

患者さん、ご家族、県民のみなさまへ

がん化学療法自己管理日誌

(がん治療についての小冊子)



氏名

平成18年度高知県がん診療
連携拠点病院機能強化事業
(平成19年3月)

〒781-8555 高知県高知市池2125-1
高知県・高知市病院企業団立高知医療センター

高知県・高知市病院企業団立高知医療センター

もくじ

化学療法をはじめるとあって

化学療法を受けられる方へ	2
外来で化学療法を受けられる方へ	3
血液検査について	3
抗がん剤の点滴を受けるまえに	4
点滴中に気を付けて頂きたいこと	5

治療名と自己管理日誌

今回の治療名は	6
自己管理日誌	8～17

治療による有害事象(副作用)について

帰宅後に確認して頂きたいこと	18
吐き気の起こりやすい頻度	20
脱毛について	21
骨髄抑制について	22
性機能障害について	23

化学療法のいろいろ

化学療法の対象となる主な病気	24
治療費について	25
治療後のケアについて	
・緩和ケア病棟について	26
・在宅ケアについて	27

有害事象(副作用)が出たときの^{とんぶく}頓服の薬の飲み方

下痢止め(ロペミン)の飲み方	28
抗生物質(シプロキサン、およびクラビット)の飲み方	29
吐き気止め(ゾフランサイディス)の飲み方	29



化学療法を受けられる方へ

抗がん剤と向き合うことを、悩みながらも決めたとき、きっと何から始めてよいのかわからないと思います。

何から始めるか、それは、まず、薬の特徴を知ることと、今おきている症状は何なのか、どうすれば少しでも薬に日々が過ごせるかという患者さん自身が自分を管理するということから始めてみてください。

そして、今後起きてくる体調の変化を書きとめ、それはどうやって薬になったか、どんな時が辛かったのかこのノートに記載してみてください。

様々な症状を記載し、医師や薬剤師、看護師に伝えてください。自分自身の状態を理解してもらうには、まず相手に伝えることから始まります。

そして今回のお薬の特徴（クセ）を知って少しでも症状が軽く済むように、お互いを知って治療していきましょう。



外来で化学療法を受けられる方へ

受診時に抗がん剤を続けるかどうかは、血液検査の結果や、患者さん自身の体調、自覚症状等によって、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、自分ではいまひとつと思っても、検査結果がよかったりすることもあります。

抗がん剤治療を受けるかどうかは、医師とよく相談して、納得のうえ、続けていきましょう。

血液検査について

一般的には、診察の前に採血を行います。

◆血管の出にくい方は、あらかじめ両腕を温めておかれると良いでしょう。



もし、予定していなかったが、診察後に急きょ抗がん剤治療を行うことが決まった場合は、採血した側と反対の腕から、抗がん剤を行います。どちらから採血したか看護師に伝えてください。

抗がん剤の点滴を受けるまえに

●点滴にかかる時間について

抗がん剤の点滴注射は数時間、ないしは終日かかります。
当日の用件は来院までに済ませておいてください。

●生活習慣について

この治療を開始後しばらくして、感染しやすい状態になることがあります。
風邪などをひかないよう、うがいや手洗いを習慣にしてください。(特に1～2週間後頃)



●体調の変化について

治療後数日より、身体がだるくなったり、食欲が落ちることがあります。
時間がたつにつれ次第に楽になっていきますので、焦らずゆったりと過ごしてください。

◆症状が強いときは遠慮なく看護師にご相談ください。

◆心配ごと、相談ごとがありましたら、看護師にご連絡ください。

点滴中に気を付けて頂きたいこと

●吐き気

点滴中、あるいは終了後に吐き気が起こることがあります。慣れるまでは、食事は軽めにとってから治療にのぞまれることが良いでしょう。口当たりの良いものを準備しておかれるのも良いと思います。

気分が悪いときは、遠慮なく看護師にお知らせください。

●針の入ったところの異常

点滴中に刺入部が、赤くなったり、腫れたり、痛みを感じる時は、我慢しないで必ず看護師にお知らせください。

●かゆみや咳など

点滴中に体がかゆくなったり、かゆくなくても、蚊に刺されたように、ポツポツと膨れてくることや、のどがはしかゆい、咳がでるなど普段とは違う症状がある場合はすぐに看護師にお知らせください。



●お手洗い

点滴中、お手洗いに行かれるときは点滴スタンドをご利用ください。

◆何かある時は遠慮なく看護師にお声をかけてください。



治療名と自己管理日誌

今回の治療名は _____

使うお薬は _____

です。

この治療は _____ 週/毎に _____ 回施行する予定です。

_____ 週のお休みをとる場合もあります。

予定（例えば、旅行に行く、家族での用事があるなど）が、ある場合は前もって主治医とご相談ください。

また、下記の症状が出た場合は、次の受診日にかかわらず、すぐに診察を受けるようにしてください。

予定の日より早く診療を受ける必要のある症状の目安

38 度以上の発熱

嘔吐が続く

身の回りの事ができない

口内炎がひどく食事の摂取ができない

1 日 5 回以上の下痢が続く

【記入例】

治療の種類 [パクリタキセル (100 mg)]

今回の治療を始めた日 (2 月 16 日 金 曜日)

日付	2月16日金曜	2月17日土曜	2月18日日曜	2月19日月曜	2月20日火曜	2月21日水曜	2月22日木曜
体重	56	56	56	55.5	55	55.5	56
体温	36.5	36.5	36.7	36.8	36.3	36.3	36.5
元気度	0①2・3・4	0・1②3・4	0・1・2③4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0①2・3・4
体のだるさ	0①2・3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1・2③4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4
口内炎	0①2・3・4	0①2・3・4	0①2・3・4	0①2・3・4	0①2・3・4	0①2・3・4	0①2・3・4
食欲低下	0①2・3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0①2・3・4	0①2・3・4
吐き気	0①1・2・3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4
嘔吐	0①1・2・3・4	0①1・2・3・4	0①1・2・3・4	0①1・2・3・4	0①1・2・3・4	0①1・2・3・4	0①1・2・3・4
下痢	0①1・2・3・4	0①2・3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0①2・3・4	0・1②3・4	0①1・2・3・4
しびれ	0①2・3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1②3・4	0・1・2③4
脱毛	0・1②	0・1②	0・1②	0・1②	0・1②	0・1②	0・1②
排便回数	0	2	3	2	2	1	0
その他	受診		外出				

◆0…症状がない 1…少し 2…やや強いが治療は続けられる
3…かなり強くて治療を休まないといけないくらい 4…治療をやめないといけないくらいにひどい

メモ	2月16日金曜	2月17日土曜	2月18日日曜	2月19日月曜	2月20日火曜	2月21日水曜	2月22日木曜
メモ	今日は病院 抗がん剤をした	体がだるい	吐き気がする。 ゾフランの使った 便が軟らかい	今日は朝食前に ゾフランを使った			

治療の種類 [()]

今回の治療を始めた日 (月 日 曜日)

日付	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜
体重							
体温							
元気度	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
体のだるさ	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
口内炎	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
食欲低下	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
吐き気	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
嘔吐	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
下痢	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
しびれ	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
脱毛	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
排便回数							
その他							

◆0…症状がない 1…少し 2…やや強いが治療は続けられる
3…かなり強くて治療を休まないといけないくらい 4…治療をやめないといけないくらいにひどい

メモ

日付	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜	月日曜
体重							
体温							
元気度	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
体のだるさ	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
口内炎	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
食欲低下	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
吐き気	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
嘔吐	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
下痢	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
しびれ	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4	0・1・2・3・4
脱毛	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
排便回数							
その他							

◆0…症状がない 1…少し 2…やや強いが治療は続けられる
3…かなり強くて治療を休まないといけないくらい 4…治療をやめないといけないくらいにひどい

メモ

帰宅後に確認して頂きたいこと

●注入部や腕に異常がないか

抗がん剤の種類によっては、点滴が終わったあと、数日してから、抗がん剤の点滴をした腕が赤くなったり、時には水ぶくれになることがあります。

このような場合は治療を受けた施設に受診してください。

またリザーバーの針が入って、抗ガン剤治療の携帯ポンプをつけたまま、帰宅した方は、抗がん剤が、減っているか、また、針の入った場所の痛みや腫れはないか、確認してください。

抗がん剤の減りが無いとき、痛みや腫れがある場合には受診が必要なときがあります。



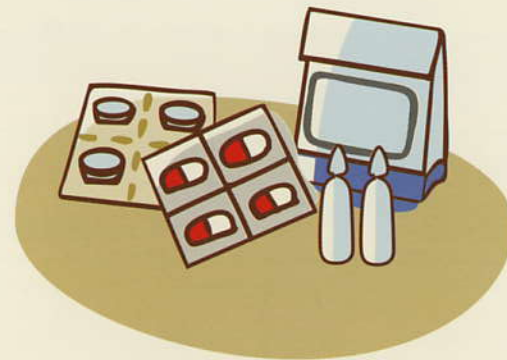
●吐き気はないか

抗がん剤の副作用の一つに吐き気があります。

使う量や、種類によっても異なりますし、個人差もかなりあります。

これに対しては、吐き気を起こさせないように予防するお薬（ナゼア[®]、カイトリル[®]、ソフラン[®]など）もあります。

吐き気が起こる前に効果的に使って、治療を受ける良い道具と考えて積極的に使用しましょう。



◆看護師、薬剤師、主治医にもご相談ください。

吐き気の起こりやすい頻度

比率	薬の名前
90%以上	ランダ (通常量) エンドキサン (大量)
60 ~ 90%	パラプラチン ランダ (少量) エンドキサン (中等量) アドリアシン (通常量) メソトレキセート (大量)
30 ~ 60%	エンドキサン (少量) アドリアシン (中等量) イフォマイド メソトレキセート (通常量)
10 ~ 30%	ドセタキセル パクリタキセル アドリアシン (少量) ラステット 5-FU ジェムザール メソトレキセート
10%以下	オンコピン ナベルピン

吉田 清一監修：がん化学療法の有害反応対策ハンドブック
第4版 先端医学社 2004年版より一部抜粋

脱毛について

抗がん剤の種類によって脱毛の度合いには違いがあります。2種類以上一緒に使う場合は、強くなることもありますし、個人差もあります。下の表はあくまでも目安ですが、参考にしてください。

かつら、帽子、スカーフを利用したり、散髪したりと、様々な方法を試してみてください。

抗がん剤治療の脱毛は一過性のもので、治療が終わればまたもとのように戻ってくるとされています。(脱毛後に、はえはじめた髪は、赤ちゃんのような髪がはえてくることが多いようです)

薬の名前	脱毛発現率 (%)	薬の名前	脱毛発現率 (%)
タキソテール	78.4	メソトレキセート	14.0
ラステット	75.7	パラプラチン	9.8
パクリタキセル	73.5	イントロンA	6.6
カルセド	70.4	アイソボリン	5.0
ファルモルピシン	65.1	アクブラ	5.0以下
アドリアシン	61.6	ランダ	5.0以下
トポテシン	50.3	ゼローダ	5.0以下
オンコピン	41.9	5-FU	3.7
エルプラット	38.0	ジェムザール	1.0以下
エンドキサン	24.3	TS-1	1.0以下
ナベルピン	20.0前後	イレッサ	2.0
ハーセプチン	2.0 ~ 10.0	マイトマイシン	0.9

吉田 清一監修：がん化学療法の有害反応対策ハンドブック
第4版 先端医学社 2004年版より一部抜粋

骨髄抑制について

抗がん剤には、重要な副作用の一つ骨髄抑制があります。これは、赤血球や白血球、血小板などを作る機能が弱くなるということです。

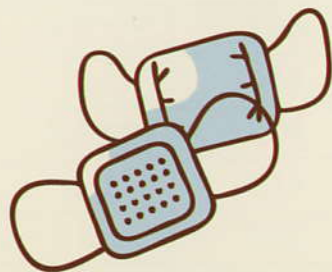
必要に応じて治療を行っていきますが、患者さん自身も下記のことには気を付けてください。

①うがい、手洗いの励行

②バランス良い食事(無理な時は、食べたい時に食べたい物を食べただけでかまいません)



③白血球(特に好中球)が減った時に外出される時はマスクなどを付けてください。**病院** やスーパー、映画館など人の多い所は特に気を付けましょう。



④水分を多めに摂り便秘などしないよう気を付けてください。またウォシュレット、ピデなどがある場合はそれらを使用して清潔にしてください。

性機能障害について

抗がん剤は性腺機能に何らかの影響があると考えられていますが、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。



化学療法の対象となる主な病気

マーカー名	対象となる主な病気
AFP	肝細胞がん など
BCA225	乳がん など
CA15-3	乳がん など
CA19-9	胃がん・大腸がん・膵がん・胆道がん・卵巣がん・子宮体がん・肺がん など
CA125	卵巣がん・胃がん・がん性腹膜炎 など
CEA	肺がん・胃がん・大腸がん・膵がん・胆道がん・甲状腺がん・乳がん・泌尿器がん・子宮がん・肝がん・卵巣がん など
DUPAN-2	膵がん・胆道がん など
NSE	肺小細胞がん・神経芽細胞腫 など
PIVKA-II	肝細胞がん など
PSA	前立腺がん など
SCC	子宮頸がん・膣がん・外陰がん・皮膚がん・食道がん・肺がん・頭頸部がん・膀胱がん など
SLX	肺がん・膵がん・胆道がん・胃がん・大腸がん など
Span-1	膵がん・胆道がん など
SYFRA	肺がん・胃がん など

治療費について

抗がん剤の治療も保険診療となっています。

全国共通の基準があり、施設によって大きく違うことはありません。

しかし抗がん剤治療は高額なことが多く、個人の負担も大きく、治療が順調にすすめば、治療期間も数ヶ月から数年ということにもなってきます。



◆高額医療制度なども整備されています。

各施設の窓口で一度ご相談ください。

(高知医療センターの場合は、まごころ相談窓口 ☎088-837-6777) です。

治療後のケアについて

●緩和ケア病棟について

緩和ケア病棟とは、がんに伴う身体的・精神的な苦痛や、不快な症状を緩和するための治療およびケアを提供するところです。

高知県内では、2007.4.1 現在 5ヶ所の緩和ケア病棟が併設されている病院があります。

	所在地	電話番号
いずみの病院	高知県高知市薊野北町 2-10-53	088-826-5511 (代)
高知厚生病院	高知県高知市葛島 1-9-50	088-882-6205 (代)
細木病院	高知県高知市大膳町 37	088-822-7211 (代)
凶南病院	高知県高知市知寄町 1-5-15	088-882-3126 (代)
もみのき病院	高知県高知市塚ノ原 6-1	088-840-2222 (代)



●在宅ケアについて

自宅で過ごしたいと思われる方もおいでることと思います。

緩和ケア病棟と併設されている事業所もあります。かかりつけ医や、施設内の地域連携窓口などご相談ください。

