

2016年度 『乳房再建に関するアンケート調査』 結果報告書

2017年6月15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	9
III. 基本データ	10
IV. 記述式回答	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

2013年から調査を開始した、『乳房再建に関するアンケート調査』の2016年版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4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 プレストキャンサー（以下E-BeC）が2016年に開催したセミナー、具体的には『第2回 E-BeC特別セミナー in 東京・銀座』、『第8回 乳房再建全国キャラバン in 名古屋』、『第9回 乳房再建全国キャラバン in 福岡』の3会場で実施したアンケート調査の結果をまとめたものです。

今回調査のサンプル構成は次の通りです。3会場のセミナー参加者は合計423名で、アンケート協力者は390名（回収率92.2%）。このうち乳がん患者さんは353名でした。

	第2回 E-BeC 特別セミナー	第8回 乳房再建全国キャラバン	第9回 乳房再建全国キャラバン	総計
	2016年 3月27日 東京	2016年 7月24日 福岡	2016年 11月12日 名古屋	
参加者数	208名※	124名	91名	423名
アンケート協力者	204名	106名	80名	390名
乳がん患者数	185名	97名	71名	353名
対参加者比率	88.9%	78.2%	78.0%	83.5%

※E-BeC開催セミナー以外に、NPO法人キャンサーネットジャパン（以下CNJ）が開催する乳房再建スモールミーティングでも調査を実施し、25票のサンプルを回収しています。これらも東京開催であることから『第2回 E-BeC特別セミナー in 東京・銀座』のサンプルに含めています。

なお、本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』および『特別セミナー』の参加者は、「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豊富に持っている人々と考えられます。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。

●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、2016年に関しては福岡市と名古屋市という、大規模政令指定都市での開催となりました。さらに『特別セミナー』は東京都内での開催であるため、2016年の調査地域は大都市部に集中しており、このためサンプルに地域的な偏りがあります。

今回調査も、前回までと同様の層を対象に、ほぼ前回の設問を踏襲する形で調査を行いました。全体として「乳房再建手術」に対する認知がさらに向上し、手術についての個々の患者さんたちの知識量も増大している分、手術を受けることについての思いや要望などが、以前よりも具体化してきたことがうかがわれる結果となりました。

記述式回答をみても、「乳房再建手術」にともなう合併症リスク等への不安を述べる声が多く、知識や情報を得れば得るほど気持ちに整理がつかなくなっている人が少なくないようです。情報や技術の地域格差、施設格差に不満を持つ人も依然多く存在しており、今後の情報提供のあり方が問われつつあるのではないのでしょうか。

この調査結果が、「乳房再建手術」を実施する医療機関ならびに医療従事者、また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、専門的見地からデータ解析にご協力と助言を頂戴した(株)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ご回答者の皆さまに厚く御礼を申し上げます。

2017年6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 》

● 未婚者、子どものいない人に強い“女性性”の喪失感

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と知らされたときの気持ちについて、6割強の人が「命が助かるならやむを得ない」と感じている。次いで「まずは治療に専念しようと思った」「どうしていいかわからなくなった」をあげる人がそれぞれ4割強いた。サンプルが異なるので単純比較はできないが、前回（2015年）調査では、「まずは治療」と「命が助かるなら」をあげた人がそれぞれ6割以上おり、事実を受け止めて治療に向かおうとする人が多かったのとは若干異なる結果となった。

未婚者の別では、未婚者に「どうしていいかわからなくなった」をあげる人が多く、既婚者では「命が助かるなら」「まずは治療」をあげる人が多いのに比べて、既婚者より総じて年齢が若いことも関係しているのか、心理的な動揺がみられる。未婚者には「女性でなくなるような気がした」をあげる人が多い。

子どもの有無の別では、子どものいる人に「命が助かるなら」「まずは治療」という人が多く、子どものいない人には「女性でなくなるような気がした」という人が多い。未婚者や子どものいない人ほど、“女性性”の喪失への不安が大きいことがうかがわれる。

● 最近の罹患者ほど低い乳がん手術への不安感

乳がん罹患者の時期別に、乳房を失うことへの不安感についてきいてみると、2014年以降に乳がんにかかった人ほど「不安はなかった」と回答する率が高くなっている。インプラントを用いた乳房再建手術が保険適用対象となって経済的なハードルが下がり、再建手術に関する情報が増えてきた時期でもあり、乳がん手術への不安感が下がってきたと考えられる。

● 乳がん手術にともなう困りごとは多種多様に

乳がん手術後、こころや身体に生じた変化については、「温泉やジムに行けない」「痛みが残る」「合う下着がない」「精神的に不安定になった」など、依然さまざまな問題がある。こうした項目は毎回の調査でも上位に来ており、乳がん患者さんたちの悩みの解決に「乳房再建手術」が果たし得る役割にはまだまだ大きなものがあるといえそうだ。

● 乳がん手術と同時に再建を始める人が年々増加

乳がん手術から再建手術（ティッシュエキスパンダーの挿入を含む）までの期間では、6割強の人が「同時」と回答。本調査の限りではあるが、乳がん手術と同時に再建手術（もしくはティッシュエキスパンダー挿入）を受ける人は年々増加しており、乳房再建までを視野に入れて乳がん手術を受けることが一般化してきているのをうかがわせる。

術式では、インプラントによる再建という人が6割近く、他の術式に比べ群を抜いて多い。

● 再建手術で最も重視するのは医師の実績

再建手術を受けるにあたってもっとも重要と考えられているのが「医師の実績」と「医師との信頼関係」である。また、2014年以降に乳がん罹患者のほとんど、「医師の実績」「自家組織・人工物の別」「医師との信頼関係」を選択する人が多い。この時期以降、乳房再建に実績のある医師がネットや書籍で紹介される機会が増え、再建手術に関する情報量が全体に増大してきたこととも関係があるかもしれない。

● 最近の乳がん罹患者ほど「費用」を気にしなくなる傾向

罹患時期が「2014～2016年」の人は、それ以前の人よりも「費用」について考慮しない傾向にある。これはインプラントによる再建手術が保険適用となった時期とも符合しており、費用面のハードルが下がっている実態がうかがわれる。

● 再建に望む条件は「安全性」。強まるリスクへの懸念

今回調査で浮かび上がってきたのが、手術のリスクに対する関心の強さである。「安全性」の項目は前回調査までは入れていなかったもので、今回調査では他の選択肢に比べても群を抜いて多かった。これに次いで、「左右のバランス」「傷が小さい」など、整容性に関する条件が続く。

● 再建のハードルとなるのは「合併症」と「入院期間」

乳房再建を考えるにあたってハードルとなるものとして、一番考えるのは「合併症」。次いで「入院で長期間仕事が休めない」となった。前回調査では、「合併症」に続いて「再び体に傷をつけたくない」をあげる人が多かった。

● 最近の罹患者に強い「合併症」への不安

また乳がんの罹患時期が最近である人ほど、「合併症」を再建のハードルと考える傾向が強い。乳房再建に関する情報が増大しているのに伴い、リスクに関する情報に接する機会も増えているためと推測される。リスク情報の提供は大切である反面、再建希望者を不安にさせない情報提供のあり方が問われているともいえそうだ。

● 手術に際しては、再建経験者の話をまず聴きたい

病院でほしかったサポートでは、6割強が「再建手術経験者の話を聞く機会」をあげ、次いで4割強が「アドバイスがもらえる看護師の存在」「主治医の術例写真をみる機会」をあげている。「主治医の術例写真をみる機会」の選択肢は、「再建手術にあたって重視すること」の質問では上位に入ってきていないが、ここではこの項目を選択する人が多く、再建希望者は実は症例写真を見たがっているということがわかる。

● 納得して手術を受けた人ほど満足度も高い

回答者の9割は納得の上で再建手術に臨んでおり、また回答者の8割強は再建手術の結果に満足している。満足度の割合は、前回、前々回の調査に比べて徐々に向上している。また「十分納得したうえで受けた」人の満足度は7割であるのに対し、「あまり納得できないまま受けた」人の満足度は3割弱にとどまる。手術前の十分な説明と話し合いが、満足度のいく手術結果に結びつくといえそうだ。

● 再建をして心身ともに前向きに。バランスの悪さや痛みなどに悩む人も

再建手術をしてよかったと思うことは「精神面の不安定さがなくなった」「コンプレックスがなくなった」「温泉やジムに行けるようになった」「おしゃべりができるようになった」など、心身ともにアクティブになれたことを喜ぶ声が多い。逆に再建手術してよくなかったこととして、「エキスパンダーが痛い」「胸の形や乳房の左右バランスが悪い」「痛みが残った」「合う下着がない」など、仕上がりへの不満や術後の後遺症や生活に関する悩みが多い。

-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ている。

以下はその概要だが、今回調査結果からは特に以下の2点が特徴的に現れてきたように思われる。（記述式回答の内容は、本報告書P.37以降の「Ⅳ.記述回答」に掲載）

- ① 「乳房再建手術」を受けることに對し不安を感じている人が多い
- ② 情報収集の重要性を認識すると同時に、その難しさを感じている人が多い

推測の域を出ないが、インターネットや患者会などさまざまな場を通じて「乳房再建手術」に関する情報が豊富に得られるようになった一方で、リスクに関する情報に接する機会も増え、かえって手術への不安を募らせている人が多くなっているのではないだろうか。また情報の入手方法がわからず、必要な情報を適時適切に収集できなかったと感じている人も多い。

その他、整容性を得るための手術（豊胸や縮小など）にも保険適用を望む、技術や情報の地域格差・施設格差が解消されてほしい等、いっそうの環境整備を望む声もみられた。

2016年度のセミナー開催が東京、名古屋、福岡という大都市部であり、日ごろから再建手術に関する情報を得やすい地域に住む参加者が多かったことと関係があるかもしれないが、再建を望む患者さんたちが総じて積極的な情報収集を行い、豊富な知識を身につけてきていることがうかがわれる。

それと同時に、地域による情報の偏在がまだまだ根強いことや、リスク関連情報をネガティブにとらえる人が少なくないことなどの課題が見えてきたなかで、今後いかに有益な情報を適切に提供していくことができるか、E-BeCとしても果たすべき役割が大きくなっているのを実感する。

《 記述式回答の概要（抜粋） 》

●「乳房再建手術」に対する意識や認識の変化（セミナーに参加したことで）

- ・ 乳房再建の新しい術式が豊富に出てきて嬉しい。安心して再建の相談に行ける。
- ・ 乳がん手術から何年経過していても再建できると知って希望がわいた。
- ・ まずは自分の気持をはっきり決めることが大切ということがわかった。
- ・ 再建後も継続して診てもらう必要があると知り、再建すれば終わりではないことを肝に銘じたい。

●日ごろの悩み

- ・ スポーツジムや温泉では、いつも胸を隠して入浴している。
- ・ 全摘後、日常困ることはないが、集団検診のときは憂鬱になる。
- ・ 将来老人ホームに入り、みんなで入浴するときのことを考えるといまから憂鬱になる。
- ・ 乳頭乳輪の再建ができず（タトゥーしか選択肢がない）、ジムや温泉に行けない。

●再建手術に対する不安・迷い

- ・ 再建のリスクがよくわからず悩んでいる。メリット・デメリットの両方を知りたい。
- ・ 再建はしたいが、再び体に傷をつけてまでという思いと、前のような胸になりたいという思いが交錯している。
- ・ 再建した胸を自分のものとして受け入れられるかどうか不安。
- ・ 再建した人に話を聞くと、しなければよかったという声もあって迷ってしまう。
- ・ 将来インプラントの入れ替えをする可能性を思うと考えてしまう。一度の手術で済めばいいのに。
- ・ 合併症が心配。再建してからトラブルが起きるのではないかと不安。
- ・ 自家組織が希望だが、胸を大きくしたいのでインプラントを勧められ、どちらがよいか悩んでいる。
- ・ 選択肢が増えた分、かえって迷ってしまう。

●乳腺外科医・形成外科医など医療者とのコミュニケーション

- ・ 医師によって説明内容が異なる。
- ・ 主治医と看護師さんの言うことが異なる。
- ・ 左右バランスが揃っていないと相談しても、医師にはきれいにできているから問題ないといわれ失望した。

●事前の情報収集の重要性・困難さ

- ・ インターネット（ブログ）からもいろいろな情報が得られるが、人によってとらえ方が違い混乱する。
- ・ 主にネットからの情報ばかりで、病院によって得意な術式や医師の経験が異なるので、情報収集に苦労した。
- ・ ネットで得られるのは都会の有名病院や医師の情報ばかりなので、自分の住む地域の情報がもっと得られやすくなるとよい。
- ・ 医師個人のブログは参考になる。
- ・ 自分の住む地域には再建のできる病院がなく、乳腺外科医から再建という話を聞いたことがない。
- ・ セミナーを受けてもっと異なる術式があったことを知り、自分の手術方法をよく理解することが大切だと思った。

●症例写真や再建経験者の話に接する意義

- ・ 認識不足で再建に否定的だったが、症例写真を見たり体感会に参加したりすることで認識が一変した。
- ・ 症例をたくさん見て、自分に合った方法を見つけることが大切と実感した。
- ・ 症例写真を見て、こんなにきれいな胸になれるならという思いから決断。健側も豊胸できて満足している。
- ・ 一度、再建に失敗。医師の手がけた症例写真を見せてもらわなかったことを後悔している。

●再建手術の技術革新や環境整備への期待

- ・ 地方には再建のできる病院が少ないので、地域格差が解消されてほしい。
- ・ 再建率がさらに向上して、乳がん手術の標準治療になってほしい。
- ・ 整容性確保のための手術（健側の挙上や縮小など）にも保険が適用されるようになってほしい。
- ・ 乳房再建を手がける医師の数が増えてほしい。
- ・ 医療施設間の技術格差が解消されてほしい。
- ・ 脂肪肝細胞注入による再建が早く一般的になればよいと思う。
- ・ 再建医の技量が客観的にわかる情報があればいい。
- ・ 再建に積極的な病院を紹介する一覧のようなものがあれば嬉しい。

- ・手術が下手なドクターは手術ができないようにしてほしい。

●再建手術を受けてみて（再建経験者）

- ・孫と一緒に温泉に行けるようになったのが嬉しい。
- ・再建したことで人生観が変わり、生きる意味を改めて感じられるようになった。
- ・全摘後、術側をかばうため身体バランスが悪くなり、肩こりもひどかったが、再建後は元の生活に戻り温泉も楽しんでいる。
- ・なくした胸をみるたびに病気のことを考えるくらいなら再建を勧めたい。手術後の人生のほうが長いから。
- ・自家組織にこだわっていたがインプラントで再建。術後は気持ちが明るくなった。こだわりを捨て、前に進んでみることだと思った。
- ・悩んでいる人には、「乳房を取り戻すことで新たな自分になれる。自身を取り戻せる」と伝えていきたい。

●これから再建することへの期待（再建未経験者）

- ・乳房再建を終えて、初めて乳がん治療が一段落するのだと思う。再建できたら自信を持って前に進めそう。
- ・ジムのお風呂ではいつも胸を隠しているので、堂々と入れるようになるためにも絶対再建する。
- ・術後抗がん剤治療を受けることになり、再建が先延ばしになったが、再建手術はいつでもできるという言葉に勇気をもらい、まずはがん治療に臨もうと思う。
- ・乳がんになったときは、子どものためにもまず命が助かることを優先しようと全摘。10年以上が経ち、保険適用されるようになったことで再建への希望が出てきた。

-以上-

● 第2部 調査結果

Ⅲ. 基本データ

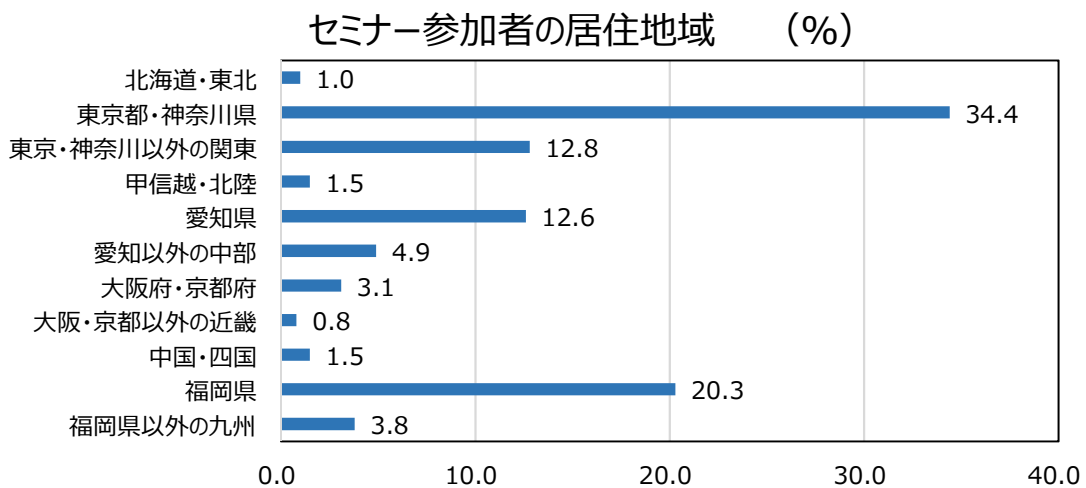
1. 調査対象の属性

◎ 3会場のセミナー総参加者数（CNJを含む）は423名で、アンケート協力者は390名。このうち乳がん経験者は353名であった（アンケート協力者の90.5%）。

※以下の分析グラフを参照するにあたっての注意点として、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。これは標本数が多い項目と表記を統一するため、同様にしたものである。

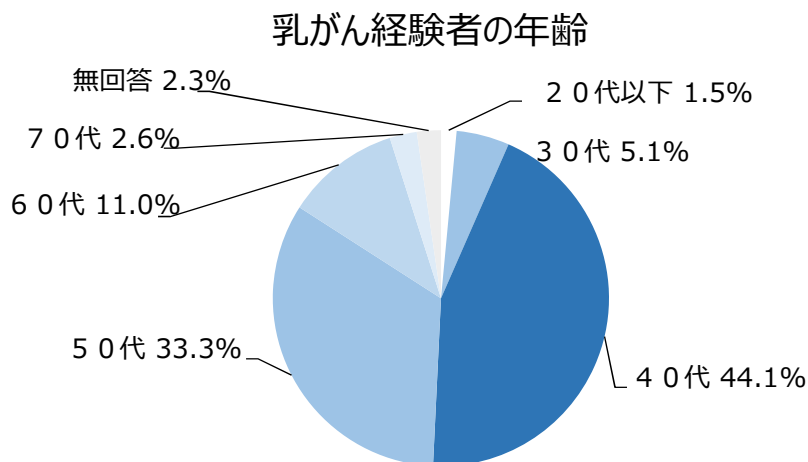
（1）居住地

居住地別にセミナー参加者の分布をみると、次のようにセミナー開催地（東京、福岡市、名古屋市）と、その周辺地域からの参加者が多いことがわかるが、開催場所以外の遠隔地からの参加も少なからずみられ、情報を必要とする人が遠方からでも参加している状況がうかがわれる。



（2）年齢

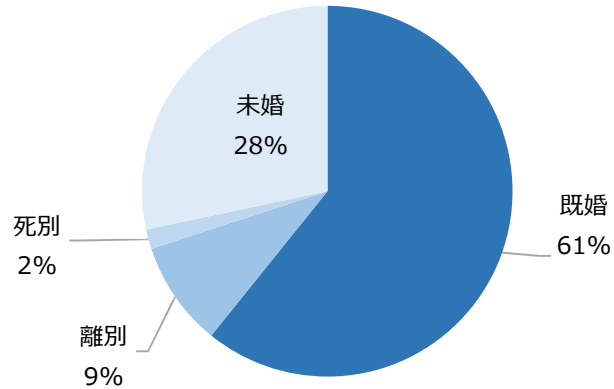
セミナーに参加した「乳がん経験者」の年齢は40代、50代が多く、約8割を占めている。次に60代が多い。



(3) 婚姻状況

「乳がん経験者」の婚姻状況では、6割が既婚者で、3割弱が独身者である。

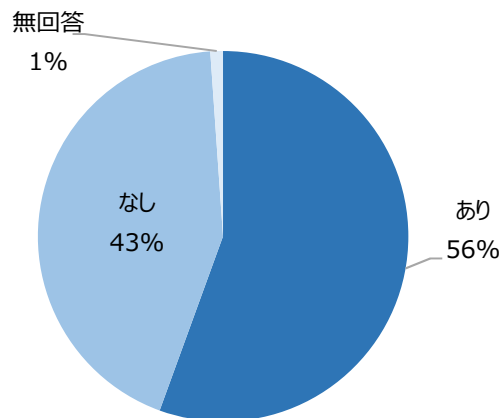
乳がん経験者の婚姻状況



(4) 子どもの有無

「乳がん経験者」の6割弱は、子どもを持つ女性である。

子どもの有無

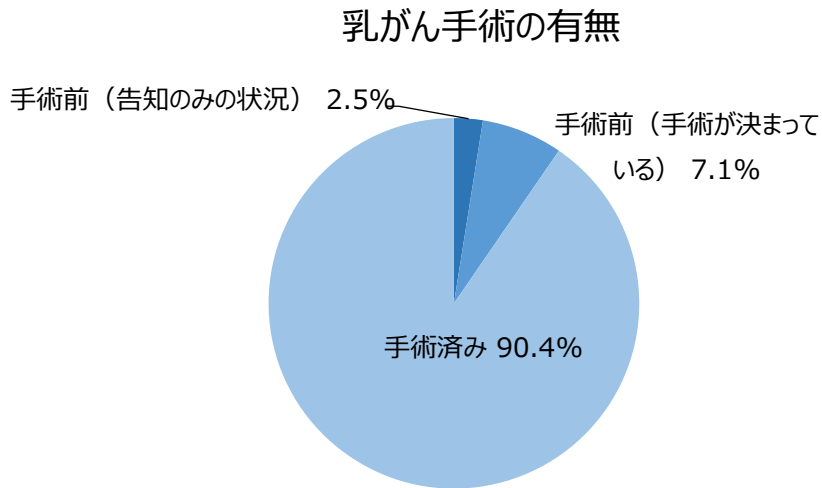


2. 乳がん手術について

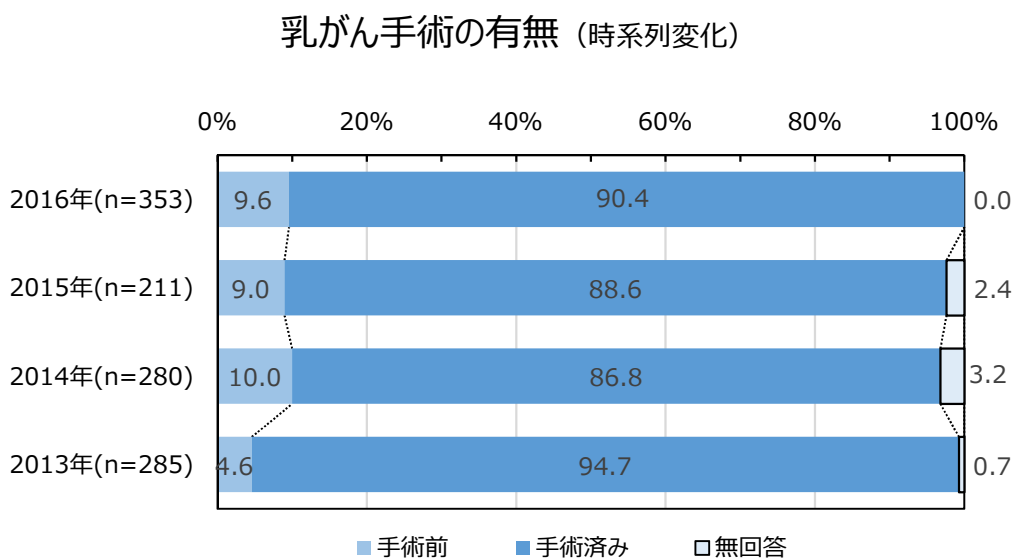
※以下はすべて乳がん経験者の回答、表記のない場合は、n=353を100として%を算出

(1) 乳がん手術の有無

セミナーに参加した乳がん経験者のうち、乳がん手術を受けている人は約9割。これは2015年調査とほぼ同じである。2016年は「手術前」の人の状況についても調査しており、「手術前で手術が決まっている」7.1%、「手術前で告知を受けた段階」という人は2.5%となった。

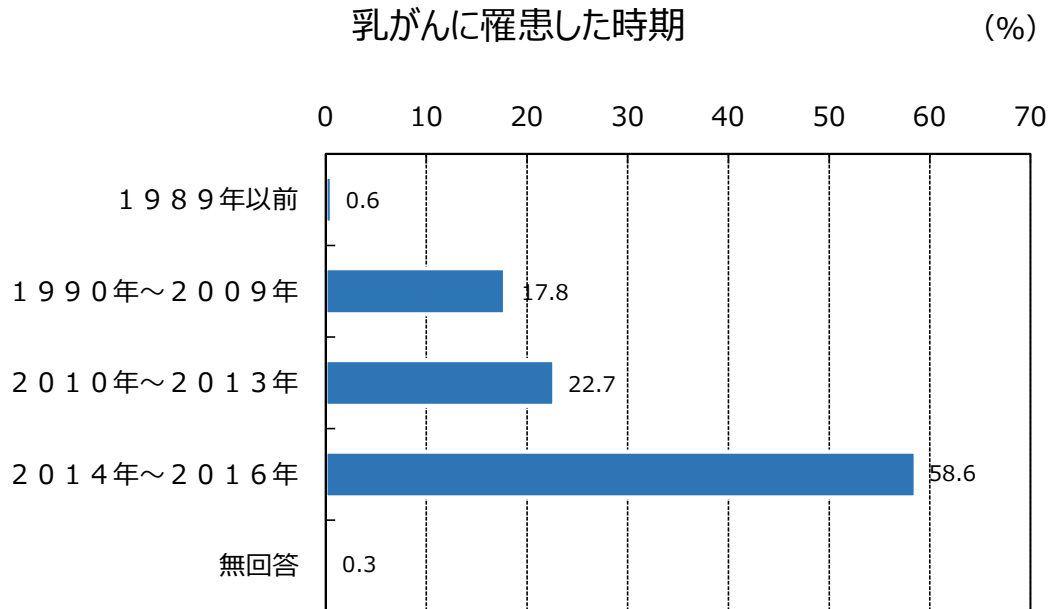


乳がん手術の有無について調査の時系列にみると、特に2014年以降での大きな変化はない。



(2) 乳がんにかかった時期

乳がんにかかった時期について、これを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、周辺環境に変化があったときを分岐点として時期別に分けると、「2014～2016年」58.6%、「2010～2013年」22.7%、「1990～2009年」17.8%に分かれた。セミナーに参加した乳がん経験者の半数以上が、近年乳がんになった人である。



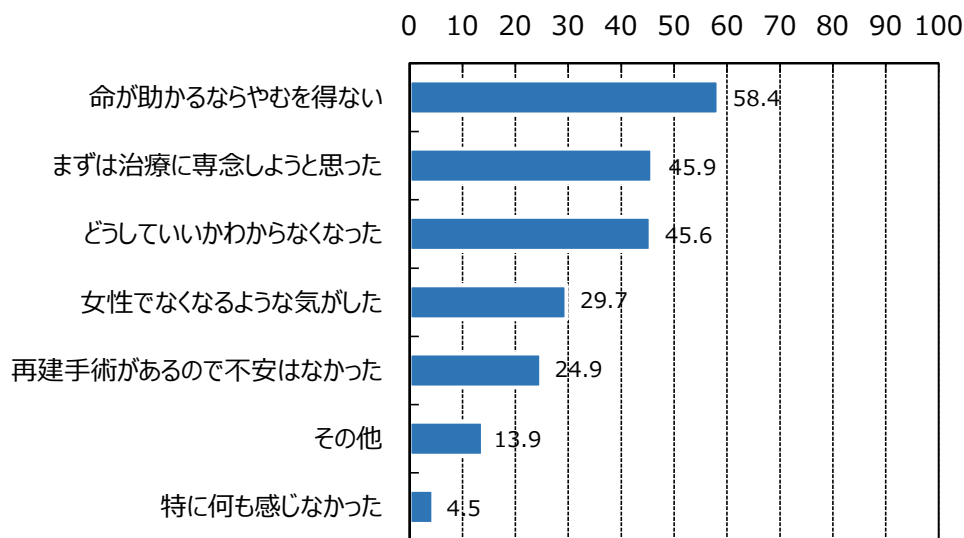
3. 乳房を失うことへの不安感

●6割は「命が助かるならやむを得ない」

乳がん手術で乳房を失うことについて、6割弱の人が「命が助かるならやむを得ない」と感じている。続いて「まずは治療に専念しようと思った」「どうしていいかわからなくなった」と感じた人が多く、それぞれ4割強である。

2015年の調査では、「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」の順で、いずれも6割を超えていたが、2016年調査と比較する限り、不安の感じ方が若干変わってきているようだ。

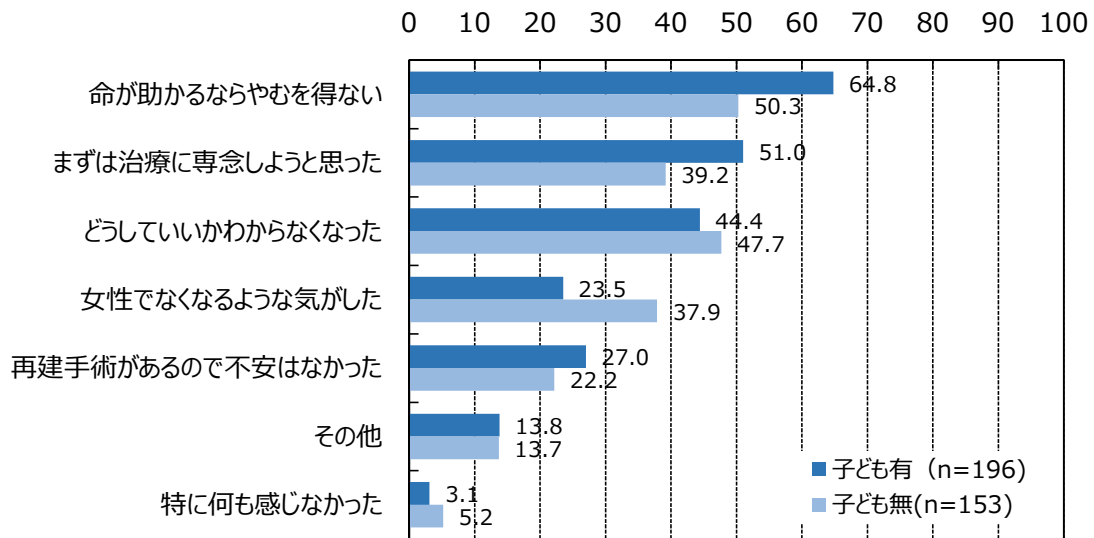
乳がん手術で乳房を失うことへの気持ち (%)



●未婚者・子どものいない人に高い“女性性”喪失への不安

乳房を失う気持ちを子どもの有無別にみると、子どもがある人は「命が助かるならやむを得ない」「まずは治療に専念しようと思った」の項目が、子どもがいない人よりも高く、子どもを持っていることで、生きていくことをより重要視していることがわかる。子供がいない人は、2015年と同様に「女性でなくなるような気がした」の項目が子どものいる人よりも高く、女性であることやセクシャリティーが失われることを大きな問題ととらえる傾向が高いようだ。

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) (%)



乳がん手術で乳房を失うことへの気持ちについての質問で、「その他」を選んだ人の記述回答の内容を、「子どもがいる人」「いない人」の別に分けてみたところ、次のような意見がみられた。

◆「子どもがいる人」

<ul style="list-style-type: none"> ・再建など考えることがたくさんあって大変だなと思った ・再建手術のリスクに対する不安から、とりあえず勉強しようと思った ・可能な限り良い先生を探さねばと思った。どうやって見つけようと思った ・早く完治できるように、(がんを)全部とってもらいたいと思った ・最善の治療は何かを知りたいと思った 	<ul style="list-style-type: none"> ・娘がいるので、胸がない状態を見せることが恐かった ・その後の生活がどのように変わるのかが気になった ・お金の心配 ・病気なので仕方ない ・死を意識してしまった ・とても悲しかった ・なるまでは人ごとだった ・今までの自分は存在しなくなるような気がした
---	---

◆「子どもがいない人」

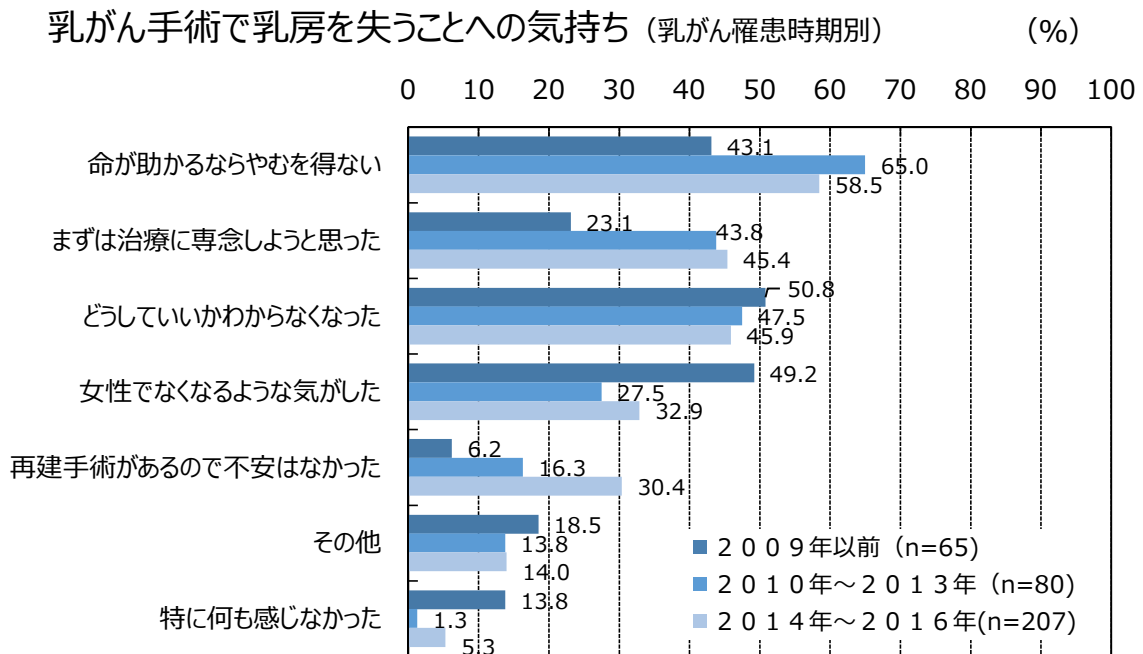
<ul style="list-style-type: none"> ・どんな治療があるのか知りたいと思った ・温存の可能性を模索した ・乳房再建の情報がほしいと思った ・再建手術があると知っていたが不安だった。自分が壊れていくと思った ・このまま死んでしまった方がいいと思った 	<ul style="list-style-type: none"> ・何も考えることができなかった ・費用や仕事を休むことへの不安があった ・全摘するほどではないと思っていたので、全摘といわれて事の重大さを認識して、呆然とした ・形が変形するとは思ってなかった
--	---

● **最近の乳がん罹患者ほど低い、乳房を失うことへの不安感**

乳がん罹患した時期別に回答が目立った違いがみられる項目は、「再建手術があるので不安はなかった」である。2014年以降に乳がんにかかった人ほど「不安がなかった」と回答している率が高くなっている。これはインプラントを用いた乳房再建手術が保険適用対象となり、経済的な面からも機会の面からも手術のハードルが大きく下がった時期と重なる。再建手術の技術の発達が周知され、関連情報が増えてきたことともあいまって、乳がん手術への不安感を少なくしているものと考えられる。

また、「命が助かるならやむを得ない」「まずは治療に専念しようと思った」と回答した人は、2010～13年に乳がん罹患した人に多い。「女性でなくなるような気がした」は2009年以前に罹患した人に多い。

2015年調査では、罹患時期が最近であるほど「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が、2016年調査では2009年以前の罹患者にそう答える人が多い。「どうしていいかわからなくなった」の回答は、罹患した時期に関係なく高い結果となっており、乳がん手術を前にして気持ちが混乱する人は常に多いことをうかがわせる。

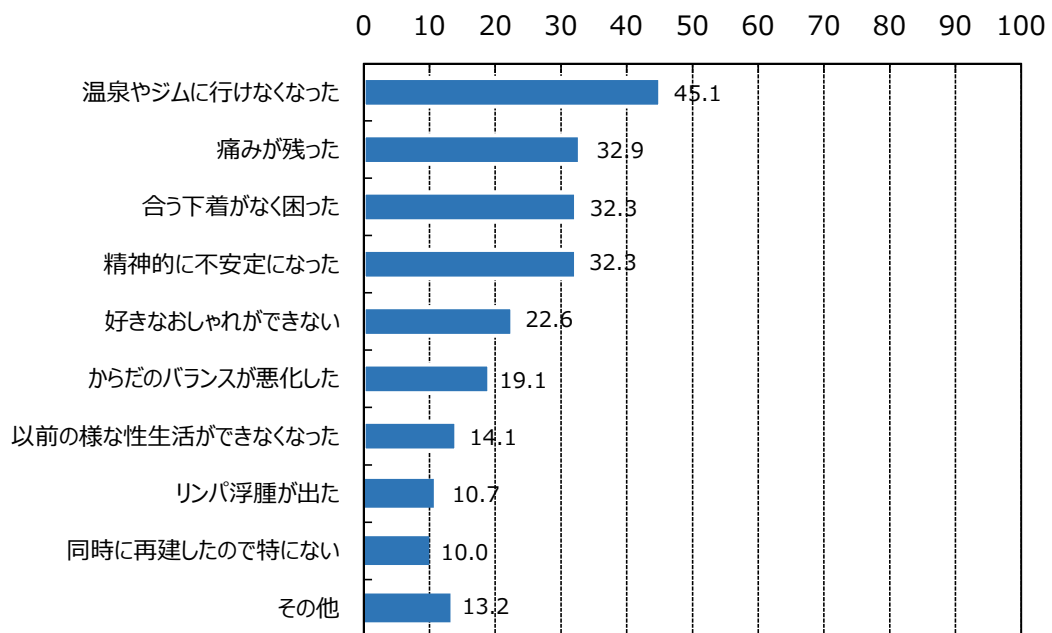


4. 乳房を失った後のことと身体の変化

●半数近くが温泉やジムに行けないことが辛い

乳房を失った後のことと身体の変化では、「温泉やジムに行けなくなった」をあげる人が多い。次に、「痛みが残った」「合う下着がなく困った」「精神的に不安定になった」をあげる人が多く、いずれも3割を超える。

乳房を失った後のことと身体の変化 (n = 319) (%)



◆この質問で「その他」を選んだ人の記述回答の内容は次のようなものである。

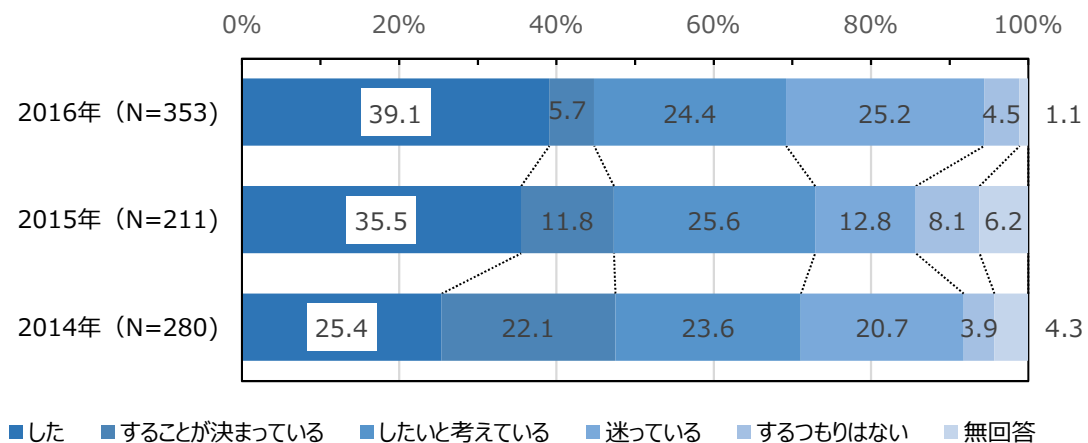
- ・リンパ郭清したので、手がしびれたり上がらない。子供を抱っこできない
- ・手が上がりにくかった
- ・リハビリを具体的に教えてもらってなかったので、腕がまわらない、上がらないなどの後遺症がある
- ・乳首がなくなっていたのでびっくりした
- ・更年期の症状が強くなり、関節痛などがつらい
- ・鏡を見て、失った乳房を見るのがつらかった
- ・自分が一番先に亡くなることも有り得るんだ！と思い知らされました
- ・汗かきになった
- ・汗が出なくなって、トレーニングウェアの片側だけが変に乾いている
- ・ホルモン療法（タモキシフェン）の副作用と日々格闘している
- ・職場で休みを取りにくくなった
- ・乳腺外科の先生に、再建したい、全摘にして放射線を受けたくないと主張したが理解してもらえず温存を勧められた
- ・術後は左右差が気にならない程の温存だった
- ・再発、転移、リンパ浮腫の心配、抗ガン剤の副作用でウィッグを使用の為、外出の回数が減った

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」をすでにした人は39.1%、手術をすることが決まっている人5.7%である。再建手術をしたいと思っている人は24.4%で、3分の2の人は再建手術を「した」「することが決まっている」「したいと考えている」ことがわかる。これは2015年調査より若干少ない結果になっている。「迷っている」人は2015年12.8%、2016年25.2%で、「手術するかどうか迷って」セミナーに参加する人が増えているとも考えられる。

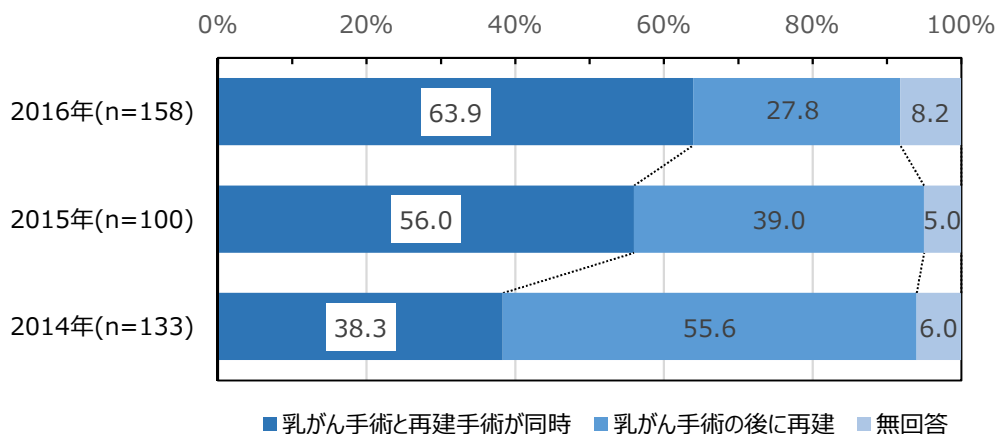
再建手術の有無（時系列変化）



(2) 乳がん手術から再建手術の時期

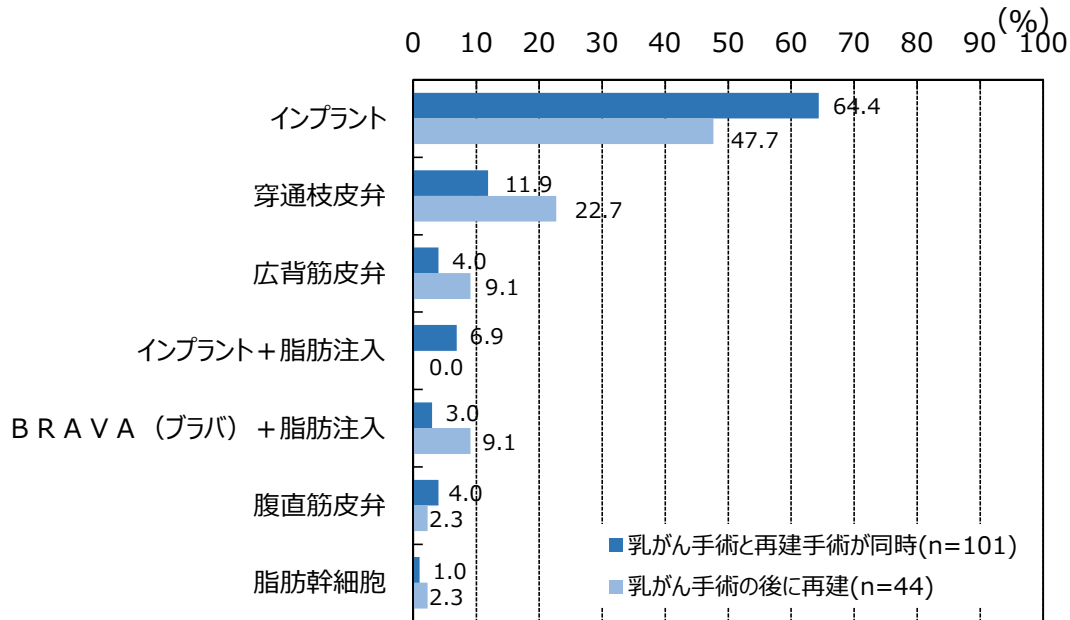
乳がん手術からどのくらいの期間をおいて再建手術をしているかを調べると、6割強の人が「乳がん手術と再建手術が同時」（一次再建。エキスパンダー挿入手術を含む）と回答している。2014年の38.3%、2015年56.0%より増加し、本調査の限りでは一次再建の人が増えている傾向がみられる。

乳がん手術から再建手術の時期（時系列変化）



これを乳房再建の術式別にみると、「インプラント」による再建手術を行った人には一次再建が多く、「穿通枝皮弁」や「広背筋皮弁」などの自家組織による再建では、乳がん手術から時間を置いて再建（二次再建）する人が多いことがわかる。

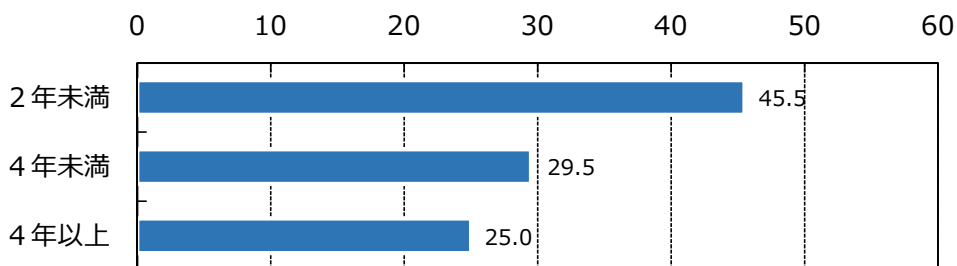
乳がん手術から再建手術までの時期と術式（2016年）



（3）乳がん手術から再建手術までの期間（二次再建をした人）

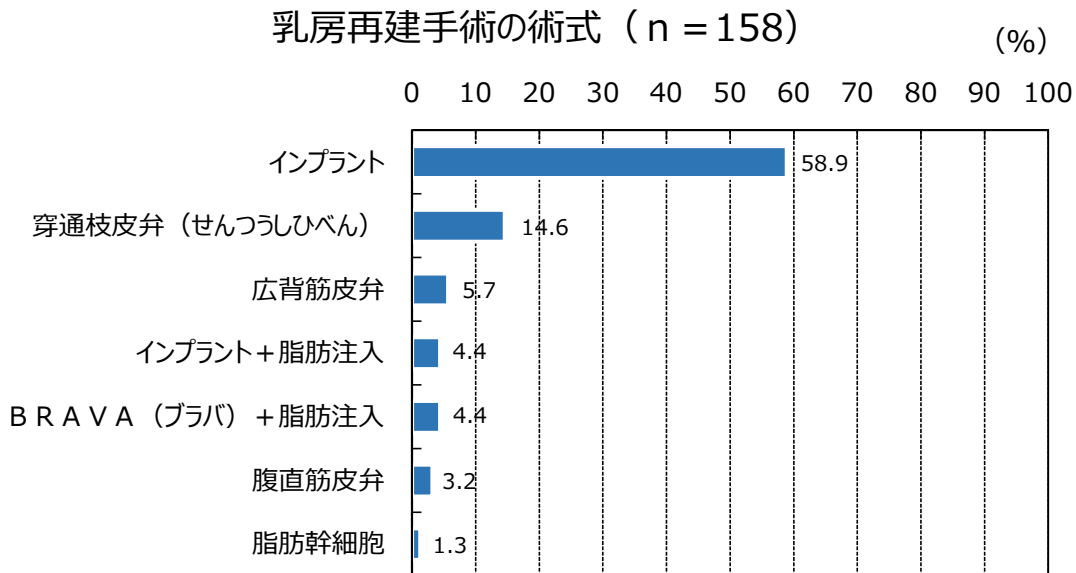
乳がん手術から時間を置いて再建手術をした（二次再建）と回答した人が、どのくらいの期間をおいて再建手術をしているかについて尋ねたところ、「2年未満」という人が多く、これは2015年とほぼ同じ傾向である。（標本数が少ないので%は参考）

乳がん手術から再建手術までの期間（n = 44） (%)

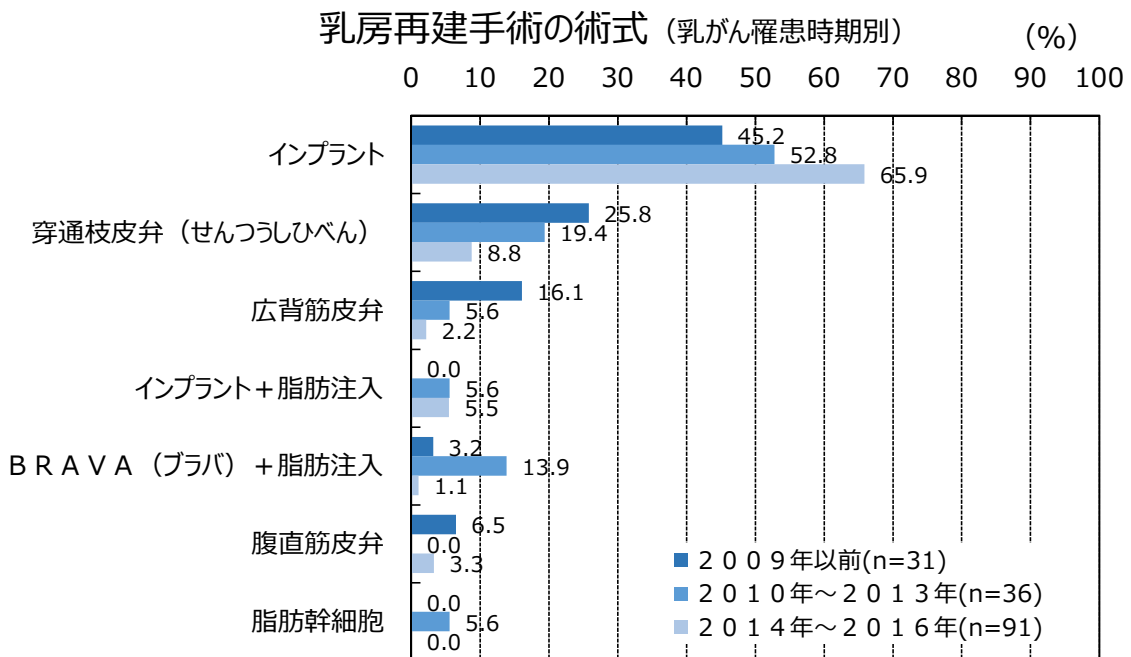


6. 乳房再建手術の術式について

再建手術の術式では、「インプラント」の人が6割近く最も多い。次いで「穿通枝皮弁（せんつうしひべん）」が多い。

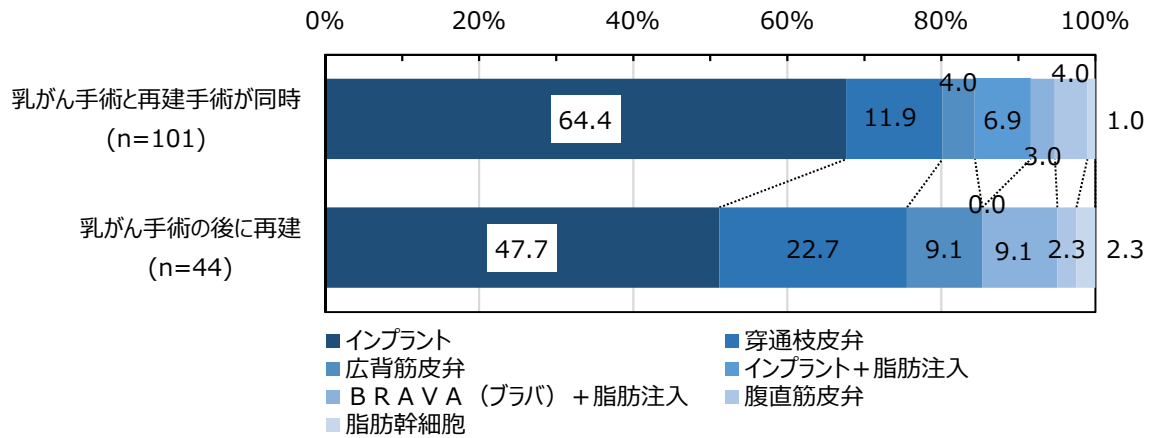


これを乳がんの罹患時期別にみると、「インプラント」は最近乳房再建手術を受けた人に増えている。これはインプラントの保険適用開始時期とも符合する。逆に「穿通枝皮弁」や「広背筋皮弁」は減少傾向にある。



さらに再建手術の時期別にみると、一次再建・二次再建とも「インプラント」という人が多いが、「一次再建」の人にその比率が高く、「二次再建」では「穿通枝皮弁」の割合が増えてくる。

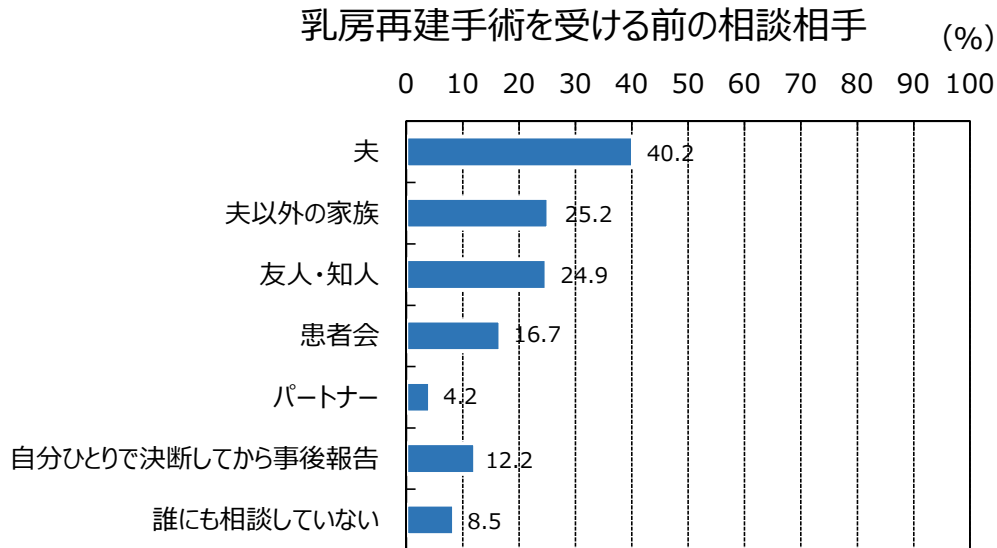
乳房再建手術の術式（2016年） （一次再建／二次再建）



7. 乳房再建手術の相談相手

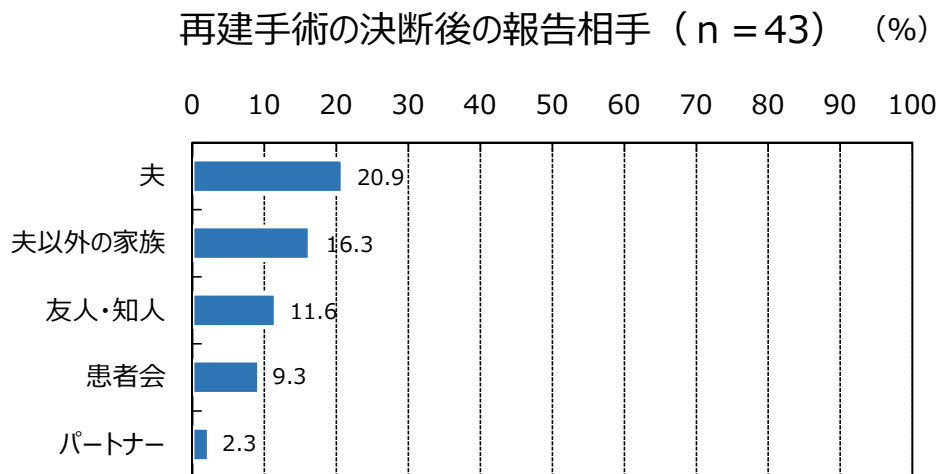
(1) 手術前の相談相手

再建手術を受けるにあたって誰に相談するかを尋ねたところ、「夫」「夫以外の家族」「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」という人も1割強で、これは2015年と同じ傾向である。



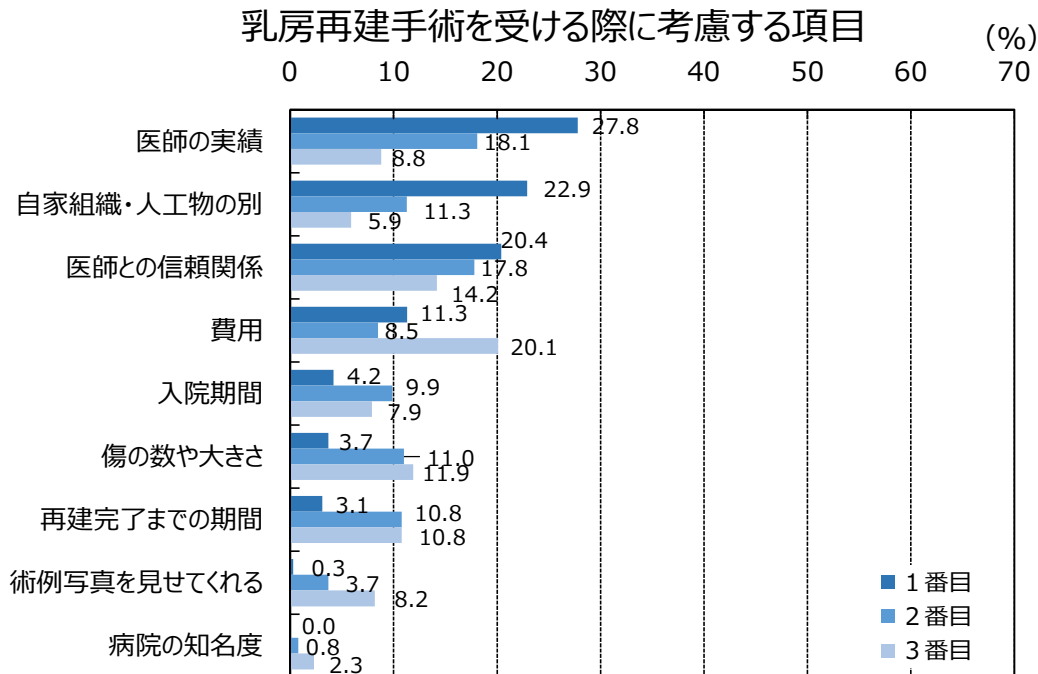
(2) 事後に報告した相手

事後報告した人は、回答者全体の1割強である。事後に報告した相手は「夫」や「夫以外の家族」が多く、2015年と同じである。「患者会」を上げる人もいる。(サンプル数が少ないので%は参考)



8. 「乳房再建手術」を受けるに際して考慮すること

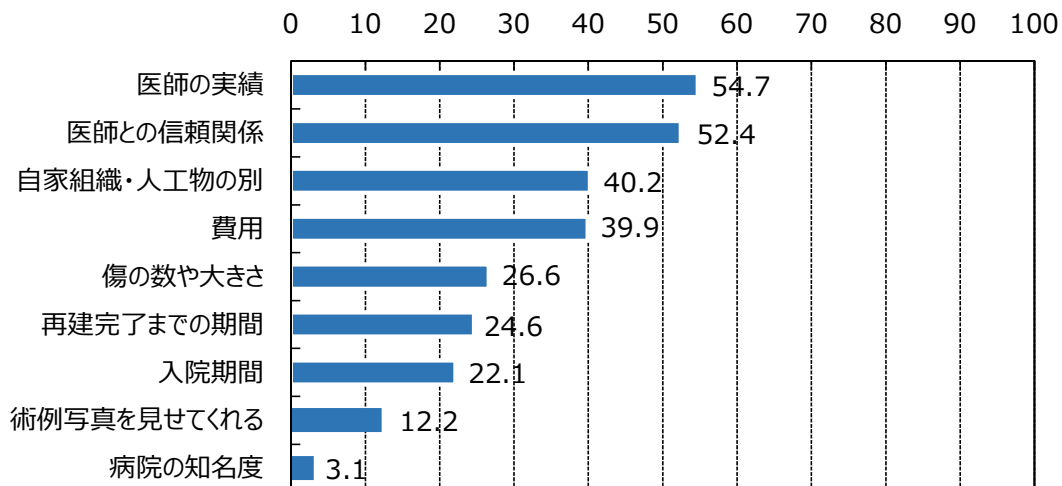
再建手術を受ける際に考慮することとして、1番目に重要と思ったことは「医師の実績」である。「自家組織・人工物の別」「医師との信頼関係」がこれに続く。選択肢内での優先順位は落ちるが、「費用」も考慮すべき点と考えられている。



●最も重視するのは医師の実績と信頼関係

再建手術を受ける際に考慮する項目を複数回答としてまとめると、「医師の実績」「医師との信頼関係」が高く、5割を超えている。2015年調査では7割近くの人が「医師の実績」を重視すると回答している（2015年は「医師との信頼関係」が選択肢になかった）。また、4割前後の人が「自家組織・人工物の別」、「費用」をあげている。これは2015年と同じ傾向である。「術例写真を見せてくれる」は、1割強にとどまっている。

乳房再建手術を受ける際に考慮する項目（複数回答） (%)



前記にあげた項目以外で、再建手術を受ける際に考慮する項目について自由記述で尋ねたところ、下記のような意見があがっており、医師との信頼関係のもとに納得いくまで説明を受けてから手術を受けたいという気持ちがうかがわれる。

<ul style="list-style-type: none"> ・メリット・デメリット、安全性、再発したときにすぐわかるか ・病院の信頼度 ・患者目線で十分な情報提供してくれる医師か ・納得のいくまで説明してくれること ・病院との距離（通院時間） ・失敗など有害事象のリスク 	<ul style="list-style-type: none"> ・再建手術後の後遺症 ・再建後の乳房の姿 ・経年変化について ・完成した胸のきれいさ、自然さ ・合併症 ・アフターケア
--	--

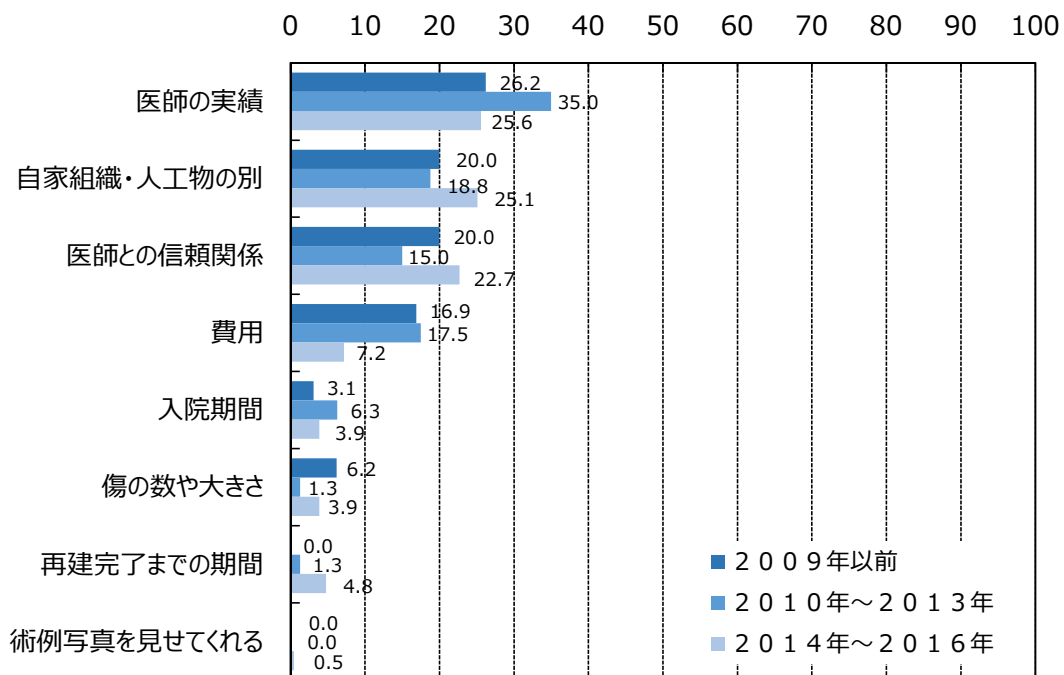
● **最近罹患した人ほど術式や医師との関係を重視する傾向**

再建手術を受ける際に考慮する項目で1番目にあげられた項目について、これを乳がんの罹患時期別にみると、2013年以前に罹患した人は「医師の実績」をあげ、2014年以降の罹患した人は、「医師の実績」「自家組織、人工物の別」「医師との信頼関係」をあげる人が同じぐらいの率で多かった。2010年を過ぎたころから乳房再建に実績のある医師がネットや書籍で紹介される機会が増えたことや、術式に関する情報量が増大してきたことと関係しているのかもしれない。

乳房再建手術を受ける際に考慮する項目（1番目）

（乳がん罹患時期別）

（%）



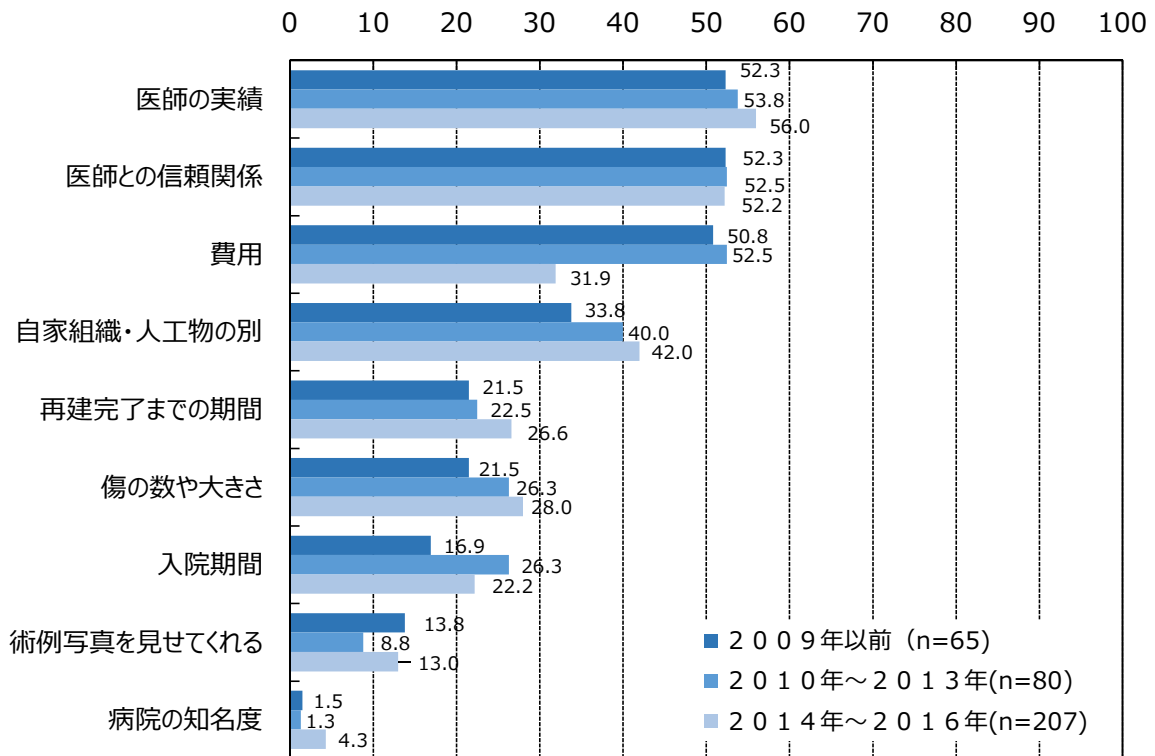
● **最近罹患した人は「費用」面を気にしなくなる傾向**

複数回答でみると、「医師の実績」「医師との信頼関係」「費用」の3項目が高いが、罹患時期が「2014～2016年」の人については、「費用」は低い。これはインプラントによる再建手術が保険適用となった時期と符合する。

乳房再建手術を受ける際に考慮する項目（複数回答）

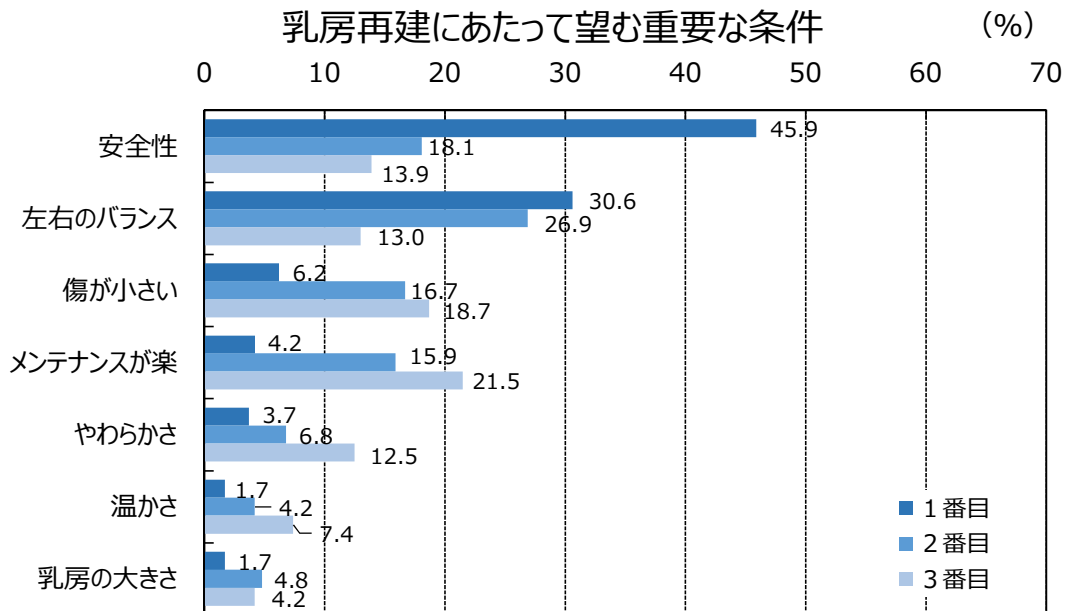
（乳がん罹患時期別）

（%）



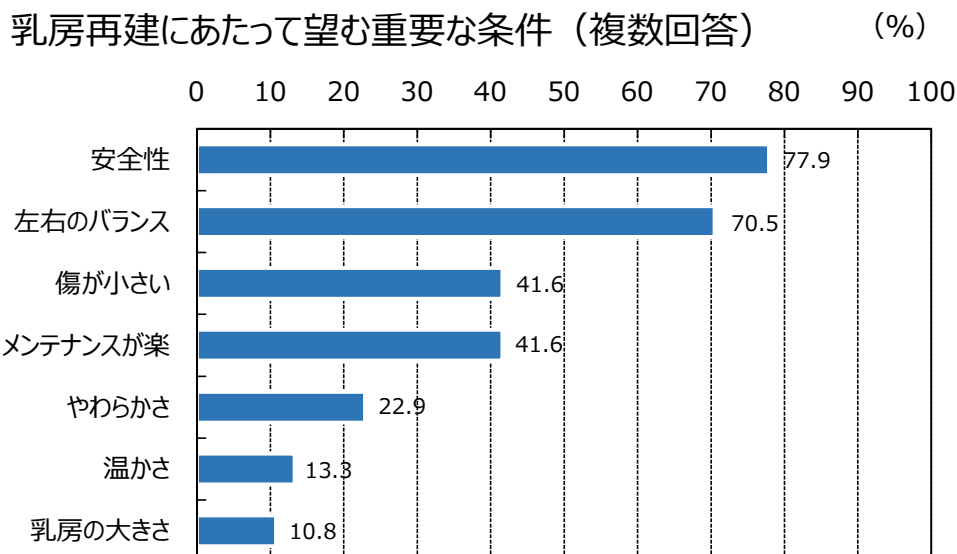
9. 再建にあたって望む条件は

乳房再建にあたって重要なこととしては、1 番目に「安全性」を望む人が多く、外科手術である以上、何といても安全性が絶対条件であることがわかる。1 番目に「安全性」をあげた人以外では、「左右のバランス」と答えた人が多い。



● 安全性に次いで重視される「左右バランス」

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、8 割弱の人が「安全性」をあげ、次いで「左右のバランス」が7割とこの2つが非常に高い。次に「傷が小さい」、「メンテナンスが楽」を4割の人があげている。手術である以上当然のこととはいえ、整容性（手術後の見た目の美しさ）より安全性のほうがまず重視されていることがわかる。

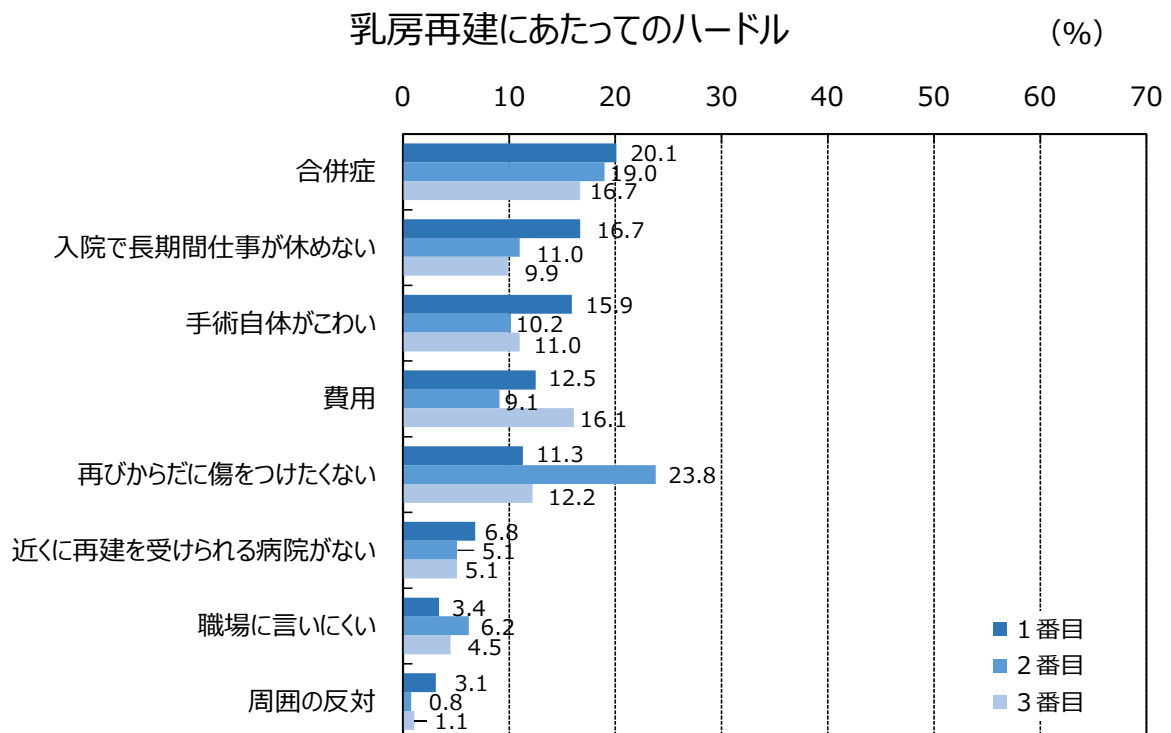


前記にあげた項目以外で、乳房再建にあたって望む重要な条件について自由記述で尋ねたところ、下記のような意見があがった。内容的には選択肢と重なるものもあるが、手術の安全性と美しい仕上がりが望まれていることがわかる。

<ul style="list-style-type: none"> ・身体への負担 ・見た目のバランスと実際の生活上での都合との整合性 ・手術後の医師のフォロー ・完成までの期間 	<ul style="list-style-type: none"> ・自然な仕上がり ・形！ ・合併症がないこと ・リンパ浮腫やがん再発を誘発しないこと
--	---

10. 乳房再建を考えるにあたりハードルになること

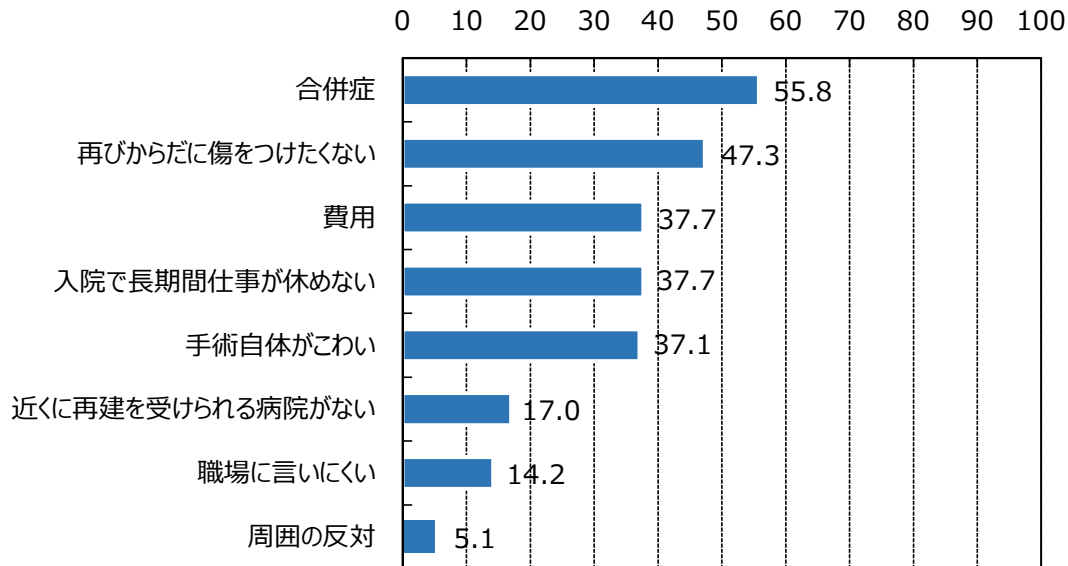
乳房再建にあたっての1番目のハードルとしては、「合併症」があげられている。2015年調査と同じ結果である。次いで「入院で長期間仕事が休めない」が続く。2015年調査では、これに次いで「再びからだに傷をつけたくない」があがっていたが、今回はこれを2番目にあげた人が突出して多い。



●「合併症」と「再度の手術」への懸念と不安が再建手術へのハードル

これを複数回答でみると、55%が「合併症」、47%が「再びからだに傷をつけたくない」をあげている。これに「費用」「入院で長期間仕事が休めない」「手術自体がこわい」が続く。

乳房再建にあたってのハードル（複数回答） (%)



前記の項目以外で、乳房再建にあたってハードルになったことについて自由記述で尋ねたところ次のような意見があがった。術後生活への不安のほか、地元により施設が少ないこと、高齢の親の介護や子どもの世話など家族のことで時間がとりにくいことなどが問題となっているのがうかがわれる。

<ul style="list-style-type: none"> ・医師の情報が手に入りにくい ・地方なので、相談に行くにも通院に時間がかかる ・意識の高い医師が地元にはいない ・術後の生活がどうなるか不安 ・乳がんの再発リスクとの関係性への不安 ・再発したときに悪影響がないか 	<ul style="list-style-type: none"> ・満足した出来ばえになるのか心配 ・失敗したら、簡単に治せないのではないか ・再建してくれる病院の待ち時間が長い ・子供が小さく、長い間、家をあけられない ・家族の理解、協力 ・親の介護がある
---	---

● **最近罹患した人にほど強い「合併症」への不安**

再建手術のハードルとなっているものについて（複数回答）、「2009年以前」の罹患者を基準に多い順に並べ比べると、「2014年～2016年」の人は6割以上が「合併症」をあげており、特に高い。続いて「再びからだに傷つけない」「手術がこわい」を4割以上の人あげているのも特徴的だ。

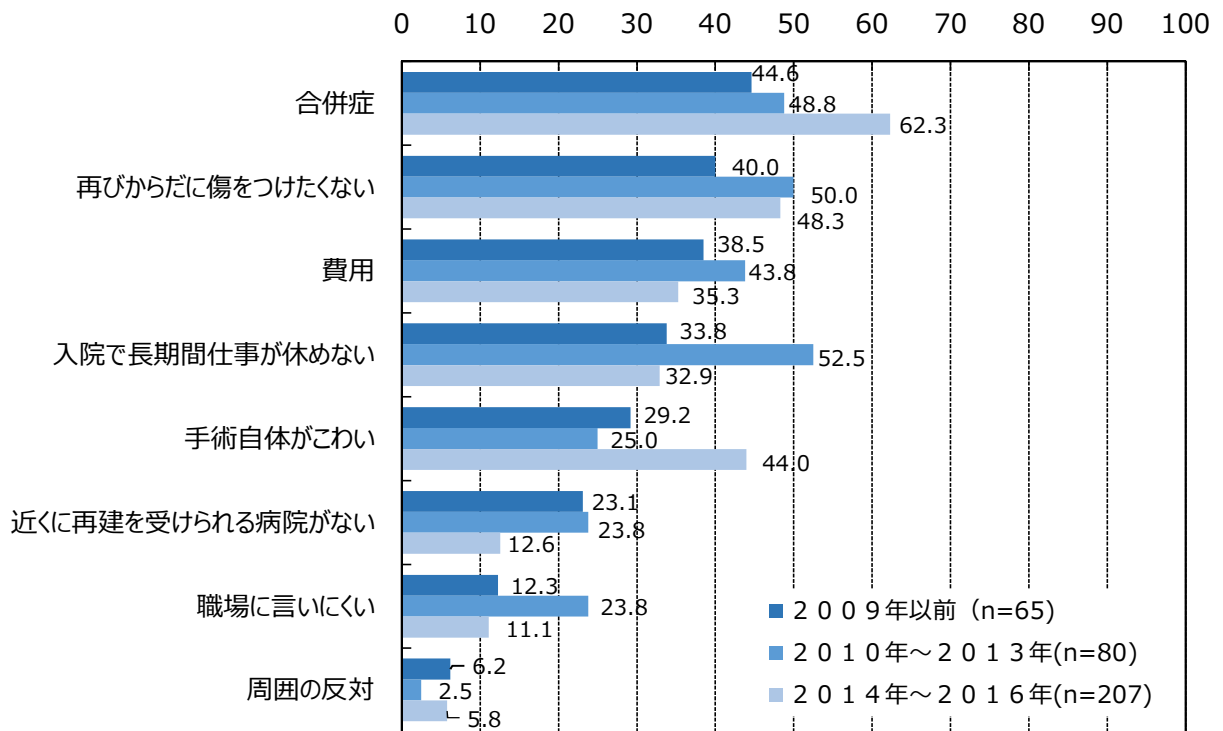
一方、「2009年以前」の人では、「合併症」「再びからだに傷つけない」「費用」の順でとなっている。「2010年～2013年」の人では、「入院で長期間仕事が休めない」「再びからだに傷つけない」をあげる人が多く、乳がん罹患した時期によって再建のハードルとなる項目に違いがみられた。

比較的最近乳がん罹患した人ほど「合併症」「手術自体がこわい」をあげる人が突出して多いのは、再建に関する情報が増大し、リスクに関する情報に接する機会が増えているからではないかと思われる。リスク情報の提供は大切なことである反面、再建希望者の気持ちにブレーキをかけるおそれもあり、今後の情報提供のあり方が問われているのではないだろうか。

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）

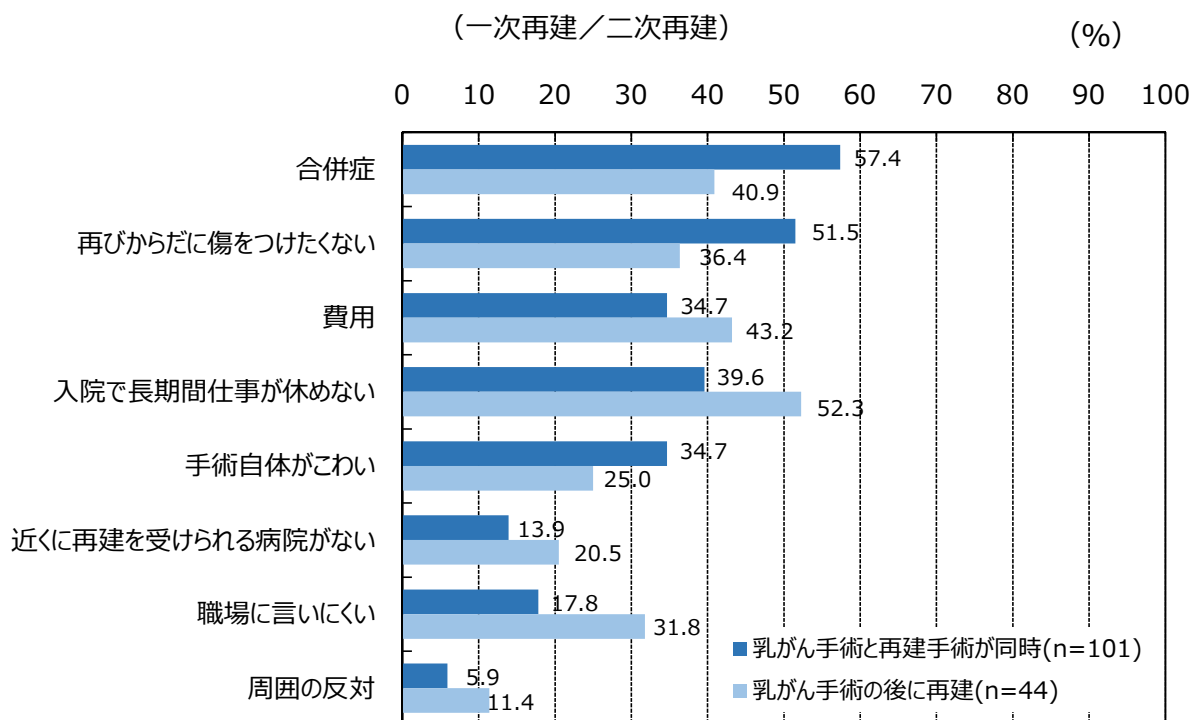
（%）



また、再建手術にあたってのハードルとなる項目について、一次再建と二次再建の別にみると、一次再建では「合併症」と「再び身体に傷をつけたくない」をあげる人が多い。「合併症」のリスクがあることを認識しながら、これ以上身体に傷をつけたくないという思いから1回でも手術回数を減らすため、一次再建を選ぶ人が多いものとみられる。

一方、二次再建では「入院で長期間仕事が休めない」「職場に言いにくい」をあげる人が一次再建より多い。その背景として、「乳房再建手術」が乳がん治療の一環であるということについての理解や認識がまだまだ社会全般に広がっていないという実態があり、そのため再建手術で仕事を休むことに難しさを感じる人が多いのではないだろうか。

乳房再建にあたってのハードル（複数回答）



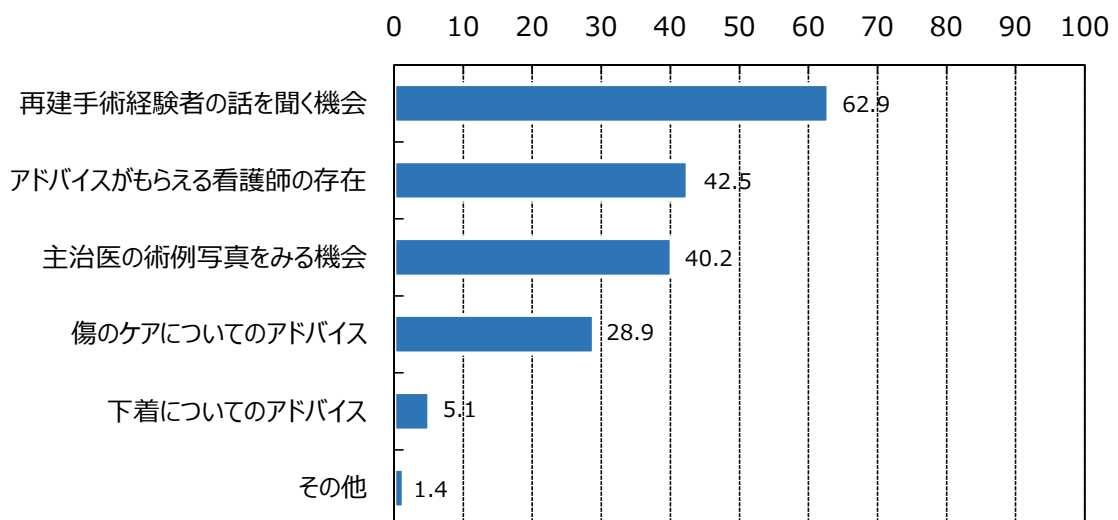
11. 病院でほしかったサポート

● 再建に際しては「経験者の話」をまず聴きたい

病院でほしかったサポートでは、6割強が「再建手術経験者の話を聞く機会」をあげ、次いで「アドバイスがもらえる看護師の存在」「主治医の術例写真をみる機会」が続く。

ここで注目しておきたいのは、本報告書の「8. 「乳房再建手術」を受ける際に考慮すること」(P.23)では、「術例写真を見せてくれること」をあげた人が少ないのに対して、病院でほしかったサポートに限定した質問では、4割の人が「術例写真をみる機会」を求めていることだ。質問のしかたの違いによるものとはいえ、実は患者さんは術例写真をみることを希望していることがよくわかる。

再建手術の際に病院でほしかったサポート (%)

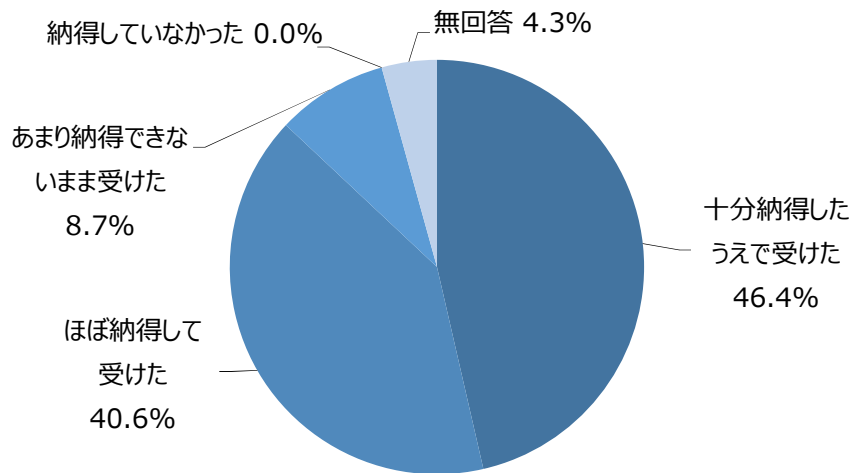


12. 乳房再建手術の納得度と満足度

(1) 再建手術の納得度

再建手術への納得度では、「十分納得」と「ほぼ納得」している人の合計は86%と、9割近くは納得して手術に臨んでいる。

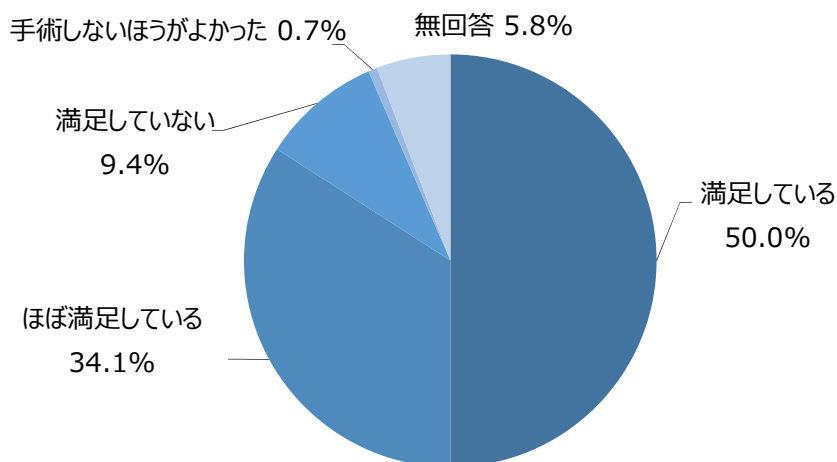
乳房再建手術に際しての納得度 (n = 138)



(2) 再建手術の満足度

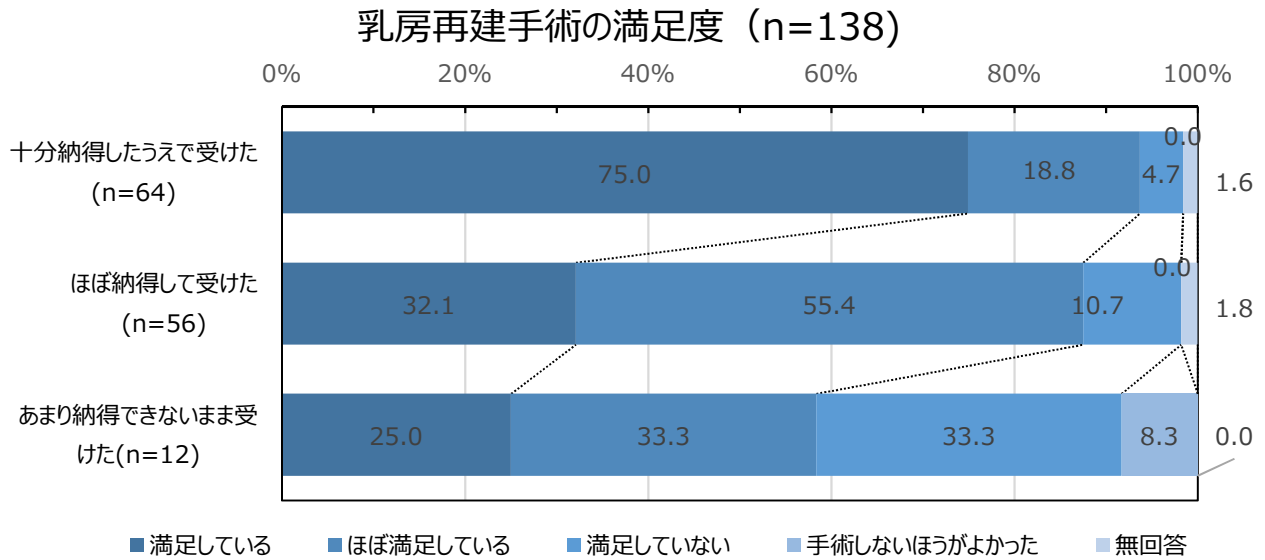
再建手術を受けた人の「満足」と「ほぼ満足」の合計は84%である。これは2015年調査（73.3%）より高い。逆に、「満足していない」9.4%、「手術しないほうがよかった」0.7%と、2015年調査（それぞれ12.0%、4.0%）より低くなっており、サンプルは異なるが、満足度は上がっている。

乳房再建手術の満足度 (n = 138)



● 納得して再建手術を受けた人ほど満足度も高い傾向

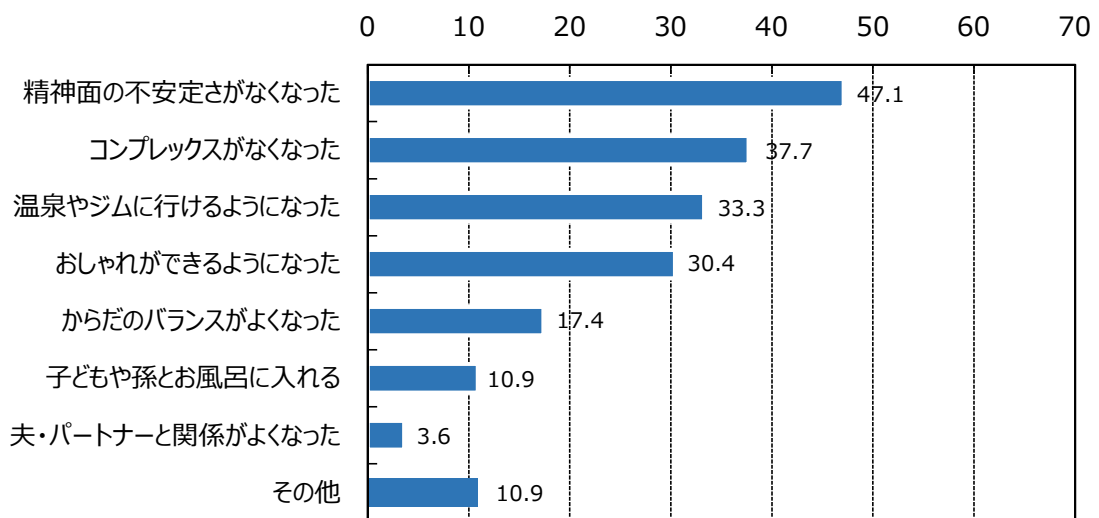
再建手術の納得度と満足度の関係を見ると、「十分納得したうえで受けた」人の満足度は高く、7割の人が満足している。一方、「あまり納得できないまま受けた」人の満足度は3割弱にとどまり、満足度は低い結果となっている。手術前に十分な話し合いが行われ、リスクについても納得いくまで説明を受けることが手術の満足度向上につながるといえそうだ。



(3) 再建手術をしてよかったと思うこと

再建手術をしてよかったと思うことは「精神面の不安定さがなくなった」で、半数近くの人があげている。次に「コンプレックスがなくなった」「温泉やジムに行けるようになった」「おしゃれができるようになった」などがあげられている。2015年調査では、「コンプレックスがなくなった」は4位（16.0%）だったが、今回は精神面に関する項目が上位に来ている。いずれにしても、再建手術を受けることによって気持ちが前向きになったことをよかったと感じていることが見てとれる。

再建手術をしてよかったと思うこと (n = 138) (%)

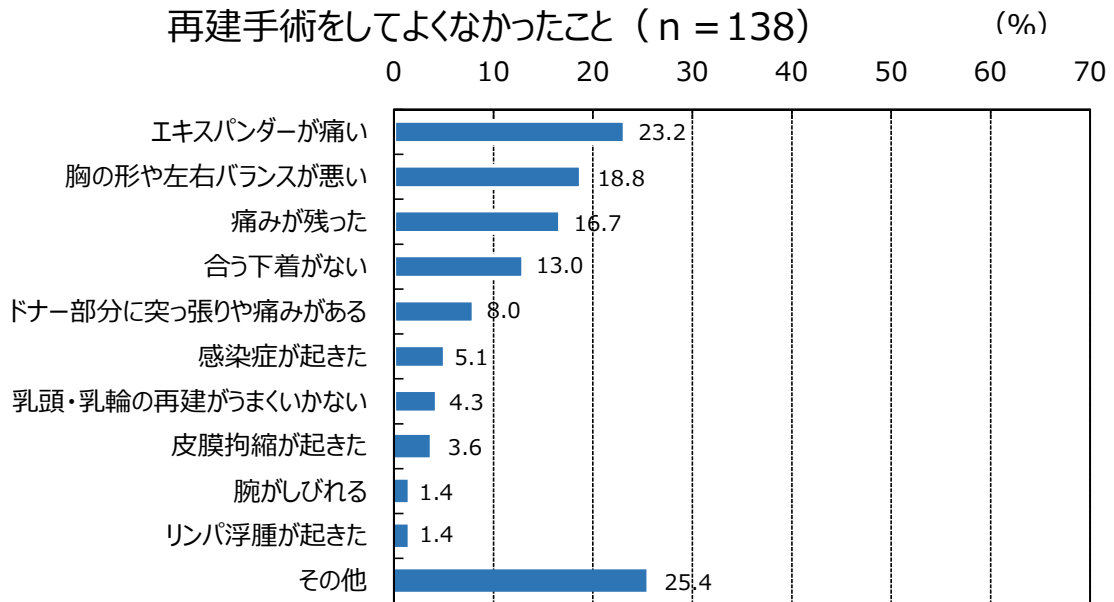


その他として、次のような意見があげられている。

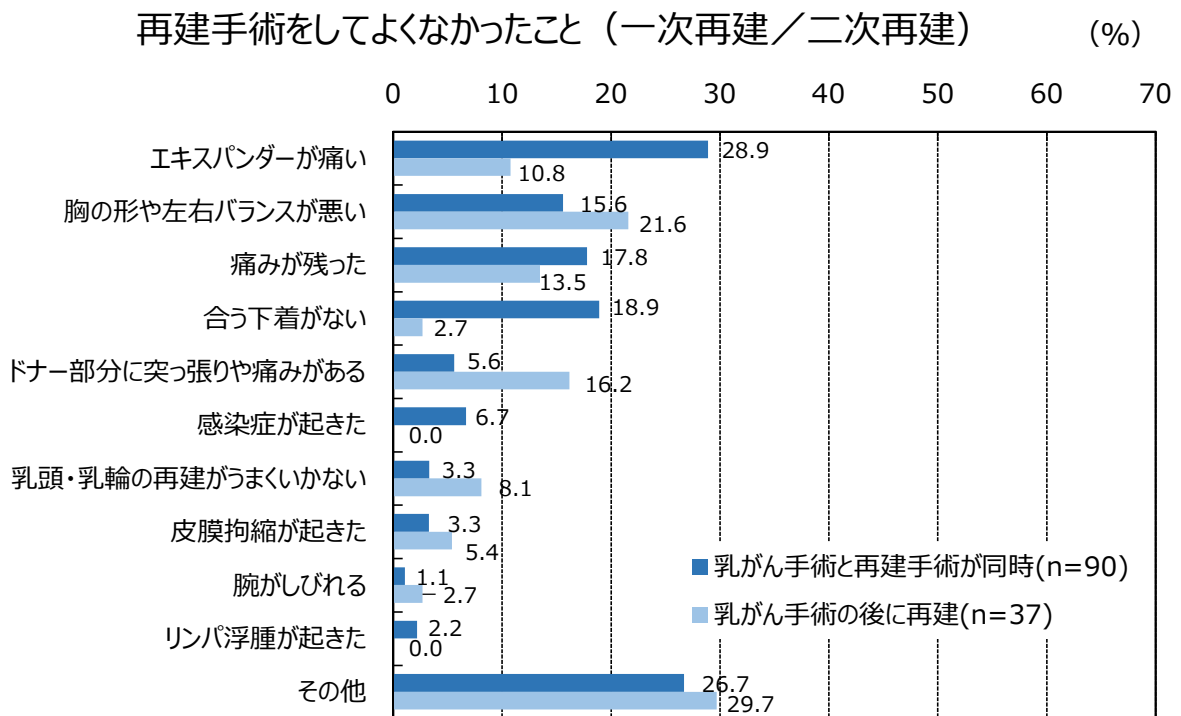
- ・前向きに生きて行ける気がして、手術を受けて本当に良かった
- ・パットを入れるストレスが解消された
- ・乳房の喪失感を感じずにすんだ（一次再建）
- ・乳がんになり希望を失ったけれど、再建という目標ができて前向きになれた
- ・変形の少ない身体を維持できたことで、本来の自分を保てた
- ・術前と同じ生活が送れている
- ・下着で補正をする必要がなくなった
- ・普通の下着が身につけられるようになった

(4) 再建手術をしてよくなかったこと

再建手術をしてよくなかったこととしては、「エキスパンダーが痛い」「胸の形や乳房の左右バランスが悪い」「痛みが残った」「合う下着がない」をあげる人が多い。



これを、一次再建と二次再建の別に集計すると以下ようになった。エキスパンダーによる痛みはインプラントに入れ替えるまでの一時的なものだが、術後にまで残る「よくなかったこと」として、一次再建の人に「痛み」「合う下着がない」、二次再建の人に「形や左右バランスが悪い」等の思いが強い傾向があることがわかる。



また、上記グラフで注目したいのが、「感染症」をあげた人が一次再建では6.7%いたのに対し、サンプル数は少ないとはいえ、二次再建ではひとりもないという点である。乳がん切除と同時にエキスパンダーやインプラントなど人工物を入れた場合、感染症が起きやすいことが知られているが、この調査からもその点が裏付けられたといえる。

その他として、次のような意見があげられている

- ・エキスパンダーが重い。左右バランスが悪い
- ・乳頭・乳輪の形成が未完了だが、カタチだけのものになりそう
- ・傷が膿んで結局取り出すことになり、何度も入院・手術を繰り返した
- ・皮膚の引きつりやケロイドが治らない
- ・筋力トレーニング中に、痛みや異物感を感じる
- ・皮弁が定着せず、傷だけが残ってしまった
- ・将来、健側との差が出てくること。ずっと修正のことを考えていかななくてはならない
- ・本来の胸でなく人工物であることを日々感じてしまう
- ・近くに病院がなかったので、交通費も含めると費用がかさんでしまった
- ・エキスパンダーを入れているとき、ちやぶちやぶする感じが気になった
- ・ヨガのときなど、インプラントが自然につぶれないので再建側がかさばる
- ・固い、つめたい、不自然
- ・エキスパンダーを入れた際の痛みが強く、そのときはやらなければよかったと思った

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、類似性のあるものを別に整理したものである（文意を損なわない範囲で編集した）。

報告書 P.4 にも概要をまとめたとおり、今回調査で特徴的に現れていることとして、

- ① 「乳房再建手術」を受けることにし不安を感じている人が多い
 - ② 情報収集の重要性を認識すると同時に、その難しさを感じている人多い
- という2点をあげておきたい。

推測の限りだが、①については、インターネットや患者会などさまざまな場を通じて「乳房再建手術」に関する情報が豊富に得られるようになってきた一方で、リスクに関する情報に接する機会も増え、知れば知るほど不安が募り、決断できず迷っているという人が多いのではないだろうか。

②は、①と表裏一体の関係にあると思われるが、自分にとって必要な情報が適時適切に収集できなかった、選択肢がありすぎて迷ってしまうなど、情報収集の過程で混乱している人が多いことがうかがわれる。

その他、整容性を得るための手術にも保険適用を望む、医療の地域格差・施設格差が解消されてほしい等、参加者からは豊富な知識を背景にさまざまな問題提起がなされるようになっており、これからはさらに一歩踏み込んだ情報提供が必要になってきているように感じる。

●「乳房再建手術」に対する意識や認識の変化（自由回答）

1. 「乳房再建手術」に対する意識や認識の変化（セミナーに参加して）

1	母は30数年前に乳がんが全摘出し、胸筋までえぐりとられたような手術だったので、現在のような再建手術ができるようになって良かったと思います。
2	長年ずっと悩んできました。11年前は地元（名古屋）で再建できるところがなく、医師から東京まで出向くよういわれ挫折しました。いま、技術がかなり進んでいることで安心して相談に伺えると思いました。
3	どの方法が一番と決めるのはなかなか迷うところですが、再建手術があることで気持ちが前向きになれると思います。
4	乳房切除した時は、きれいな乳房は憧れでした。このような再建術式がたくさんできたことはうれしいことです。乳房再建がここまで進んできたことがとてもうれしいです。ありがとうございました。
5	10年前に乳がんになったときは、再建の話はどの先生方からも聞かず、ただただビックリするばかりです。もう67歳も過ぎ、いまさらという思いもありますが、患者会の仲間にはおおいに話をしたいと思いました。
6	手術して10年以上経過しています。再建についてはずっと考えていましたが、このような話を聞いたり写真を見せてもらったりしたのは初めての経験です。今後はもっと前向きに再建の事が考えていけるとと思います。
7	健側の方も手術（つり上げ、縮小）をすることになりましたが、両側について考えなくてはいけないということが最初の頃は思いもよりませんでした。

8	全摘でも温存でも、乳房再建手術が乳がん手術からの年数を気にしなくてできると知って安心しました。
9	乳房再建手術後の画像をスライドで見せていただきましたが、再建とはわからないほど綺麗でした。
10	再建することで、術後の人生が大きくかわるのではないかと思います。
11	再建手術は乳がん患者の希望だと思います。身体的、精神的、金銭的に少しでも負担が少なく、誰もが自由に再建手術ができればと思います。
12	今年の1月に全摘し、同時にエキスパンダーを挿入しました。乳腺外科の主治医の説明に納得して、手術と同時に再建することを決めましたが、今日のセミナーを聞き、大学病院では主治医の転勤もあり同じ形成外科医に5年、10年と継続してみてもらうのが難しいことに気がつきました。再建すれば終了ではないという事を肝にめじたいと思います。
13	楽な再建法はないということを知りました。
14	やるか？ やらないか？ まずは自分の考えをはっきりさせることが大事ということがよくわかりました。
15	「再建にはシリコンで」と思っていたのですが、自家組織での手術もあることを知り、今後わが身におきたときにどちらを選択するか今から考えておきたいと思います。
16	形成外科医の腕により術後が違ふということを認識できました。
17	再建するべきかどうか自分の状態によって異なり、自分で決めなければならないということすら気付くのに時間がかかりました。今日のセミナーはとても勉強になりました。
18	やっぱり再建は評判の良い開業医の先生を選んだ方が良かったのかなあと少し後悔しています。5年後、10年後にはどうしても被膜拘縮は避けられないこと勉強になりました。ありがとうございました。

2. 日ごろの悩み

1	ジムのお風呂では、いつも胸をかくして後ろ向きに入浴しています。堂々と入れるようになりたいので、絶対に再建したいと思います。
2	両側を全摘して22年たちます。通常の生活でブラジャーにパットを入れているので困ることはないのですが、集団での健康診断のときはゆううつでたまらなくなります。姉と温泉に行くときは、私は入りません。勇気をもって入ろうと思うのですが、結局お部屋にあるお風呂を利用しています。将来、老人ホームに入所したとき、みんなでお風呂に入るときのことを思うといまからゆううつです。何年経っても乳房再建手術ができることいって安心しました。
3	再建手術はしましたが、修正手術を受けておらず4年以上たっても完成していないので、温泉に行っても隠しています。
4	再建の技術は進んでいるのに、乳首のことがおざなりだと思います。私は両方とも乳首を切除し、両方とも放射線を当てているためタウーしか選択肢ないといわれ、お風呂やジムに行くことができません。パッチ式のものがありますが性生活もあきらめるしかなく、この点のケア、研究、選択肢をぜひ増やしていただきたいです。

3. 再建手術に対する不安・迷い

1	再建のリスクがなかなかわからず悩んでいます。近くの病院で再建ができないので、一人で入院することへの不安もあります。
2	再建に対して無知識です。再建のメリット、デメリットがもっと知りたいです。リンパ郭清しているため、リンパの流れの悪さに悩み中です。放射線治療も受けています。こんな状態でも再建はできるのでしょうか。
3	再建手術はしたいと思っているのですが、不安の方が多くて踏み切ることができません。

4	再建はしたいのですが、再び身体に傷をつくってまでしなくても…という思いと、前のような胸になりたいという思いが交錯しています。全摘術後のまる1日全く動けなかった時の背中痛みが忘れられず、同じような痛みが3日ぐらい続くと聞き、いま思案中です。
5	身体に負担が少なく傷あとも少ない方法があれば再建したいのですが、現在は迷っています。
6	胸がないのも嫌だと思一方で、再建手術も怖いと思ってしまいます。また再建した胸を自分のものとして受け入れられるのかという不安もあります。
7	全摘した胸を毎日見るたびに悲しい思いをしていますが、再建するかどうかで迷っているのは、手術がこわい、痛みが弱い、うまくいかなかった時のことを考えてしまう…という理由によります。かかっている病院が二次二期再建を行っていないので、再建すると決めてもどこの病院でできるのかとか、いろいろわからないことも多いです。
8	再建したら少しは日常生活が元に戻るような気がして日々前向きで過ごせそうですが、考えていたよりも大変には感じています。
9	手術から5年経ちました。術後2年後に再建を考えましたが早すぎるということで断念したままになっていました。当初は腋窩郭清を行っているからと自家組織での再建を勧められましたが、最近はインプラントを強く勧められ迷ってます。再建した方に会うと、しなければよかったという声もあり、さらに迷います。時間がかかっても納得のいく医療者を探したいと思っています。
10	数十年後にインプラントの入れ直しをするのは少し考えてしまいます。一生そのままだったらいいのに…と思います。
11	乳がん切除と同時にインプラントで再建手術を受けましたが、タバコを長年吸っていたこともあってうまくいかず、インプラントを抜くことになってしまいました。再び身体にメスを入れるのが怖いのと、また合わないのではという不安が大きく、いまの身体を受け入れている自分もいるので、再建はまだ考えていません。
12	合併症についても良く知りたい。自家組織で再建したとき、何年後かに腹筋等への影響はないのでしょうか。
13	痛み、破れ、再びメスを入れることなどが不安。大きな手術をして、また痛い思いをしたくありません。インプラントの入れ替えも不安です。それでも乳房を失ったショックは何年も続き、大好きなお風呂が嫌いになりました。ふだんは忘れていても胸を見ると思い出し、術前の苦悩や痛みまでも思い出してしまいます。再建したい、でもこわい。でもこのままじゃいや…と、毎日ふらふら気持ちが揺れています。
14	再建してしまってからトラブルがあるのではないかと心配です。
15	再建して元の大きさの乳房に近いものを取り戻したいけど、メスを入れてまでやる価値のあるものが得られるのかと思うと迷います。二次再建の場合、乳がん手術と再建の傷がわからない程度になるのか、そうなるのに何年くらいかかるのか気になります。再建で形がもとに戻っても傷がくっきり残ってしまえば、それがまた悲しみを呼びます。触り心地も違うし、それに耐えられるのか。病気ではないのに身体にメスを入れることに抵抗があります。
16	両側全摘出し現在エキスパンダー挿入しています。もともと小さい胸でしたが元の大きさより小さい胸になるのはいやで、自家組織ではAカップより小さくなるからと、インプラントでの再建を勧められています。あたたかい胸がほしいけど、小さい胸になるのは考えてしまう。100%納得できる再建は難しいと思うものの、どこで線引きをして再建にのぞめばよいかかわからず迷っています。やり直しができるのはインプラントだと思いますが、2回も3回も手術はしたくない。あせって再建を決めてはいけなと思います、エキスパンダーの痛みはいやです。
17	術後8年間に保険適用になり、温存主流が全摘同時再建になるなど再建手術も変わりました。選択が増えた分情報も多くなり、また今後も新しい術式が期待できるのかと思うとなかなか手術に決断がつかえません。まだまだ乳房再建の情報不足の現状だと思うのでこういうセミナーはとても大切だと思います。
18	再建の術式や技術の進歩を感じます。いろいろな再建方法があって選択肢が増えた分、再建を希望する者としてとても迷ってしまいます。

19	再建について自分なりに調べれば調べる程大変さがわかり悩むところです。
20	興味はありますが、身体への負担、仕事との関係、長期的な影響について不安があります。こうしたセミナーで解消する不安もあるのでゆっくり考えていきたいと思います。新しい技術の発展にも期待しています。
21	乳がん治療を受けている病院から再建する病院に移る際、どのような手順をふんでいったら良いのかがよくわかりません。
22	術後再建用の下着は専用のものを使用しないでいいのか？ 術後の保湿ケアで市販のお勧めのものはあるか？ 健側の下垂に対するケアは必要か？ 身体をよく動かす仕事では、穿通枝皮弁法や腹直筋皮弁法の場合どのくらいで復職できるか？ 性生活ではエキスパンダーを入れている時に夫やパートナーにさわらせない方がよいか？ など多くの不安や疑問があります。
23	10年前に右乳房全摘手術を受けて再発もなく順調に経過したので、また元のような乳房を取り戻したいという気持ちになってきました。しかし再び身体に傷をつけることに抵抗があり、いろいろ情報を集めたいと思っています
24	とても興味ありますが、手術に対する怖さと、術後の整容性への不安があります。もっと簡単にできる方法が発明される事を待ち望んでいます。

4. 乳腺外科医・形成外科医など医療者とのコミュニケーション

25	医師によって説明がちがう。きちんとできる医師が少ないと感じます。
26	近くに再建をしてくれる病院がなく、乳がん手術の際に再建まで含めた説明を聞くことができなかったので残念です。
27	手術前です。いつ再建を決めるべきかわかりません。主治医はいつでも良いといいますが、看護師さんに早く決める方がよいといわれあわてています。
28	再建手術では、技術面もちろん大切だと思いますが、私は医師との信頼関係が一番大切だと感じています。左右のバランスが揃っていないことを相談しても、主治医からは一方的にきれいにできているから問題はないと言われ失望してしまいました。もう少し患者に対しての配慮がほしいと思い転院しましたが、現在はとてもよく診てもらえて満足しています。
29	乳腺外科の先生方に、乳房再建手術がいまどれほど必要とされているかを知ってほしいです。

5. 事前の情報入手の重要性、困難さ

30	セミナーに参加して、再建に不安を持っている患者さんがたくさんいると感じました。ネットからもいろいろな情報が得られますが、何回聞いても人によってとらえ方が違うので、こうした場で参考になる情報をどんどん提供してほしいと思います。
31	乳房再建自体がまだ歴史が浅く術後10～20年後どのような状況であるかわからないので正直不安に思います。実際に再建された人が情報を発信したり体験を話すことで、再建手術に対する知識が向上していけばよいと思います。
32	手術する前にもっと調べればよかったと思いました。たくさんの術式があるのを知ってよかったです。
33	主にHPからしか情報が得られず、とても片寄った知識しかなかったかもしれない状況でした。病院によっては得意な手術や医師の経験が違うのでそこが一番大変でした。乳がん手術前に形成外科でみてもらったのはわずか1回でした。乳腺外科と形成外科との連携が病院によって違うのも気になりました。
34	一次一期で遊離腹直筋皮弁術を受けましたが、セミナーを受け穿通枝で腹直筋をとらない方法もあったときいて、自分の手術の方法をよく理解することが大事だったなあと感じました（この方法で再建したことには満足しています。）自家組織による再建は大変というイメージがあるのを改めて感じましたが、私はある程度予測して臨めたので、大変ながらも納得できました。

35	ネットで得られる情報は有名病院の有名医師のことが多く、自分が住む地域で自分が考える自分に合った再建を手助けしてくれる病院や医師についての情報がわかりやすくなればと思います。その点、医師個人のブログはたいへん参考になります。
36	軽度の浸潤で温存手術を受けたのですが、今回のお話をもっと早く聞いていたら、あれほど心配せずに手術の選択肢も色々考えることができたのではないかと思います。
37	乳がん治療に比べ、再建に関する情報量が少なく、どこに相談していいかもよくわかりません。信頼できる医師に出会いたいと思います。
38	術後1年過ぎましたが、どこで再建手術をして良いか病院選びに迷っています。セミナーを聞き、多くの手術方法があることがわかり、これから良く考えて再建したいと思います。
39	私の住んでいる地域には乳房再建手術を行っている病院がほとんどなく、医療格差を感じています。乳腺外科医からは再建などという話は全くなかったため、自分から質問をしたくらいでした。もっとこうしたセミナーの機会が増えると患者さんも心強いと思います。
40	選択肢が増えている分、悩みも多くなるので、このようなセミナーで情報を発信したり情報共有ができる機会がもっとあるといいと思います。保険適用の範囲が広がればもっといいと思います。
41	会社の健診で見つかり翌月手術。同時にエキスパンダーを入れました。インプラント入れ替えの予定も決まりました。乳がん手術後ではなく、手術前にこれだけの量の情報が手に入ると患者さんのためになると思いました。
42	田舎暮らしで周りに乳房再建をしている病院もなく同病の知り合いもおらず、全摘するしか選択の余地がなく術後5年が経過しました。子供も2人おり、最近までは命があればこれもしようがないかと思っておりましたが、娘がママと温泉にたくさん行きたいと言い出し、自分の身体では娘に恥ずかしい思いをさせてしまう、まだまだ私もおしゃれがしたいと思い、再建を考えはじめました。今の主治医は再建に対して積極的でなく、とにかく情報がないことが不安でたまらない日々でしたので、もし近くに再建希望の方がいらしたらお役に立てるよう、きれいな満足いく再建がしたいです。
43	情報が成功のポイントだと思います。良い先生、良い施設が大切！
44	乳がんに関しては早期発見により命にかかわるという疾患ではなくなり、長期にわたって人生を送ることができるようになったと思います。患者さんの数は増加しており、いろいろな選択ができるとは思いますが、乳房再建に関する情報はあまり多くないと思います。また高齢の女性の再建もあまり行われていないように思います。もっといろいろな情報が簡単に得られることが必要だと思います。このようなセミナーが身近で開催されるとよいと思います。
45	再建するときには十分に情報を得ることが、満足いく乳房を作るのにとっても大切であることが理解できました。
46	今回のセミナーで再建手術経験者の胸を見せていただき、体験談もうかがえてとても参考になりました。普段同じ病気の方に話をきくことはなかなかできないので、良い機会になりました。
47	葉状腫瘍により摘出手術を受けました。乳房再建手術といえば乳がん手術の後についてがほとんどなので、インプラントの種類や、保険適用についてなかなか聞く事ができないので、こうした情報がもっと得られるとよいと思います。

6. 症例写真や再建経験者の話に接する意義

1	手術方法に迷っている時に、乳腺外科の主治医から形成のクリニックを訪ねてはとアドバイスを受け相談に行きました。症例写真を見せていただいたりするうちに、「こんなにきれいになお胸になれるなら…」と、病気をよそよこしまな考えが生まれ、手術方法を決めることができました。健側も少し豊胸していただき満足です。が、欲を言えばもう少し大きくなりたかったな…。
---	---

2	前病院ではいろいろな事があり、きれいな形に再建できませんでしたが、自分で選んだ医師・術式なので仕方ないと思っています。ただひとつ後悔しているのが、先生の手がけられた症例写真を見せてもらわなかったことです。医師とのコミュニケーションもあまりうまく行っていませんでした。現在は再建をやり直しているところですが、まだエキスパンダーの段階とはいえ、きれいになって気持ちがとても楽になりました。
3	「ニセモノを自分の体に入れるなんて…」何の知識ももってない頃はそんなふうに思っていました。それなら、真っ平な胸でもでしようがない…と。でも正しい情報、正しい知識を取得してみ、絶対にやった方がいいと思っています。再建に対する意識ががらりと変わったのは、あるイベントでたくさんの症例写真を見せていただき、体感会に参加してきれいな胸を見せていただいたからです。
4	再建は、症例をたくさん見てから自分に合った方法を見つけないといけません。地方にいるとなかなか機会もないので、今日のような機会はすばらしいと思います。

7. 再建手術の技術革新や環境整備への期待

1	地方によっては再建のできる病院が限られてくるので、どこでも出来るようになってほしい。
2	乳がん治療中の友達の中には、地方で再建手術が受けられる施設がなく、再建自体の情報も得られない人が少なくありません。こうしたセミナーで情報が集められる機会が全国に広がってほしいと常々思います。温存からの再建方法も現在臨床で研究されていると聞いているので、この先選択肢が増えれば、そうした情報も広げて頂きたいと思いました。
3	手術の普及によって患者の病気に対する意識が変わったと思います。全国どこでも均一でリーズナブルに手術が受けられるようになることを期待します。
4	再建率ももっと向上して、再建手術が乳がん手術の標準治療となるよう希望します。女性にとって乳房を失うのはつらいことです。
5	地域に関係なく、どこでも同じレベルの手術が受けられるようになるといいな—と思います。
6	左右のバランスをとるために健側をつり上げたりする手術も、再建手術の一環として受けられるようになると患者の負担もずいぶん軽くなります。術式が混合すると保険がきかない場合があるので、そこがもっと整備されてほしいと思います。
7	まだ日本では始まったばかりだと実感しています。患者数は増加していますが、まだまだ先生方の数がそれについていけないと思うので、先生方の数をもっと増えてほしいです。
8	病気で胸を失い、大好きな温泉に行くにも胸を隠さなければなりません。自分は何も悪いことはしていないけれど、周囲の視線がとても気になりました。自分らしく生きるということを考えると、再建するという選択は正しかったと思います。地域格差なく再建も標準治療として受けられるようになるといいですね。
9	身体の負担を少なくするためにも、今後一次一期再建が普及するよう希望します。
10	手術回数や入院日数が短くなって身体の負担が少なくなっていくと良いなと思います。
11	脂肪幹細胞注入での再建が希望です。早く一般的になればと思います。
12	施設によって形成外科医のレベルが違うという話をよく耳にするので、もっと全体的に安心できるレベルになればいいな—と思います。
13	正しい知識の普及、術者の倫理とスキル向上の推進。米国等海外の進んだ技術の導入とわが国に適した改良と普及。成功例・失敗例の分析、患者の声の共有などがさらに図られることで、乳房再建のレベルは上がっていくと思います。
14	乳房再建によって乳がんの手術後にも乳房を失わずに済むことがもっと広く認知されれば、検診を受ける方も増える気がします。地域格差が大きいので、どこに住んでいても高いレベルの手術が受けられるようになることを望みます。

15	二期再建に際して病院を選べることは魅力的だと思う反面、1つの病院で最後まで面倒をみってくれる横の連携のとれた、かつたくさん腕の良い医師がいる病院が増えるといいなと思います。
16	自家再建について、術者の技量が客観的にわかる情報があればよいと思います。
17	左右のバランスなど考えると健側も修正したいと思いますが、自費のため費用が高くてできません。乳がんで全摘後乳房再建する場合に、健側の修正も保険適用になるといいなと思います。
18	手術のテストをしてへたなドクターは手術をできないようにしてほしいです。
19	乳房再建専門のナースがいれば話を聞きたいと思います。
20	私のかかっている病院は再建に消極的です。再建について積極的な病院やドクターを紹介する一覧のようなものがあれば嬉しいです。医師数や再建数、種類などを自分で調べるのがとても大変です。
21	再建手術の多様性にびっくりしています。形成外科の技術の進歩に、乳がん宣告にも光が見えてきた思いです。しかし都市部と地方の形成外科の差や、大病院でも乳がん手術のみで終わり、再建の技術がないため諦めている人が多いのを残念に思っています。再建手術は女性に希望を与えてくれるものなので、一層の進歩に期待します。
22	正しい情報が全ての人に届くようになってほしいです。選択肢が提供されたうえで選べるように。

8. 「乳房再建手術」を受けてみて（再建経験者）

1	乳がん手術後、リンパ浮腫や傷の痛み、喪失感など心身ともに大変でしたが、3歳の孫から「オッパイどうしたの?」と心配されたのが一番辛いことでした。再建後、「はえてきて良かったね」と喜んでくれて、温泉にも一緒に行けるようになりました。再建後はリンパ浮腫も軽くなって本当にうれしく思います。なにか心が自由になったと感じています。自家再建でしたので術後しばらくは大変でしたが、再建してほんとうに良かったと思っています。
2	乳房を切除した方には、全員再建手術を受けてほしいと思います。手術を受けて胸ができれば前向きになれるし、胸を切除したことを忘れて生きていけます。これが何よりも大事ですばらしい。再建したことで人生感が変わり、生きる意味を改めて感じられるようになりました。乳がんの手術を受ける前に、再建できることを広く知ってもらいたいと思います。
3	全摘後は術側をかばうため身体のバランスがとても悪くなり、肩こりもひどくなりました。再建後は温泉も楽しめるようになります。元の生活が戻りました。健側をインプラントに合わせて縮小つり上げ術をしてもらい、若々しい胸になり、これはキャンサーギフトだとうれしくなりました。リスクは0じゃないけれど、悩んでいる方はぜひ思い切ってやってみたらと勧めたいです。
4	乳房再建は女性にとって生きる力になる手術だと思います。私自身手術を受けたことで考え方が前向きになり、日々充実した生活を送っています。早く再建手術側だけでなく健側の豊胸も保険適用になればと思います。
5	するしないは本人の気持ち次第ですが、私はして良かったと思っています。なくした胸をみるたびに乳がんのことを考えてしまうのであれば、手術をお勧めします。痛みは手術直後の一瞬です。そのあとの人生の方が長いよ～。病気になる前とはすべて同じではありませんが、ある意味ところが自由になれると思います。
6	自家組織で再建しましたが、術後感染症が起きて胸の下側3分の1ほどが流れてしまいました。その後約2年間において修復手術を受け、現在では左右のバランスのとれた胸をもつことができました。乳房再建手術についてはいろいろな状況の方もいると思いますが、あせらずじっくりとすすめてほしいと思います。
7	想像以上にきれいに作っていただけてとても満足しています。手術を何回も受けて大変でしたが、いまは赤ちゃんを育てるお母さんのような気持ちで新しいおっぱいを慈しんでいます。
8	ずっと自家組織にこだわっていましたが、先日インプラントで再建手術をしてとても気持ちが明るくなりました。術式にこだわらず、まずは前に進んでみるのだと思います。

9	悩んでいる方に「乳房を取り戻すことでまた新たな自分になれること、自信を取り戻せること」を伝えていきたいです。再建方法も日進月歩ですが、その方に合う術式を選ぶことができるよう、比較検討してもらおうお手伝いは喜んでさせていただきます。
---	---

9. これから再建することへの期待

1	乳房再建をして、胸が完成したときに初めて乳がん治療が一段落したとを感じるんだと思います。全摘を受け入れながらも時々悲しくなってしまうことがあり、再建できたら自信を持って前を向いて行けると思っています。
2	現在術前化学療法が終わり、間もなく乳がん手術を控えています。温存も可能と聞いていますが、再建もぜひ視野に入れて考えようと思います。
3	ジムのお風呂では、いつも胸をかくして後ろ向きに入浴しています。堂々と入れるようになりたいので、絶対に再建したいと思います。
4	乳房を切除したときは心の動揺が激しく、先生から再建のお話があっても考える余裕がありませんでした。発覚から手術まで時間はありましたが、病気と向き合うことができず、再建を先延ばしにしていました。どちらがよかったかはわかりませんが、まる3年たったいま、再建する気持ちが固まりました。
5	全摘出をしたばかりで、傷口が落ち着いたら再建手術を受けようと、それを希望に頑張ってきました。しかし、術後の病理検査の結果、これから抗がん剤治療を受けることになりました。いまは絶望感でいっぱいですが、何年後でも再建はできるという先生の心強い言葉に、まずはがんをしっかり治してから再建をしたいと元氣もらいました。
6	乳がんになったときは、子どものためにも命が助かることが一番で、全摘で胸が片方なくても大丈夫だと思っていたのですが、12年も過ぎると胸のことが気になってきました。当時も再建手術のことは知っていましたが、高額であきらめていました。保険適用されて希望が出ました。

－以上－