

第53回オンライン論文勉強会

Speaker 原 尚子
2025年3月21日開催

テーマ：リンパ浮腫、温める？冷やす？

今夜も、温泉よりも熱い議論が交わされたむくみゼミナール。今回はリンパ浮腫に対する温熱療法、冷却療法の効果、安全性について議論しました。意外な最新エビデンスと、みなさんからの現場の声が明らかになりました！

・2023年 イギリスから出た論文
・システマティックレビュー

エビデンスレベル

- エビデンスに基づく 診療ガイドライン
- システマティックレビュー
- 介入研究-RCT
- コホート研究
- 症例対照研究・症例集積研究・症例報告
- 総説・専門家の意見

『温熱療法は一概にNGではない？！』

リンパ浮腫患者さんのケアでは、血流増加によるリンパへの負担から、温熱療法は避けられる傾向にありました。しかし、最近の研究では、温熱療法がリンパ浮腫を改善する可能性も示唆されています。

- ・温熱療法に関する研究は、圧迫療法に比べて圧倒的に少ないのが現状。
- ・しかし、参加者からは「患者さんによっては温めると調子が良くなる」という声も。
- ・温泉での感染症リスクや、(浮腫でなく)炎症悪化の可能性も指摘されました。
- ・傷の有無、体調など、個別の状況を考慮すべきという意見が出ました。
- ・セルフケアが確立している患者さんには、温泉やホットヨガも選択肢に。
- ・セルフケアが不十分な患者さんには、安易な温熱療法は避けるべきでしょう。

グループトークでは「患者さんにどう指導しているか?」「実際、温めるとリンパ浮腫によさそう?悪そう?」という2つのテーマでディスカッションしました。

LINEのお友だち登録はこちら😊



【次回の勉強会】

2025年4月11日開催！テーマは「行動変容で効率的なケアを！」（担当：三原誠）