

健康講話
2月13日（水）
14：00～15：30



抗がん剤治療のお話

がん化学療法看護認定看護師

原田由美

がん化学療法看護 認定看護師って？

看護師として5年以上の実践経験を持ち、日本看護協会が定める615時間以上の認定看護師教育を修め、認定看護師認定審査に合格することで取得できる資格です。

審査合格後は認定看護師としての活動と自己研鑽の実績を積み、5年ごとに資格を更新が必要です。

(日本看護協会HPより引用)

がん化学療法認定看護師の役割

- ▶ がん化学療法を受ける方や家族に対して説明を行う。
- ▶ がん化学療法の副作用とその対処方法を説明する。
- ▶ がん化学療法を受ける方や家族からの疑問などに対応をする。



- ▶ 看護師に対して、がん化学療法についての指導を行う。
- ▶ 看護師からの質問や相談に対応する。

がん治療の種類

手術療法

がんの部分を切除する。



放射線療法

がんの部分に放射線を照射することで、
がん細胞に障害を与えて死滅させる。
(効果のあるがんと効果がないがんがある)



がん治療の種類

抗がん剤療法(がん化学療法)

抗がん剤を用いてがん細胞を死滅させたい、
がん細胞の増殖を抑えたいする。
全身に薬が巡るので、
転移した部分にも効果が期待できる。



免疫療法

自分の免疫力を高める



抗がん剤の種類

- ▶ 現在100種類近い抗がん剤がある
- ▶ 点滴、内服、皮下注射（ホルモン剤が主）などがある
- ▶ がんの種類によって、使用できる抗がん剤が違う
- ▶ 数種類の抗がん剤を組み合わせ使用することが多い



例) Aのみ1種類だけ使用する場合

Bのみ1種類だけ使用する場合

AとBの両方を使用する場合（3種類、4種類の場合もある）

抗がん剤の目的(目標)

- ▶ 完全にがんを完治させるため（血液がんが多い）
- ▶ 手術でがん自体は取り除いたが、目に見えないがん細胞が体内に残っている可能性があるため、それを死滅させるため
- ▶ 大きながんを抗がん剤治療で小さくして手術ができるようにするため
- ▶ 手術ができない、または再発してしまった場合に今以上悪くならないようにもしくは縮小を期待する

抗がん剤治療からイメージすることは？

とても吐く

つらい…

髪が抜ける…

ずっと入院？



よくある質問 その①

テレビでよく吐いている場面
を見ます。
抗がん剤治療をすると吐くん
ですよね。



使用する薬剤によって
吐き気や嘔吐の出方が違い
ます。個人差もあります。

吐き気や嘔吐は予防する！

- ▶ 抗がん剤の種類によって出現する吐き気の強さが違う
(高度・中等度・軽度・最小度の4段階)
- ▶ 吐き気の強さに応じて**抗がん剤を使用する前に吐き気を予防する薬(制吐剤)を使用するのが当たり前。**
- ▶ 高度の吐き気が出る抗がん剤⇒3種類の制吐剤を使用
中等度の吐き気が出る抗がん剤⇒2種類の制吐剤を使用
- ▶ 予防の制吐剤で効果が十分でなければ、さらに制吐剤を使用して吐き気を抑える。



食欲がない場合・・・

- ▶ あっさりした味付け、のど越しの良いものを摂取する（豆腐・茶碗蒸し・ヨーグルト・スープなど）
- ▶ 温かいものよりは、冷たいものが食べやすい
- ▶ においに敏感になるため、においの強いもの、油っこいものを避ける（揚げ物・煮魚・焼き魚など）
- ▶ 食べられない時は脱水予防のため水分をしっかり摂る
- ▶ 吐き気がある時は、お茶やレモン水でうがいをするとさっぱりする
- ▶ なかには・・・味が濃いもの（ラーメンなど）が食べやすい人も・・・



よくある質問 その②

テレビではよく髪が抜けている
場面を見ますが・・・髪の毛は、
抜けますか？



これも使用する薬剤によって
脱毛の程度が違います。

脱毛について

- ▶ 抗がん剤の種類によって、著明に脱毛が出現する薬剤とほぼ脱毛がない薬剤がある
- ▶ 個人差もある（髪質、髪量など）
- ▶ 現在のところ、脱毛に対して効果的な予防方法はない
- ▶ 脱毛は、抗がん剤治療開始後14日～21日頃から始まる
- ▶ 治療を終了した場合は、個人差があるが3か月～6か月で髪の毛が生えそろうってくる。



脱毛が出現する場合・・・

- ▶ 脱毛時の頭皮のケアの方法を説明しています。
 - * 脱毛時期も、頭皮を清潔に保つためシャンプーしましょう。
 - * ドライヤーを使用する場合は、低温にしましょう。
 - * パーマやカラーリングは避けましょう。
- ▶ ウィッグやケア帽子を紹介
- ▶ ウィッグ・補整下着の購入費用補助制度を紹介
(鳥取県健康政策課HP参照)



よくある質問 その③

他にどんな副作用が
ありますか？



使用する抗がん剤によって
副作用は違います。
使用される抗がん剤に合わせて
説明をしています。



代表的な副作用

骨髄抑制(特に白血球減少)

- ▶ 骨髄で作られる血液の成分は、抗がん剤の影響を受けやすく血液成分が造られにくくなる。特に、白血球が影響を受けやすい。抗がん剤治療1~2週間後に一番少なくなり、3週間後頃には回復する。
- ▶ 白血球の主な役割は、体内に入ってくる細菌と戦うことである。白血球が減少することで、感染しやすくなる。

▶ 感染予防として

* 歯磨きを行う(義歯の洗浄) * うがい・手洗い

* 入浴やシャワー

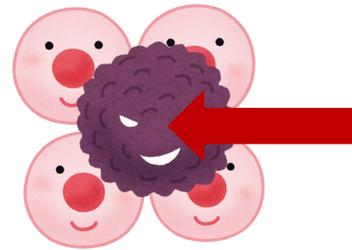
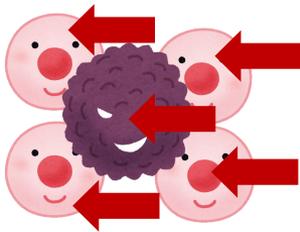
* 外出時はマスクを着用

* (白血球が少なくなる時期は) 人混みを避ける



新しいタイプの抗がん剤 「分子標的治療薬」

- ▶ 従来の抗がん剤は、がん細胞にダメージを与えるが、正常細胞にもダメージを与える。そのため、骨髄抑制や吐き気や脱毛などの副作用が出現する。



- ▶ 新しいタイプの抗がん剤「分子標的治療薬」は、がん細胞が増殖する過程の特定の場所にダメージを与える。そのため、従来の抗がん剤と違う副作用が出現する。

分子標的治療薬の副作用 「皮膚障害」

- ▶ 分子標的治療薬の種類によっても副作用は違う。
- ▶ 大腸がんを使用する「アービタックス®」の場合は
ニキビみたいな湿疹が出現する。



- ▶ スキンケアが大切になる。

* 皮膚を清潔に保つ

* 保湿を行う

* 湿疹部分には塗り薬を塗る

* 皮膚への刺激をなるべく避ける

「泡で洗う」「紫外線予防」など



よくある質問 その④

標準治療って？
標準じゃなくて、その上の
治療ってあるんですか？



標準治療が、現在のところ一番
効果がある治療のことです。



標準治療とは？

- ▶ その時点で最も効果が高いことを臨床試験によって科学的に証明された治療法のこと
- ▶ もちろん医療保険適応
- ▶ がんの種類によって決まっている
例) ①A+O+Fの組み合わせ
②C+I+Fの組み合わせ
③Tのみ などなど



最先端の治療とは？

- ▶ 「最先端の治療」が最も優れているとは限らない。
- ▶ 最先端の治療は、開発中の試験的な治療として、その効果や副作用などを調べる臨床試験で評価され、それまでの標準治療より優れていることが証明され、推奨されれば、その治療が新しい「標準治療」となる。

先進医療とは？

- ▶ 厚生労働大臣が定めた高度の医療技術を用いた治療のことで、健康保険給付の対象とすべき治療法であるかどうかについて検討している段階の治療法のこと（評価段階）
- ▶ がん治療における先進医療は、「陽子線治療」「重粒子線治療」がある。医療保険適応ではなく、全額自己負担となる。

（重粒子線治療では、前立腺がんなど一部がんは2018年4月に保険適応になった）

よくある質問 その⑤

抗がん剤の治療が始まると、
入院になりますか？



治療の内容や副作用の状況から
考慮して入院ではなく外来で
治療を受けることができます。



外来治療室はこんなところ



- ▶ 初回は、入院して治療を行う（ことが多い）
- ▶ 副作用の状況を確認して、外来での治療に変更する
- ▶ 当院の外来治療室は、ベッドが6床、リクライニングチェアが2床がある。
- ▶ ウィッグなどのパンフレットを置いてある
- ▶ BGMが流れている
- ▶ テレビが見れる（イヤホン使用）
- ▶ 専用のトイレがある
- ▶ 飲食OK



外来での治療になったことで セルフケアがとても大切

- ▶ 自宅での副作用の状況をノートに残すなどし、次回受診日に主治医に伝える。

例) いつ頃まで吐き気や食欲がないことが続いたか

抗がん剤治療後、数日は起き上がれないぐらいつらかった



- ▶ 副作用に対して自分自身で対応する。

例) 熱がある場合は、処方された解熱剤があれば使用する。

皮膚障害が出現する場合は、「スキンケア」を行う。

その方に必要なセルフケアの方法を、説明しています。

よくある質問 その⑥

最近免疫療法って聞きますが、
労災病院でもできますか？



免疫療法は色々な種類があり
ます。当院できるのは、保険
適応である免疫療法のみです。



免疫とは

- ▶ 通常は、体内にできたがん細胞を免疫細胞など攻撃して死滅させている。

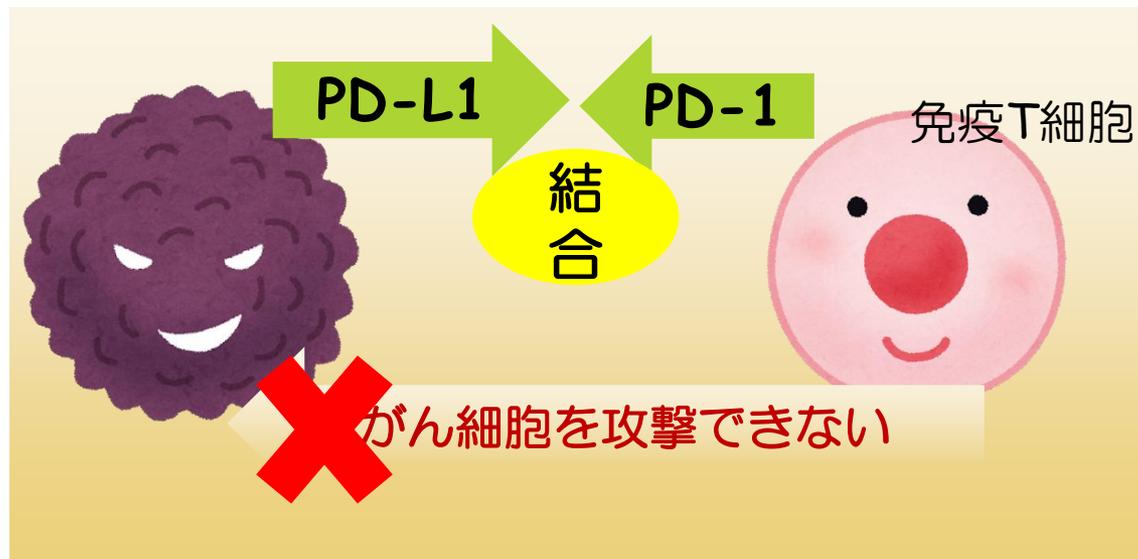


免疫療法とは・・・

- ▶ 免疫に関係している細胞の攻撃力を強くさせる
- ▶ 免疫療法の種類・・・たくさんある
大部分が、保険適応外のため全額自己負担となる
- ▶ 免疫療法の一つである免疫チェックポイント阻害薬は保険適応である
- ▶ 免疫チェックポイント阻害薬とは、ノーベル医学生理学賞受賞で話題となった「オプジーボ®」がその種類の一つの薬剤である

がんが体内で起こしていること

- ▶ 本来であれば免疫T細胞は、がん細胞を攻撃し死滅させる。しかし、がん細胞が持つPD-L1と免疫T細胞が持つPD-1が結合することで、免疫T細胞は、がん細胞を攻撃できない。



「オフジーボ®」の役割

- ▶ PD-L1とPD-1が結合できないように邪魔することで、免疫T細胞ががん細胞を攻撃できるようになる。その結果、がん細胞を死滅させる。



「オフジーボ®」

今までの抗がん剤と違う副作用

- ▶ 副作用が少ない！と情報もあるけれど・・・
出現率は少ないが副作用はある
- ▶ 今までの抗がん剤とは全く違う
- ▶ 免疫力が高まることで、自分自身の細胞を攻撃してしまうことで起こると考えられている。

◇間質性肺炎

◇重症筋無力症・心筋炎

◇甲状腺機能障害

◇大腸炎（重症の下痢）

◇I型糖尿病（インスリンの注射が必要となる）など



よくある質問 その⑧

抗がん剤治療をするためには、
仕事をやめた方がいいですか？



仕事はやめなくてもいいです。

治療就労両立支援について

- ▶ 外来での治療が可能となった
- ▶ 治療のスケジュールの相談
- ▶ 会社と相談のための相談
- ▶ 1階玄関横に支援センターで相談
(MSWが中心に支援)



本日も話した内容

- ▶ 副作用は、使用する抗がん剤によって違う
- ▶ 抗がん剤が増えたことによって様々な副作用がある
- ▶ 副作用は、なるべく出現しないように（体験しないように）対処されている
- ▶ 標準治療とは、今の時点で最も良い治療の効果がある治療のこと
- ▶ 治療の場所は、入院から外来に変わってきている
- ▶ セルフケア（自分自身で副作用に対処する）が必要
- ▶ 治療と就労が両立できるように支援がある

ご家族が抗がん剤治療を 受けられている場合

▶ 患者さんの気持ちや希望を理解する

抗がん剤治療を継続していく中で、身体的にも精神的にもつらいと感じることがあるので、思いを知る機会を作ってみてください。

▶ 情報とうまくつきあう

様々は情報が飛び交っているため信頼できるものを選択しましょう。
「がん情報サービス」「キャンサーネットジャパン」など

▶ 家族が自分自身も大切にす

患者さんを支えているご家族もつらい思いを経験されると思うので、我慢せず、周囲の人につらさや困ったことなど相談してみてください。

ご清聴ありがとうございました

