



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 用に試してみるのもよいかもしれません