

# 抗がん剤治療を 受けられる方に

2016-2017



香川大学医学部附属病院  
腫瘍センター

# はじめに

ご自身・ご家族の方ががんと告げられたときどんなお気持ちになられたことでしょうか。怒り・恐怖・疑問・絶望などいろいろな感情を抱かれ、頭が真っ白になった方も多いと思います。

" 治らない "、" 治療が苦痛 "、" 再発・転移 "、" 死につながる " といった不安があると思います。

がんは決して特殊な病気ではありません。日本人のおよそ半数ががんを患い、男性では4人に1人が、女性では6人に1人ががんで命を落とされています。悩んでいるのはあなただけではありません。

抗がん剤治療を受けるにあたり、安心して治療が受けられるように御準備いただくこと、具合が悪くなったときの対処法などをこの冊子ではまとめています。是非抗がん剤治療が始まる前に御一読いただき、今後の抗がん剤治療にお役立てください。



## 〈目 次〉

|                       |    |
|-----------------------|----|
| ●がんってどんな病気？           | 4  |
| ●がんの2つの特徴             | 5  |
| ●抗がん剤ってどんな薬？          | 6  |
| ●抗がん剤治療を始めるにあたって      | 7  |
| ●抗がん剤を始めるにあたって        | 8  |
| ●抗がん剤治療中の体調の変化について    | 12 |
| ●抗がん剤投薬中の副作用          | 13 |
| 投薬中に気を付けていただきたいこと     | 13 |
| 帰宅後に確認していただきたいこと      | 15 |
| ●抗がん剤に伴う副作用           | 16 |
| ①アレルギー                | 17 |
| ②注入反応（インフュージョンリアクション） | 18 |
| ③吐き気・嘔吐               | 19 |
| ④下痢                   | 22 |
| ⑤便秘                   | 24 |
| ⑥疲れ、倦怠感               | 26 |
| ⑦口内炎                  | 27 |
| ⑧呼吸器症状（呼吸苦、呼吸困難や咳）    | 30 |

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| ⑨発熱 .....                     | 31 |
| ⑩貧血、血小板減少 .....               | 35 |
| ⑪皮膚症状 .....                   | 37 |
| ⑫手足のしびれ .....                 | 39 |
| ⑬脱毛 .....                     | 41 |
| ⑭性機能障害 .....                  | 43 |
| 外来化学療法センターをご利用になる患者様へ .....   | 44 |
| ●インフューザーポンプを使用して治療する方へ .....  | 45 |
| ●緩和ケア（緩和医療） .....             | 47 |
| ●セカンドオピニオン .....              | 48 |
| ●治療費（医療費） .....               | 49 |
| ●高額療養費制度について（平成28年1月現在） ..... | 50 |
| ●困った時の相談窓口 .....              | 51 |
| ●治療を決めるときのポイント .....          | 52 |
| ●がんと告げられた時に .....             | 54 |
| ●医療スタッフより .....               | 59 |
| ●予約外受診の目安 .....               | 60 |

## がんってどんな病気？

私たちのからだはたくさんの「細胞」からできています。

細胞には寿命があり、少しずつ壊れて無くなってしまいます。一方で細胞は分裂して新しい細胞を作っています。そのため、からだの細胞がなくなってしまうことはありません。

たとえば、私たちの皮膚は毎日少しずつはがれて（壊れて）いきますが、その代わりに新しい皮膚が生まれてきます。このように、からだの多くの細胞は壊れたり、増えたりをバランス良く繰り返しています。

こうした細胞の生き死には細胞の中にある「遺伝子」がコントロールしています。

しかし、何らかの原因で遺伝子に傷ついたり、正しく働かなくなってしまうとバランスがくずれて細胞が際限なく増えてしまうような変化を起こしてしまいます。こうした異常な性質をもった細胞が「がん細胞」なのです。

「がん細胞」は際限なく増えることで、からだの働きを邪魔したり、栄養を奪ったりする「がん」となってしまいます。

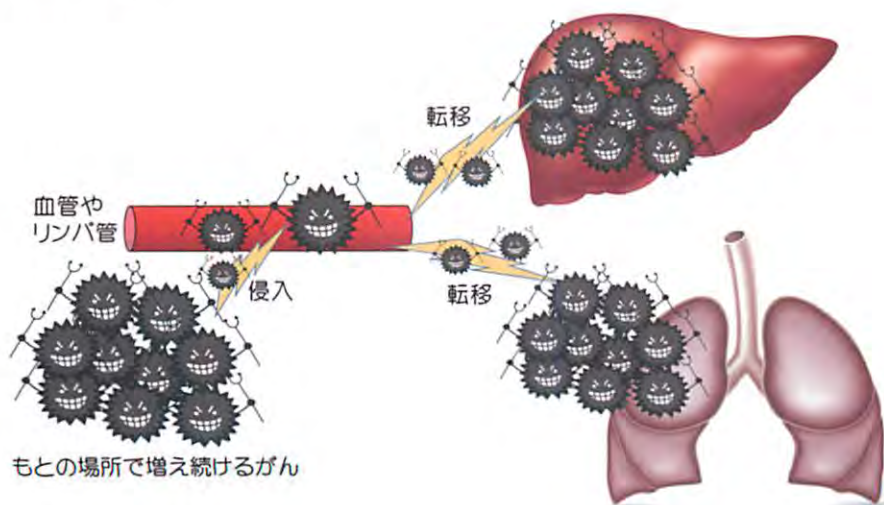
## がんの2つの特徴

私たちのからだにはさまざまな臓器<sup>そうき</sup>がありますが、それら臓器は数多くの細胞が集まってできたものです。正常な細胞はからだを維持していくために増えたり減ったりしてバランスをとっていますが、がん細胞はその調節機能が壊れ「際限なく細胞が増え続けて」しまいます。これが1つめの特徴です。

2つめは、「転移<sup>てんい</sup>する」特徴です。がんの周りにはたくさんの血の流れ（血管）やリンパ液<sup>えき</sup>の流れ（リンパ管）があります。がん細胞はこのような血管やリンパ管の壁を壊して侵入し、血液やリンパ液の流れに乗ってからだのいたるところに広がっていく特徴があります。

これら2つの特徴によって、がん細胞は生まれた場所から周囲の正常な細胞を壊しながら広がっていきます。

多くの場合、がんの死因は転移した場所でがん細胞が増え、さまざまな臓器の機能が破壊され、生命の維持に必要な働きが失われてしまうからです。



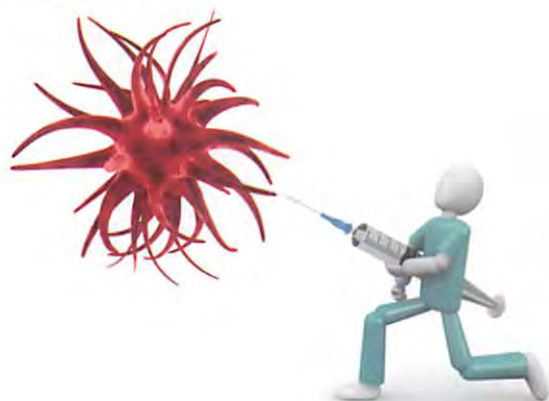
## 抗がん剤ってどんな薬？

抗がん剤は、がんを治療するために使われる薬です。抗がん剤を使う治療をがん化学療法といいます。

抗がん剤は、大きく分けて2種類あります。

1つめはこれまで多く使われてきた抗がん剤です。患者さんに投与することで、がんが小さくなる（少なくなる）ことが経験的にわかった薬です。このような抗がん剤はがん細胞と正常な細胞も攻撃するため、からだにダメージ、つまり副作用が出ることがあります。

2つめは「ぶんしひょうてきちりょうやく分子標的治療薬」と呼ばれる抗がん剤です。この薬はがん細胞の特徴を見分けて、がん細胞を増やさないようにするよう設計した新しい種類の抗がん剤です。現在さまざまな分子標的治療薬が開発され、がんが増える信号を抑えるものや、特に最近はがんによって抑えつけられていた免疫を正常に戻す治療薬が開発されています。問題点として、これまでの抗がん剤ではみられなかった特徴的な副作用が問題となっています。



## 抗がん剤治療を始めるにあたって

### かかりつけ医を持ちましょう

がんと向き合うこと、抗がん剤治療を受けることを悩みながら決めたとき、きつとなにから始めてよいのかわからなくなりますか？

まずは薬の特徴を知り、今起きている症状は何なのか、どうすれば毎日を少しでも楽に過ごせるのかということを自分自身で考え、理解し、自分の体調を管理していくための最も近道はかかりつけ医をもつことです。現在かかりつけ医をお持ちでない方は、まずはかかりつけ医をもつことから始めてみてください。

- 体調の変化を書きとめ、「どうすれば楽になったか」「どんな時が辛かったか」などをメモなどに記録してください。
- さまざまな症状を当院の医療スタッフにご相談ください。

※自分自身の体調を周囲の人に理解してもらうには、まずは相手に伝えることが大切です。



## 抗がん剤を始めるにあたって

### 外来で抗がん剤治療を受けられる方へ

抗がん剤治療を受けられるかどうかは、血液検査の結果や患者さん自身の体調や症状によって決定します。

「今日は大丈夫」と思っても血液検査の結果が悪かったり、「自分でいまひとつ」と思っている検査結果が良かったりします。抗がん剤治療を受けるかどうかは、**医師とよく相談して納得して**決めましょう。

### 血液検査について

一般的には診察前に採血を行います。

リザーバー（またはポート）という器具を埋め込んでいない方は、採血した腕と反対の腕から抗がん剤の点滴を行います。  
どちらの腕から採血したのかを看護師にお伝えください。

リザーバー（またはポート）を留置されている方は、リザーバーからでも採血ができます。器具の種類によってはできないこともありますので、担当医師とご相談ください。



### 抗がん剤の点滴を受ける前に

抗がん剤の点滴治療は数時間かかるものも多く、終日かかるものもあります。

当日の用件は来院されるまでに可能な限り済ませておいてください。

**抗がん剤の点滴を受けた患者さんが車を運転するのは危険です。**抗がん剤には、アルコールが含まれている薬剤もあります。

公共交通機関を使うか、車で来院する場合は家族の方に運転をしてもらうようにしてください。

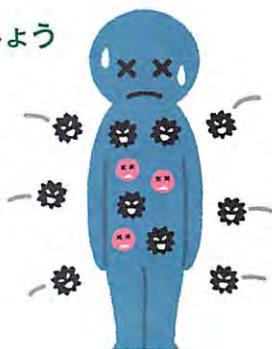
### ●生活習慣

治療後しばらくして感染しやすい状態になることがあります。うがいや手洗いを習慣にして、体調管理に努めてください（**特に点滴終了後から1～2週間**はご注意ください）。



### ●インフルエンザなどの予防接種を受けておきましょう

抗がん剤治療を受けると<sup>こつすいよくせい</sup>**骨髄抑制**という、細菌やウイルスに対する免疫力（抵抗力）が低下する時期があります。



インフルエンザや風邪<sup>かぜ</sup>、下痢<sup>げり</sup>などを生じさせるウイルスが流行する前に、抗体（免疫）をつけましょう。

治療を始める前に予防接種を受けることが望ましいですが、抗がん剤治療を受けている期間でも予防接種を受けられるタイミングがあります。担当医やかかりつけ医にご相談ください。



### ●かかりつけ歯科医を持ち、歯科受診をしておきましょう

自覚症状が無くても、う歯<sup>し</sup>（虫歯）・歯周炎<sup>ししゅうえん</sup>・歯槽膿漏<sup>しそうのうろう</sup>・歯石の存在が口内炎やお口のトラブルの原因になります。

**抗がん剤治療を受ける前には、歯科を受診し必要なら治療を受けてください。歯科治療の有無にかかわらず、かかりつけ歯科での定期的な歯科受診をお勧めします。**

口内ケアを行うことで、抗がん剤治療の副作用で起こる口内炎などの発生を予防することが可能になります。



ゾメタ<sup>®</sup>やランマーク<sup>®</sup>といった、**骨転移**を進行しにくくする薬剤を使用する場合、必ず**歯科受診**をしてください。治療を行っていないとあごの骨が壊死（腐ってしまう）してしまうことがあるので、特に治療前の歯科受診が重要になります。



図 がっこつえし  
顎骨壊死

### ●未成年や小さなお子様をお持ちの方へ

病気についてどのように話せば良いのか、といったお悩みから、日々の生活や授乳の問題など、さまざまな悩みが出てくると思います。専門の看護師が相談にのりますので、スタッフにお気軽に声をかけてください。



## 抗がん剤治療中の体調の変化について

治療の後にからだがひどく疲れたり、食欲が落ちたりすることがあります。

時間がたつにつれ次第に楽になってくることがほとんどですので、焦らずゆったりお過ごしください。

※症状がひかない、症状が強い時は遠慮なく医療スタッフにご相談ください。

### ●かかりつけ医を持ちましょう

治療を開始して多少の体調変化を生じることがあります。ご自身やご家族だけで自己管理をしていると不安に思ったり、困ったりすることがありますので、気軽に相談できるご自宅近くのかかりつけ医を持ちましょう。

かかりつけ医を持てば担当医間で連絡がとれ、ご自身の体調管理、副作用の自己管理がより安全に行えます。

※その他、心配事や相談がございましたら、担当の医療スタッフにご相談ください。



### 投薬中に気をつけていただきたいこと

#### ●吐き気

投薬中や投薬終了後に吐き気を催すことがあります。慣れるまでは、食事は軽めにしたり、口当たりの良いものにして治療にのぞむのが良いでしょう。

気分の悪いときは、遠慮なく看護師にお伝えください。



#### ●針の入っている部分の異常

点滴中に針の入っている部分が、赤くなったり、腫れたり、痛みを感じたりする場合は、我慢をしないで看護師にお知らせください。点滴中にお手洗いに行かれる際は、看護師に伝え点滴スタンドをご利用ください。針の入っている部分に力が加わらないよう、ご注意ください。



## ●かゆみや咳など<sup>せき</sup>

点滴中からだがかゆくなったり、かゆくなくても蚊に刺されたような  
発疹（ぶつぶつ）<sup>ほっしん</sup>が出てきたり、喉<sup>のど</sup>がいがらっぽいなど違和感が出る、  
咳が出るなど**普段とは違う症状がある場合は、どの医療スタッフを呼  
ぶなどすぐにお知らせください。**

アレルギー症状の可能性があります。



**何か不安に思ったり、疑問があるときは遠慮なく医療スタッフに声を  
かけてください。**

## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 帰宅後に確認していただきたいこと

### ●点滴したところや腕<sup>うで</sup>に異常がないか

抗がん剤の種類によっては、点滴終了後、数日がたってから点滴のところが赤くなったり、時には腫<sup>は</sup>れたりすることがあります。

このような場合は抗がん剤が漏<sup>も</sup>れている可能性があるので、外来を受診してください。薬の種類によっては、放置すると皮膚が壊死<sup>えし</sup>（腐<sup>くさ</sup>ってしまう）してしまうことがありますので、ご注意ください。



### インフューザーポンプを使用される方へ

自宅で抗がん剤の注入を続ける治療の方は、抗がん剤が減っているか、針の入った部位に痛みや腫<sup>は</sup>れがないかを時々確認してください。

抗がん剤の減りが悪い場合や、痛み、腫<sup>は</sup>れがある場合にはご連絡ください。

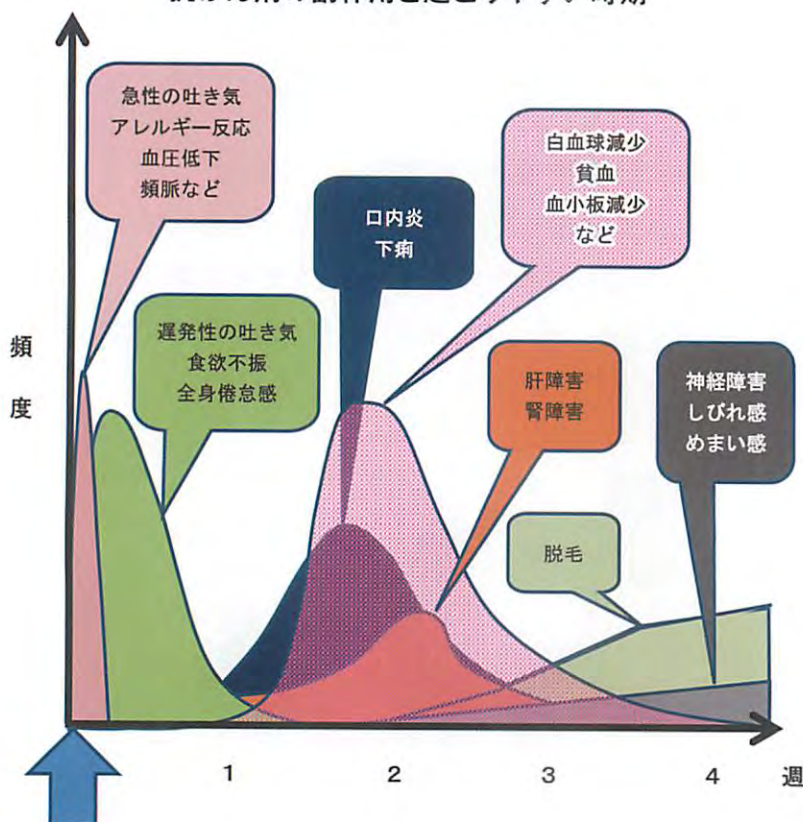


## 抗がん剤に伴う副作用

抗がん剤の副作用には、それぞれ症状が現れやすい時期があります。その時期に応じた対処を行うことで、副作用をかなりの部分コントロールできるようになってきました。

抗がん剤治療は「効果」と「副作用」のバランスを考えて治療を受けることが大切です。

抗がん剤の副作用と起こりやすい時期



抗がん剤投与

## ①アレルギー

過敏反応（アレルギー症状）を抑えるための薬を事前に投与しても、点滴中や内服後にアレルギー症状が出る場合があります。

ほとんどの場合、点滴では始めてから10分以内、内服薬でも比較的早く症状が出現します。

アレルギー症状が現れた場合は、**命の危険にさらされることもあるため**すぐに対処しなければ必要があります。

**次のような症状を感じましたら、すぐに近くの医療スタッフにお知らせください。**

### アレルギー症状

- 息苦しい
- 胸苦しい
- からだがかゆい
- 発疹（ぶつぶつ）が出る
- 顔がほてる

…など

※アレルギー止めの薬には眠気を催すものがあります。

**抗がん剤の点滴を受けた後に患者さん自身での自動車やオートバイ、自転車などの運転は大変危険です。**

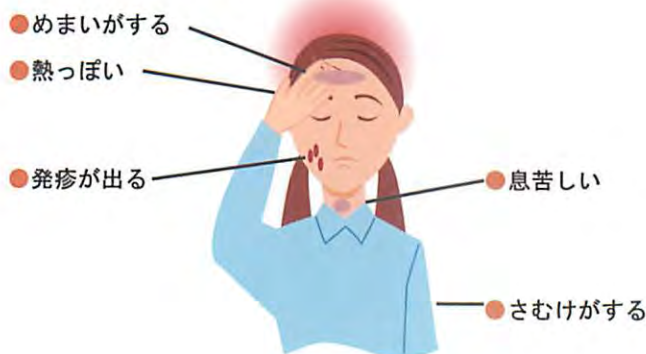
公共交通機関を使うか、ご家族の方に運転してもらいましょう。

## ②注入反応（インフュージョンリアクション）

先に述べた分子標的治療薬は、「抗体薬」とも呼ばれ、抗がん剤の投与中・投与後に、注入反応（インフュージョンリアクション）が起こることがあります。症状はアレルギー症状と似ており、息苦しさや、ほっしん発疹（ぶつぶつ）、おかん さむけ悪寒（寒気）が出てきたりします。副作用を防ぐために予防薬（抗ヒスタミン剤など）を投与していますが、完全には予防することができません。

下記のような薬剤をもちいて注入反応が現れた場合は、すぐに対処する必要がありますので、すぐに医療スタッフにお知らせください。

### インフュージョンリアクション



注入反応（インフュージョンリアクション）を起こしやすい薬

| 薬 剤 名                      | 初回投与時の頻度 |
|----------------------------|----------|
| リツキシマブ <sup>®</sup>        | 77%      |
| セツキシマブ <sup>®</sup>        | 12～19%   |
| トラスツズマブ <sup>®</sup>       | 40%      |
| ベバシズマブ <sup>®</sup>        | 3%       |
| ペルツズマブ <sup>®</sup>        | 13%      |
| ゲムツズマブオゾガマイシン <sup>®</sup> | 47.9%    |

### ③<sup>は</sup>吐<sup>け</sup>き<sup>お</sup>気<sup>う</sup>・嘔吐

症状の程度や時期はさまざまですが、吐き気や嘔吐が起こる場合があります。

また吐き気により食欲が湧かない、食事が摂れないなど症状が出ます。



#### ●対策

- ◆吐き気、食欲不振時に内服するよう処方されている薬（ゾフランザイデイス<sup>®</sup>など）を服用してください。飲み方はP. 21を参照ください。
- ◆吐き気が出れば、次の抗がん剤投与時に吐き気止めの薬を変更、追加します。

#### ●ポイント

- ◆無理をせず、“食べられるものを”・“食べられるときに”食べるようにしましょう。
- ◆吐いてしまったときは、脱水症状に注意（尿が出にくい・濃い、喉<sup>のど</sup>が渇<sup>かわ</sup>く、力が入りにくい、など）し、水分を補給しましょう。



## ●比較的食べやすいもの

- ◆冷たくて臭い<sup>にお</sup>の少ないもの
- ◆味のうすいもの
- ◆とろみのあるもの
- ◆炊き込みご飯・すし飯
- ◆市販の栄養補助食品



### 該当する場合にはすぐに連絡

- ✓ 水分、食事、薬剤の内服が十分にできない
- ✓ 吐き気に加え、腹痛や頭痛、めまいなどがある
- ✓ 最後に抗がん剤を注射／内服してから10日以上経過している

## MEMO

## 吐き気・嘔吐時の対処方法

吐き気止めの薬を  
持っている

はい

いいえ

吐き気、食欲不振がある時に  
内服するよう処方されている  
(ゾフランザイデス<sup>®</sup>、ナウゼリン<sup>®</sup>、  
ノバミン<sup>®</sup>、デカドロン<sup>®</sup>など)

2時間後  
改善した

2時間後  
改善なく悪化

- ✓ 脱水に注意するため水を飲む
- ✓ 無理せずさっぱりしたものを食べる



医療機関に相談・連絡

抗がん剤に伴う副作用

### MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

#### ④下痢

下痢は薬剤が腸の動きを活発にするため、または腸の粘膜を傷つけるために起こります。普段より1日5回以上の排便回数の増加は、注意してください。



##### ●発生する時期

抗がん剤の投与直後と、投与から約1週間後に起こりやすい。

##### ●日常生活の注意

- ◆まず普段の排便の状態を把握することが大切です。
- ◆下痢であれば消化の良いものを選び、規則正しい食事を心がける。
- ◆食物繊維の多い食事、脂っこい食事、香辛料を多く使った食事は避け、腹部・下半身の保温を心がける。

※下痢が続くと栄養や水分が不足し、体調を大きく崩す原因となります。特に脱水には注意し、水分を多めに摂ってください。

##### 該当する場合にはすぐに連絡

- ✓ 下痢だけでなく、口から食事や水分がとれない
- ✓ 便が白っぽい、右わきばらが痛む、突っ張る
- ✓ 下痢に加え発熱や悪寒、腹痛などがある
- ✓ 下痢に血が混じっている、色が黒い
- ✓ 抗菌薬を長く内服している

## 下痢時の対処方法

1日3回以上の下痢

下痢止めの薬を  
持っている

はい

下痢止め(ロペミン<sup>®</sup>)を  
1カプセルのむ

スポーツ飲料などで  
水分補給

2時間後  
改善した

はい

- ✓ 次回受診時医師に相談
- ✓ 経口抗がん剤内服中は、  
医療機関の診察時間内に  
問い合わせ

いいえ

2時間後  
改善なし

スポーツ飲料などで  
水分補給

もう一度下痢止めを飲む  
(ロペミン<sup>®</sup>など)

2時間後  
改善した

2時間後  
改善なし

下痢が治まるまで2時間毎に  
下痢止め内服

2時間毎に服用しても下痢が治まらない

次の日(平日)に  
受診しましょう



## ⑤便秘

抗がん剤の治療中には、多くの理由で便秘になりやすく注意が必要です。



- ◆便秘を生じやすい抗がん剤として、ピンクリスチン<sup>®</sup>、パクリタキセル<sup>®</sup>、ドセタキセル<sup>®</sup>、シスプラチン<sup>®</sup>などがあります。
- ◆抗がん剤の他に、制吐剤（吐き気止め）や、麻薬系の鎮痛薬で便秘が生じることがあります。

### 該当する場合にはすぐに連絡

- ✓ 便秘があるのに、処方された便秘の薬が飲めない、水分も十分に摂れない
- ✓ 便秘に加えて腹痛や吐き気、嘔吐がある。お腹が張りおならも出ない
- ✓ 以前から医師より血液中のカルシウムが高い、カリウムが低いと指摘されている
- ✓ 便秘に加えて背中や腰が痛い、足の動きが悪くなったり、感覚が鈍くなっている

## 便秘の対処方法

通常より便が出にくい、出ない

飲水をいつもより多めにする  
繊維の豊富な食事にする  
過度な運動を心がける  
(改善があれば継続する)

改善した

改善がない

便を軟らかくする薬や、  
腸を刺激して排便を促  
す薬を飲む

改善した

改善がない

- ✓ 次回受診時医師に相談
- ✓ 経口抗がん剤内服中は、  
医療機関の診察時間内  
に問い合わせ



医療機関に相談・連絡

抗がん剤に伴う副作用

## ⑥ 疲れ、<sup>けんたいかん</sup>倦怠感

抗がん剤治療を受けた後に疲れや倦怠感などの症状が現れることがあります。



### ● 対策

- ◆ 休息をいれ、ゆっくり過ごしましょう。
- ◆ 主治医と相談し、ときには旅行に出かけたり、軽い運動などをして、気分転換をとりいれましょう。

疲れや倦怠感のために受診されない方がいらっしゃいますが、そういった時こそ必ず次の予約には受診するようにしてください。

### 該当する場合にはすぐに連絡

- ✓ 倦怠感のため全く食事が摂れない
- ✓ 日中のほとんどの時間寝て過ごす

## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ⑦口内炎

口内炎は抗がん剤治療の副作用の中でも頻度の高い副作用です。

口内炎の原因は、薬による直接的な障害と、口の中の感染による障害の2つの原因があります。

**口内炎はいったん発症すると、抗がん剤を中断しない限り治りにくい副作用です。**

そのため**予防が非常に大切**です。

抗がん剤開始前に**必ず歯科受診**し、以後も定期的に通院、口の中を清潔に保つよう心がけてください。



### ●発生する時期

投与開始より1～2週間後に出現します。

口内炎ができると、口や舌の粘膜が荒れたり潰瘍ができ食べ物がしみたり、口の中が腫れたりします。

悪化すると食事をすることもつらい、水分も飲めないという状態になり、体力低下につながります。

### ●予防方法

かかりつけ歯科医をもち、歯科医、歯科衛生士から診察、口内ケアの方法を教えてください。

- ◆うがいは起床後、毎食後、寝る前の1日5回
- ◆ハミガキは毎食後30分以内に
- ◆歯ブラシは毛先がやわらかく、ヘッドが小さいものを
- ◆歯ブラシは清潔に保ちましょう

- ◆口の中が乾燥しないよう、こまめに水分をとりましょう

## 口腔ケア用品

スポンジブラシ



舌や歯茎と頬の間など粘膜の清掃に。

歯間ブラシ



歯と歯の間にたまった歯垢の清掃に。

舌クリーナー



舌苔の付着が強い場合の舌の清掃に。

嚥下性肺疾患研究会より引用改変

## ●食事の工夫

- ◆辛いものや香辛料など、刺激の強い食事は避けましょう
- ◆熱いものは冷ましてから食べましょう
- ◆口当たりが良く、やわらかいものの方がいいでしょう
- ◆酸っぱい食事、スパイスの効いた食事、塩分の多い食事は痛みが強くなることがあるので避けましょう

## 口内炎を生じやすい抗がん剤

**飲み薬** 5-FU系(S-1<sup>®</sup>、カペシタビン<sup>®</sup>)、シクロフォスファミド<sup>®</sup>、エトポシド<sup>®</sup>

**点滴** 5-FU、メソトレキセート<sup>®</sup>、イホスファミド<sup>®</sup>、メルファラン<sup>®</sup>、シスプラチン<sup>®</sup>、カルボプラチン<sup>®</sup>、パクリタキセル<sup>®</sup>、ドセタキセル<sup>®</sup>、イリノテカン<sup>®</sup>、ドキシソルビシン<sup>®</sup>、エピルビシン<sup>®</sup>、ダウノルビシン<sup>®</sup>、ミトキサントロン<sup>®</sup>、ビンクリスチン<sup>®</sup>

## 分子標的治療薬

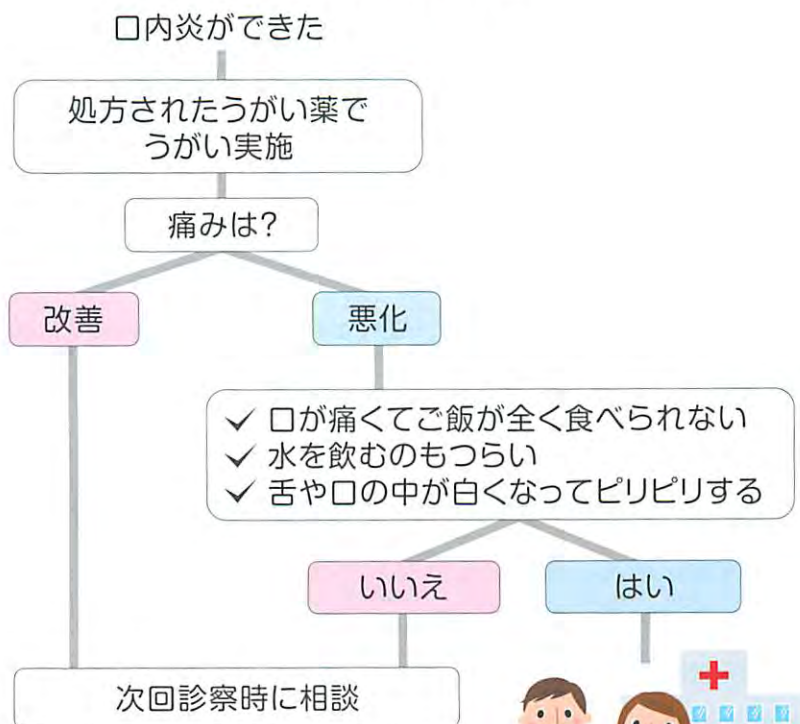
**飲み薬** エヴェロリムス<sup>®</sup>、スニチニブ<sup>®</sup>、エルロチニブ<sup>®</sup>

**点滴** テムシロリムス<sup>®</sup>、トラスツズマブ<sup>®</sup>、ペバシズマブ<sup>®</sup>、セツキシマブ<sup>®</sup>、パニツムマブ<sup>®</sup>

### 該当する場合にはすぐに連絡

- ✓ 口内炎が広範囲にでき、痛みで十分な経口摂取ができない
- ✓ 広範囲の口内炎に、発熱や悪寒を伴う

## 口内炎の対処方法



医療機関に相談・連絡

## ⑧呼吸器症状（呼吸苦、呼吸困難や咳）

抗がん剤治療中、呼吸器症状が出現することがあります。

稀ですが、間質性肺炎や肺塞栓症など**致命的な原因によって、呼吸器症状が出現することがあります**ので、不安に思えば担当医にご相談ください。

### ●原因

- ◆抗がん剤の副作用で起こる間質性肺炎（薬による肺への障害）
- ◆感染症（細菌性や真菌性、ウイルス性肺炎など）
- ◆がんの進行による症状
- ◆肺にめぐる血管がつまってしまう（肺塞栓症）

## 薬剤性肺炎（間質性肺炎）を起こしやすい抗がん剤

パクリタキセル<sup>®</sup>、ドセタキセル<sup>®</sup>、イリノテカン<sup>®</sup>、ゲムシタビン<sup>®</sup>

### 分子標的治療薬

エルロチニブ<sup>®</sup>、ゲフィチニブ<sup>®</sup>、エヴェロリムス<sup>®</sup>、テムシロリムス<sup>®</sup>、セツキシマブ<sup>®</sup>

### 該当する場合にはすぐに連絡

- ✓ 安静にしているとき、または少し動いただけでも呼吸が苦しい
- ✓ 呼吸苦に加え、発熱や寒気があったり、痰が多く出る
- ✓ 呼吸苦に加え、突然胸が痛くなった
- ✓ 呼吸苦に加え、微熱や空咳（たんがからまない咳）が出る
- ✓ 左右どちらかの胸にかたよって呼吸苦がある

## ⑨ 発熱

抗がん剤の重篤な副作用に骨髄抑制という血液の成分が少なくなる（作られなくなる）副作用があります。

血液の成分である白血球の特に好中球という成分が少なくなると、発熱を伴うようになり

はつねつせいこうちゅうきゅうげんしゅうしょう  
**発熱性好中球減少症**という抗がん剤特有の副作用を発症する恐れがあります。

治療中はこういった副作用を早く予見するために血液検査を繰り返し行います。医師から指示された検査は必ず受けるようにしましょう。

他に細菌やウイルスによる感染症、がんが体内にあることによる熱（腫瘍熱）、血栓症、お薬による発熱など原因は様々です。

原因に応じて対処法も異なるため、早めの対策をお願いします。

### ●対策

感染の予防として最も基本的な対策は「手洗い」、「うがい」です。

「手洗い」と「うがい」を徹底することで、からだに入ってくる細菌やウイルスを減らし、感染の危険性を低くします。

正しい方法を覚えて実践してください。



## ●日常生活の注意

- ◆白血球（特に好中球）が減っている時期に外出する際は、手洗い、うがいに努めましょう。
- ◆スーパーなどの人の多い所は避けましょう。
- ◆水分を多めにとり、便秘などしないように気をつけましょう。
- ◆ウォシュレットやビデなどがある場合は使用しておしりを清潔にしましょう。

## ●感染症……白血球、好中球が減った時

白血球は病原菌からからだを守り感染を防ぐ重要な働きをしてくれます。このため白血球が減少すると抵抗力が弱まり、感染しやすくなります。ほとんどの抗がん剤は白血球を減少させますが、その発生時期は薬剤によって異なります。多くの場合、投与後1～2週間目に最も減少し、その後1～2週間で回復します。

白血球がかなり減少している場合は白血球を増加させる薬剤を使い、白血球の回復を促進させることもあります。また、予防的に白血球を増加させる薬剤を抗がん剤投与後に投与することもあります。

発熱や肺炎などの感染症の可能性がある場合、飲み薬や点滴の抗菌薬を投与が必要です。抗がん剤投与前に処方されていると思いますのでご確認ください。

## 〈手洗いのポイント〉



1. 流水で汚れを洗い流しましょう。



2. せっけんを十分に泡立てましょう。



3. 手のひらとひら、次に手のひらと手の甲をあわせてこすりましょう。



4. 両手を組むように指の間をよく洗いましょう。



5. 爪の間も十分に洗いましょう。



6. 親指は反対側の手でねじるようにして洗いましょう。



7. 手首も反対側の手でねじるようにして洗いましょう。



8. 洗った手が汚れないように、流水でせっけんを汚れを十分に洗い流しましょう。



9. 清潔なタオルなどで水気を拭きとりましょう。



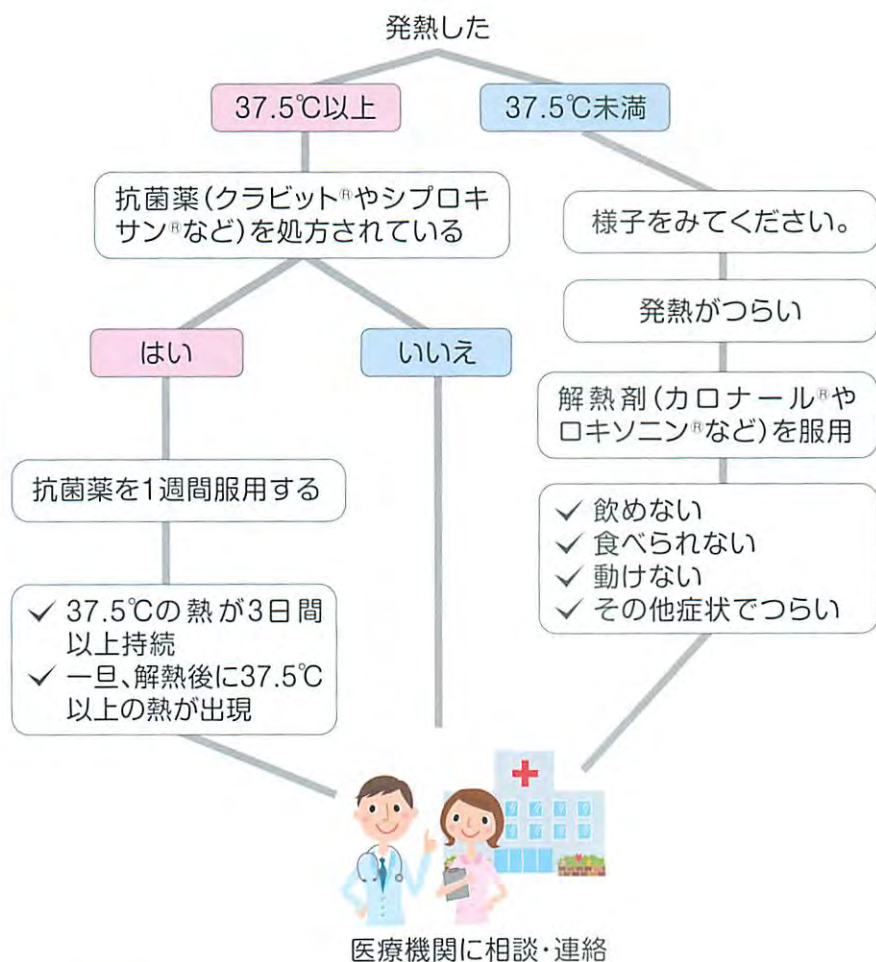
10. 手洗い完了！

## 〈うがいのポイント〉

- 水または医師から処方されたうがい薬でこまめにうがいをしましょう。
- 起床時、食後、就寝前などにうがいをしましょう。
- ガラガラ（のどの奥まで）、ブクブク（口の中全体）を数回繰り返してはき出しましょう。

### 該当する場合にはすぐに連絡

- ✓ 発熱時には必ず病院へ連絡するよう言われている
- ✓ 白血球が低い、または好中球が低いと言われている
- ✓ 抗菌薬をのんでいる最中に発熱した
- ✓ 強い悪寒や強いだるさ、めまい、ふらつき、意識がもうろうとしている
- ✓ 発熱に加え咳や息苦しさもある
- ✓ 発熱に加え片方の足がむくんでいる、胸が痛い、苦しい
- ✓ インフルエンザやノロウイルスの感染者が周りにいる



## MEMO

## ⑩貧血、血小板減少

- 前項でも述べたように抗がん剤による副作用に**骨髄抑制**があります。骨髄といういわば血液を作る工場の生産が、抗がん剤によって少なくなってしまうために血液中の成分である、白血球、赤血球、血小板が少なくなります。
- 白血球が少なくなると感染症や発熱性好中球減少症を発症する可能性があります。前項で述べたとおりです。
- 赤血球が少なくなると、貧血を生じます。
- 血小板は出血した際にまず血を固まらせることで止血してくれる働きをします。血小板が少なくなると止血しにくくなります。

### ●貧血……赤血球が減った時

赤血球は全身に酸素を運んでいます。

このため、赤血球が減少して貧血状態になると、**疲れやすい、めまいがする、息切れする、寒気を感じる、頭が重い**などの症状が現れます。貧血は、化学療法を長期間（数週～数ヶ月）続けると起こることがあります。

強い貧血の場合は、状況に応じて**輸血**を行います。

### ●日常生活の注意

- ◆十分な休養と睡眠をとり、無理をしないようにしましょう。
- ◆動き始める時は、ゆっくりと（起き上がり・立ち上がりなど）動きましょう。
- ◆急激な運動（走る、階段を駆け上がる）は避けましょう。

**貧血の症状を感じるようになったら、医療スタッフにご相談ください。**

## ●出血……血小板が減った時

- ◆血小板は、血液を固まりやすくする働きをしています。
- ◆このため、血小板の数が減少すると、**少しのことでも出血したり、血が止まりにくくなったり、打ち身などで内出血を起こしやすくなる**ことがあります。
- ◆血小板が減少して出血しやすくなっている場合は、状況に応じて輸血を行います。

## ●日常生活の注意

- ◆転倒や頭を打つなどのけがに注意してください。
- ◆採血や点滴の後は5分以上しっかりと刺した部位を押さえて止血してください（採血や点滴のあとはもまないようにしましょう）。
- ◆切り傷や擦り傷を作らないように注意しましょう。

**鼻血が出やすい、血が止まりにくい、青あざができやすいなどの症状があれば医療スタッフにご相談ください。**



## ⑪皮膚症状

アービタックス<sup>®</sup>、ベクティビックス<sup>®</sup>、タルセバ<sup>®</sup>などによる治療中に、**皮膚症状（にきびのような発疹、皮膚の乾燥・炎症など）**が起こることがあります。特に、顔や胸、背中、腕などに出やすいと言われています。

これらの抗がん剤治療が始まるときには、皮膚症状を予防するための軟膏が処方され、看護師や薬剤師がケア方法を説明します。

予防のケアを行っていても皮膚症状がひどくなれば、皮膚科を受診したり、場合によっては抗がん剤の量を減らしたり、一時的に治療をお休みしたりすることがあります。

### ●注意すべき症状

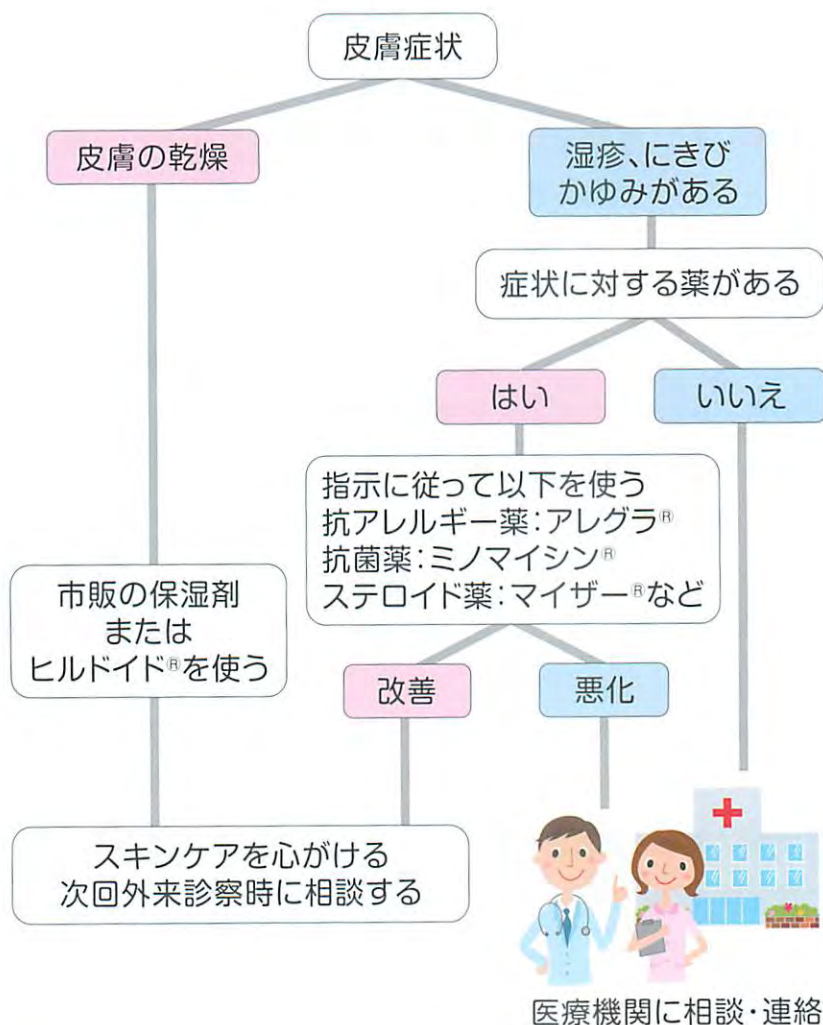
皮膚が乾燥する

皮膚にひび割れができる



### ●皮膚症状を予防するために

- ◆治療を行っている間は、できるだけ皮膚症状を予防するために、保湿剤を使って皮膚の乾燥を防ぎましょう。
- ◆治療が始まったら、処方された軟膏を用い、症状が現れるのを予防しましょう。
- ◆直射日光を避けたり、日焼け止めを使ったりして、紫外線による刺激を防ぎましょう。
- ◆からだを洗う際には、刺激の少ない石けんを使いましょう。



**該当する場合にはすぐに連絡**

- ✓ 身の回りの日常生活にも支障をきたす皮膚の症状
- ✓ 皮膚だけでなく、口の粘膜にも皮疹ができる
- ✓ 発熱も伴う
- ✓ 皮膚症状に使う薬がない

## ⑫手足のしびれ

抗がん剤では、使用する薬の種類にもよりますが、しびれがしばしば見られます。患者さんによって症状の程度は異なりますが、症状が軽いうちに適切な対処を行うことで、症状がひどくなることを防ぐことができます。治療を始めてから数日（3～5日）で症状が出る場合があります。



### ●主な症状

- ◆手足がびりびりする
- ◆手足の痛みがある
- ◆感覚が鈍くなる
- ◆指を動かしにくい（ボタンがかけにくい、字が書きにくい、ものを取り損ねる、本や新聞のページをめくりにくい、箸が使いにくい、スマートフォンや携帯電話が使いにくい）
- ◆つまずきやすくなる



### ●対策

- ◆症状がひどくならないように症状の変化を観察し、しびれが出始めたら早めに対処することが重要です。**軽いしびれであっても、必ず医療スタッフに伝えてください。**
- ◆症状を軽くするためや、ひどくならないように薬を使うことがあります。
- ◆強いしびれの場合には、治療をお休みしたり、薬の量を調節したりします。症状が落ち着けば、治療を再開します。

## ●ポイント

- ◆けがをしたり、物を落としてしまう危険性があるので重い物やたくさん荷物は、なるべく持たないようにしましょう。
- ◆つまずいたり転んだりしないように注意しましょう。
- ◆スリッパを避け、運動ぐつをはきましょう。
- ◆つまずきそうな物（コードなど）は片付けておきましょう。
- ◆症状がひどく、つらいときには無理をせず、まわりの人に手伝ってもらいましょう。
- ◆刃物など鋭利なものを使用するときは十分注意しましょう。



## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

## ⑬脱毛

- ◆毛の根元の細胞は抗がん剤の影響を受けやすく、抗がん剤の治療により髪の毛だけでなく、体中の毛が抜けます。
- ◆脱毛は抗がん剤開始投与を開始してから2～3週間の間に始まることが多いです。治療を終了して半年ぐらいたってから短い毛が生え始めます。一時的に髪質が変化しますが、だんだん回復し元のようにならぬことがほとんどです。それまでは帽子やバンダナ、スカーフ、ウィッグなどでおしゃれを楽しむつもりで脱毛と上手に付き合ひましょう。
- ◆脱毛をサポートする商品やコツをご案内します。医療スタッフにご相談ください。

### 〈薬剤別脱毛の頻度〉

(薬剤名は一般名です。商品名ではございません。)

| くすりの名前     | 脱毛発現率(%) | くすりの名前            | 脱毛発現率(%) |
|------------|----------|-------------------|----------|
| ドセタキセル     | 78.4     | カルボプラチン           | 9.8      |
| エトポシド      | 75.7     | ハーセプチン            | 2.0～10.0 |
| パクリタキセル    | 73.5     | インターフェロン $\alpha$ | 6.6      |
| アムルピシン     | 70.4     | レボホリナート           | 5.0      |
| エピルピシン     | 65.1     | ネダプラチン            | 5.0以下    |
| ドキシソルピシン   | 61.6     | シスプラチン            | 5.0以下    |
| イリノテカン     | 50.3     | カペシタビン            | 5.0以下    |
| ビンクリスチン    | 41.9     | 5-FU              | 3.7      |
| オキサリプラチン   | 38.0     | ゲフィチニブ            | 2.0      |
| シクロフォスファミド | 24.3     | S-1               | 1.0以下    |
| ビノレルビン     | 20.0前後   | ゲムシタビン            | 1.0以下    |
| メソトレキセート   | 14.0     | マイトマイシン           | 0.9      |

吉田清一監修:がん化学療法の有害対策ハンドブック第4版先端医学社 2004年版より引用改編

## ●ポイント

- ◆脱毛する前からウィッグを準備すると、治療に対する気持ちの準備ができます。ただし脱毛すると頭周りが小さくなるので、サイズ選びに注意します。
- ◆帽子やバンダナに髪がついたものもあります。見た目がとても自然です。帽子と付け毛を別々に用意して、ご自分で組み合わせることもできます。
- ◆あらかじめ短めのヘアスタイルにしておく、抜け毛があまり気にならずによいでしょう。
- ◆寝る時に枕の上にタオルなど柔らかい毛足のヘアブラシなど、頭皮にやさしいものを使用しましょう。
- ◆ドライヤーを使用する時は低温で使用しましょう。



## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ⑭性機能障害

抗がん剤は男性にも女性にも、性腺機能に何らかの影響があると考えられています。その程度は薬の種類や量により様々です。

将来妊娠を希望されている方は、抗がん剤の治療を始める前に主治医にご相談ください。



## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

# 〈外来化学療法センターをご利用になる患者様へ〉

## 1. 点滴治療の流れ

|        |    |                                                       |
|--------|----|-------------------------------------------------------|
| 受 付    | —— | 中央受付機にて診察・検査の受付をしてください。                               |
| 採 血    | —— | 2階 検査部で採血を受けてください。                                    |
| 問診・診療  | —— | 各診療科の受付で血圧・体重測定、問診票の記入をお願いします。                        |
| 点 滴    | —— | 外来化学療法センターは1階と2階にあります。<br>どちらで点滴をするかは各診療科の看護師がご案内します。 |
| 会計（終了） |    |                                                       |

抗がん剤に伴う副作用

**薬剤の種類により、自動車の運転を控えていただくことがあります。必ずお守りください。**

## 2. 点滴中の過ごし方

ベッドとリクライニングチェアを備えていますが、ご希望に沿えない時もあります。治療中は、室外には出られません。室内にトイレを備えてありますのでご利用ください。治療室への飲食物の持ち込みは可能ですが、匂いの強いものはお避けください。冷蔵庫、テレビはご自由にお使いください。テレビカードは不要です。ご用の際にはナースコールを押すか、看護師に直接声をかけてください。

## 3. 自宅での過ごし方

点滴後2日間は尿中に抗がん剤の代謝物が入っています。トイレの水は2回流しましょう。薬剤の種類によっては、血管の外に漏れることで皮膚に水疱や潰瘍を形成し重症化することがあります。点滴後の皮膚を観察しましょう。腫れ・痛みが生じた場合は、病院に連絡してください。自宅での副作用に困った時は、抗がん剤に伴う副作用の項目をご参照ください。

## インフューザーポンプを使用して治療をする方へ

インフューザーポンプを用いて自宅でも抗がん剤の注入を続ける治療方法があります。自宅での抗がん剤治療は心配なこともあるかと思いますが、気になることがあれば外来化学療法センターへ御連絡ください。

### 香川大学医学部附属病院 外来化学療法センター

時 間：平日（月～金） 9 時 00 分～17 時 15 分

電 話 番 号：087-898-5111（代表） 内線 3180

（ 夜間・休日：087-891-2334：救急外来事務当直 ）

### 連絡が必要な場合

- リザーバー留置部が痛い、腫れて赤くなっている
- リザーバー留置部の手が腫れた、しびれる、手が冷たい
- 目が見えにくい、しゃべりにくいなど普段と違う



## ●こんな時どうする？

### Q1 チューブの接続部から薬液が漏れたり、はずれた場合

A1 接続部がゆるんでいる場合は締めなおしてください。それでも漏れる時や完全にはずれた場合は、接続部をアルコール消毒し、ヘパリン Na ロック<sup>®</sup>を注入して針を抜いてください。ポンプ内にヘパリンが入っている場合はそのまま針を抜いてください（投与開始時にヘパリンが入っているか否かは説明があります）。

また、手に薬液が付着した場合は速やかに水で洗い流してください。

### Q2 ポンプの液が予定通り減らない

A2 白いクリップ（クレンメと言います）が閉じたままになっていないか、チューブが途中で折れ曲がっていないか確認してください。

予定の時間が来たら薬液が残っていてもポンプを外し、次回外来時に主治医に報告してください。薬液が全量入ることより予定の時間で終了することが重要です。

### Q3 ヘパリン Na ロック<sup>®</sup>が注入できない

A3 刺した針が宙に浮いている可能性があります。リザーバーと反対の手で、針をリザーバーに軽く押し込んでください。1日数回この操作を行うことで、針が抜けてくることを予防することができます。それでもヘパリン Na ロック<sup>®</sup>を注入できない場合は、無理に注入せずに白いクリップを閉じて御連絡のうえ来院してください。

## 緩和ケア（緩和医療）

### ●緩和ケア（緩和医療）とは

がんに伴う痛みなどの身体的苦痛、不安や葛藤などの精神的な苦痛、不快な症状を和らげることを緩和ケア（緩和医療）と言います。治療早期より緩和ケアを行うことで、苦痛が取り除かれることで治療が長く続き、寿命も延ばすことがわかってきました。もう末期なのかと思わずに、是非積極的に緩和ケア（緩和医療）を受けることをおすすめします。

### ●緩和ケア病棟について

緩和ケアを提供できる入院施設になります。

### ●在宅ケアについて

大切な時間を病院ではなく自宅で過ごしたいと思う方もいらっしゃると思います。

地域連携室は、在宅サービスを受けるための方法や訪問診療、訪問看護などを提供できる事務所との情報交換をする部署です。

相談をご希望の方は、主治医にご相談いただくか直接地域連携室にお越しください。

緩和ケアに関する情報は、以下の「**緩和ケア.net**」のホームページでも発信しておりますのでご参照ください。

[www.kanwacare.net](http://www.kanwacare.net)

### 香川県における緩和ケア病棟（平成28年1月現在）

| 施 設     | 住 所                 | 電話番号         |
|---------|---------------------|--------------|
| 高松平和病院  | 香川県高松市栗林町 1-4-1     | 087-833-8113 |
| 三豊総合病院  | 香川県観音寺市豊浜町姫浜 708 番地 | 0875-52-3366 |
| 聖マルチン病院 | 香川県坂出市谷町 1-4-13     | 0877-46-5195 |

## セカンドオピニオン

### ●セカンドオピニオンについて

ご自身、ご家族のがんの治療について、かかっている医療機関とは別の医療機関の意見を聞く「セカンドオピニオン」という制度があります。治療を受けるにあたり、選択肢の一つです。

### ●セカンドオピニオンを受けるためには

セカンドオピニオンを希望される患者様、ご家族は、その旨を主治医に伝え、必要な書類（紹介状や検査資料など）を依頼いただき、希望される医療機関を受診してください（地域連携室がお手伝いいたします）。

申し込み方法は医療機関によって異なり、当院から申し込まなくては受診できない施設もあります。相談を希望する病院にお問い合わせいただくか、当院のがん相談支援センターや地域連携室でご相談ください。



## 治療費（医療費）

### ●抗がん剤治療の医療費について

抗がん剤の治療も保険診療です。

全国共通の基準があり、施設によって医療費が大きく異なることはありません。

抗がん剤の治療は高額で個人の負担が大きく、治療が順調に進めば治療期間も数ヶ月から数年続くことが予想されます。

治療開始前に治療費がいくらぐらいかかるか確認しておくといでしょう。

当院では、医療費の支払いにクレジットカードを利用することもできます。

その他



## 高額療養費制度について（平成28年1月現在）

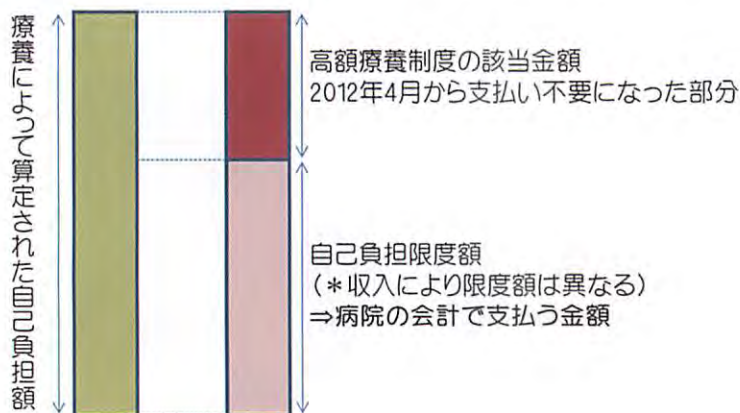
各種健康保険に加入していると、医療費の自己負担額が一定の基準を超えて高額となった場合に「高額療養費」という制度を利用することができます。

この制度を利用するためには、**医療費が自己負担限度以上であること**と、**事前に加盟している健康保険の窓口に応請すること**が条件になります。

年齢と所得の区分によって、支給額が異なっていることが特徴で、それぞれの算定式が定められています。その他、世帯合算および多数該当という特例もあります。

これまでは外来診療の場合は、病院の会計で医療費自己負担分を支払ってから、後に加入する健康保険から「高額療養費支給分」として、保険診療による医療費の中で自己負担限度額を超えた差額を給付されていました。しかし、2012年4月からは自己負担額を超える分を窓口で支払う必要はなくなりました。

本制度の手続き方法や基準の詳細については、受診されている医療機関の窓口でお尋ねください。



### <備考>

同一月の医療機関別、診療科別、入院・通院別に計算します。対象となる医療費は、保険診療分のみで、健康保険で認められた療養内容に限定されます。

保険診療で認められていない特殊な治療、薬剤、差額ベッド代、食事代などは算定から除外されます。

## 困った時の相談窓口

がん相談支援センターや地域連携室は、安心して療養生活が送れるように患者さんやご家族を支援する窓口です。様々な専門家（がん専門看護師、看護師、ソーシャルワーカー、臨床心理士、社会保険労務士、事務職員）があなたを支えます。

平日の診療時間内であればいつでも対応可能です。

### がん相談支援センターで相談できることの例

- ☐ がんについて詳しく知りたい
- ☐ 医療費や生活費について
- ☐ 患者さんやご家族の心配や不安
- ☐ 緩和ケアについて

### 地域連携室で相談できることの例

- ☐ 介護保険の申請方法の説明
- ☐ 転院や施設入所について
- ☐ 仕事との両立について
- ☐ カルテ開示

### 相談できる場所

|            |        |
|------------|--------|
| がん相談支援センター | 正面玄関南側 |
| 地域連携室      | 1 階ロビー |

その他、ご相談したいことがあればお気軽にお立ち寄りください。

## 治療を決める時のポイント

### ●主治医説明を聞く時の準備

多くの主治医は、がんの診断（病名や病気の拡がりなど）がついた段階で、患者さんに診断名・病期（ステージ）・今後の治療方針の説明を行います。このときは1人や2人でなく、できるだけ多くのご家族と聞かれるようにしましょう。

ご家族がいる場合は、**配偶者、両親だけでなく兄弟、姉妹、子供と一緒に**説明を聞いてください。また、親友や頼りになる友人がいれば、同席していただくのも良いことです。よく「子供が県外にいて同席できない」とおっしゃる患者さんもありますが、“がんになったことは人生の一大事”です。なるべく都合をつけて、今後の闘病の際に頼りになる方には全て同席してもらう道を探るのが大切です。

さらに通常の外来で話を聞くと十分に時間をとれないことがよくあります。**30分以上の時間をかけてじっくり**主治医と相談しましょう。場合によっては、外来時間以外に話を聞くのもおすすめです。

話を聞いた時は誰かがメモをとるようにすると、後で聞いたことを確認する時に便利で、聞いた人によって解釈がバラバラになるのを避けることができます。

なお治療方針の説明の時は看護師などが立ち会うのが一般的です。説明を聞いた後で質問や確かめたいことが生じた場合は、改めて主治医から説明を聞くのも一手ですが立ち会った看護師などに尋ねてみるのも良い手です。

## ●標準治療と科学的根拠（エビデンス）について

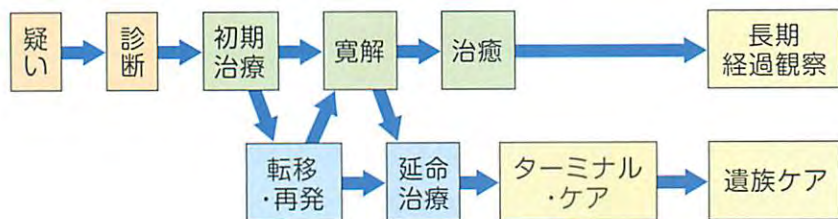
現在、がんの治療で最も確立した治療を「標準治療」と呼びます。もし、すすめられた治療が標準治療であれば、まずは一安心です。ただし、全てのがんで標準治療が確立されたわけではありません。患者数の少ないがんでは標準治療が全くないものもあります。それでも根拠の程度が高いものから低いものまでを含めれば、多くの場合何らかの「科学的根拠（エビデンス）」があるものです。エビデンスが無い場合は、基本的に標準治療を決めるための試験である「臨床試験」として治療を行うのが通例です。

治療方法が示されたときには、必ず主治医にその治療のエビデンスが高いか、低いかを聞きましょう。なお、がんの他に心臓の病気や糖尿病などの疾患をお持ちである場合、標準治療以外の治療法が良い選択肢となる場合があります。標準治療以外をすすめられた場合には主治医にその理由を聞いてみましょう。



## がんと告げられた時に

\*寛解：がんが軽快した状態



緩和ケア

### 疑いから診断まで

- がんだと言われたがどうすればいい?
- 医師とうまく話せない
- 専門家のいる病院は?
- セカンドオピニオン希望

### 初期治療

- 医療費はどれくらい?
- 仕事は続けられる?
- 相談はどこで?
- 同じ病気の人と話したい

### 転移・再発

- 気持ちが落ち込む
- 補完代替療法を試したい
- 臨床試験って何?
- 緩和ケアって?

### 今後の過ごし方

- 痛みのないようにして欲しい
- 自宅で過ごしたい
- ホスピスに入りたい

その他

おきなわがんサポートブックより引用改編

## ●がんの治療・療養の過程と主な悩みや疑問

「がんかもしれない」と言われてから、患者さんやご家族には気がかりなことがたくさん出てくると思います。

そして短い期間にいろいろなことを決めなければなりません。

そのためには、適切な情報を幅広く、早く集めることが重要です。

また、がんに関する悩みや心配、疑問は、がんの種類や病期、その治療時期によって様々です。

前のページの図表を参照してあなたは今、がんの治療過程のどこにいるのか確認してください。

からだの状態や気持ちの状況に応じて、まず一番知りたいことから調べていきましょう。

## ●がんの治療において大事なことのチェックリスト

治療をする間、次のページからはじまるこの「がんの治療において大事なことのチェックリスト」を参考にして下さい。

ご家族やあなたをサポートしてくれる人、主治医や看護師、その他の医療スタッフと一緒に、このリストを見ながら相談することをおすすめします。



## チェックリスト①……………治療全体を通じて

- ☐ 利用できる**各種の窓口と連絡方法**、どんな時にどんなことが聞けるのか確認しましたか？

### 利用できる各種の窓口と連絡方法

#### ●がん相談支援センター（正面玄関南側）

あなたやご家族が抱える治療や療養に伴う疑問や不安、生活のことについて一緒に問題を整理し、解決に向けたお手伝いをする窓口となります。

#### ●地域連携室（1階ロビー）

介護保険の申請方法の説明、転院・施設入所、仕事の両立について、カルテ開示などの窓口となります。

- ☐ 地域で利用できる**制度やサービス**を地域連携センターで確認しましたか？
- ☐ **苦しいこと、つらいこと**を主治医や看護師に伝えていますか？
- ☐ 息苦しさ、腹水による腹部の張り、倦怠感<sup>けんたいかん</sup>、食欲不振などのつらい症状について、**納得のいく説明や対応**をしてもらっていますか？
- ☐ 痛みはとれてきていますか？あるいは改善してきていますか？
- ☐ 気分の落ち込み、不安、不眠などについて、**納得のいく説明や対応**をしてもらっていますか？
- ☐ （ご家族に話せないような）**不安やつらい気持ち**を看護師に話せていますか？
- ☐ 補完代替療法、健康食品、サプリメントを利用する時は、**良い点と悪い点**を確認しましたか？

## チェックリスト②・・・疑いがあると言われてから治療開始まで

- ☐ 十分な時間（30分以上）をとってご家族やご友人と一緒に説明を受けましたか？
- ☐ 説明を受ける際に、看護師に立ち会ってもらいましたか？
- ☐ 自分の正式な病名と病期について理解しましたか？
- ☐ あなたがすすめられた治療法は標準治療、または科学的根拠（エビデンス）に基づいた治療ですか？
- ☐ 通院する医療機関の診療内容や体制を確認しましたか？
- ☐ セカンドオピニオン（他の医師の意見）を聞きましたか？
- ☐ 医師の説明でわからなかった部分を看護師や他のメディカルスタッフにたずねましたか？
- ☐ 治療中の生活において、あなたが大事にしたいことを主治医や看護師に伝えましたか？
- ☐ あなたがすすめられた治療法がなぜ良いのか、またその具体的な予定を理解できましたか？
- ☐ 治療にかかる費用の目安について確認しましたか？また保険や各種制度（高額療養費制度）の手続きをしましたか？

### チェックリスト③……………治療開始後

- ☐ 今後の**検査の予定**を具体的に書いて整理しましたか？
- ☐ 今後の**治療**（手術療法または化学療法または放射線療法、あるいはそれらの組み合わせ、外来治療なのか入院治療なのか）の**予定**を具体的に書いて整理しましたか？
- ☐ **副作用**（吐き気、しびれ、骨髄抑制など）について、**納得のいく説明と対応**をしてもらっていますか？
- ☐ **食事や日常生活の注意点**について看護師から説明を受けましたか？
- ☐ **治療結果や体調の変化の記録**をとっていますか？
- ☐ 薬剤師または看護師から**薬についての説明**を受けましたか？
- ☐ **同じ病気の人**はどんな**様子か**看護師にたずねましたか？

### チェックリスト④……………がんが再発・転移した時

- ☐ 現在の病状や**今後の見通し**を聞いていますか？
- ☐ **今できる治療法とその目的**を理解していますか？
- ☐ **これからのこと**について主治医や看護師、ご家族と**話し合っていますか？**
- ☐ **何を大切に暮らしていきたいか**、考えてみましたか？

## 医療スタッフより

抗がん剤治療を受ける際には、様々な不安や疑問が出てくると思います。また、副作用がつかつたり、精神的に不安定になったり「こんなこと聞いて良いのかな」と思うこともあるでしょう。

そういった時には、一人で抱え込んだりせず、主治医、看護師、薬剤師をはじめとする医療スタッフに相談してみてください。

私たち医療スタッフは、チームで患者さんの治療がうまく進むためにお手伝いしたいと考えています。

患者さんの負担を減らし、良い治療を受けていただくことは医療スタッフ共通の願いです。

これからわれわれ医療スタッフが全力でサポートします。  
納得のいく、よりよい治療を受けていただければ幸いです。



## 予約外受診の目安

すでに説明を記してあります。

おおまかには下記の症状があれば御連絡の上、受診してください。

- 38.5℃以上の急な発熱
  - 6回以上の下痢（通常の排便回数より5回以上多い）
  - 吐き気や嘔吐があり、食事だけでなく水分もとれない
  - 点滴をした部分に痛み・腫れがある
- その他、何らかの症状があり、ご自身では判断できない場合

### <受診方法>

- 平日（月～金） 8時30分～11時30分  
1階総合受付で予約外の受診手続きをしてください。
- 上記以外の時間は1階総合受付、  
夜間・休日の場合は1階救急外来での受付、診察になります。

### MEMO

## <外来化学療法センターへ電話での相談方法>

時 間：平日（月～金） 9時00分～17時15分

電 話 番 号：087-898-5111（代表） 内線 3180

夜間・休日は外来化学療法センターでの対応は行っておりません。

087-891-2334 の救急外来事務当直で対応致します。

病院への連絡・受診時は診察券を準備し、  
次のことをお伝えください。

- ①名前
- ②診察券の番号
- ③受診科、主治医
- ④最近の治療日
- ⑤現在困っている症状



その他

### MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---



香川大学医学部附属病院  
腫瘍センター  
2016年3月 第1版