

新緑ニュース

〒226-0025 横浜市緑区十日市場1726-7
TEL. 045-984-2400 (代表) FAX. 045-983-4271

病院の理念

確かな医療技術
やさしい対応
地域への貢献

頭皮冷却による脱毛軽減への取り組みとアピアランスケア

乳腺外科 副院長・乳腺外科部長 大地 哲也

化学療法で最も多くの患者さんが不安を抱くのが「脱毛」です。髪を失うことは病気の象徴として受け止められやすく、外出や人との関わりをためらう原因にもなります。そこで役立つのが、医療用ウィッグや帽子、スカーフの活用です。自然な見た目のウィッグを試着できる機会や、季節に合わせた帽子の選び方を知ることで、「治療中でも自分らしく過ごせる」という安心感が生まれます。また、眉毛やまつ毛の減少に対しては、描き方のコツやメイクの工夫を伝えることで、表情が明るく見え、鏡を見る時間が前向きなものに変わります。

皮膚や爪の変化も、患者さんの生活に影響します。乾燥、かゆみ、しびれ、色素沈着、爪の変形などは痛みや不快感だけでなく、外見への自信を奪うことがあります。保湿のタイミングや低刺激スキンケアの選び方、爪を守るテープやネイルケアの方法を知ることで、「自分

でコントロールできる」という感覚が得られ、日常生活の快適さが保たれます。手のひらや足裏の赤みや皮むけを起こす手足症候群の予防やケアも、生活の質を守るうえで重要です。



体型や表情の変化に対するケアも、患者さんの日常を支える大切な要素です。浮腫や体重変化に悩む方には、衣服の選び方や軽い運動の提案が役立ちます。血色が悪く見える、疲れて見えるといった悩みには、簡単

なメイクで印象を整える方法が効果的です。こうした小さな工夫が、治療中の「自分らしさ」を守る力になります。

そして、脱毛予防として近年注目されているのが Paxman 頭皮冷却療法 です。これは、化学療法の点滴中に専用の冷却キャップで頭皮を冷やし、毛包への薬剤到達を減らすことで脱毛を軽減する方法です。多くの患者さんで「髪が残る」「脱毛の程度が軽くなる」「脱毛からの回復がはやい」といった効果が報告されており、外見の変化に対する不安を大きく和らげます。



治療中も髪が保たれることで、仕事や家庭生活での"いつもの自分"を維持しやすくなり、心理的な負担が軽減される点が大きなメリットです。

アピアランスケアは、患者さんが治療を乗り越える力を支える大切なパートナーです。外見の変化に寄り添い、安心して治療に向き合える環境を整えることが、患者さんの笑顔につながります。

Web 健康講座「治療中でも笑顔でいられる毎日を。抗がん剤治療の新しい選択肢、頭皮冷却療法」では、当院乳腺外科や化学療法チームで取り組んでいる頭皮冷却療法についてご紹介します。

WEB 版みんなの健康講座 2月配信

※オンライン配信

治療中でも笑顔でいられる毎日を。抗がん剤治療の新しい選択肢、頭皮冷却療法。

副院長・乳腺外科部長 大地 哲也



発行

地域医療連携室

当院の理学療法科は、急性期から生活期まで、患者さん一人ひとりの「最大回復」を目標に、地域に根差した『理学療法』を提供しています。私たちは、医師の指示に基づき、歩く・立つ・座るといった日常生活に不可欠な「基本的動作能力」の改善を専門とし、入院時よりも身体機能が向上し、退院後も活動的な生活が送れるよう、質の高いサービスを追求しています。特に、関節の動きに着目し、原因の根底にアプローチする専門的な治療法「AKA-博田法」を習得した理学療法士が多数在籍。この確かな技術と豊富な知識を基盤に、患者さんそれぞれの症状や目標に合わせたオーダーメイドのリハビリ計画を立案・実施しています。単に痛みを取るだけでなく、生活に必要な動作を取り戻すことで、入院時よりも悪くなるものを最小限に抑え、より良い状態での退院を全力でサポート致します。総勢 52 名の理学療法士が在籍しており、新卒からベテラン(経験 10 年以上)まで幅広い世代が活躍。若手の活気と、長年の経験に裏打ちされた熟練の技術が融合し、チーム一丸となって患者さんを支える体制を築いています。また、パパ・ママ理学療法士も多く、安心して長く働ける環境は、安定した質の高いケアへと繋がっています。「地域で安心して暮らしたい」「もう一度、自分らしい生活を取り戻したい」そんな患者さんとご家族の願いに真摯に向き合い、専門性と温かさをもって、皆様の回復の道のりを全力でサポート致します。どんなことでもお気軽にご相談ください。



健康講座

カーブス長津田で健康講座を開催しました

1月17日（土）カーブス長津田で健康講座を開催しました。皆さんのお膝は元気ですか？ 今回の内容は【元気に動ける膝づくり】。膝関節についての知識編と一緒に体操しながらの実践編をお伝えしました。人体には約 260 個の関節がありますが、膝関節はその中でも最も荷重がかかる関節です。歩いたり、動いたり、人が活動するときに中心的な役割を担っていて、膝関節がうまく機能してこそ、人は思うがまま、安心して動けます。膝の痛みの本当の原因に向かうことで、痛みや動きの制限から解放され、生涯、楽しい活動を続けていってほしいと思います。今後前向きに運動へ取り組む意識を持っていただけたら幸いです。



ご案内

マイナ保険証のご案内

2025年12月2日より従来の健康保険証の新規発行が廃止され、マイナ保険証（マイナンバーカードの健康保険証）の利用を基本とする仕組みに移行いたしました。

- ・マイナ保険証をお持ちの方は、毎回カードリーダーにタッチしてください。
- ・マイナ保険証をお持ちでない方は、資格確認証を受付にご提示ください。



※当院はスマートフォンのマイナ保険証は対応しておりません

イベント

令和8年緑区出初式に参加しました

1月10日（土）「令和8年緑区消防出初式」が開催され、当院より齊藤副院長と村松事務長が出席しました。神港鳶職組合によるはしご乗りや、消防団・自衛消防隊消防操法展示、大災害を想定した消防総合訓練など行われました。毎年恒例の横浜市立十日市場中学校吹奏楽部による演奏も素晴らしい、快晴の中での一斉放水は虹が架かり来場者から大歓声と拍手に包まれました。今後とも地域交流の場には積極的に参加し、医療機関として災害に対する意識を高めていければと思います。

