みんなで未来を変えていければ。
一步一步、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

Lym•net (リンネット) とつながりませんか? Let's join us! Let's get together!

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。協力し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」「弾性着衣・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>



リンパ浮腫に関わる すべての人を笑顔に



Facebook



公式 LINE



メルマガ登録



<https://lymnet.jp>



リンパ浮腫 リンネット

で検索!



lymnet.info@gmail.com

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!



生活の中で
注意することは？

主治医は大丈夫と
言っけれど不安

なんで保険が
使えない治療が
あるの？

立っているだけで
ムクムク

洋服が
着れない

むくんで

リンパ浮腫は、
乳がんや婦人科がんなど、がん治療後に
発症する可能性がある後遺症です

治療を受けると
良くなるの？

人に会うのが
イヤになった

指がパンパンで
目立っし不自由

リンパ浮腫は
予防できるのかな

私のむくみは
リンパ浮腫？

どうして診て
もらえないの？

毎日ケアは
何をすればいいの？

悩みをわかって
もらえない

靴はけけない

男性も
リンパ浮腫に
なるの？

むくまない
リンパ浮腫って
あるの？

一生治らないのかな

リンネットは患者が主体となって、こうした問題に取り組む団体です

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 征次先生 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 東京大学医科学研究所附属病院 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

