

2015年度 『乳房再建に関するアンケート調査』 結果報告書

2016年4月18日

●この調査について	1
●第1部 調査結果のサマリー	3
I. 調査結果の概要	4
II. 記述式回答の概要	6
●第2部 調査結果	8
III. 基本データ	9
IV. 記述回答から	37

企画・調査・分析 NPO法人 エンパワリング ブレストキャンサー（E-BeC）

※本報告書の内容の無断転載・複写はご遠慮ください。内容を引用する際には必ず出典を明記してください。

●この調査について

調査の概要

一昨年・昨年に引き続き、『乳房再建に関するアンケート調査』の結果を報告いたします。

この調査は、「乳房再建手術」に対する社会的認知や理解の向上をはかることを目的に、「乳房再建手術」の経験者を含む乳がん患者さんたちの意識を把握するために実施しているもので、今回で第3回目の調査結果報告となります。

ここに報告する調査結果は、NPO法人エンパワリング ブレストキャンサー（以下E-BeC）が2015年に開催した『乳房再建全国キャラバン』、ならびに『KO CLINIC1周年記念講演会』の会場で実施したアンケート調査の結果を合体させたもので、合計276のサンプルを集めることができました。

今回も、乳がん経験者のうち「乳房再建手術」に関心を持つ層を対象に、ほぼ前回の設問を踏襲する形で調査を行いました。2013年から2014年初頭にかけてシリコンインプラントによる乳房再建が保険の適用対象となったことを受けて、「乳房再建手術」に対する認知度が向上してきていることを実感する結果となったように感じています。

今回調査のサンプル構成は次の通りです。

◆調査実施時期： ◎2015年 4月18日『第5回 乳房再建全国キャラバン』（京都市）

参加者：88名 アンケート協力者：65名 乳がん患者：56名（63.6%）

◎2015年 4月19日『第6回 乳房再建全国キャラバン』（大阪市）

参加者：88名 アンケート協力者：74名 乳がん患者：65名（73.9%）

◎2015年 7月5日『KO CLINIC1周年記念講演会』（横浜市）

参加者：200名 アンケート協力者：64名 乳がん患者：41名（20.5%）

◎2015年10月18日『第7回 乳房再建全国キャラバン』（金沢市）

参加者：89名 アンケート協力者：73名 乳がん患者：49名（55.1%）

◆総 数：総参加者：465名 アンケート協力者：276名（59.4%） 乳がん患者：211名（45.3%）

なお、調査における特筆事項として、以下の点にご留意ください。

●「乳房再建手術」に関心のある人々が対象

- ・E-BeCが開催する『乳房再建全国キャラバン』の参加者層は、「乳房再建手術」に関心を持つ乳がん経験者や乳房再建手術の経験者が主体であり、「乳房再建手術」に関する情報を比較的持っている人々と考えることができます。このため本調査結果は、広く一般の意識を代表するものではありません。

●サンプルの偏り

- ・地域の偏り：『乳房再建全国キャラバン』は全国各地での開催をめざしており、2015年に関しては京都、大阪、金沢という近畿・北陸の各都市での開催となりました。また『KO CLINIC1周年記念講演会』は横浜市で開催されたものです。このため回答者の居住地に偏りが生じています。

この調査結果が、「乳房再建手術」を実施する医療機関、さらには乳がんおよび乳房再建に関連する商品・サービスを取り扱う企業などにとっても大いに役立つものとなり、よりよい「乳房再建手術」の環境づくりや正しい理解の普及、ひいては乳がん患者さんのQOL(生活の質)の向上に結びついていくことになれば、私どもとしてもこれに勝る喜びはありません。

最後になりましたが、本調査の実施にあたりましてアンケート実施の機会をご提供くださいましたKO CLINICの黄 聖琥院長、また専門的見地からデータ解析に協力と助言を頂戴した㈱統計社、そしてアンケート調査にご協力いただきましたすべての回答者の皆さまに厚く御礼を申し上げます。

2016年4月

NPO法人 エンパワリング プレストキャンサー理事長 真水美佳

●第 1 部 調査結果のサマリー

I. 調査結果の概要

今回調査結果の総括

●乳がん宣告に対しては「まず病気を治そう」

乳がんの告知を受け、何らかの形で乳房を失うことになることと知らされたときの気持ちについて、多くの人が「まずは病気を治そう」「生命が助かるならやむを得ない」と感じており、事実を厳然と受け止め、治療に向けて気持ちを切り替えている人が多い。

未既婚の別では、独身者では「どうしていいかわからなくなった」という回答が多く、既婚者に比べ心理的な動揺がみられる。既婚者には配偶者や家族という支えがあることや、独身者のほうが総じて年齢的に若いことなどが事態の受け止め方の違いとなっているのかもしれない。子どもの有無の別では、子どものいない人に「女性でなくなるような気がした」と回答する人が多かった。

●最近の罹患者ほど低い乳がん手術への不安感

乳がん告知に際しての気持ちについて、乳がんに罹患した時期別では、最近罹患した人ほど「再建手術があるので不安はなかった」と答える人が多かった。シリコンインプラントによる再建手術の保険適用が始まり、乳房再建を手がける医療施設が増えるなど、再建手術が受けやすくなり認知が広がっていることとも関係があるかもしれない。

●乳房を失った後の困りごとは多種多様

乳がん手術で乳房を切除したことでこころや身体に生じた変化や困りごととしては、「下着」「温泉やスポーツジムに行けなくなった」「痛み」などの問題が挙げた。「精神的に不安定になった」「好きなおしゃれができない」など、精神面への悪影響や女性らしい楽しみが制限されることへの苦痛を訴える人も多く、乳がん患者さんたちのこうした悩みの解決に対し、「乳房再建手術」が果たし得る役割の大きさを示唆しているといえそうだ。

●再建するかどうかの相談相手は夫・家族

再建するかどうかを考えるにあたっての相談相手としては、「夫」や「家族」を挙げる人が多かったが、1割弱の人は「誰にも相談していない」と回答。自分ひとりで決断してから事後報告したという人も1割強いる。事後報告の相手は「夫」や「家族」という人が多いが、乳房再建手術を受けるかどうかの決断は、夫や家族にも相談しにくいパーソナルな問題ととらえている人が少なくないようだ。

●再建にあたってもっとも重視するのは医師の実績

「乳房再建手術」を受ける際に最も重視する要素として、「医師の実績」という回答が今回も特に多かった。次いで多いのが「自家組織・人工物の別」で、乳房再建の術式に関する認知が進んでいることをうかがわせる。また最近罹患した人では、これら2項目のほかに「費用」や「傷の数や大きさ」を選択する人が多い。子どもの有無では、子どものいる人に「費用」を気にする率が高く、子どもがいることで家計支出への負担を気にする傾向が強いからと推察される。

●乳房再建に望む条件は「左右のバランス」

乳房再建にあたって望むこととして、もっとも多いのは「左右のバランス」で、「傷が小さい」「メンテナンスが楽」という項目がこれに続く。特に最近乳がん罹患した人に「傷」や「メンテナンス」への関心が高い。推測ではあるが、罹患から時間が経過しておらず心理的にまだ落ち着いていないため、再建手術の成果に期待することで不安を解消したい意識があるのかもしれない。

●乳房再建を考えるときの障害は「合併症」

乳房再建手術を考えるにあたってのハードルとしては、「合併症」「再びからだに傷をつけたくない」といった項目をあげる人が多かった。「費用」がこれに続く。2014年にシリコンインプラントを用いた再建手術が保険治療の適用対象となり、費用の負担は大きく低減されているが、手術費用を過重と感じる人はまだまだ少ないことがわかる。

また「合併症」や「手術が怖い」といった不安感の払拭については、正しい情報や知識の提供によってもある程度解消することができると思われ、今後の啓発活動の主要テーマともなっていくものと考えられる。

●望まれている病院によるサポートやアドバイス

再建手術に際して、病院から「アドバイスがもらえる看護師」「症例写真や経験者の談話に接する機会」「傷のケアについてのアドバイス」などのサポートがほしかったとする声は高く、いずれも4割以上の人が希望している。

●9割近くは「納得して再建手術を受けた」

「十分納得して受けた」「ほぼ納得して受けた」を合わせ、9割近い人は納得のうえで手術に臨んでいる。記述回答でも「医師と十分に話し合えた」「二次再建だったので熟考する時間があつた」など、医師との信頼関係のもとに説明を受けられたり、十分考えることができた人は納得度が高い。「あまり納得できなかった」人は、医師からの詳細説明がなかったなど、理解不足のまま手術に臨んでいる傾向がみられる。

●7割強は手術結果に満足

「満足」「ほぼ満足」の合計は7割強にのぼったが、「満足していない」が1割強、「手術しないほうがよかった」も4%いた。理由としては「左右のバランスが悪い」「大きな傷が残った」「痛みがある」などだが、一方で傷や痛みが残っていても手術結果には満足しているという人も多く、手術の満足度は個々人の価値観や考え方に負うところが大きいものと思われる。

●再建をしてよかったこと、よくなかったこと

乳房再建手術を受けてよかったと思うこととして、「前向きになれた」という心理面のプラスの効果を選んだ人が半数以上にのぼる。次いで「温泉やスポーツジム、海水浴に行ける」「好きな洋服が着られる」など、人目を気にせずアクティブに活動できる喜びを上げる人が多い。

逆に、再建をしてよくなかったこととしては、「左右バランスが悪い」「ドナー部分につっぱりや痛みがある」など、仕上がりへの満足度や後遺症などをあげる声もある。さらに少数ではあるが、感染症や被膜拘縮、腕のしびれなどの問題を抱えている人もいる。

-以上-

Ⅱ．記述式回答の概要

本調査では、自由記述式の設問において「乳房再建手術」に対する意識の聞き取りも行った。

以下はその概要だが、今回は地方都市での開催もあり、地域格差に悩んでいるという声が散見された。患者が本当に必要とする情報が適時・適切かつ公平に提供されることについてはまだまだ課題は多いが、セミナーやキャラバンの継続的な実施は、正しい知識の普及と種々の誤解の解消に寄与しうるものであることを実感する。ウェブサイトなども含め、正確な情報の提供を通じてこうした課題の解決に寄与していくことが、引き続きE-BeCの重要なテーマであると感じている。（記述式回答の全文はP.37以降に掲載）。

●「乳房再建手術」に対する期待、期待、イメージの変化（セミナーに参加して）

- ・ いままで見た写真などで、手術前のような状態には戻らないものと思っていたが、再建したとはわからないくらいきれいな乳房をみせてもらいたいへん驚いた。
- ・ 数年前に主治医から聞いたよりも手術時間も短縮されていると知り、手術に対する抵抗感がなくなった。
- ・ 最近の再建は自然で、体への負担も少なくなっていることがわかった。
- ・ 地方でも再建のできる病院があることを知って安心した。
- ・ 乳がん手術後の姿を見てショックを受け、大好きな温泉を諦めていたが、再建してもいいかな…と思えるようになった。

●手術に対する不安、日ごろの悩み

- ・ すべての乳がん患者が受けられるわけではなく、地域差もあるので、まだハードルの高さを感じる。
- ・ 想像していたより大変そう。
- ・ 再び体に傷をつけたくないという思いがまだ強い。
- ・ 再建後の背中と胸の痛みが辛く、再建しないほうがよかったという思いもある。

●医療関係者とのコミュニケーション

- ・ 再建の知識のないまま乳がん治療を優先したが、手術前にもっと再建についての説明を聞きたかった。
- ・ 乳房再建はオーダーメイドなので、自分にあった手術について医師と話し合っ決めてもらうことが大事だと思った。自分は無理だろうと決めつけず、まず受診して医師の提案を聞いてみるのもよいと感じた。
- ・ 乳腺外科以外に、形成外科や放射線科などの先生からも同時にカウンセリングが受けられるシステムになるといいと思う。
- ・ 主治医には「まず病気を治すことを考えては…」と言われ、形成外科との連携があまりとれていない気がした。
- ・ 乳がん手術後は身体以上に心の傷が深く残ると感じる。乳腺外科と形成外科の医師が患者一人ひとりにあわせた手術を考えて下さっていると知って心強く思った。
- ・ 病院によって提案が違うので、主治医にもっと尋ねるべきだと思った。

●乳房再建手術に関する情報入手

- ・大都市部の病院・医師でしか、ちゃんとした医療は受けられないと勝手に思い込んでいた。セカンドオピニオンで訪れた病院で同時再建を勧められパンフレットをもらったが、書いてあることが当時はまったく理解ができず、自分には関係ないと判断していた。診断直後に右往左往して、難しいことから目をそむけがちな人が減り、「正しい情報を得て正しい選択をする」ことのできる患者さんや周囲の人が増えてほしい。
- ・手術前に知識があれば、もっと納得して手術できたのに…と後悔するところがある。

●再建経験者の話に接するメリット

- ・自分が希望する術式で手術を受けた方の体験談を聞き、実際に触らせてもらえてたいへん参考になった。
- ・再建の予定が決まってからも不安が続いていたが、経験者のお話を聞いたり見せてもらったりしたこと不安がなくなった。
- ・再建を前提に全摘手術を受け、インプラントか自家組織かで迷っていたが、経験者のお話に接して自分で決断できそうだった。
- ・体感会を経験できてほんとうによかった。みなさんの姿に勇気をもらった。

●下着の悩み

- ・地方ではまだまだ専用の下着は手に入りにくい。
- ・自分でもいろいろ調べているが、何が正しいかわからない。具体的な選び方、着け方などが知りたい。

●その他・セミナーに参加して

- ・乳房再建手術は難しいものと考えていたが、いろいろなお話を聞いて少し気持ちが楽になった。
- ・都会との医療格差に長らく不満を抱いていたが、地方でも同じ医療が受けられると知ることができた。
- ・「再建」というキーワードでさまざまな人が考えを話し合えるこのような場は、患者会とはまた一味違い、よかった。
- ・明日、形成の先生に予約を入れようと思った。可能な限りいろんなことを聞こうと思う。
- ・再建について知っているということで、気持ちに余裕をもって取り組みそうだった。
- ・利点と欠点がよくわかった。柔軟に考えることの大切さがわかり、体感会を通じて乳房再建のイメージも変わった。
- ・写真や動画をたくさん見せていただき、文章だけで読むより非常に分かりやすかった。
- ・ぜひ（意識面の）地域格差をなくしてほしい。「その歳で…？」という言葉でどれだけ傷つくかわからないのだから。
- ・自分さえ我慢すれば再建しなくてもいいのではないかと考えてきたが、講師の先生の「自分の身体なのだから、自分で考え決断しなさい」という言葉に救われ、ようやく迷いが消えた。
- ・再建をして、胸だけでなく、しぼんでいた心を膨らませてもらったと実感した。再建は女性にとって心のケアでもある。
- ・乳房を失うのは乳がんだけではないので（慢性乳腺炎など）、その場合でも保険で乳房再建手術が受けられるようになることに期待したい。

-以上-

●第2部 調査結果

Ⅲ. 基本データ

1. 調査対象の属性

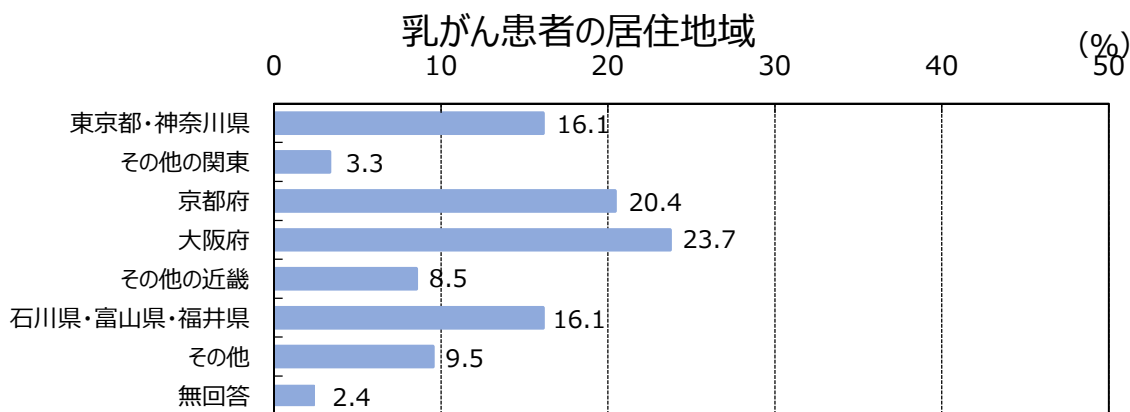
アンケート協力者 276 名のうち実際に乳がん経験者は 211 名であった（76.4%）。

キャラバンやセミナーの参加者で、このアンケート調査協力者の乳がん患者の属性をみると、下記のようになった。（グラフの表記のない場合は N=211 を 100 として%を算出）

※以下の分析グラフを参照するにあたっての注意点：分析で標本数（母数または n 数）が少ない項目でも少数点第 1 位まで表記してあるが、標本数が多い項目と表記を統一するため、同様にした。

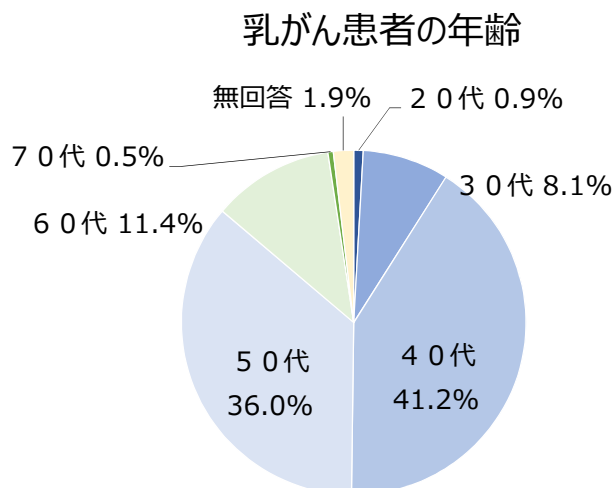
（1）居住地域

参加した乳がん経験者の居住地域をブロック別に大きく分けると下記のようになった。キャラバンやセミナーを開催した場所が、横浜市、京都市、大阪市、金沢市であったこともあり、その周辺地域からの参加者が多かったが、長崎県や福岡県など遠くから参加した人もいる。



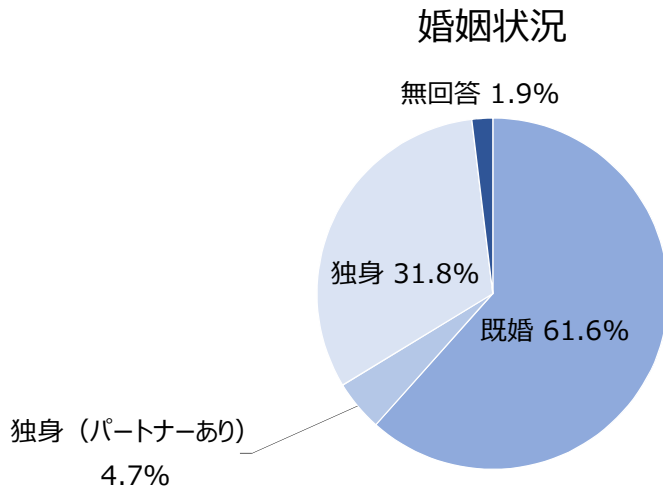
（2）年齢

乳がん経験者の年齢構成をみると 40 代、50 代が多く 8 割弱を占めている。

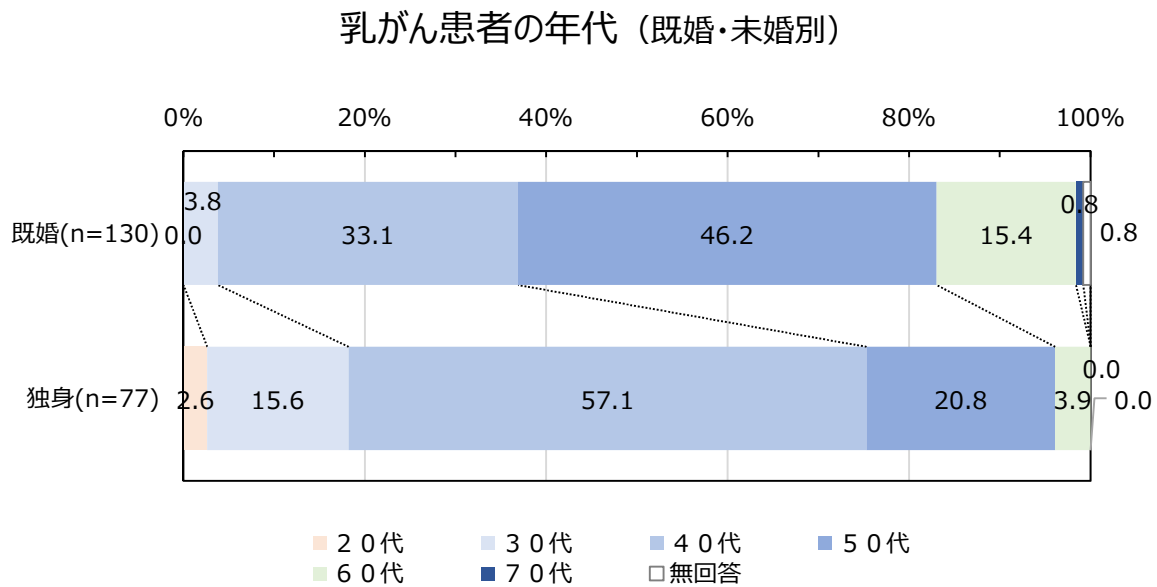


(3) 婚姻状況

乳がん患者の未婚既婚を調べると、6 割が既婚者で、3 割が独身者であった。2015 年は未婚の参加者が 2014 年より増加した。(2014 年：独身 25%、既婚 67%、独身パートナーあり 8%)



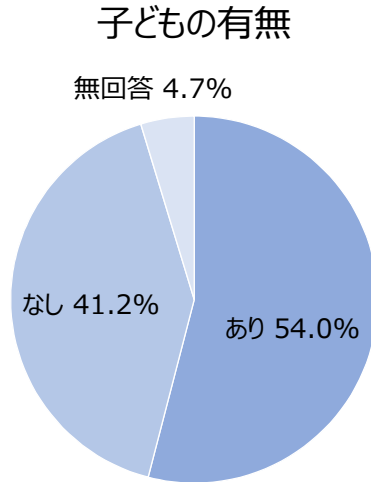
既婚者の年代は、50 代が多く、次に 40 代、60 代が多い。独身者は 40 代が 6 割弱を占め、次に 50 代、30 代であった。



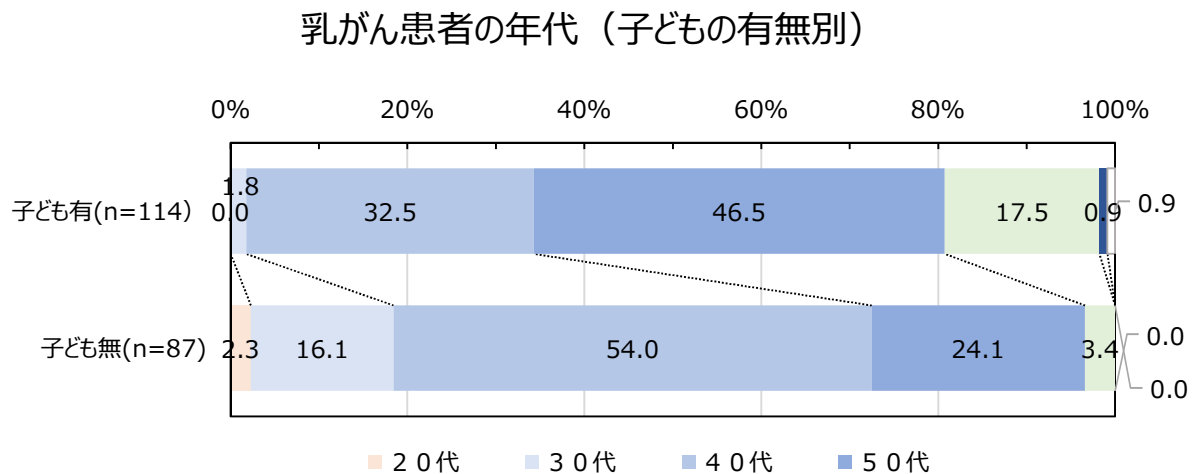
(4) こどもの有無

乳がん経験者の 5 割強は、子どもがいる世帯である。

独身の参加者が増加した影響か、2014 年より子供がいる人が減少した（2014 年 子どもあり 63%、なし 37%）



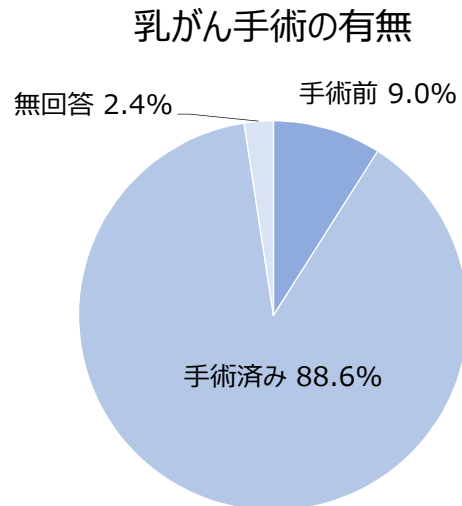
乳がん患者の年代を子どもの有無別にみると、子供がいる人は40代、50代が多い。子供のいない人は40代に多く、未婚者と同じ傾向がみられた。



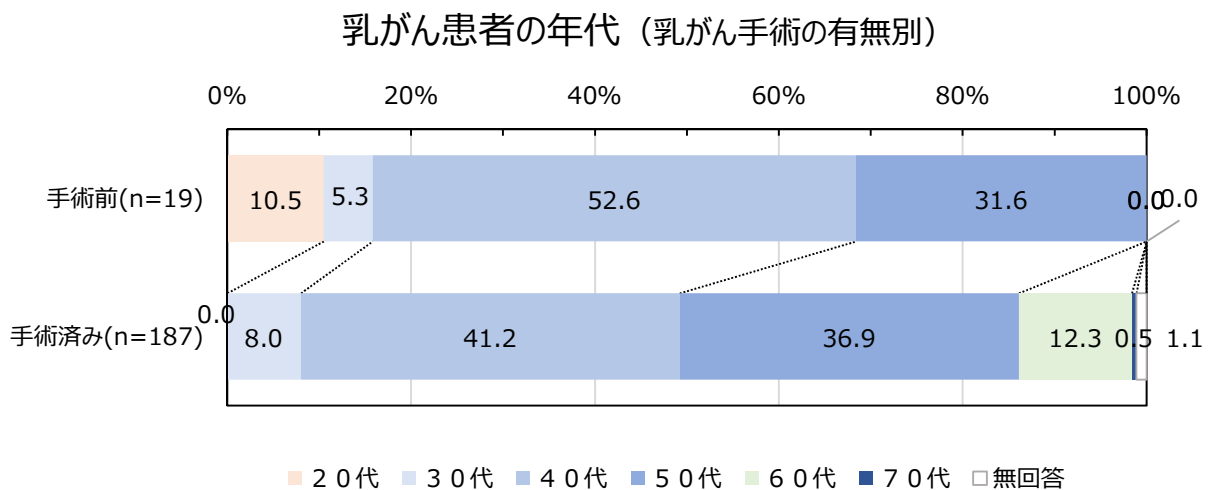
2. 乳がん手術について

(1) 乳がん手術の有無

キャラバンやセミナーに参加した乳がん経験者のうちで、乳がん手術を受けている人は約 9 割である。

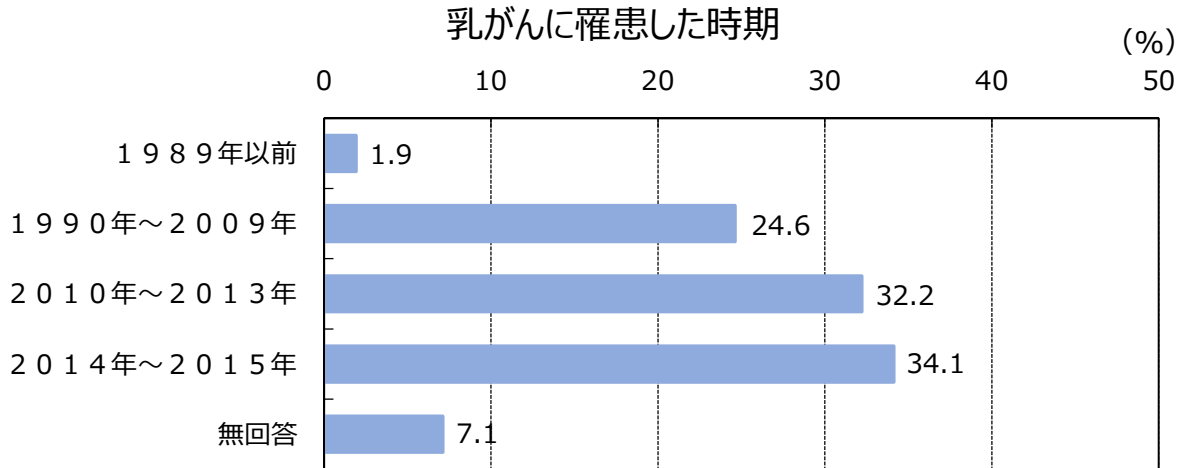


乳がん手術済みの人を詳しく見ると、やはり 40 代、50 代が多い。



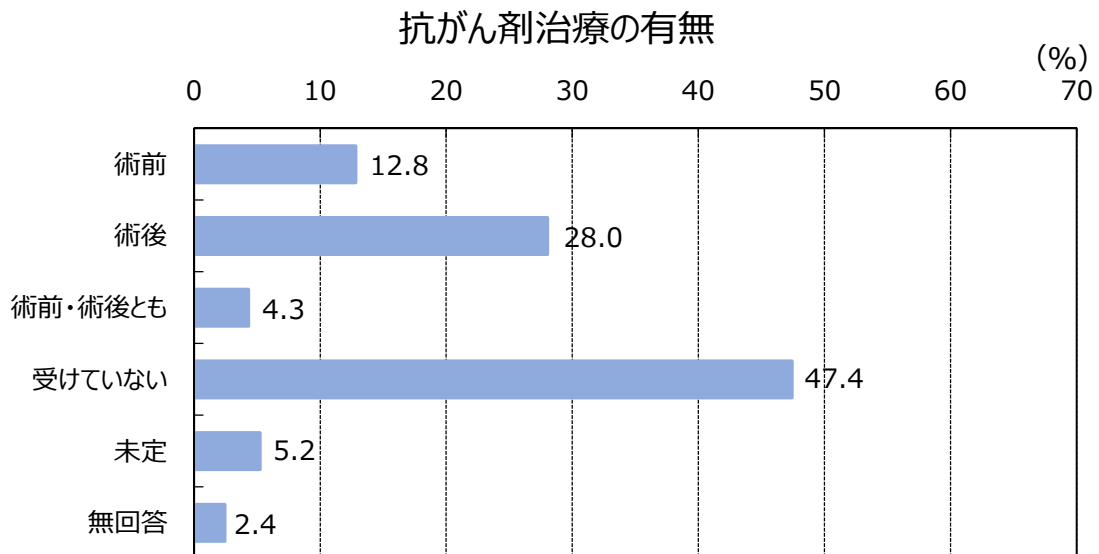
(2) 乳がんにかかった時期

乳がんにかかった時期を尋ね、乳がん手術の技術的進歩やインプラントの保険適用など、周辺環境の変化を分岐点として時期別に分けると、「2014～2015 年」34%、「2010～2013 年」32%であった。キャラバンやセミナーに参加した乳がん経験者の6割以上は、近年乳がんになった人である。



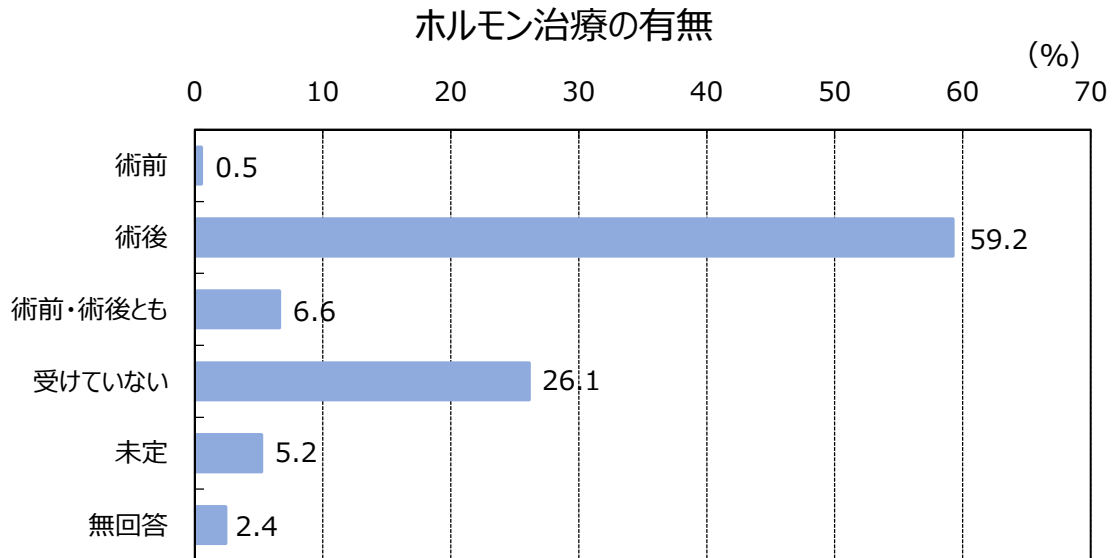
(3) 抗がん剤治療の有無

乳がん経験者で「抗がん剤治療」をしている人は、45%である。術後に「抗がん剤治療」を受ける人が多い。一方、「抗がん剤治療」を受けていない人も多い。約半数の人は「抗がん剤治療」を受けていない。



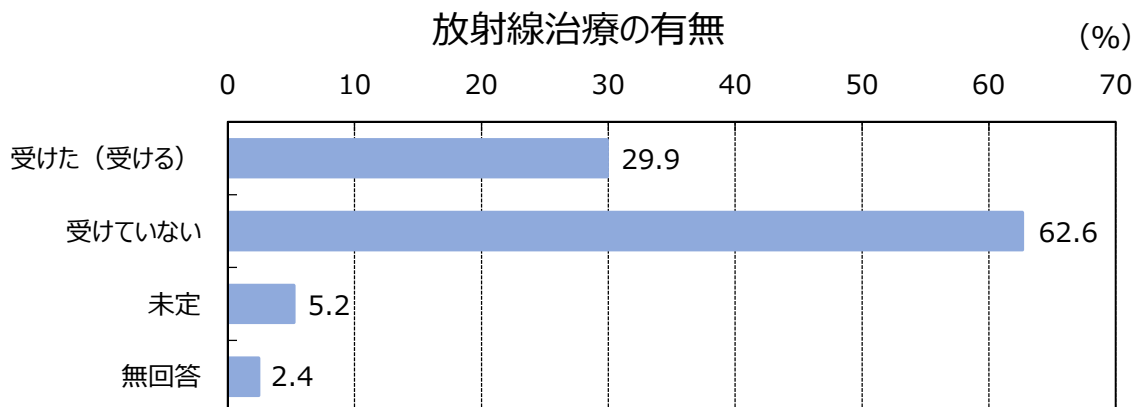
(4) ホルモン治療の有無

「ホルモン治療」も術後に受けている人が多く、6割の人が受けている。「ホルモン治療」を受けていない人も4人にひとりいる。



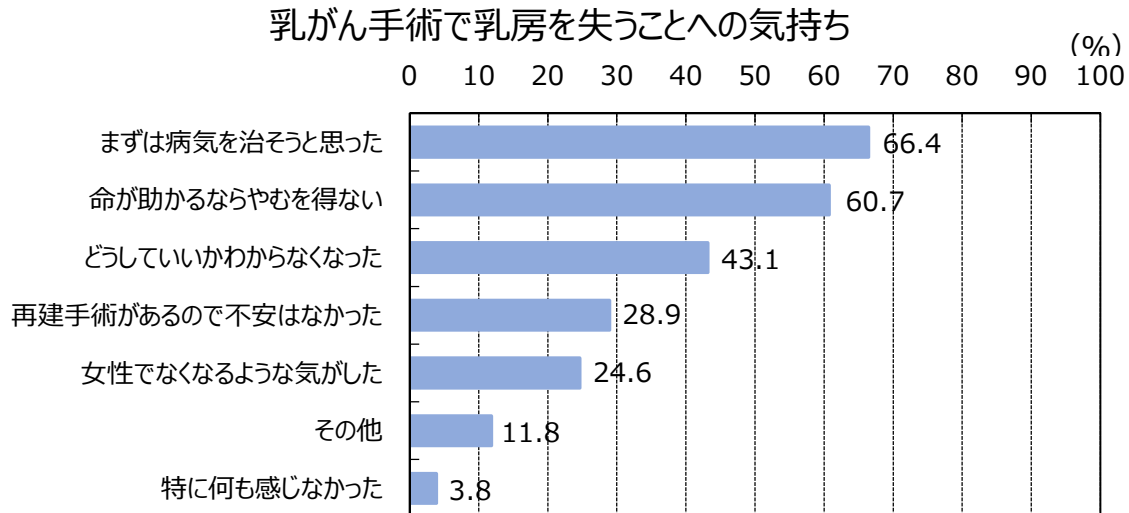
(5) 放射線治療の有無

「放射線治療」を受けていない人は多く、6割強の人が受けていない。受けている人は3割である。これは、乳房再建手術を受ける人は、乳がんの切除に際して温存手術よりも全摘手術を受けていることが多いためではないかと考えられる（全摘手術の場合は放射線治療を行わないことが多い）。

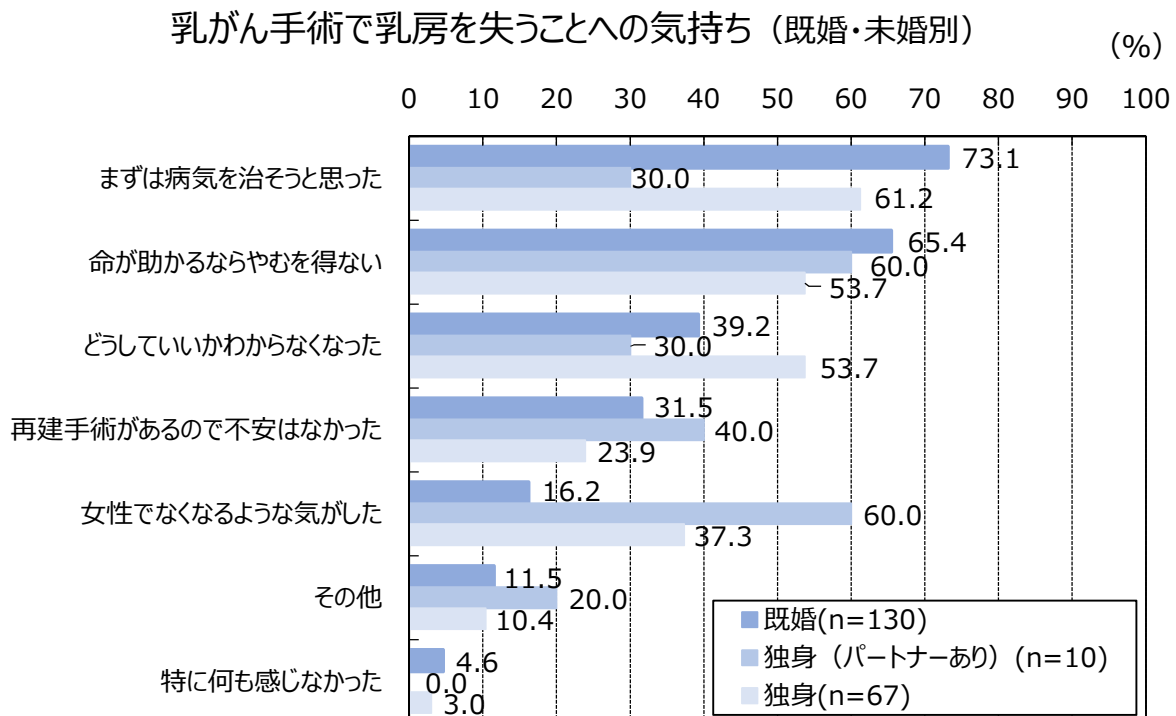


3. 乳房を失うことへの不安感

乳がん手術で乳房を失うことで感じたことは、1 番目に「まずは病気を治そうと思った」、2 番目には「命が助かるならやむを得ない」が高く、いずれも 6 割以上の人があげている。「どうしていいかわからなくなった」と回答した人も 4 割強いる。病気をしっかり受け止めようとする一方で、乳がん手術に対する不安感が高いことをうかがわせる。

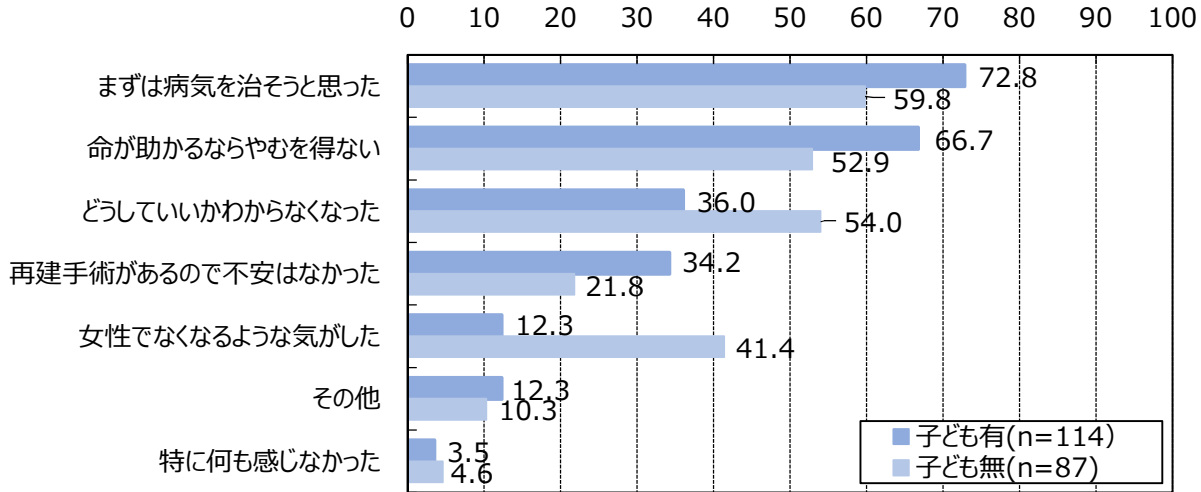


乳房を失うことへの不安は、既婚者と独身では若干気持ちが違うこと。既婚者の感じた気持ちを多い順に並べ比較してみると、既婚者は「まずは病気を治そうと思った」、「命が助かるならやむを得ない」が多い。これに対し、独身者はこの 2 つの項目も高いが、「どうしていいかわからなくなった」も半数以上の人を感じており、気持ちの動揺がみられる。（「独身パートナーあり」は標本数が少ないので参考表示、以下同様）



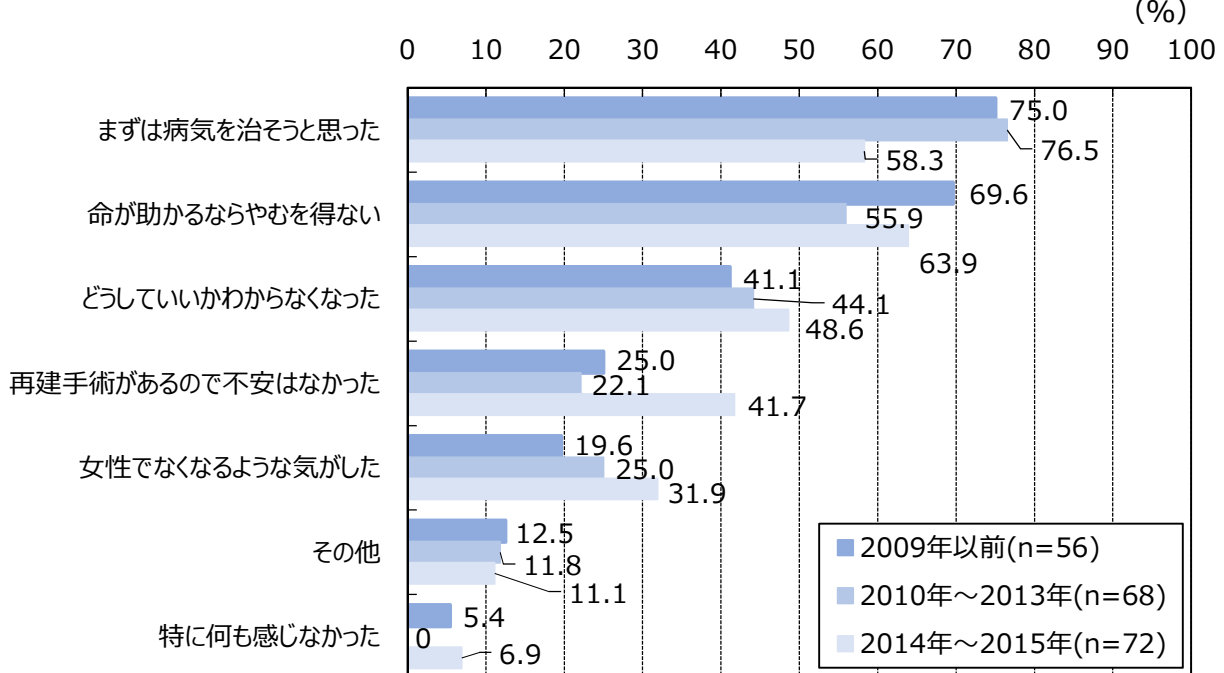
乳房を失う気持ちを子どもの有無別にみると、未婚別と同じような傾向がみられるが、子供がいない人は、さらに「女性でなくなるような気がした」項目も高いことがわかる。

乳がん手術で乳房を失うことへの気持ち（子どもの有無別） (%)



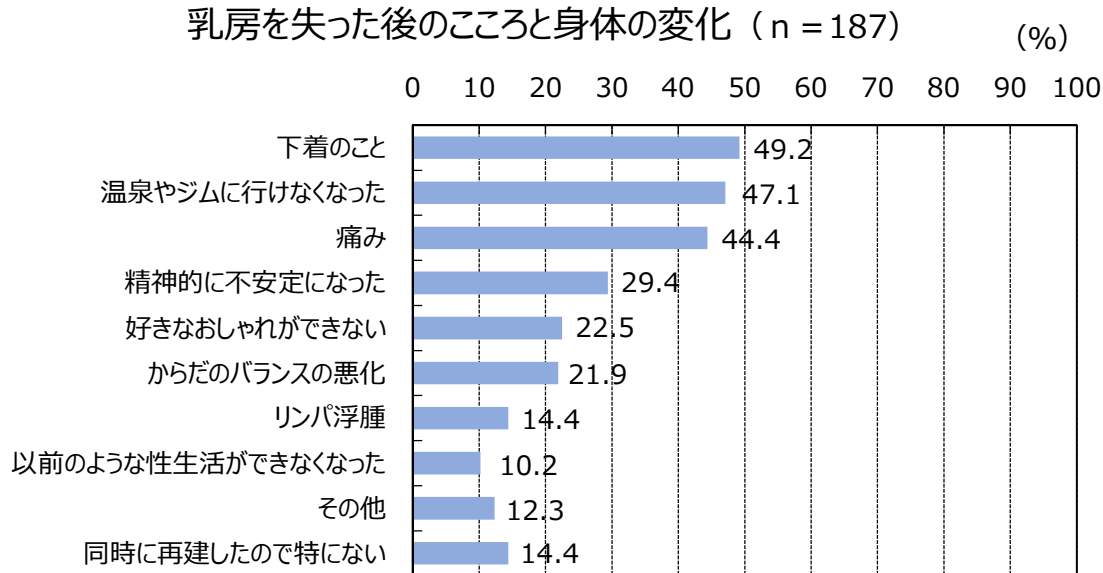
乳がん罹患した時期によって大きな差がある項目は、「再建手術があるので不安はなかった」、「女性でなくなるような気がした」である。近年、乳がん罹患した人ほどその率が高い。「再建手術があるので不安はなかった」という回答が大きく増えている背景には、再建手術への認知が進み、インプラントによる手術への保険適用が始まったことで、再建手術のハードルが下がってきたことの現れかもしれない。「女性でなくなるような気がした」という回答は、罹患時期が最近であるほど心理的な不安感が強いことや、不安がまだ癒えていない人が多いことを反映しているとも考えられる。

乳がん手術で乳房を失うことへの気持ち（乳がん罹患時期別） (%)

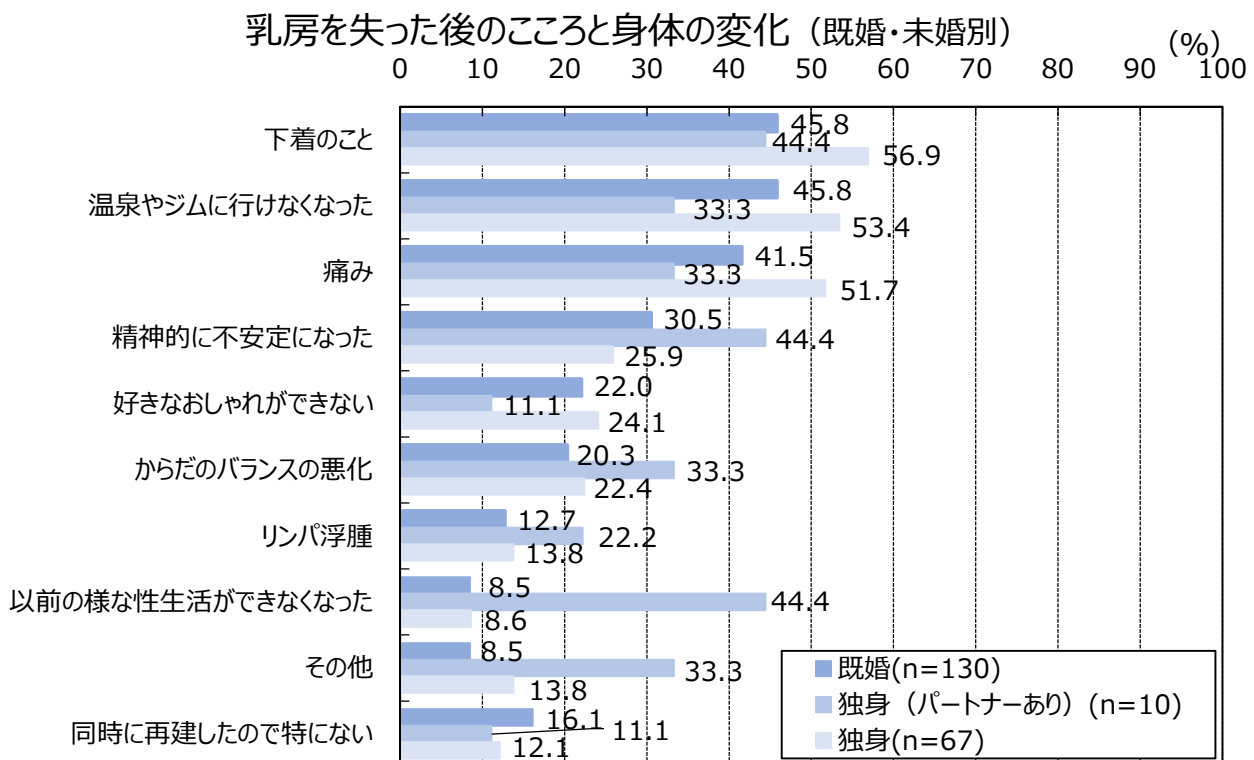


4. 乳房を失った後のこころと身体の変化

乳房を失った後のこころと身体の変化は、実生活の問題として「下着のこと」や「温泉やジムに行けなくなった」ことをあげる人が多い。身体については「痛み」、心理面では「精神的に不安定になった」という人も3割近くいる。



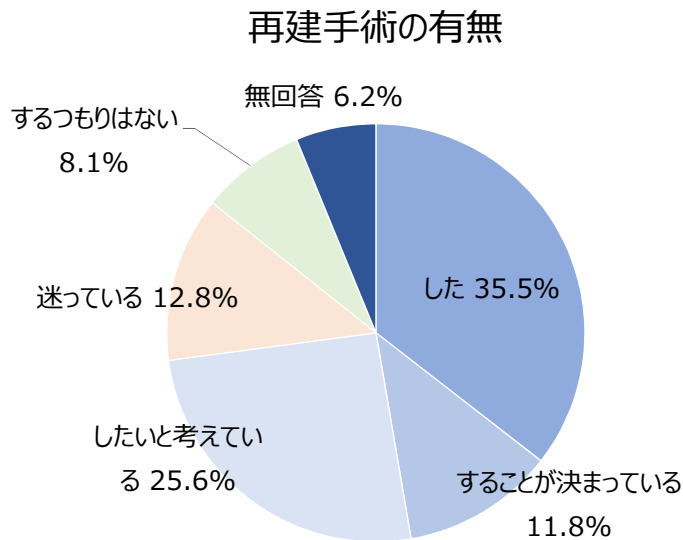
乳房を失った後のこころと身体の変化を既婚者の回答の多い順にならべ比較すると、高い項目は「下着のこと」、「温泉やジムに行けなくなった」、「痛み」である。この上位3項目の順番は、既婚者と独身者と同じ傾向であるが、この3項目は独身者のほうが気にしている率が高い。



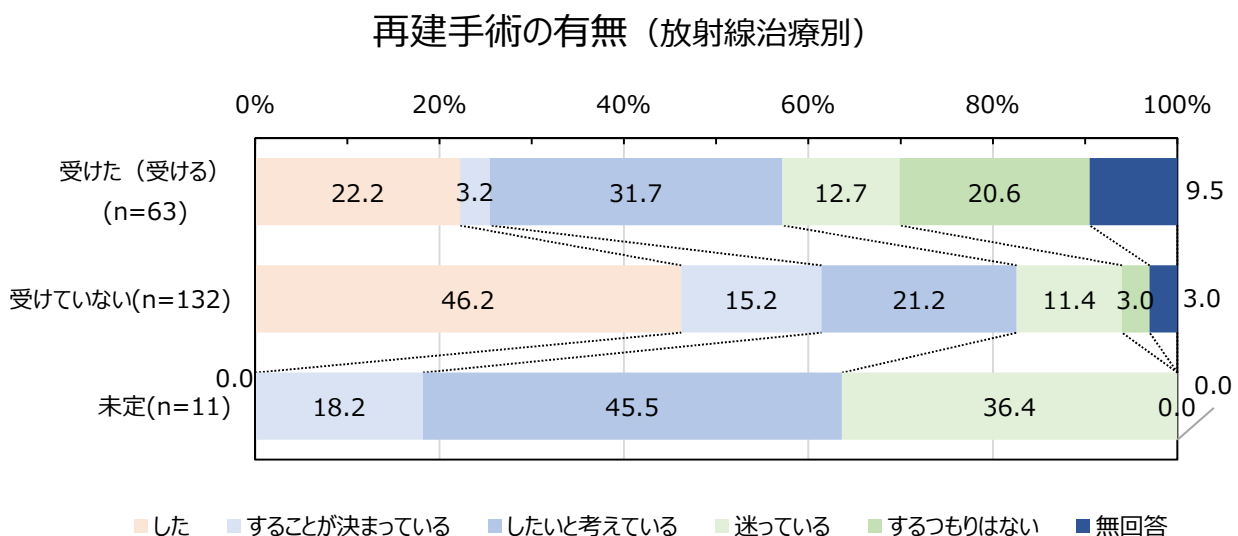
5. 乳房再建手術について

(1) 乳房再建手術の有無

乳房再建手術をした人は 35%、手術をすることが決まっている人を含めると 5 割弱である。再建手術をしたいと思っている人は 25%で、3 / 4 の人は再建手術を「した」、「したい」、「希望している」ことがわかる。



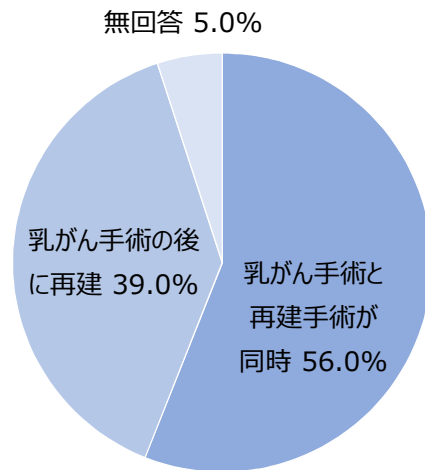
再建手術の有無について、放射線治療を受けているかの有無別にみると、放射線治療を受けていない人の半数近くの人が再建手術をしている。また、「することが決まっている」人まで含めると 6 割を占める。放射線治療を受けている人のうち、再建手術をした人は 2 割強にとどまっている。



(2) 乳がん手術から再建手術の時期

乳がん手術からどのくらいの期間をかけて再建手術（ティッシュエキスパンダーの挿入を含む）をしているか、聞いたところ、6 割弱の人が「乳がん手術と再建手術が同時」と回答している。2014 年の 38.3%より増加している。

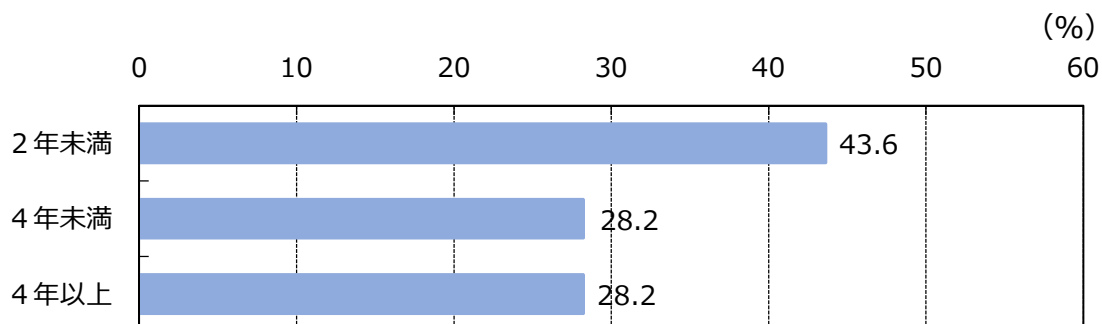
乳がん手術から再建手術の時期（n = 100）



(3) 乳がん手術から再建手術までの期間（後日再建手術をした人）

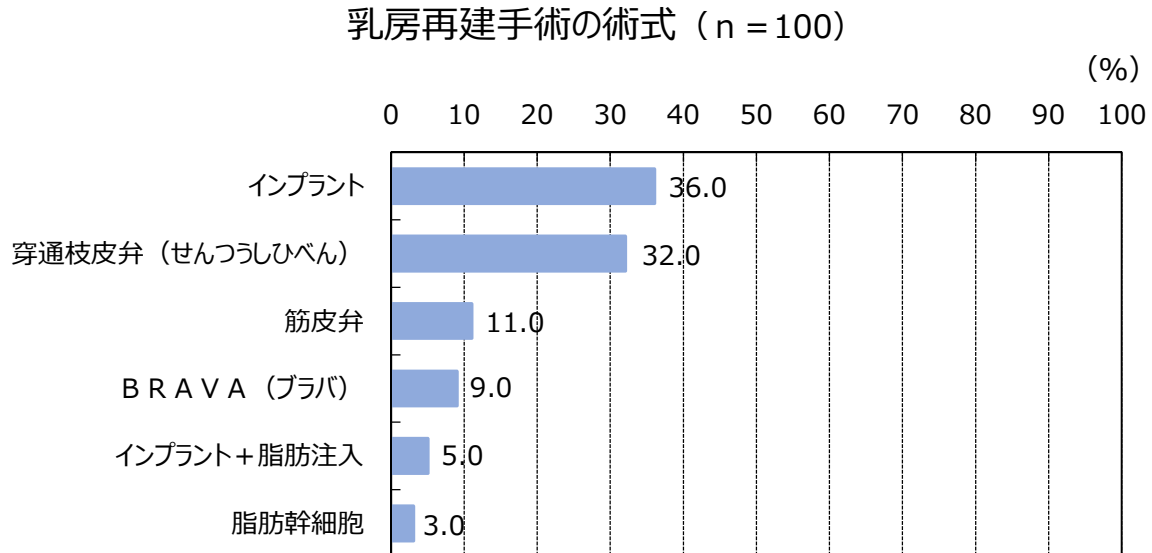
標本数が少ないので参考としてみるが、後日再建手術をした人が、どのくらいの期間において再建手術をしているかについて尋ねると、「2 年未満」のうちに再建手術をした人が多い。（標本数が少ないので%は参考）

乳がん手術から再建手術までの期間（n = 39）



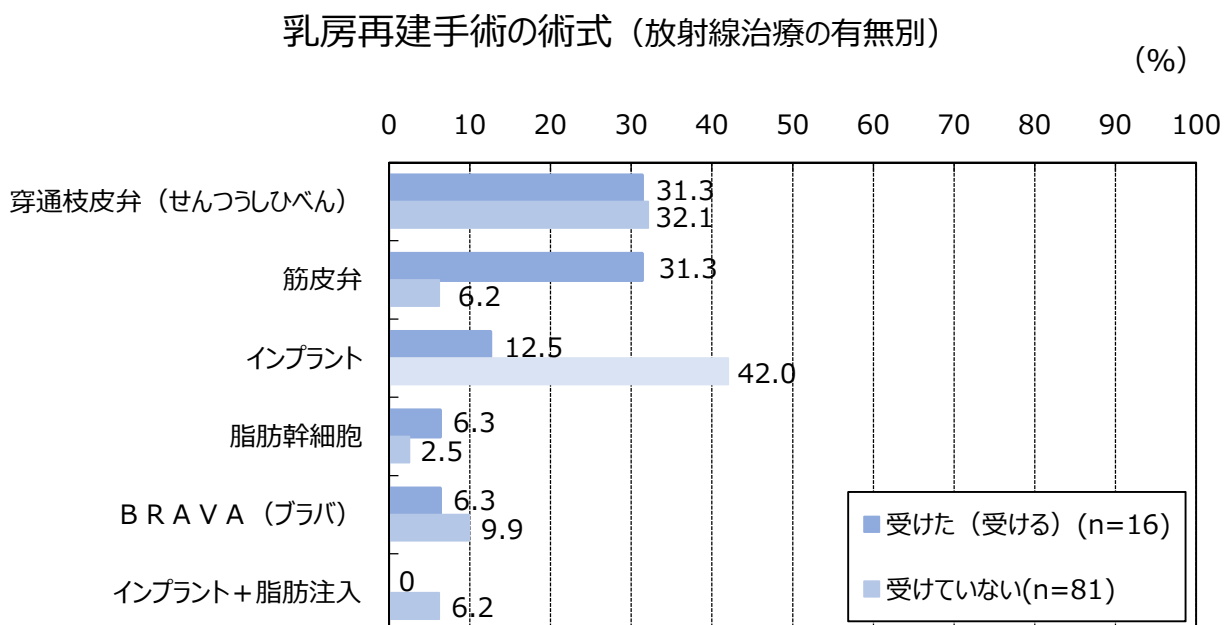
6. 乳房再建手術の術式について

乳房再建手術の術式は、「インプラント」と「穿通枝皮弁（せんつうしひべん）」が多く、この2つが突出して高い。



※「BRAVA」は吸引圧によって乳房の組織を拡張する医療器具で、本来は豊胸用だが、乳房再建においては脂肪注入との併用で脂肪組織の定着促進を図るために使用されている。

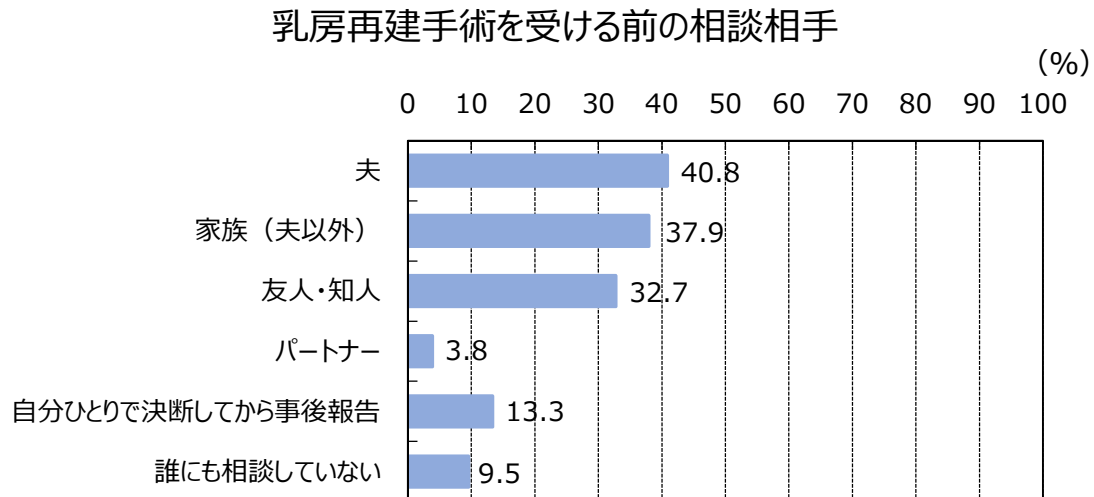
放射線治療の有無別にみると、インプラントによる乳房再建手術を受けた人は、放射線治療を受けていない人に多い。



7. 乳房再建手術の相談相手

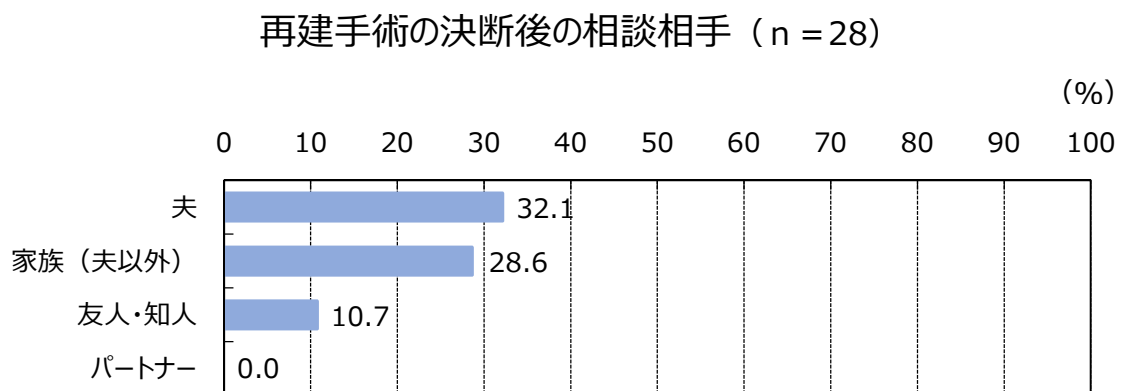
(1) 手術前の相談相手

再建手術の相談相手としては「夫」、「家族（夫以外）」、「友人・知人」の順が多い。「誰にも相談していない」人は1割弱、「自分ひとりで決断してから事後報告」の人も1割強いる。



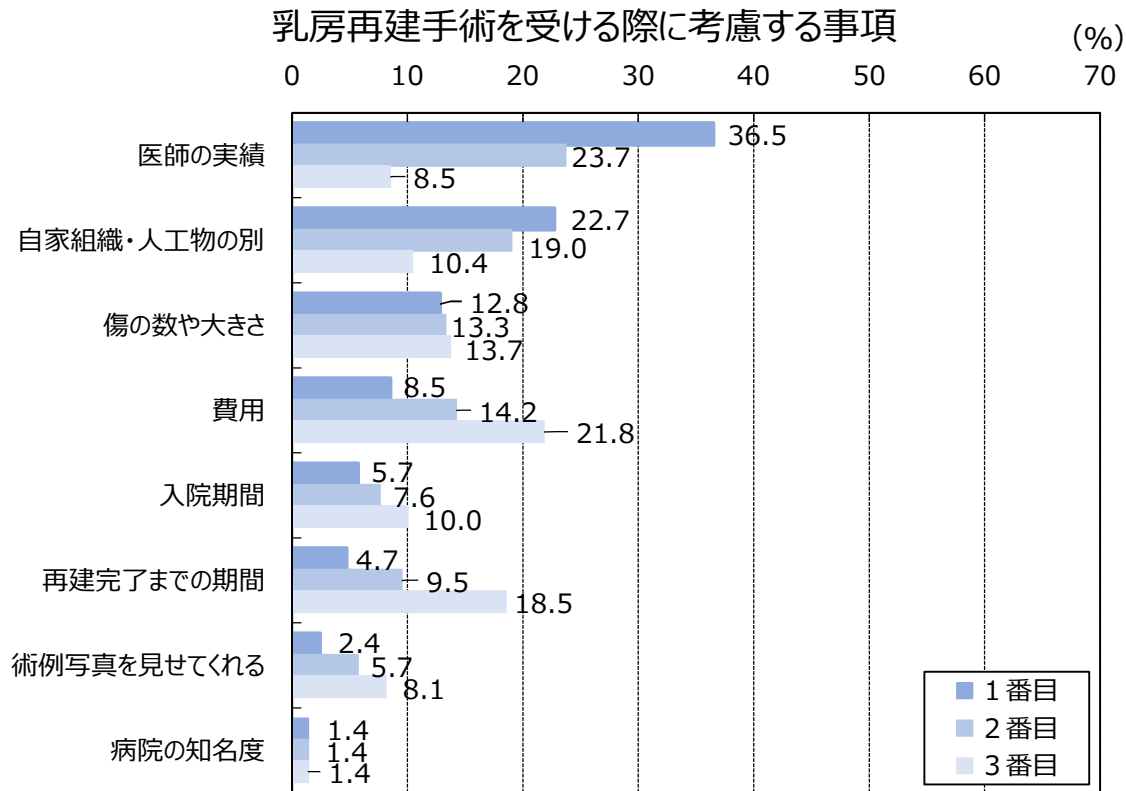
(2) 事後に相談した相手

事後報告した人は、1割強である。その中で、事後に相談した相手は、「夫」や「家族（夫以外）」が多い。（標本数が少ないので%は参考）

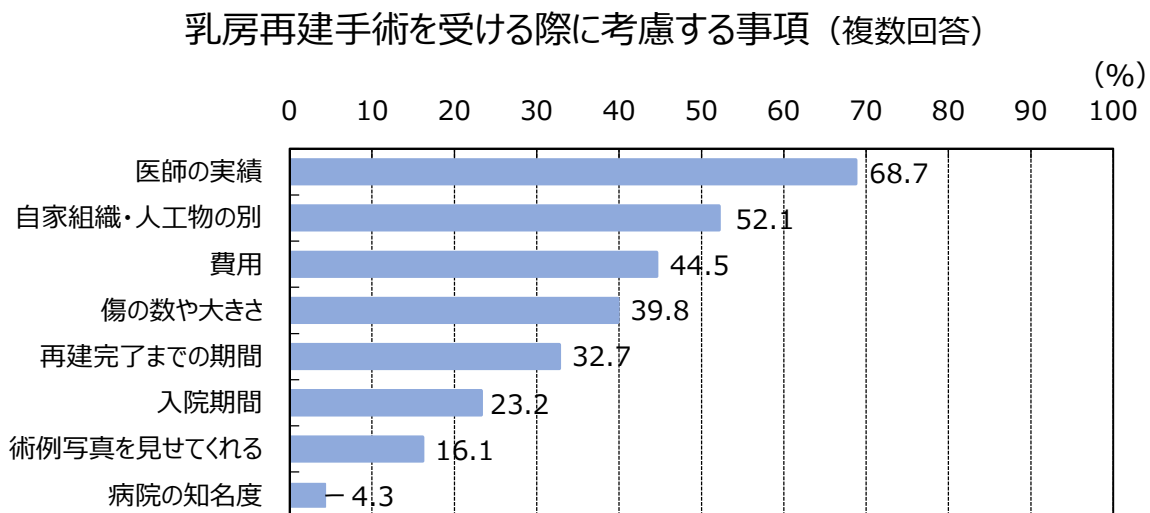


8. 乳房再建手術を受ける際に考慮すること

乳房再建手術を受ける際に考慮する事項として、1 番目に重要だと思われたことは「医師の実績」である。2 番目も「医師の実績」がトップにあげられている。3 番目は「費用」、「再建完了までの期間」が上位にあげられている。



乳房再建手術を受ける時に考慮する項目を複数回答としてまとめると、7 割近くの人々が「医師の実績」を重視すると回答している。また、5 割の人が「自家組織・人工物の別」を考慮するとあげている。「費用」は 3 番目であった。



前記にあげた項目以外で、乳房再建手術を受ける時に考慮する項目について自由記述で聞くと下記のような意見があがった。

①乳がん手術前の患者さんが、他に考慮する点は、

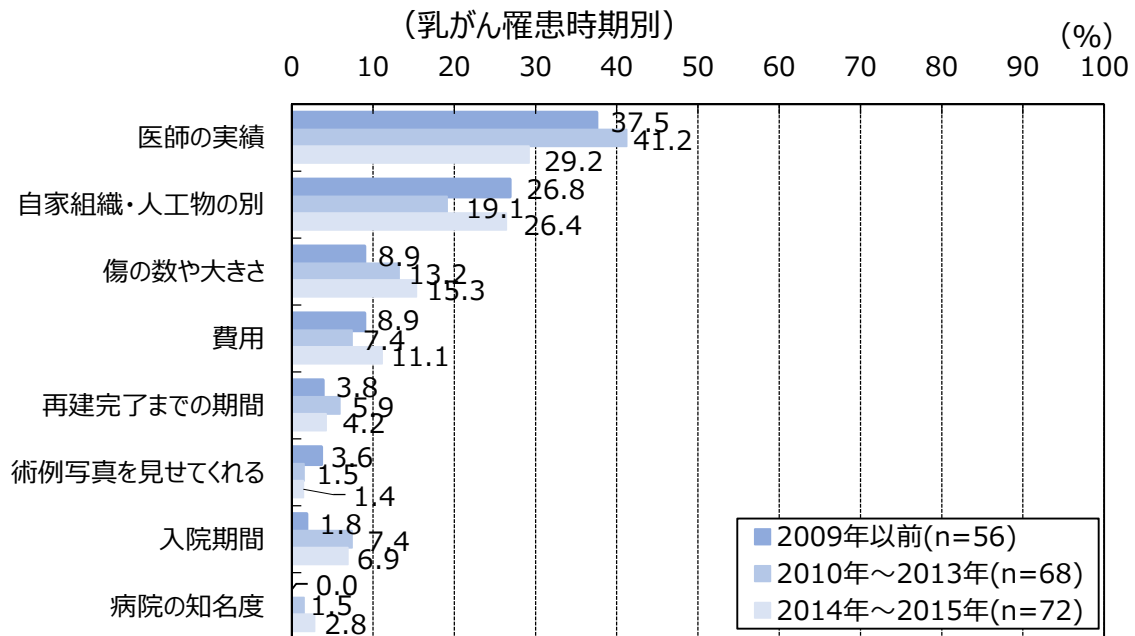
- ・病院全体の対応
- ・先生との信頼関係
- ・既往症との優先順や他の診療科との連携
- ・日常生活への影響、既往症への影響
- ・手術による浸襲の程度
- ・再建後の身体への影響

②乳がん手術後の患者さんが、他に考慮する点は、

- ・医師の意見
- ・医師の対応
- ・医師が信頼できるかどうか
- ・医師とコミュニケーションが取れること
- ・会話（説明）
- ・傷の数や大きさ
- ・形
- ・見た目
- ・何十年経った後にどうなるのか
- ・術後に生じるデメリット、後遺症
- ・術後の生活における不具合、安全性、仕事への影響
- ・術後のメンテナンス
- ・手術時間
- ・医師が患者の個別の事情にどれだけよりそって術式を選択してくれるか
- ・再建完了までの期間、傷の数や大きさ、術例を見せてくれるかどうか

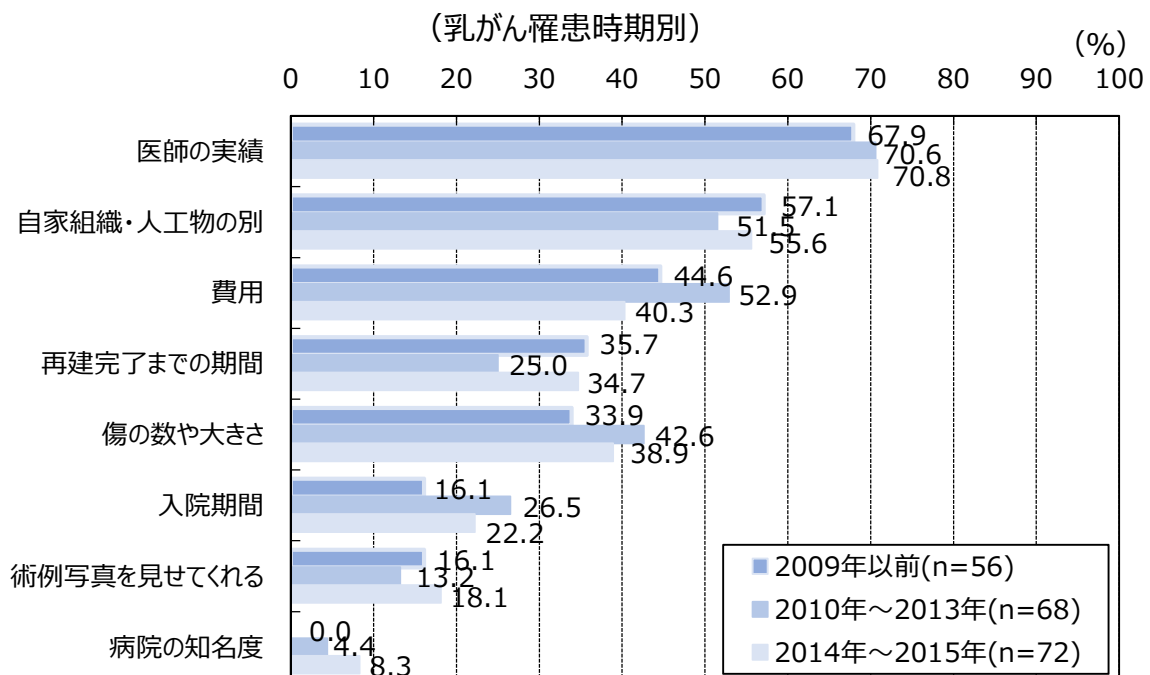
乳がん再建手術を受ける際に考慮する事項で、1 番目にあげたものを乳がんの罹患時期別にみると、罹患した時期に関係なく「医師の実績」、「自家組織・人工物の別」が高い。

乳房再建手術を受ける際に考慮する項目（1 番目）



複数回答でみると、上記の 2 項目も高いが、罹患時期が「2010～2013 年」の人は「費用」、「傷の数や大きさ」などをあげる率も高い。最重要項目ではないものの、最近罹患した人にはこれらの項目も重視されている点は注目しておきたい。

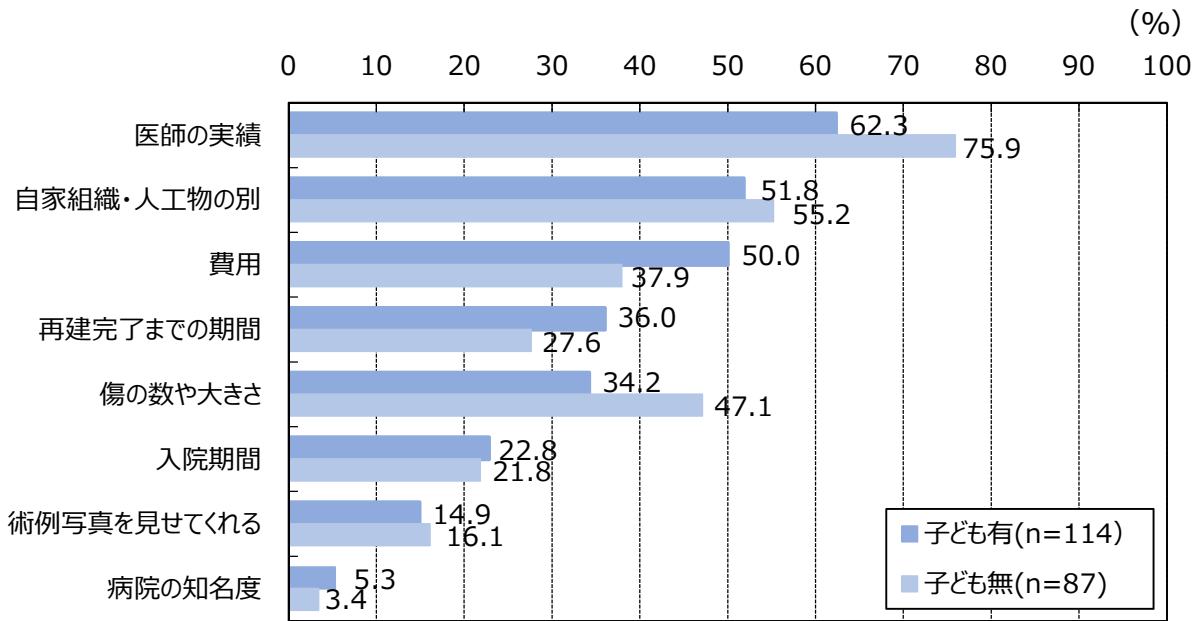
乳房再建手術を受ける際に考慮する項目（複数回答）



子どもの有無別で大きな差があるのは、「医師の実績」や「傷の数や大きさ」、「費用」である。

子どもがいない人は、「医師の実績」や「傷の数や大きさ」を気にする率が高いが、子どもがいる人は「費用」を気にする率が高く、差がみられた。子どものいる人は他の家計支出も多く、手術費用の家計に対する負担を考えてしまう傾向が強いからではないかと思われる。

乳房再建手術を受ける際に考慮する項目（複数回答）
（子どもの有無別）

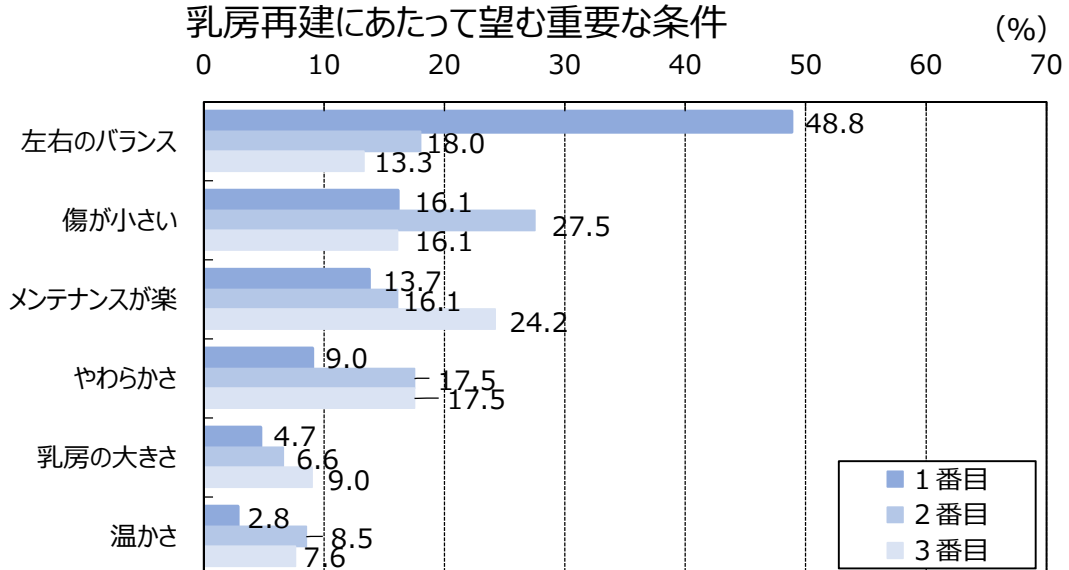


9. 再建にあたって望む条件は

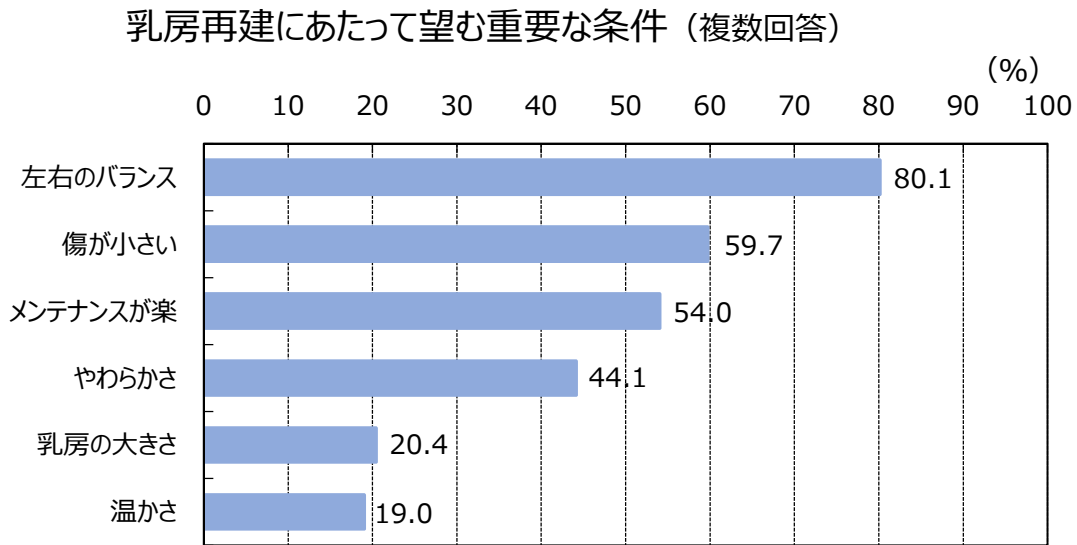
乳房再建にあたって重要なことは、1 番目に「左右のバランス」を望む人が多く、半数近くが重要としている。

2 番目に重要な項目は、「傷が小さい」で、3 割弱の人があげた。3 番目は、「メンテナンスが楽」であった。

乳房再建にあたって望む重要な条件



乳房再建にあたって望む重要な条件を複数回答でみると、「左右のバランス」をあげる人が8割と非常に高く、次に「傷が小さい」、「メンテナンスが楽」の項目で5割以上の人があげた。



上記にあげた項目以外で、乳房再建にあたって望む重要な条件について自由記述で聞くと下記のような意見があがった。

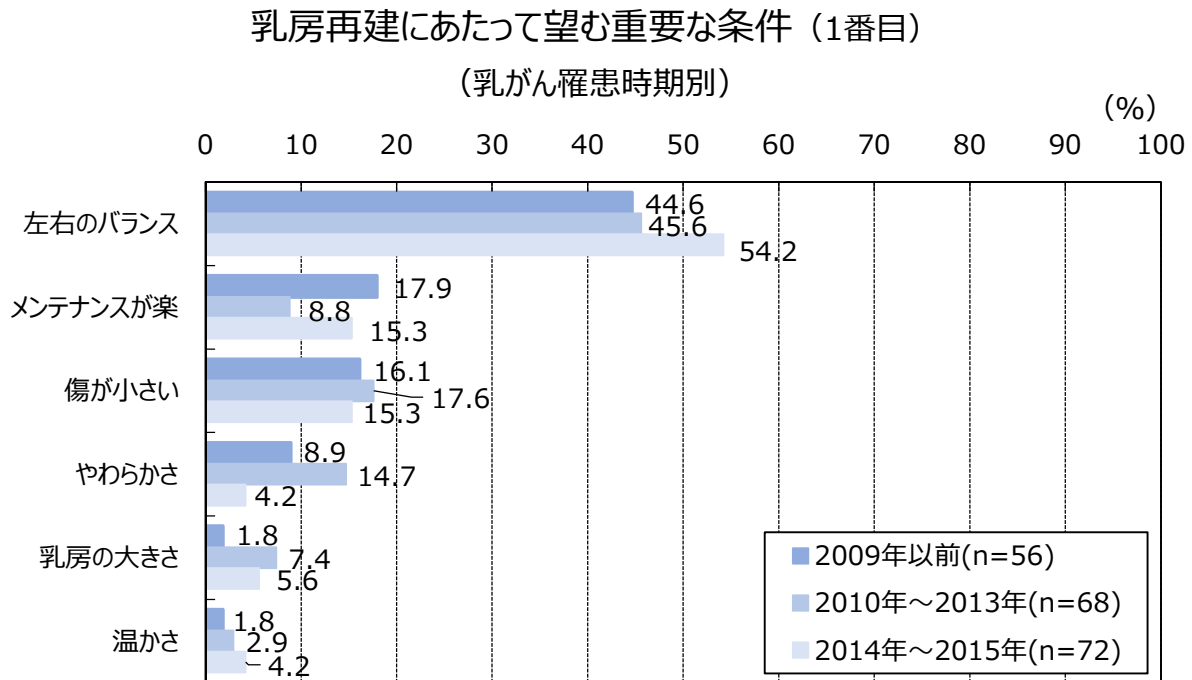
①乳がん手術前の患者が、他に望む重要な条件は、

- ・メンテナンスが楽
- ・入院期間
- ・違和感（痛みなど）なく再建できること

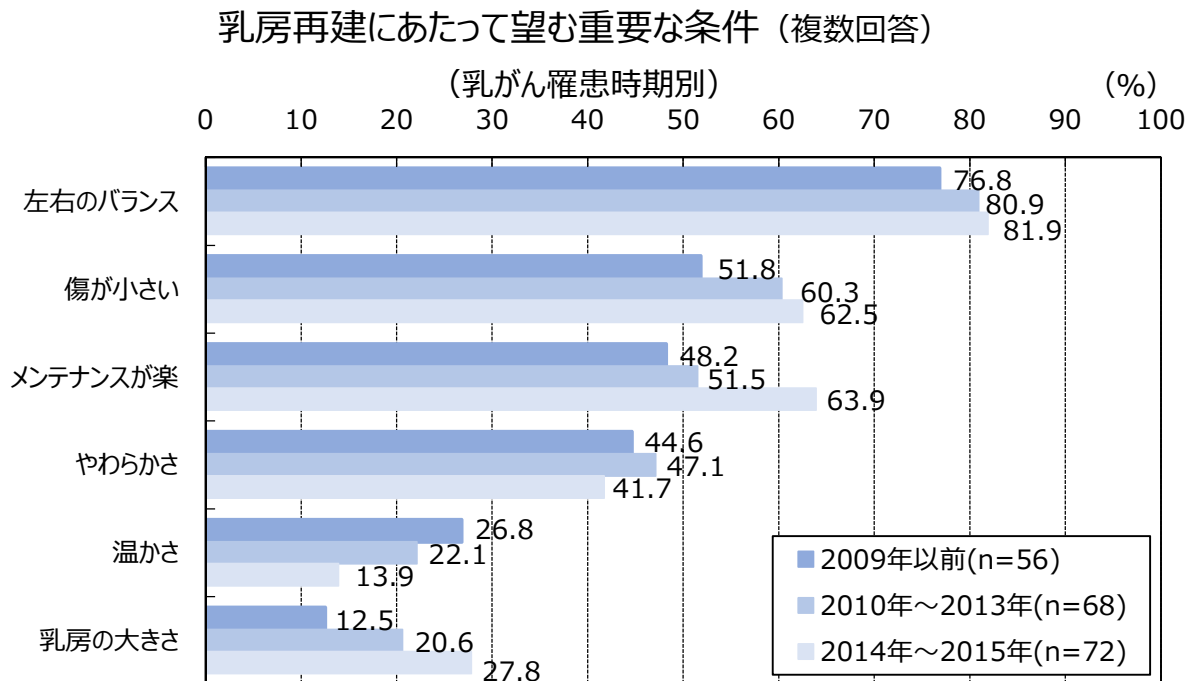
②乳がん手術後の患者が、他に望む重要な条件は、

- ・合併症
- ・安全性
- ・医師の意見
- ・自然であること
- ・ドナー部の術後ケアが楽であること
- ・体への負担の大きさ
- ・違和感の有無
- ・温かさ
- ・リンパや乳腺に影響しないこと
- ・美しさ
- ・やわらかさ
- ・手術の確実性（特に脂肪の定着性）

1 番目にあげた項目を乳がんの罹患時期別にみると、罹患時期に関係なく多くの人が「左右のバランス」をあげている。罹患時期別による大きな差はみられない。



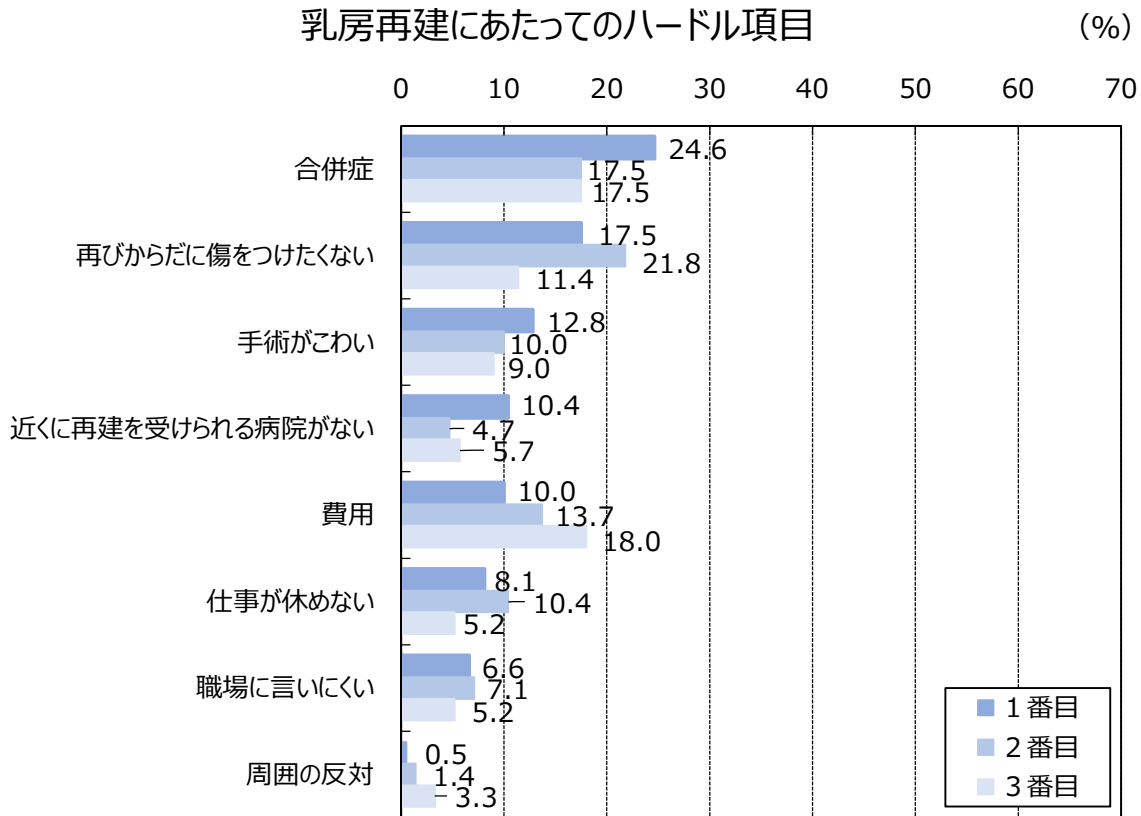
これを複数回答として罹患時期別にみると、「左右のバランス」が高く、罹患時期別には差がみられない。しかし、「傷が小さい」、「メンテナンスが楽」の項目で罹患時期別による差が見られ、近年に罹患した人ほどこの2項目を望む率が高く、差がみられる。全体の率は高くないが、「乳房の大きさ」でも罹患時期別に差がみられ、近年に罹患した人ほど高い。



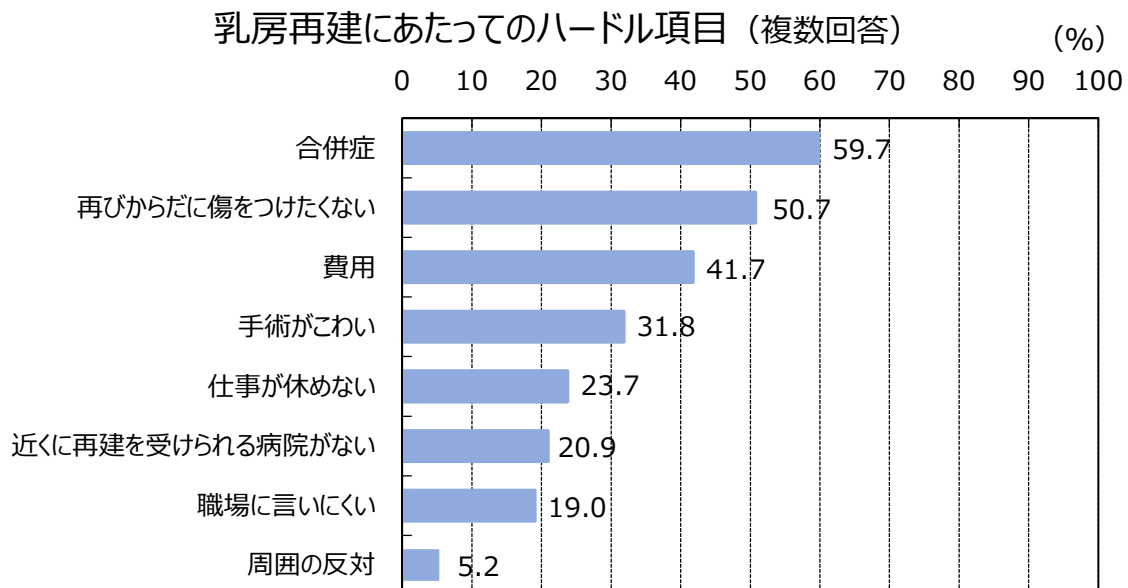
10. 乳房再建を考えるにあたりハードルになること

乳房再建にあたっての1番目のハードルとしては、「合併症」があげられている。

2番目には「再びからだを傷つけない」、3番目に「費用」が上位にあげられている。



乳房再建にあたってハードルになっている項目を複数回答でみると、6割の人が「合併症」を、5割の人が「再びからだに傷つけない」をあげている。



前記にあげた項目以外で、乳房再建にあたってハードルになった項目について自由記述で聞くと下記のような意見があがった。

①乳がん手術前の患者のその他のハードルとなるものは、

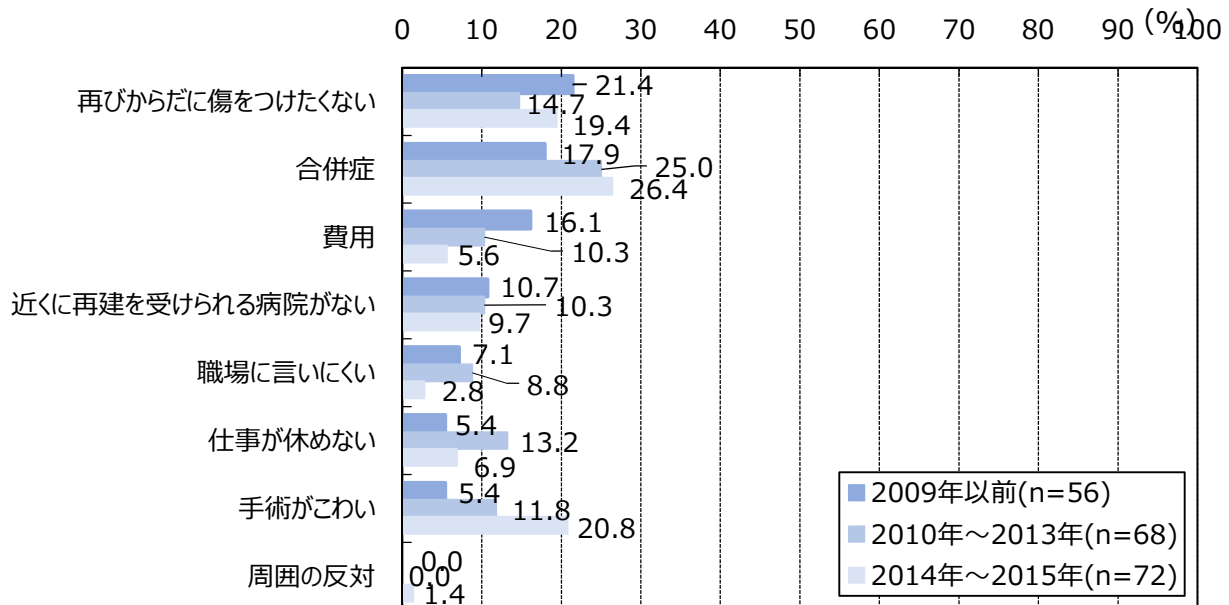
- ・とにかく不安
- ・入院日数の増加

②乳がん手術をした患者のその他のハードルとなるものは、

- ・入院や通院
- ・入院日数の増加
- ・情報の収集
- ・乳腺外科医のフォロー
- ・術後の痛み
- ・希望の手術法が保険適用でないこと
- ・交通費など、手術費用以外の費用負担
- ・本当にきれいにできるかどうか確証がないこと
- ・手術結果が希望通り、または近いものになるかどうか
- ・良い医師と出会えるかどうか（女性の繊細な気持ちをわかってくれること）
- ・治療と再建手術とのかねあい
- ・人気病院での順番待ち
- ・希望術式が保険適用でないこと
- ・健側が小さく豊胸しなくてはならないこと
- ・職場に言いにくい
- ・再びからだに傷をつけたくない

乳房再建のハードルの1番目の項目を、罹患期間「2009年以前」を基準として多い順に並べ比べると、「2009年以前」の人では「再びからだを傷つけない」、「合併症」、「費用」をあげる人が多い。しかし、「2010年～2013年」、「2014年～2015年」の人では、「合併症」が一番多い。罹患期間が「2014年～2015年」の人では、「手術がこわい」をあげる人も多い。

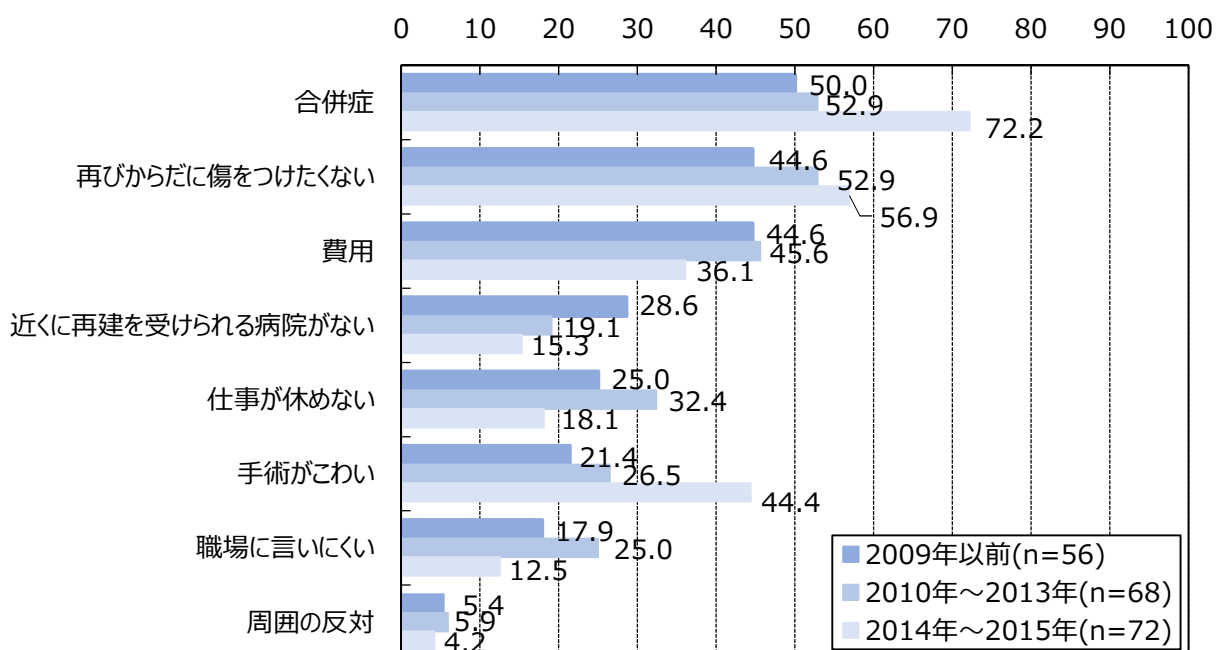
乳房再建にあたってのハードル（1 番目）（乳がん罹患時期別）



複数回答からみると、「2014年～2015年」の人は「合併症」を7割以上の人があげ、特に高い。

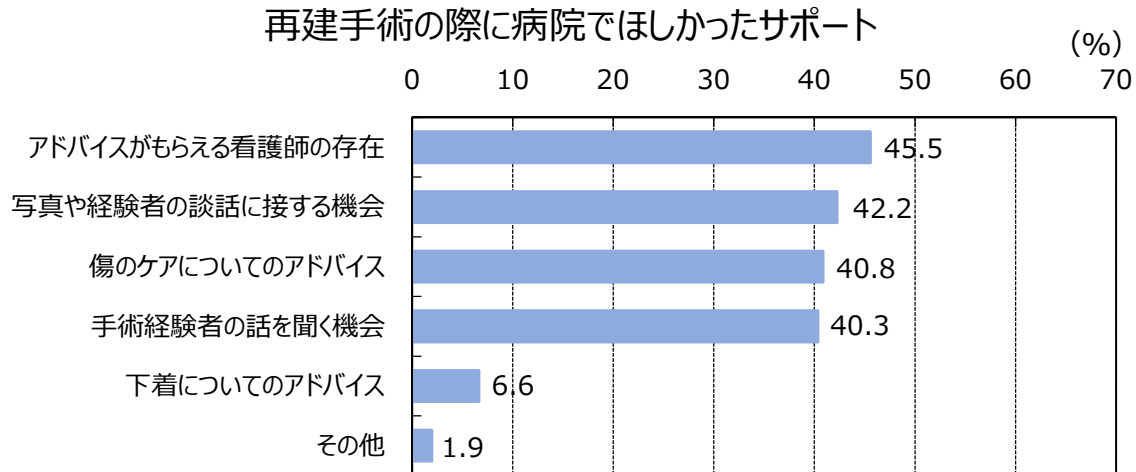
また、「2009年以前」の人は「合併症」、「再びからだに傷つけない」、「費用」がハードルとして多くあがっている。「2014年～2015年」の人は、3番目に「費用」より「手術がこわい」を4割以上の人があげ、最近乳がん罹患した人との違いが出ている。

乳房再建にあたってのハードル（複数回答）（乳がん罹患時期別） (%)

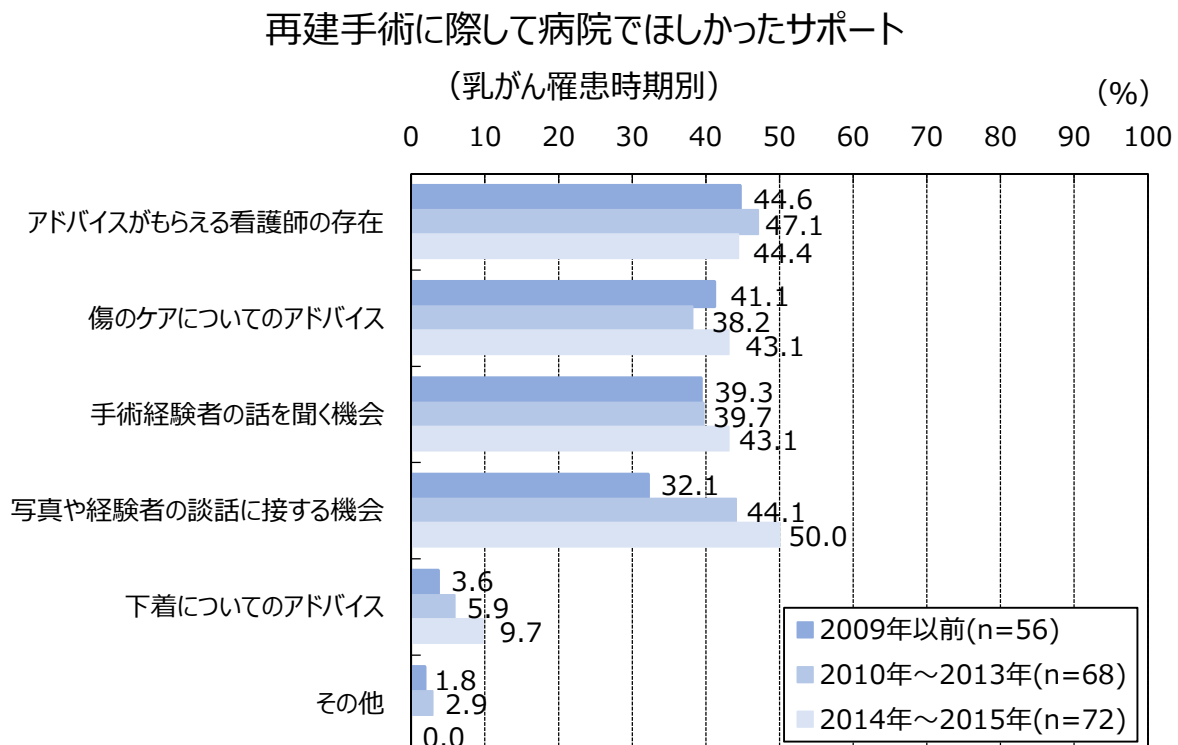


11. 病院でほしかったサポート

病院でほしかったサポートは、「下着についてのアドバイス」以外の各項目が同じぐらい高く、4 割以上の人が希望している。そのなかで 1 番高かったのは「アドバイスがもらえる看護師の存在」である。



病院からほしかったサポートでは、「写真や経験者の談話に接する機会」の項目で違いがみられる。乳がん罹患時期が「2014 年～2015 年」の人において特に高い。再建手術にあたって、罹患から日が浅い乳がん患者の不安感が表れているのかもしれない。「下着についてのアドバイス」は、病院で得ることに対する期待はあまり大きくないようだ。

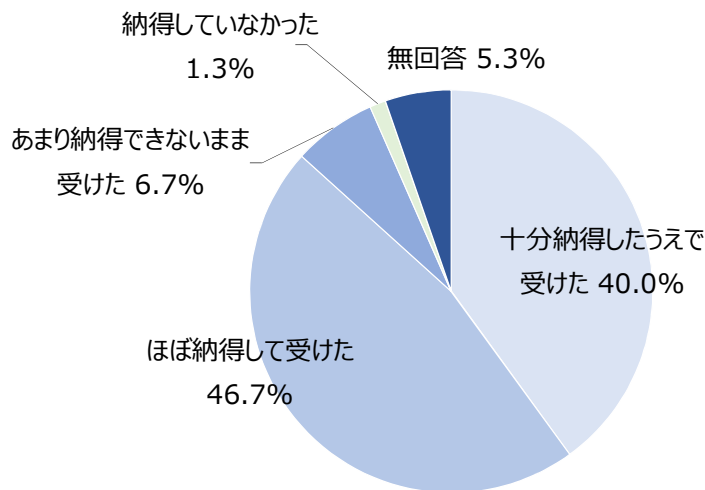


12. 乳房再建手術の納得度と満足度

（１）再建手術の納得度

乳房再編手術に納得している人は多く、9 割近くの人が納得して手術を受けている。

乳房再建手術に際しての納得度（n = 75）



再建手術での納得度の理由を、大まかにまとめると下記のようになった。

① 「十分納得したうえで受けた」人の意見は、

- ・はじめに診察を受けた病院の説明に納得ができず、セカンドオピニオンで詳細な説明を受け納得することができた。
- ・二次再建だったので熟考する時間が持てた。
- ・何度も先生との話し合いで決めることができた。
- ・全摘手術と決まった時点で、再建をしたいと考えていたから。
- ・術例写真を見せていただいたし、手術経験者の乳房を見せてもらった。
- ・手術を決める前に何度も診察を受けたから。
- ・自分ではよくわからなかったが、いっしょに聞いていた夫が大丈夫と言ってくれたので。
- ・手術までの期間が長かったので、医師に何度も相談した。
- ・主治医がきちんと説明してくれ、話を聞いてくれた。さりげない一言で、決意ができた。

② 「ほぼ納得して受けた」人の意見は、

- ・手術方法については納得できたが、術後の不具合についての説明が少なく、術後初めて知ることが多かった。
- ・医師は親切で丁寧だったが、質問しないと教えてくれないことが多く、自分で色々勉強する必要があった。
- ・ドクターがあまり詳しい説明をしなかった。「聞きづらいオーラ」が出ていた。

- ・もう少し説明がほしかった（乳頭手術の手術時期について）。
- ・納得して受けたつもりだが、術前と術後の形成医の意見が違っていた。

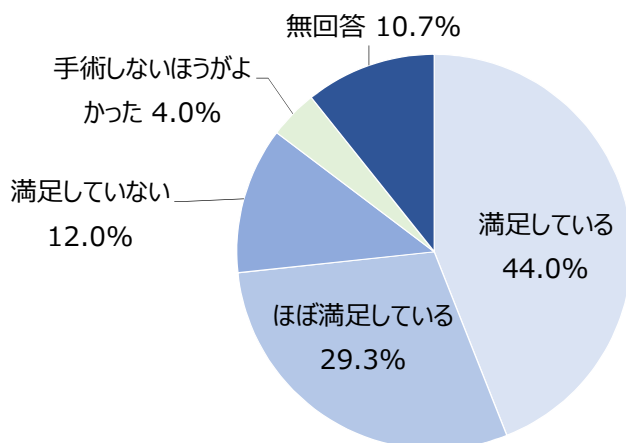
③「あまり納得できないまま受けた」人の意見は、

- ・知識が無かった。
- ・手術方法について大まかな説明は受けたが、もっと詳細な説明をしてほしいと思った。
- ・乳腺外科の医師は丁寧に細かく説明してくれたが、手術の1～2週間前に部分切除から全摘に変更となるなど、乳腺外科の医師の対応が適当で話がしにくかった。

（2）再建手術の満足度

乳房再建手術を受けた人の「満足＋ほぼ満足」は7割強である。満足していない人は1割強おり、「手術をしないほうがよかった」と回答をしている人が4%いる。両方を合わせると16%の人は満足していないことになる。

乳房再建手術の満足度（n = 75）



再建手術での「納得度」と「満足度」の組み合わせ別に、満足している理由を分類すると次のようになった。

①「十分納得して受けた」×「満足している」

- ・術後半年の現在、温泉などに行くことができています。
- ・膨らみがあるだけでも、胸を見せなければならない場面で物怖じしなくなった。
- ・胸の喪失感を感じる事がなかった。
- ・広背筋皮弁で手術したが、痛みはあるものの、腕も上がり、家事や子育てに不自由を感じない。
- ・エキスパンダーでの変形が修正された。見た目にわからないので病気ののを忘れることができた。
- ・どんな形であろうと、鏡をみて胸元からえぐられた胸がみえなくなり、とても気持ちが楽になった。

- ・美しい胸だと満足。
- ・乳房に関するメンテナンスが必要ないことに感謝している。

②「十分納得して受けた」 × 「ほぼ満足している」

- ・痛み、違和感があるため、少しマイナス。（エキスパンダーがガチガチ！）
- ・まだ乳輪乳頭を再建していない。
- ・再建手術で乳頭が壊死したが、まあ、いいかと思っている。
- ・大好きな温泉に気兼ねなくは入れること。まだ乳輪乳頭がシリコンニップルなので、現在はほぼ満足です。

③「十分納得して受けた」 × 「満足していない」、

- ・皮弁が血栓で壊死し、移植部分はすべて除去して最初からやり直すことになった。体調の悪いときの手術でもあり、あと一年待てばよかった。

④「ほぼ納得して受けた」 × 「満足している」

- ・罹患前と変わらない生活ができる。
- ・同時再建のため、ほとんどショックを受けなかった。
- ・喪失感がない。

⑤「ほぼ納得して受けた」 × 「ほぼ満足している」

- ・インプラントなので形にはほぼ満足しているが、温かさ・柔らかさはもっと本物に近く…という思いがある。
- ・正面から見るとキレイだが、体勢によっては不自然な形なので気になる。やわらかさがなく冷たい。
- ・何もないより、ずっとまし。

⑥「ほぼ納得して受けた」 × 「満足していない」

- ・左右のバランス差が激しく、乳頭・乳輪の手術に進めていない。
- ・広背筋による一次一期再建から1年経つが、痛みがあり辛い。左右の大きさもまったく違い、温泉に行けない。
- ・左右差が大きく形もよくない。バストの位置が元より下がってしまった。
- ・細胞が壊死して変形してしまった。（4年目に炎症が起きた）

⑦「ほぼ納得して受けた」 × 「手術をしなかったほうがよかった」

- ・ひどい傷が残り、修正手術が必要となった

⑧「ほぼ納得して受けた」 × 「その他」

- ・これからインプラントに入れ替え予定のため、今後の経過によって満足度は違うと思う。

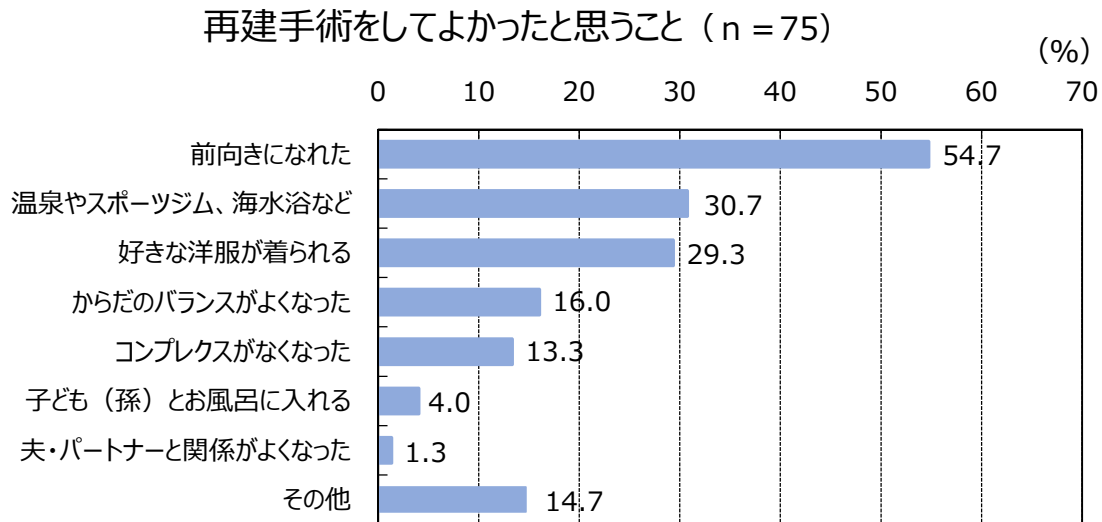
⑨「あまり納得できないまま受けた」 × 「ほぼ満足している」、

- ・術前説明ではなかった状態が術後半年以降にあらわれ、対応はむづかしいとのこと。

- ⑩「あまり納得できないまま受けた」 × 「満足していない」、
- ・現在エキスパンダー挿入中。形や痛み、違和感などいろいろ気にかかる。下着に困っている。
- ⑪「あまり納得できないまま受けた」 × 「手術をしなかったほうがよかった」
- ・左右のバランスがひどく悪い。医師は「うまくいっているほうだ」と言い美容面を考慮してくれない。
- ⑫「あまり納得できないまま受けた」 × 「その他」
- ・術後、皮膚がひきつれて異物感があり、あまり動かせない。

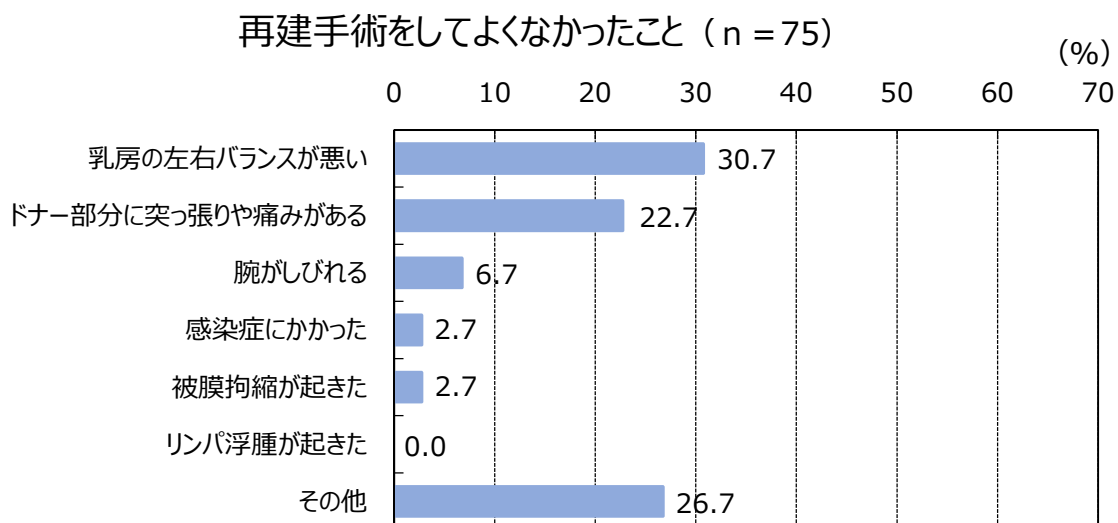
(3) 再建手術をしてよかったと思うこと

再建手術をして良かったと思うことで一番多いのは「前向きになれた」で、半数以上の人があげている。次に「温泉やスポーツジム、海水浴など」、「好きな洋服が着られる」など、普通の人と変わらずレジャーやおしゃれが楽しめることを歓迎している。再建手術によって、気持ちの面でも日常生活でも前向きな姿勢になれたことをよかったとしているようである。



(4) 再建手術してよくなかったこと

再建手術してよくなかったことは、「乳房の左右のバランスが悪い」、「ドナー部分に突っ張りや痛み」をあげる人が多い。



Ⅳ. 記述回答

以下は、アンケート調査票の末尾に「乳房再建手術」に対する回答者自身の気持ちや考えを自由に記入してもらったなかから抜粋し整理したものである（ほぼ原文のまま。文意を損なわない範囲で編集）。

●「乳房再建手術」に対する意識や認識の変化（自由回答）

「乳房再建手術」に対する期待、喜び、イメージの変化	
1	いままで見た写真などは左右の大きさのかなり違うものが多かったので、手術前のような状態には戻らないだろうと思っていました。でも写真や体感会で見ていただき、わからないくらいきれいになった乳房を見て驚きました。
2	私は医師から乳がんと病名を告げられた時、迷うことなく全摘後乳房再建を希望しました。「インプラントで」と思っていたのですが、自家組織の再建方法のお話が聞けて、選択肢に加えてみようと思っています。
3	放射線治療、乳房温存そのあと全摘ということで、1回目の治療がかなり不利になることを初めて知りました。自分に合った方法に巡りあえることを願っています。
4	乳がんの手術をしてから数十年も経っているので、乳房再建については全く考えず暮らしてきました。当時は再建というのはほとんど主流ではなく、術後の治療内容には入っていませんでした。どちらかというと、数十年も経つとまた病院へ行く・入院するなど、そちらの方が苦痛で再建を考えないようにしていました。タイミングや勢いも大切だと感じました。
5	一次一期再建をして、乳輪乳頭は現在ない状態で、今日、人工ニップルのサンプルを見せて頂き、質の高い物でビックルしました。特に乳輪！！皮弁の立ち上げやイレズミなどではくっきりと境目が出るものと比べすばらしい思いました。自分の皮膚などでここまでできる日が来ることを望みます。
6	再建手術の方法はどれが一番良いということは、その人それぞれにより違ってよいということを感じました。また、完成の満足度は手術前の情報の納得度なのかもしれないとも感じました。
7	症例写真などがあり、具体的に知ることができました。温存の場合でも、再建手術をする、または出来るという認識は、自分自身が乳がんの手術をするときには知りませんでした。
8	治療の内容によって適した再建の方法があることがわかりました。
9	再建手術をより身近に感じることができました。通っている病院では、自家組織での再建術は12時間くらいかかることもあると聞いていたので(4年前)、今は短縮化されているとお聞きし、抵抗もなくなりました。再建することで、患者のQOLや精神的な落ち込みなども解消されることがわかりました。体感会では直接ご経験をお聞きし、よりいっそう安心感がありました。
10	私は乳がんになって左乳房を全摘しました。そのときは、乳がんは乳腺外科で治療をしてもらい、形成外科でおっぱいをつくってもらおうと感じていました。しかし入院中に強く感じたことは、形成外科ではおっぱいをつくってもらうだけでなくしぼんでいた私の心を大きくふくらませてくれると。おっぱいをつくるケアだけでなく、同時に心のケアもしてくれるんだなと思いました。女性の強い味方だと思いました。
11	トリプルネガティブで再建は無理かと思っていましたが、出来るかと本に書いてあり、前向きに考えてます。
12	最近の再建は自然的で体の負担が少なくなったんだと思った。
13	セミナー参加前は全く身近でなかった再建術に対して、考えるようになりました。私自身は温存手術で、左右のバランスはよくないですが、再び傷をつけることに対して、抵抗があります。精神的肉体的苦痛の軽減になればと思いました。
14	脂肪注入の方法含め、体験者の方から直接お話が聞けてよかった。脂肪注入法は保険適用でないので、すべての再建手術に保険が適用されるといいと思った。地方でも再建できると知った。
15	脂肪注入に期待します。10年後のインプラント入替時にできたら。

16	術後11年になる患者です。11年という皆さん「治癒ですね」と言われますが、3年～4年ごとに転移再発を宣告され、治療中です。11年前には再建は夢でしたから、私はえぐられた胸を11年抱えてきました。少し諦めかけていたのですが、進んだ再建術を聞かせて頂き、また治療と兼ねえれば、再発治療中でも可能であるとお聞きし、希望が見えたような気がします。
17	女性にとって一番なりたくない病にかかったと大きなショックを受けましたが・・・明日の乳がん治療に新たに明るい視野が開けました。ありがとうございました。良い時代にこの病になったのかもしれませんが。放射線・抗がん剤によってシミだらけになった肌、再建と共に胸の肌の修復もできたらと思います。
18	世代が違うと、いろんな方法の手術が出来たのだと、うらやましく思いました。下着を捜すのが大変な時代に後年捜し続け、乳がん患者向けのものを使用し続けています。年々、ブラジャーの装着がしんどくなり、背骨の変形と股関節の痛みまで出てきて、両方とも無かったら楽なのにとっています。年齢的に難しいかとも思いますが、勇気を出して来てみました。
19	乳房を失うのは乳がん以外の病気でもあると思うので（たとえば私の場合は慢性乳腺炎で、左乳房の乳腺を全摘することになりました）。そういった場合でも、乳房再建手術を同様に受けられるよう、保険適用になればいいなと思いました。
20	自家組織を用いた手術は体の負担が大きいと思っていたが、良い点もたくさんあることを知ることができた。

手術に対する不安、日ごろの悩み

21	再建術は進歩している印象を受けますが、身体的にすべての方法が適応になる訳ではないようですし、地域差もあるため、まだ少しハードルの高いものであると感じます。
22	乳房再建手術を希望してはいるものの、いろいろと不明な点が多かったのですが、今日のお話を聞かせていただき、症例もたくさん見せていただいて理解できたことがたくさんありました。前向きに考えていきたいと思います。
23	私はこの1年間、とても頑張ってきたと思うのですが、1年間たつて背中と胸の痛みがつかなく、再建しなかったらよかったかと思ってしまうほどです。皆さんのお話をお聞きして、同時に再建してるから胸の喪失感がなかったのも、こんな気持ちになるのかと思うのですが、でも、命が助かっただけでもありがたいと思うことにしています。
24	再建するときにインプラントにプラスで脂肪をいれるとき、おなかや太ももあたりから脂肪をとるのがとても怖いと思っていたが、それが普通の再建方法なのかなという印象で少々安心しました。
25	通院中のクリニックで、インプラントは生涯挿入物の違和感との戦いといわれました。手術後の傷でも辛いのに、辛いことの二重に耐えられそうもなく、やめました。今日の体験者を見て、普通に感覚も（違和感・不快感なく）生活しているのかしら？と思いました。
26	全摘が怖くて、温存でも大丈夫といわれたときはホッと、1/4部分摘出を受けましたが、今日の講義をお聞きし、本当にそれでよかったのかと悩みが生じました。全摘・一次再建がよかったのか？受診していた病院がそれほど大きくなかったのも、もっと考えればよかったのか？（そこで手術しました）再建を考えようかと思っていたが、放射線を受けたので、もう少し情報を集めて考えます。
27	想像より大変そう。
28	今年温存で手術をしました。今後、全摘の可能性も考えに入れて、参加しました。実際、自分だったらと考えた時、やはり体に傷をつけたくない思いがあるので、体験者の話も聞き、いろいろと考えさせられました。

乳腺外科医・形成外科医・その他医療者とのコミュニケーション

29	納得できる説明をしてくれる医師に出会うことが大事だと思いました。
30	体験者の方々が明るくて前向きな生活を取り戻してらっしゃるのがとても感じられて、すばらしかった。納得いくまで主治医と話すことが一番大事だと思いました。

31	乳房再建はオーダーメイドであり、自分の身体に合った手術、可能か不可能か、希望は…など、先生と話し合っ て決めることが大事だと思った。自分は無理だろうと決めつけず、まず受診して先生の提案を聞いてみるのも 良いと感じた。
32	乳腺科の先生だけでなく、形成や放射線科などの先生とも（薬についても）同時に患者の意志でカウンセ リングできるシステムになるといいと思う。
33	検診で乳がんとなり、告知を受けて2ヵ月後に手術。術式を選ぶときに、再建はどうしますかとのことで、 再建の知識があまりなかったので、とりあえず治療優先にしました。もう少し手術前に再建術の説明が欲し かったです。乳房再建と乳輪乳頭の再建は別なのですね。
34	体験者の話を聞いて身近に感じた。手術前で、再建した方がいいか（検討含め）分からない。乳腺外科 の先生は「まずは病気を治す事を考えては…」と言われます。形成外科との連携があまりとれていない のか、手術後に考えればという方向の話です。
35	乳がん手術後は身体の見え方以上に心の傷が深く残っていると感じています。乳腺と形成の先生方が患 者一人ひとりにあわせた手術を考えて下さっていることは心強く思いました。
36	乳ガンとしての手術と、再建手術が切り離されて動いている現状を知りました。一次再建で胸を維持で きた者として、貧しい環境に複雑な思いです。

「乳房再建手術」に関する情報入手

37	病院によって提案が違うので迷う。主治医にもっと尋ねるべきだと思った。
38	何もわからずに医師と話をし治療を選んでいくよりは、少しでも知識を得て話を聴くほうが気持ち が安定するのではないかと思います。でも、やはり乳がんの治療を考えながら再建のことを考えるのは 難しいと思いました。
39	都心の病院・医師でしか、ちゃんとした医療は受けられないという医療格差を、勝手な思い込み で持っていました。恥ずかしいです。セカンドオピニオンで訪れた病院の医師に同時再建を勧められ パンフをもらいましたが、めくるたび書いてあることが当時は全く理解できず、「専門用語が 難しい」「0期なのになぜ全摘して再建？」「私には関係ない」と自己判断でパンフは放置ぎ みに。「正しい情報を得て正しい選択をする」ということからかけ離れた患者初期でした。私の ような、診断直後に右往左往したり難しいことから目をそむけがちな方が少しでも減って、正 しい知識を持った患者さんや周囲の人が増えることを願っています。
40	大学病院で乳がん手術を受けたのですが、形成外科からはよく写真とか出ているけど、あれは すごくうまくいった例で、前と同じようにはいかないという説明を受け、それなら痛い思いを してまでと悩んでいたところ。地方では病院を選べる環境もなく、どこかへ行っての再建とな ると仕事や後のメンテなど心配なことは多かった。やはり病院と先生は大切だと思いました。
41	すでに全摘してしまいましたが、手術前にもっと自分で良く調べ、同時再建したかったです。 けれど今日のセミナーで、自分の再建への知識が増えたので、これを入口にして今後の再建手術 を決めるのに役立てたいと思います。
42	私はリンパ節転移、抗がん剤治療がある為、3年は再建出来ないといわれ納得していましたが、 このような講演会を術前に聞いて勉強しておけばよかったと思いました。せめてエキスパンダー だけでも同時再建できたのではないかと思います。今さらですが…。
43	乳がん患者が周囲にも増えてきて、相談されることが多々あります。再建についての正しい情 報がないために、全摘を異常にこわがる人が多いのも事実です。どんどん情報を発信して、乳 がんに対する正しい情報が広がることを望んでいます。
44	手術前に乳房再建の知識があれば、より自分で納得して手術できたのに…と後悔するところ があります。現在の技術は進んでいて、体感会でも触らせて頂いて驚きましたが、傷も小さくて 触りごちも自然で、再建に対する希望をはっきりと感ずることができました。

症例写真や再建経験者の話に接するメリット

45	体験者の方のお話を聞くと、少しは安心感が得られる。
46	今まで「再建はどちらでもいいや」と思っていたのですが、体験者の方のお話を聞いて前向きに検討しようと考えが変わりました。
47	実際のインプラントを見せていただいたり、熟練された先生の経験豊富なお話を聴けて、やや不安が解消されました。また、自身が希望している再建方法の手術を受けた方のお話を実際聞くことができ、また実際に触れさせていただいて感触を感じさせていただくことができ、とても参考になりました。病気が治るなら再建はしなくてもという考えもありましたが、再建手術を諦められないというのは、身体の一部がなくなるという精神的負担は自分の中のどこかで術前でも感じているのかなと思いました。
48	手術を受けた患者の話を聞き、触らせてもらったことで、手術を受けることにしたときの対応を具体的に考えることができ有意義でした。
49	実際に体験された方々の話が聞けて、身近なものに感じることができました。また、症例画像も見ることができて不安も軽減できました。
50	体感会に参加して実体験を伺うことができ、今後、前向きに再建を検討していきたいと思いました。
51	手術方法で迷っている中で、こういう機会を与えて頂きありがとうございます。手術経験者の方のお話、非常にありがたく、良かったです。実際に話が聞けて、手術方法がいろいろある事が分かりました。
52	実際にどの方の胸もとてもきれいでした。私も再建しているので、同じ様子でそれを確認できたことが安心でした。周囲になかなか経験者がなく、術後経過が思い描いていたものとあまりにも違っていたために、思考が止まりがちでしたが、再建して自分の落としどころをどこにもっていくかで、考え方もまた変わるし、満足度もまた変わっていくだろうと感じました。自家再建・インプラント共にリスクとベネフィットを十分考慮して、自分で考えをまとめていくことが大切かと思いました。
53	症例写真を多く見せていただき、特に自家組織の再建についてお話が伺えて良かったです。
54	乳ガン告知を受けた時には「まな板の鯉」で、手術をただ受けるだけでしたが、手術前にもっとこういうセミナーに参加して、乳房再建の勉強しておくべきでした。今、エキスパンダーを入れている状態ですが、まだ自家組織かインプラントにするべきか悩んでいます。講師のお話、質疑応答、大変参考になりました。また、実際に患者様の乳房に触れる機会に大変感謝しております。有難うございました。
55	再建手術の経験者の方のお話を聞くことができ、再建に向けて、さらに前向きな気持ちになれました。また、講師のご講演と写真を見せて頂き、自分がどのような乳房になりたいのか、自分の希望する身体が具体的に考えられることができました。
56	今月、再建手術の予定です。しかしとても不安で、なかなかその気になれず困っていました。セミナーに参加でき、経験者さんのお話を聞き、不安が少しなくなりました。
57	自家組織と人工物のメリット・デメリットが、たくさんの症例を見せて頂いて、より理解が深められました。実際に乳房再建手術経験者の方にお会いする機会がないので、このような場を設けていただき、実際に見て触れられたのはとてもよかったです。
58	乳房再建を見据えて全摘手術を行いました。これからインプラントを選ぶか自家組織を選ぶかで迷っており、本日こういう機会でご参考になりたいと思いました。実際、手術された方とお会いしたり、医師のお話を伺え、決断することが出来そうです。
59	再建について自家組織・インプラントでというおおまかな方法での認識しかなかったもので、再建方法の説明、具体的な術前術後の写真、メリット・デメリットも説明頂き、勉強になりました。

60	講師のわかりやすいお話と、再建経験者の皆さんのお話、実際に拝見、触診も出来、私の再建手術をするにあたって、現実味が増しました。また、会場に多くの女性が来られていたので、ある意味、「一人ではないんだ。皆、再建手術に関して迷いや悩みがあるんだ」と安心感が生まれました。実際の再建経験者の方を見て、現代の医療のすごさを感じ、これなら私も手術していいなと思いました。
----	---

下着の悩み

61	再建についての医学の進歩に驚いています。都会に比べ、地方での乳がん全摘に対しての下着やカバーするお店がもっと手軽に下着売り場で買えるように、地方でも売場を設けてほしいです。地方では下着が入手しにくいです。脂肪を注入する方法は知らなかったの（自費で行う方法）、参考になりました。
62	術後再建中の下着選びに困っているので、実物が展示されているのはありがたかった。病院では退院後の生活、下着のことまではあまり説明してもらえなかったの、不安だった。自分でいろいろ調べているが、正しい意見なのかどうか不安。具体的な下着の選び方、着け方、注意事項など、もっと詳しく知りたい。
63	がんの手術後5年、当初は年齢的にもうこのまま（右乳房全摘）でよいと考えていましたが、下着のわずらわしさ、温泉旅行を楽しめなくなったことで、再建を考えるようになりました。いくつになっても、胸のあいた服を気にすることなく着たいし、みんなと温泉も楽しみたいと思うようになりました。現在、主治医から形成外科を紹介されて話を聞いているところです。今日は参考になるお話を聞きたいと思い、セミナーに参加しました。

●キャラバン、セミナーの感想（自由回答）

1	乳房再建について、より理解ができる内容で、参考になりました。再建によっての問題もあることがわかって良かったです。
2	難しく考えていたが、少し気がラクな感じがした。前向きに再建を考えようと思うきっかけとなりました。
3	私は6年前に乳ガンが発覚して、8回の抗ガン剤の跡に右胸の全摘手術をしました。正直、手術した後に自分の裸の姿を見てショックで…。大好きだった温泉・銭湯は自分の中で除外しました。性格もネガティブになって、友達を新たに作るうちは思いませんでした。でも、今回このセミナーに参加して、再建手術もいいかな…と思うようになりました。前向きに考えていきたいと思いました。
4	私にとっての乳房再建の意義を改めて考えてみたいと思います。温泉等へは入れますが、隅の方の洗い場を探してしまいます。両方あればとは思いますが、私が生きる、生活をするという事に関しては何の支障にもなっていないのは事実です。孫と風呂に入っても「病気で片方のおっぱいなくなったよ」って言いますし、孫も「こっちのおっぱい無い」とサラッと云ってます。女性としては「両方の乳房がある」という、普通というか…存在自体がありがたいですね、本当に。
5	体験者（経験者）のお話を聞くことができ、やはり初めは不安や恐怖などを抱えながら、術式や再建のことなどを考え、苦渋の選択で手術や再建を決めているんだということを知る事ができました。そして、初めは不安でいっぱいでも、信頼できるDr.や同じ境遇の人と知り合い、少しずつ前向きになっていっているんだと思い、感動しました。
6	都会に行かないと先進医療を受けられないと、ずっと不公平感をいだいていましたが、地方でも同じ医療を受けられることに驚きました。自分から意識しているんなことを学んでいきたいと感じました。まず定期的な検査をしっかりと行わなければならない、という必要性をあらためて思いました。

7	今日は本当に来て良かったと思いました。E-BeCさんを知ったのは、今年1月29日にがんを告知された病院から、今日配っていただきましたHANDBOOKと写真集とを見せていただいたのがきっかけです。なので病院には、一番に感謝しております。先年に東京でキャラバンがありました。Youtubeを拝見させていただき、勉強になり、行きたかったと思っていて頃、関西でのキャラバンをされるとのことで、本当に嬉しく思いました。今日、参加させていただき、一番に、実際に手術をされた方の話や体感会があったのが良かったです。告知を受け、ズタズタに気持ちが崩れたことを思い出し、涙が出てきました。今後、手術を受け、治療をしていきますが、前向きにがんばっていこうと思えました。また、何かの機会がありましたら、参加したいと思います。また、経験者の中で、年齢のもう少し若い方の話も聞きたかったと思いました。最後に、体感会で、寒い部屋の中、長い間、服を脱いで一生懸命お話して下さった5名の方、本当にありがとうございました。
8	「再建」というひとつのキーワードで、様々な人々が考えを話し合う、このようなセミナーは、患者会とはまたひと味違ったもので、良かったです。
9	とても勉強になりました。来るかどうか迷ったけれど、来て良かったです。こんなにたくさんの方が乳がんを悩まれている事にびっくりしました。まだまだ勉強不足で、先生のお話が分からない所もありました。このような会をはっていただき、ありがとうございました。
10	明日、形成の先生に予約を入れよう！！と思いました。他の病気もあり転院出来ないで、嫌われない程度に、この病院で可能な事をいっぱい聞こうと思います。
11	6月に乳がん全摘手術を控え、不安の中、このキャラバンに参加しました。いろんな話が、同じ手術を受けられた方に、胸を見せていただけて、少し、気持ちが前向きになったような気がします。
12	手術の前に体験者の方々の話が聞けたことがとても良かったです。本当は、手術法を決める前に参加できればもっと良かったです。
13	理想的な再建はむずかしいと実感しました。
14	いろんな症例の写真が見れたので、参考になりました。こういう機会がもっとあったり、病院等でも話が出来れば、患者さんの不安等も解消されるかと思えます。参加してよかったです。
15	今まで近くでこのような機会がなく、病院での説明だけだったので、いろいろな手術法が聞けて良かったです。
16	とても良かったです。実際に、再建の治療を進める時に知っているという事で、気持ちに余裕をもって取り組めそうだなと思いました。私は手術が済んでしまったのですが、手術の前に知りたかった。
17	専門書や医師からの話が普段は聞けないので、実際に体験した各々の患者さんお話を聞けて良かったです。まわりに医療関係者はいるのですが、がんも含め病気になった人がいないため、立場の同じ人の話を聞くと、自分の病気に対しての考え方を落ちついてまとめやすくなりました。乳がんに関する色々な商品を実際に手に取ったり、関係者に気軽に質問もできるので助かりました。
18	今年の5月に乳がんが分かり、8月に全摘手術を行いました。病気を受け入れることと同時に再建のことを考えなければならぬという状況と、再建を行った人の話を聞けないこと、再建した胸を実際に触ることができない状況で、判断することが大変でした。手術前に聞けたら良かったと思いました。人工ニップルの展示があり、実際に触れたことが良かったです。
19	乳房再建がどのようなものか、本などで勉強はしていましたが、今回いろいろな写真を見せていただいて、自分が今後どうしていくか、色々考えさせられました。先月全摘手術したばかりなので、まだまだ治療は続きますが、前向きに頑張っていこうと思います。
20	両側乳がん両方の乳房全摘し、傷は癒えてきましたが、メンタル面ではまだポジティブになれず、自身の病気と向き合う為にも参加させて頂きました。再建を経験した方々のポジティブな生き方、お話を聞き、「こういう方法もあるんだ」と、もっと自分を好きになって頑張りたいと思いました。
21	再建については主治医から術後3年間は我慢して下さいという説明があったので、具体的に検討したことはありませんでしたが、術後2年がたち、知識をつけたいと思い、セミナーに参加させて頂きました。実体験をされた方の体験談や体感会などで具体例を拝見させて頂き、とても勉強になりました。今後の検討の参考になりました。

22	利点・欠点がよくわかりました。知識が少なく、偏った考えでしたが、もう少し柔軟に幅広く、いろんなことを知っていかないといけないなと思いました。本日はありがとうございました。実際に体験された方の話も聞けて、イメージも変わりました。
23	先生のお話や経験者のお話を直接お聞きできたので、インターネットからの情報よりも、より実感がわいてきた。相談できる人が周りにいないので、勉強になりました。
24	実際の再建手術の前後の写真が見られて、よりイメージすることができました。ただ、美しく再建するには、年単位の期間がかかるのだなあとと思いました。今後5年間のホルモン療法と並行して、再建手術を考えていこうと思います。
25	先生の講演では、具体的な術式、それぞれのメリット・デメリット、たくさんの写真の解説をお聞きすることができ、大変勉強になりました。再建手術に対して持っていた認識も変わり、より身近なものに感じられるようになりました。経験者のお話はとても参考になり、その前向きなお姿にはとても勇気を頂きました。実際のエキスパンダーやインプラントを見ることができたことも良かったです。体感会は皆さんのお話を詳しく聞くことができ、大変ありがたかったです。どなたもとても前向きで、驚きました。術後数年経っておられる方から、つい最近された方まで見せて頂き、お話を伺えたことも良かったです。また機会がありましたら、乳輪乳頭の再建をされた方や人工乳房を使用されている方のお話も聞ければと思います。ありがとうございました。
26	実際の体験者のお話を聞いたり見せていただく機会というのは、なかなか無いので、とても有益でした。自分が不安に思っていたことを、体験者の方に相談できたので、すっきりできました。
27	今回のセミナーは初めての参加だったんですが、こんなに沢山の方が同じような悩みを持っているんだなって思いました。再建手術を経験された方の胸を見せていただいて、思わず泣いてしまいました。とてもきれいな胸で、驚いてしまいました。私も諦めないで、再建手術をしたくなりました。ありがとうございました。
28	本やPC等での情報はありますが、はかに尋ねることも出来ず、地元で直接先生方から最新の情報を聞けて良かったです。
29	永年、ずっと迷い、また自分にお金や時間をかけられない状況でしたが、仕事を休んでも診察してもらおうと思えました。ありがとうございました。今日は、来てよかったと思います。
30	写真や動画をたくさん見せて頂き、文章だけで読むより、より分かりやすく、勉強になりました。ありがとうございました。
31	是非是非、地域格差をなくして下さい。再建セミナーではありますが、乳腺外科のDr.も出席して下さい。乳腺Dr.に積極的になってもらって下さい。「その年で…？」が、どれだけ傷つくかわかりませんので。
32	「乳ガン」ということでしたので、今回の再建セミナーに参加するのに戸惑いがありました。が、参加してみて、乳ガンだけではなく、私と同じ病気で参加している人もいて、心強かったです。体験者の方の話、傷跡など実際に聞いたり見れたのはとても意義がありました。一番不安な傷跡がどんな感じなのかがクリアになりました。私の胸は広域というよりは、深い傷（深くえぐられた傷）なので、外見的には小さい傷に見えて、自分が我慢すれば再建しなくてもいいのでは…と再建することに少しわがまま的な気がしていたのですが、講師の先生の「自分の身体なのだから、自分で考え、自分で決めなさい」と言われて、救われたような気がしました。今回参加させていただいて、やっと「迷い」が消えました。

-以上-