

令和7年6月1日号広報ちはら台へ掲載しました

抗がん剤治療について ～副作用に対し自分でできること～

千葉ろうさい病院

がん化学療法看護認定看護師 鈴木 紀代美

がんの治療はその部位や進行度によっても異なりますが、基本的には「手術療法」「放射線療法」「薬物療法（抗がん剤治療）」の3つが中心となります。抗がん剤治療は、薬を使ってがんを治したり、がんの進行を抑えたり、がんによる症状を緩和したりすることを目的として行います。

抗がん剤治療は、がん細胞だけではなく正常細胞にも影響をおよぼすため、様々な副作用が現れます。副作用には吐き気、口内炎、だるさなどの身体症状、脱毛や皮膚障害などの外見変化をもたらす症状、さらにはそれらが継続することで精神的な辛さをとまなうこともあります。これらの副作用を予防し軽減するためには、お薬のほかに自分自身で行うセルフケアも大切です。例えば吐き気などに対しては、ご自身の体調によって、油っこい食事を控える、満腹を避ける、食事の回数を分けて一回の量を少なめにする、消化の良いものを摂るなど、食事内容を工夫することによって症状を軽減できます。また体調の変化に自分で気づき、医療者へ相談することもセルフケアの一つとなりますので、治療中の症状を記録してみてください。

抗がん剤治療を開始する時は、患者さんの日常生活や今までの生活習慣に合わせ具体的な対処法をお話しています。患者さんやご家族が安心して治療を受けられるよう、気持ちに寄り添いながら支援していきたいと思っています。お困りの際は一人で抱え込まず、遠慮なく医療者に伝え相談してください。

抗がん剤治療について
副作用に対し
自分でできること

千葉ろうさい病院
がん化学療法看護認定看護師 鈴木 紀代美

がんの治療は、がん細胞だけではなく正常細胞にも影響をおよぼすため、様々な副作用が現れます。副作用には吐き気、口内炎、だるさなどの身体症状、さらにはそれらが継続することで精神的な辛さをとまなうこともあります。これらの副作用を予防し軽減するためには、お薬のほかに自分自身で行うセルフケアも大切です。例えば吐き気などに対しては、ご自身の体調によって、油っこい食事を控える、満腹を避ける、食事の回数を分けて一回の量を少なめにする、消化の良いものを摂るなど、食事内容を工夫することによって症状を軽減できます。また体調の変化に自分で気づき、医療者へ相談することもセルフケアの一つとなりますので、治療中の症状を記録してみてください。

ろうさい病院無料送迎バス

通院に便利な無料バスを運行しております。
(ろうさい病院で乗車または降車される方に限ります)

詳細は、ちはら台自治会連合会のホームページをご覧ください。

自治会HP

