

わたしの  
手帳

my note

Ver.7



# はじめに

これから乳がんという病気を乗り越えていくためには、あなた自身が病気についてよく理解しておくことが大切です。

乳がんは優れた検査法や有効な治療手段が多いことから、早期に発見することで高い治療効果が期待できます。また、たとえ進行していても患者さんの病状に応じた治療法がありますから、けっしてくじけることなく治療を続けてください。

乳がんの治療法はどんどん進歩し、治療に対する考え方がずいぶん変わってきています。医師や看護師の説明をよく聞き、また、**ご自分の希望を伝えながら、ひとつひとつ納得しながら治療をすすめていきましょう。**

## 病院の記録

### 周術期治療施設（手術を受けた施設）

施設名

TEL(           —           —           )

受診開始           年           月から受診

### 術後の治療施設

施設名

TEL(           —           —           )

受診開始           年           月から受診

### 術後の治療施設

施設名

TEL(           —           —           )

受診開始           年           月から受診

# もくじ

- ❖ 広島県の乳がん診療ネットワークについて ..... 03
- ❖ 乳がん診療を正しく受けていただくために ..... 05
- ❖ がん診療と地域連携クリティカルパスについて ..... 07
- ❖ 日常生活で気をつけること ..... 09
- ❖ あなたの乳がんの状態を知っておきましょう ..... 11
- ❖ あなたの乳がん情報 ..... 13
- ❖ 術後の治療計画 ..... 15
- ❖ 正しい情報を活用しましょう ..... 39

## この手帳をお使いになるあなたへ

この手帳は、乳がんの総合診断や手術を行う病院の医師と、術後の治療を行う施設の医師が連携し、あなたにとって最善の治療を行っていくための診療計画です。

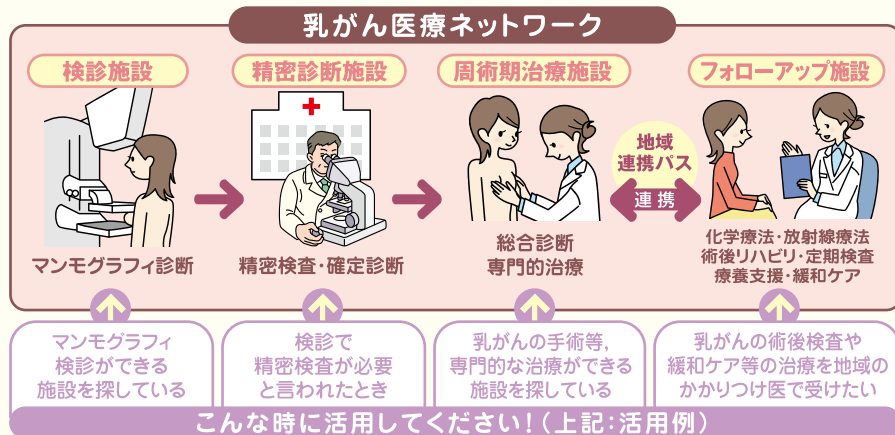
- 受診の際は忘れずに携帯し、自分の状態などについて書きとめておきましょう
- 記入が難しいところは、医師や看護師に記入してもらいましょう
- 気になることや疑問・質問があれば、自己チェック欄やメモ欄に書きとめ、医師などに尋ねるようにしましょう



# 広島県の乳がん診療ネットワークについて

## 「広島乳がん医療ネットワーク」とは

「乳がん」の検査や治療の各段階で、一定の基準を満たす専門機関が、相互に連携しながら、切れ目のない治療等を行う本県独自の乳がん医療体制です。



## 患者さんにとっては…

- 患者さん一人ひとりについて、一貫した「診療計画」を作成することで、検査や治療経過など今後の治療に必要なデータが、次の段階の治療に当たる専門機関へ引き継がれるため、切れ目のない治療を効率的に受けることができます。
- ネットワークに参加している医療機関であれば、どこでも同じ水準の検査や治療が効率的に受けられる仕組みがつけられました。これによって患者さんが特定の専門施設に集中し、外来待ち時間の増大や医師への過重な負担などといった状況が緩和されることが期待されています。
- 患者用の「診療計画」が書かれたこの「わたしの手帳」を持つことで、病気の状態や治療方針などの情報を、医療機関同士はもちろん、医療を行う医療者とあなたとの間で共有することができ、治療法の選択などに自らも主体的に係わることができます。そのためには、不明なことや不安な点がありましたら、ぜひご質問ください。
- 県内のがんに関する情報については、39ページをご覧ください。

## 広島乳がん医療ネットワークに参加する医療施設

広島県ホームページの「広島がんネット」から「広島乳がん医療ネットワーク」に参加する医療機関をご覧ください。

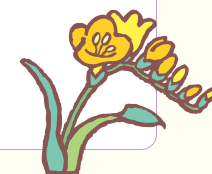
<http://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/gan-net/>

広島がんネット



「広島がんネット」⇒「病院を探す」⇒「がん医療ネットワーク」

MEMO



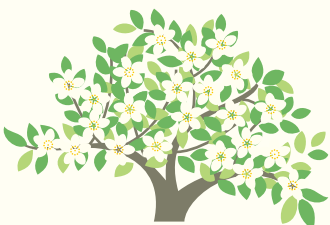
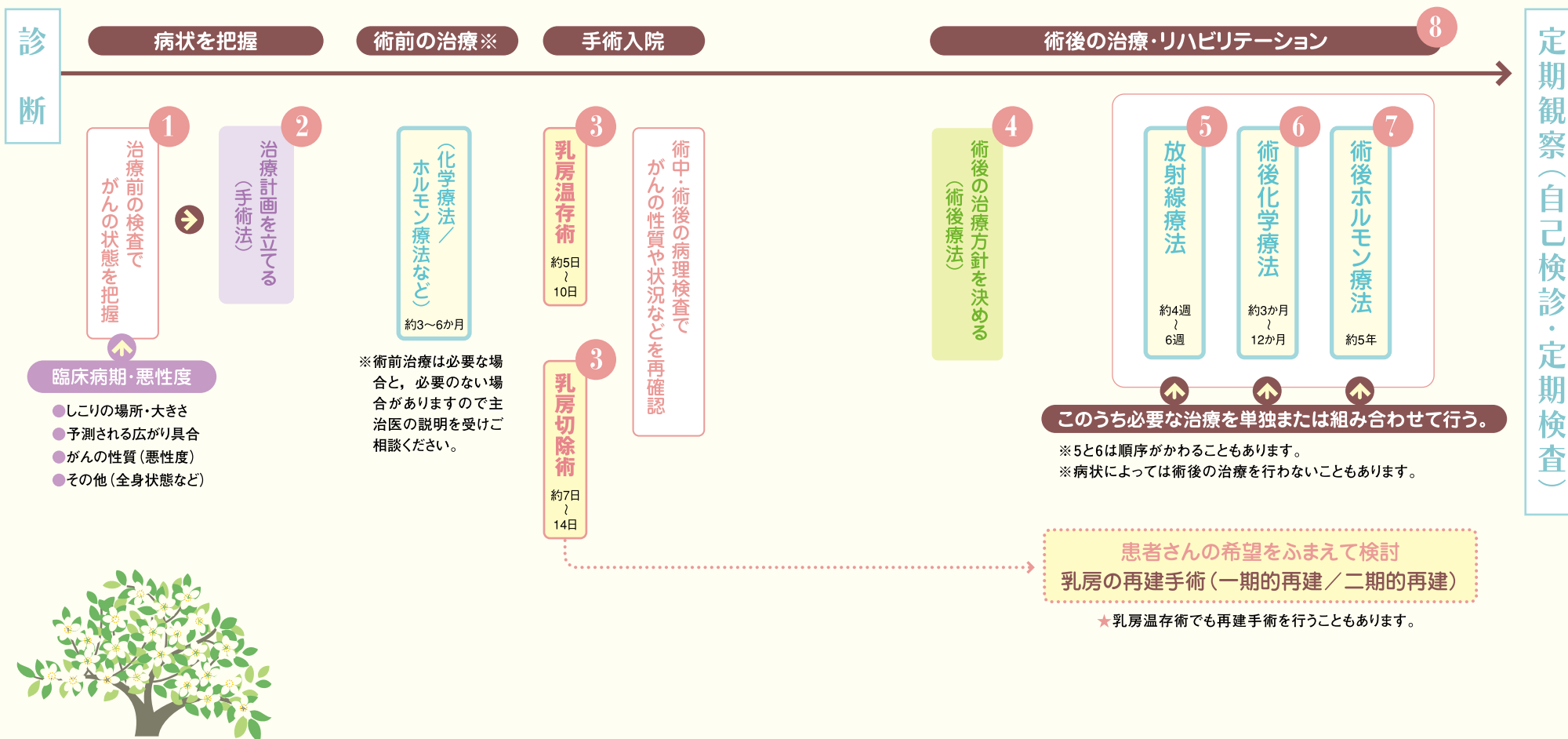
# 乳がん診療を正しく受けていただくために

## 乳がんの治療の流れを確認しておきましょう

乳がんの治療は多くの場合、長い年月を要します。その治療は基本的には一人ひとり異なるのですが、まずは全体の治療の流れを理解しておきましょう。今後予定している治療の流れを主治医に確認し、その治療による利点や欠点などを十分話し合いながら治療を進めていくことが大切です。



注 治療期間は病状等によって異なります。詳細は主治医にご相談ください。



## がん診療と地域連携クリティカルパスについて

- がん医療では、「手術を行う病院」, 「日常的によく見られる疾患の治療や継続的な健康管理を行う病院・診療所」, 「緩和ケアを行う医療機関」など、それぞれが専門的に取り組む分野に応じて役割分担し、地域全体でお互いに連携しながら患者さんや家族を支える仕組みに変わってきています。
- 医療連携を円滑なものにするために「地域連携クリティカルパス（地域連携パス）」があります。地域連携パスは、あなたが地域の複数の医療機関にかかっても、共通化された診察や検査、治療、経過観察の計画に沿って、継続した医療を受けることができるように、手術を行った病院と地域の医療機関とで作成した共同の診療計画表です。
- 「手術を行う病院」では、あなたの療養生活や診療の方針にあっているかを検討した結果、「地域連携パス」を利用したほうが良いと判断した場合に利用をお勧めします。  
あなたとご家族と十分にご相談しながら、「地域連携パス」の利用をすすめますので、あなたの治療方針に対しての希望をお話してください。「地域連携パスを利用しないこと」や「途中で中止したこと」によって不利益を受けることはありません。
- 「地域連携パス」を利用していただいた場合でも、術後の病気の状態によっては「地域連携パス」による診療連携を中止することもあります。
- 治療を受ける中で、不明なことや心配なことがあった場合は、いつでも医師や看護師等に相談をしてください。

## 参考 ❖ 乳がんの術後の診療連携における役割分担

各医療機関が専門性や長所を生かしながら、あなたと家族に適したケアを連携して行います。

- 手術を行った病院（周術期治療施設など）では、節目（6ヶ月～1年に1回）の診察や検査を行い、再発等の経過観察・治療を継続します。もし再発した場合には、再発後の治療計画を作成し治療します。
- 地域のかかりつけ医（フォローアップ施設など）では、日常（定期）の診察・検査や薬の処方などを行います。

### ※各医療機関の主な役割（例）

区分	手術を受けた病院 (周術期治療施設など)	地域のかかりつけ医 (フォローアップ施設など)
担当	治療計画の作成や経過観察、 節目（6ヶ月～1年に1回）の精密検査、 集学的治療（手術、化学療法、放射 線療法等の総合的な治療）を行う	手術を行う病院（周術期治療施設など） と連携して、日常（1～3ヶ月単位）の 診察・検査・薬の処方などを行う
診療	診察 精密検査（MRI、CT、細胞診等） 副作用・合併症の対応 緩和ケアや療養支援 再発時の対応 治療計画の評価・見直し	診察 経過観察の検査（画像検査・採血等） ホルモン剤等の薬の処方 副作用・合併症の対応 緩和ケアや療養支援 再発時の対応

※各医療機関の専門性や機能によって、担当する治療や検査等の役割が異なります。

### MEMO

## 日常生活で気をつけること

### ❖ 定期的な診察や検査に行きましょう

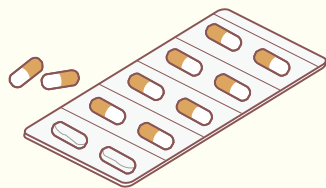
術後 10 年までは、定期的な診察や検査を行います。  
手術後の診察や検査の間隔は、術後の状態によって異なりますので、主治医の指示に従って決められた日に受診しましょう。

### ❖ 毎月 1 回、自己検診を続けましょう

毎月 1 度、日を決めて乳房の自己検診を行い、異常がないかをチェックしておくことも大切です。気になるところがあったら、主治医に相談してください。15 ページからの「乳がん術後の治療計画」の自己チェック項目を参考にして自己検診を続けましょう。

### ❖ 指示された薬は忘れずに服用しましょう

病院で処方された薬は乳がんの再発や進行を抑えるために必要なものですから、指示どおりに正しく服用してください。  
気になる症状があらわれた場合には、早めに主治医に相談してください。



### 日常生活での上肢リンパ浮腫の予防

日常生活  
での  
注意点

手術した方の腕や手は、リンパや血液の流れが阻害され、炎症を起こしやすくなります。この病態をリンパ浮腫と呼んでいます。毎日の生活の中で、予防に気をつけてください。

#### 手術を受けた方の腕の負担と疲労をさげましょう

- 重いカバンや荷物は手術していない方の手で持つ
- 重い荷物を積んでの自転車の走行は控える
- 手術した方の腕をしめつけない衣類や装身具にする  
服の袖口はゆるめに
- 注射や採血、血圧測定は、手術(リンパ節切除を含む)していない方の腕で行う
- 手術(リンパ節切除を含む)した方の手や腕は、針、灸、強いマッサージなどは避ける

#### 手術を受けた方の腕や手を守るために、ケガ・やけど・手荒れには十分注意をしましょう

- 手をこまめに洗い、清潔を保つ
- ケガをしたらすぐに水で洗い、消毒する
- やけどしないように気をつける
- 手や指先が荒れないように、保湿クリームなどを塗る 深爪しない
- 虫刺されに注意(野外活動は長袖で、虫除けスプレーを忘れずに)
- 家事や庭仕事のときには、綿やゴムの手袋を着用する
- 急激な日焼けを避ける

手術した方の腕がむくんできたりケガをしたら、自分で判断せずに、  
まず定期通院している医療機関を早めに受診しましょう。



# あなたの乳がんの状態を知っておきましょう

## 術後の病理検査について

手術で切除した組織は、組織標本として顕微鏡で詳しく調べます。これを術後の「病理検査」といいます。

「病理検査」は、がんの性質や状態を知るために欠かせないもので、ここでの結果が術後の治療計画を立てる大切な情報源になります。

また、再発の可能性を予測し、病理検査の結果に応じた薬物療法の考え方も示されていますので、術後の病理検査の結果を医師に確認し、その内容を13ページの表に正確に記録しておくといでしょう。

## あなたが受ける治療について

術後の治療法には、「放射線療法」「化学療法」「ホルモン療法」があり、これらの治療の中から最も有効な治療を選択し、必要に応じてこれらを組み合わせる術後の治療を進めていきます。

術後の治療は、10年にも及ぶような長い期間が必要になることが多いので、主治医と十分話し合い、確認しながら確実に治療を続けていきましょう。

### 参考 ❖ 薬物療法を選択するための病理検査

- ER(エストロゲン受容体)：ホルモン感受性の有無を検査
- PgR(プロゲステロン受容体)：ホルモン感受性の有無を検査
- HER2：HER2タンパクの発現を検査
- Ki67：がん細胞の増え方を評価

### 参考 ❖ 自分に推奨される治療を調べてみましょう

(参考 ザンクトガレン乳癌コンセンサス会議 2011)

#### ◆ステップ1 病型分類が重要です。

あなたの癌の病型を

ER, PgR, HER2, Ki67 の検査結果で5タイプに分けてください。

(分からないときは、主治医に聞いてください)

タイプ	検査結果			
	ER	PgR	HER2	Ki67
1 Luminal A	+	±	-	低値
2 Luminal B (HER2 陰性)	+	±	-	高値
3 Luminal B (HER2 陽性)	+	±	+	
4 HER2 陽性	-	-	+	
5 Triple negative	-	-	-	

#### ◆ステップ2 病型分類別の推奨される治療法です。

タイプ	治療	治療方針メモ
1 Luminal A	ホルモン治療	化学療法は、ほとんど必要なし。 (例外：腋下転移が多数の場合)
2 Luminal B (HER2 陰性)	化学治療 + ホルモン治療	化学療法の適応は、ホルモン感受性、再発リスクと患者の希望で選択。
3 Luminal B (HER2 陽性)	化学治療 + 抗HER2療法 + ホルモン治療	化学療法は、一般的には行われる。 (化学療法を行わなくてもいいというデータがないため)
4 HER2 陽性	化学治療 + 抗HER2療法	腫瘍5mm以下では、経過をみる場合もある。
5 Triple negative	化学治療	

# あなたの乳がん情報

## 手術後の病理検査結果

検査		手術後	備考
(がんの浸潤部の) しこりの大きさ		cm	
リンパ節	センチネルリンパ節	転移 なし・あり	
	腋窩(わきの下の) リンパ節	転移 なし・あり	
組織型			
Ki 67 :がん細胞の増え方を評価			
がん細胞の悪性度			
ホルモン 受容体	エストロゲン受容体 (ER)	陽性 ( %)・陰性	
	プロゲステロン受容体 (PgR)	陽性 ( %)・陰性	
HER2蛋白		0・1+・2+・3+	
※FISH:HER2遺伝子の増え方を検査		FISH※( - ・ + )	
Ly因子:リンパ管にがん細胞が はいつている程度		( - ・ + )	
v因子:血管にがん細胞が はいつている程度		( - ・ + )	
断端	*手術で切り取った端に がんが残っているかどうか	陽性 ・ 陰性	

## あなたが受けた治療

手術			
手術日	年	月	日
乳房切除	・	乳房温存	
リンパ節郭清	・	センチネルリンパ節生検	
放射線治療			
温存乳房へ	(	Gy)	
年	月	日～	月 日
領域リンパ節・胸壁へ	(	Gy)	
年	月	日～	月 日
薬物療法			
術前化学療法	開始日	年	月 日
内容			
術後化学療法	開始日	年	月 日
内容			
分子標的治療	開始日	年	月 日
内容			
ホルモン療法	開始日	年	月 日
内容			



## 術後1か月～6か月の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
乳房エコー その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後7か月～1年の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1年
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
		乳房エコー その他					
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後1年1か月～1年6か月の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		1年1か月	1年2か月	1年3か月	1年4か月	1年5か月	1年6か月
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
乳房エコー その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後1年7か月～2年の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		1年7か月	1年8か月	1年9か月	1年10か月	1年11か月	2年
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ					
		しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ					
		しこり					
その他 気になる症状							

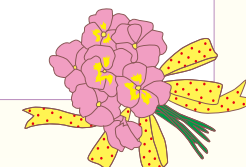
### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状					
		帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状					
	関節痛・こわばり						
視触診	局所・リンパ節						
	患肢：リンパ浮腫・炎症						
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
		乳房エコー					
その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、メモ欄をご利用ください。



## 術後2年1か月～2年6か月の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		2年1か月	2年2か月	2年3か月	2年4か月	2年5か月	2年6か月
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
乳房エコー その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後2年7か月～3年の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		2年7か月	2年8か月	2年9か月	2年10か月	2年11か月	3年
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
乳房エコー その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後3年1か月～3年6か月の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		3年1か月	3年2か月	3年3か月	3年4か月	3年5か月	3年6か月
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

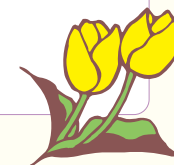
### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
		乳房エコー					
その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。





## 術後3年7か月～4年の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		3年7か月	3年8か月	3年9か月	3年10か月	3年11か月	4年
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

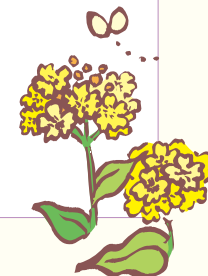
### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
		乳房エコー					
その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後4年1か月～4年6か月の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		4年1か月	4年2か月	4年3か月	4年4か月	4年5か月	4年6か月
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
乳房エコー その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後4年7か月～5年の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		4年7か月	4年8か月	4年9か月	4年10か月	4年11か月	5年
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

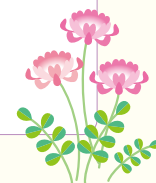
### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
乳房エコー その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

MEMO

検査結果や薬等の記載は、メモ欄をご利用ください。



## 術後5年1か月～8年の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		5年1～11か月	6年	6年1～11か月	7年	7年1～11か月	8年
		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり					
その他 気になる症状							

- ★定期受診は10年目まで
- ★定期受診日以外でも必要があれば受診

MEMO

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛						
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化					
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり					
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症					
※検査	採血結果						
	腫瘍マーカー	CEA					
		CA15-3					
	画像検査	マンモグラフィ					
		乳房エコー					
その他							
投薬	ホルモン剤処方						
	内服状況確認						
	併用薬チェック						
備考 施設名・主治医名サイン欄							

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

検査結果や薬等の記載は、  
メモ欄をご利用ください。



## 術後8年1か月～10年の治療計画

### 自己チェック項目 ※毎月1度、日を決めて自己チェックを行い、記入しましょう。

気になる症状がある場合は、 受診して医師に相談しましょう		8年1～11か月	9年	9年1～11か月	10年
		月 日	月 日	月 日	月 日
自己視触診	手術側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり			
	手術していない側	皮膚・乳頭のへこみ、ひきつれ しこり			
その他 気になる症状					

### 医療機関チェック項目 (主治医が記入してください。)

術後		月 日	月 日	月 日	月 日
問診	術後疼痛				
	<input type="checkbox"/> タモキシフェン	更年期症状 帯下の変化			
	<input type="checkbox"/> アロマターゼ阻害剤	更年期症状 関節痛・こわばり			
	視触診	局所・リンパ節 患肢：リンパ浮腫・炎症			
※検査	採血結果				
	腫瘍マーカー	CEA			
		CA15-3			
	画像検査	マンモグラフィ			
乳房エコー その他					
投薬	ホルモン剤処方				
	内服状況確認				
	併用薬チェック				
備考 施設名・主治医名サイン欄					

※検査は、適宜必要な間隔で行います。

- ★定期受診は10年目まで
- ★定期受診日以外でも必要があれば受診

### MEMO

検査結果や薬等の記載は、メモ欄をご利用ください。



# 正しい情報を活用しましょう

がん医療に関する  
幅広い情報提供や相談支援を行っています。  
気になったら、まず相談を。



## ❖ がん診療連携拠点病院の「がん相談」担当窓口

	医療機関名(担当部署)	電話番号	所在地
国 指 定	広島大学病院(がん医療相談室)	(082)257-1525	広島市
	県立広島病院(がん相談支援センター)	(082)256-3561	広島市
	広島市立広島市民病院(がん相談支援センター)	(082)221-1351	広島市
	広島赤十字・原爆病院(がん相談支援センター)	(082)241-3477	広島市
	広島市立安佐市民病院(がん相談支援センター)	(082)815-5533	広島市
	広島総合病院(がん相談支援センター)	(0829)36-3270	廿日市市
	呉医療センター(がん相談支援センター)	(0823)24-6358	呉市
	東広島医療センター(がん相談支援センター)	(082)423-2179 (内線:6227)	東広島市
	尾道総合病院(医療福祉支援センター)	(0848)22-8111 (内線:3108)	尾道市
	福山市民病院(がん相談支援センター)	(084)941-5151 (内線:3147)	福山市
県 指 定	市立三次中央病院(がん相談支援センター)	(0824)65-0101	三次市
	呉共済病院(がん相談支援センター)	(0823)22-2111 (内線:5160)	呉市
	中国労災病院(がん相談支援センター)	(0823)72-7171	呉市
	福山医療センター(がん相談支援センター)	(084)922-0001 (内線:7137)	福山市
	中国中央病院(がん相談支援センター)	(084)970-2284	福山市

★病院によっては、予約が必要な場合もありますので、事前にご確認ください。

## ❖ 広島県のがん情報

広島県のがんに関するお役立ち情報『広島がんネット』

<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/gan-net/>

広島がんネット

検索

県内の患者団体等が開催する患者サロンの情報も掲載しています。

## ❖ 県内のがん患者団体(「広島がんネット」から「乳がん」と「がん全般」を抜粋)

患者団体	対象疾患	所在地	連絡先
がん患者さん・ 家族・支援者のつどい こころの駅舎	がん全般	東広島市	082-493-7360
がん体験者の会 とま〜れ	がん全般	三次市	090-4650-8184
がん体験者の会 とま〜れ・県北	がん全般	三次市	0824-65-0101
キャンサーサバイバー・ キャリアサポート	がん全般	広島市中区	050-5317-4505
乳がん患者会 なごみの会	肺がん、大腸がん、 胃がん、乳がん、 悪性リンパ腫、 甲状腺がん、 婦人科がん(女性がん 患者が対象)	広島市安佐北区	080-6339-0268
乳がん患者会 福山アンダンテ	乳がん	福山市	084-952-3428
乳がん患者友の会きらら	乳がん	広島市中区	082-962-8382
乳腺疾患患者の会 のぞみの会	乳がん	尾道市	0848-24-2413
広島がんサポート	がん全般	広島市中区	082-962-8505
ひろしまピンクリボン プロジェクト	乳がん	広島市中区	082-544-0727
広島・ホスピスケアを すすめる会 竹原支部	がん全般	竹原市	0846-26-3788
びんご・生と死を考える会	がん全般	福山市	090-6842-7519

MEMO



名前

参考

- 患者さんのための乳がん診療ガイドライン  
…日本乳癌学会編
- 私の記録ノート  
…監修:川崎医科大学乳腺甲状腺外科教授 園尾博司先生
- 乳がん術後連携パス  
…大阪市立総合医療センター
- 患者必携がんになったら手にとるガイド  
…国立がん研究センターがん対策情報センター



発行：平成21年3月  
改訂 (Ver2)：平成22年3月  
改訂 (Ver3)：平成23年3月  
改訂 (Ver4)：平成25年7月  
改訂 (Ver5)：平成28年12月  
改訂 (Ver6)：平成30年3月  
改訂 (Ver7)：令和元年7月

広島県地域保健対策協議会  
乳がん医療連携推進特別委員会

○広島県地域保健対策協議会  
〒732-0057 広島市東区二葉の里三丁目2番3号 広島県医師会事務局  
TEL (082)568-1511

○広島県健康福祉局がん対策課  
〒730-8511 広島市中区基町10-52  
TEL (082)513-3063