乳がん術後の放射線治療について

手術を終えたあとの次のステップ、放射線治療について、わかりやすくご説明します。治療の目的・流れ・副作用への対処法まで、安心して治療を受けていただけるよう、ひとつひとつ丁寧にご案内します。

あまくさ乳腺クリニック

① 放射線治療は何のためにするの？

手術で目に見える乳がんを取り除いたあとでも、乳房や胸壁、周囲のリンパ節などに、**目には見えない小さながん細胞が残っている可能性**があります。放射線治療は、そのような細胞に対して行う治療です。

手術をした場所やその周囲に放射線を当てることで、**乳房や胸壁、周囲のリンパ節に乳がんが再発する可能性を下げる**ことを目的に行います。手術とセットで行うことで、より確実な治療効果を目指します。

放射線治療は、手術後の回復状況や病理検査の結果をもとに、担当医が判断して行います。「手術したのになぜ？」と感じる方もいらっしゃいますが、再発のリスクを減らすために大切な治療です。どうぞ安心してお任せください。

放射線治療の目的

- 再発リスクを下げる

  目に見えない残存がん細胞を除去します

- 手術の効果を補完する

  手術と組み合わせてより確実に治療します

- 乳房を温存する

  乳房温存術後の標準的な治療です

② 放射線治療の流れ

放射線治療は、いくつかのステップを経てから開始します。手術後の回復状況を確認しながら、通常は数週間〜数ヶ月後に放射線治療が始まります。焦らず、一つひとつ丁寧に進めていきますのでご安心ください。

1

放射線治療科の初診・説明（診察）

放射線治療科の医師から、治療の目的・方法・副作用について丁寧に説明があります。気になること、不安なことは何でも遠慮なくお聞きください。

2

治療計画用CT撮影（計画CT）

実際の治療と同じ姿勢（仰向けで腕を上げた状態）でCT撮影を行い、照射する部位・方向・線量を正確に計算し、マーキングします。

3

治療開始〜終了

- 平日（月〜金）に1日1回通院
- 1回の照射時間：約5分程度（準備を含めると15〜30分）
- 治療回数：25〜30回（約5〜6週間）
- 治療中も日常生活は基本的に続けられます

③ どこに・何回くらい治療するの？

照射する部位

手術の結果や病理検査の結果をもとに、放射線治療科で個別に決定します。主な照射部位は以下のとおりです。

- 手術した側の乳房全体
- 手術した側の腋窩（わき）
- 胸壁・鎖骨上のリンパ節など

治療回数・期間の目安

25回

約5週間

月曜〜金曜、1日1回

30回

約6週間

月曜〜金曜、1日1回

追加照射（ブースト照射）の有無などによって回数が変わることがあります。担当医から詳しくご説明します。

④ 治療中は痛い？ 治療の実際

放射線を当てている間の感覚

放射線そのものを当てている間に、痛みや熱さを感じることはありません。機械が動いたり音がしたりしますが、体への直接的な痛みはなく、治療台の上で横になっているだけです。治療中はリラックスして過ごしていただけます。

実際に放射線が出ている時間は**約5分程度**と短時間ですが、位置合わせや準備の時間を含めると、もう少し時間がかかります。毎回決まった姿勢（仰向けで腕を上げた状態）を保っていただく必要があります。

1回の治療の流れ

01

更衣・準備

上半身の衣類を脱いで治療台へ

02

位置合わせ

マーキングを使って正確に位置を確認

03

放射線照射

約5分程度。痛みはありません

04

終了・帰宅

そのままお帰りいただけます

⑤ 治療中に起こりやすい症状

治療開始直後には症状が出ないことが多く、治療を重ねるにつれて少しずつ症状が出てくることがあります。あらかじめ知っておくことで、慌てずに対処できます。

皮膚の症状（最も多い）

- 皮膚が赤くなる・日焼けのようになる
- 乾燥する・かゆみが出る・ヒリヒリする
- 皮膚の色が濃くなる

特に**わきの下・乳房の下・衣類がこすれる部分**は症状が出やすい場所です。治療後半に強くなりますが、終了後は徐々に改善します。

全身のだるさ・疲れ

治療中にだるさや疲れやすさを感じることがあります。無理をせず、休息を取ることが大切です。日常生活は基本的に続けていただけますが、疲れを感じたらゆっくり休みましょう。

症状は個人差があります。「これくらいなら大丈夫」と我慢しすぎず、気になる変化は早めにスタッフへお伝えください。

⑥ 毎日のスキンケアが大切です

放射線治療中は、照射している部分の皮膚が乾燥しやすくなります。毎日のスキンケアで皮膚の状態を守ることが、副作用を和らげる大切なポイントです。

✅ こうしましょう

→ 治療開始時から保湿を始める

照射部分をやさしく保湿します。こすらず、やさしく塗ることが大切です。

→ 入浴後に保湿する習慣をつける

習慣にすると続けやすくなります。

→ 泡でやさしく洗う

石けんを使う場合も、泡立てて皮膚にやさしく当てるようにしましょう。

❌ 避けましょう

- 強くこすらない・かかない
- 熱いお湯を直接当てない
- タオルでゴシゴシ洗わない
- 締め付けの強い下着を避ける

入浴やシャワーは基本的に可能です。体を洗う際は皮膚への刺激を最小限にしてください。

⑦ こんなときは病院に相談してください

皮膚の変化はある程度予想される副作用ですが、**我慢しすぎる必要はありません。**次のような症状が出た場合は、早めにご相談ください。症状に応じて保湿剤や外用薬などを使用します。自己判断で治療を中断せず、まず病院へご連絡ください。

皮膚の変化

- 赤みや痛みが強くなってきた
- ヒリヒリしてつらい
- 皮膚がむけてジュクジュクしてきた
- 水ぶくれができた・出血している
- 痛くて衣類が触れられない

全身の症状

- 発熱を伴う
- 腕や乳房の腫れが急に強くなった

迷ったら連絡を

「これくらいなら…」と思っても、遠慮なくスタッフへお声がけください。早めの対処が症状を和らげることにつながります。

⚠ 自己判断で治療を中断しないでください。体調が悪い場合も、まず放射線治療科へご連絡ください。

⑧ 治療が終わってから・長期的な注意点

治療終了後も保湿を続けましょう

放射線治療が終了すると、皮膚の症状は徐々に改善していきます。赤みがなくなったあとも、照射した皮膚は乾燥しやすいため、**治療終了後もしばらく保湿を続けましょう。**

放射線肺臓炎に注意

治療後しばらくしてから、まれに「放射線肺臓炎」が起こることがあります。次のような症状が続く場合は病院へご連絡ください。

- 乾いた咳が続く
- 息苦しい・息切れがする
- 微熱が続く

長期的に起こりうる変化

放射線を当てる範囲によっては、長期的に以下のような変化が起こることがあります。個人差がありますので、気になることは担当医へご相談ください。

乳房の変化

少し硬くなる、形や大きさが変化することがあります

皮膚の色の変化

色素沈着が残ることがあります

リンパ浮腫・肩の動き

腕のむくみや肩が動かしにくくなることがあります

⑨ 放射線治療を受けられない・慎重な検討が必要な場合

すべての方が同じように放射線治療を受けられるわけではありません。ご自身の状況について、担当医としっかり相談することが大切です。

原則として行わない場合

妊娠中

胎児への影響があるため、妊娠中は原則として放射線治療を行いません。

特に慎重な検討が必要な場合

腕を上げた姿勢が保てない

治療する側の腕を上げた姿勢を維持することが難しい場合

過去に同部位への照射歴がある

同じ乳房や胸壁に以前放射線治療を受けたことがある場合

特定の膠原病・遺伝性疾患がある

強皮症・全身性エリテマトーデス（SLE）など、放射線の影響を受けやすい疾患がある場合

最終的には、**放射線治療科の医師が一人ひとりの状況を丁寧に検討して判断します。**心配なことがあれば遠慮なくご相談ください。

⑩ 治療中に大切なこと・最後に



毎日続けて通うことが大切です

放射線治療は、決められた量の放射線を何回かに分けて照射する治療です。休まず通うことで、最大の効果が得られます。体調不良などで通院できない場合には、**自己判断で中止せず、放射線治療科へ連絡してください。**



皮膚の状態を毎日確認しましょう

「これくらいなら大丈夫」と我慢しなくても構いません。赤み、痛み、かゆみ、皮むけなどが気になったら、早めにスタッフへお伝えください。早期対処が症状の悪化を防ぎます。



保湿を続けましょう

治療中だけでなく、治療終了後もしばらく保湿を続けることが大切です。習慣にすることで皮膚の回復をサポートできます。

放射線治療は、**乳がんの再発リスクを下げるための大切な治療**です。不安なことや気になる症状がありましたら、我慢せずに放射線治療科または**あまくさ乳腺クリニック**へいつでもご相談ください。スタッフ一同、皆さまの治療を全力でサポートします。

あまくさ乳腺クリニック