



# 人目が気になり温泉に行けない

## □ 患者さんが感じる不便さには

「手術後に人目が気になって、  
大好きな温泉やスポーツクラブに行けなくな  
った」

があります

## □ 生活の工夫

はじめは人目のない温泉にする、家族だけに  
する、など場所に慣れていくのがよいかもしれ  
ません

脱衣所から洗い場に行く間など、タオルで覆  
うのは、病気と関係なく自然な振る舞いです

洗い場に仕切りがある温泉もあります  
旅館やホテルのホームページで確認してみま  
しょう

## ・ 乳房の術後の方に参考になる用品

例えば、

**バスタイムカバー**：つけたまま温泉に入れる下  
着です

**パットのいれられるタオル**：タオルにパットが  
入れられるようになっていて、首にかけて使  
います

**人工乳房**：つけたまま入浴できます

## ・ ストーマがある方には、

肌色の小さなストーマ袋や、袋ごと貼り付ける  
専用シートがあります

タオルを2枚準備し、1枚は常に腹部をおおっ  
ておく、などの方法があります

## ・ スポーツクラブでは、安価なウィッグを泳ぐ時専 用にしてみてもよいかもしれません