

## 治療中の皮膚障害と対応について

抗がん剤を使用することで、皮膚・爪の新陳代謝を行う細胞がダメージを受け、皮膚・爪に変化がおこります。皮膚障害が悪化すると、日常生活に支障が出て、治療を続けることが難しくなることがあります。そのため、症状が悪化しないようケアしていくことが大切です。

### 【治療中に起こる主な皮膚障害】

#### 1. 皮膚の乾燥

起こりやすい部位：全身、手足の指先・踵（亀裂）

症状：皮膚が「かさつき」、乾燥が悪化すると、指先やかかとに亀裂が起き、痛みや出血を伴うことがあります。

#### 2. ざそう様皮疹

起こりやすい部位：頭皮・顔・胸・背中・二の腕・腰まわり

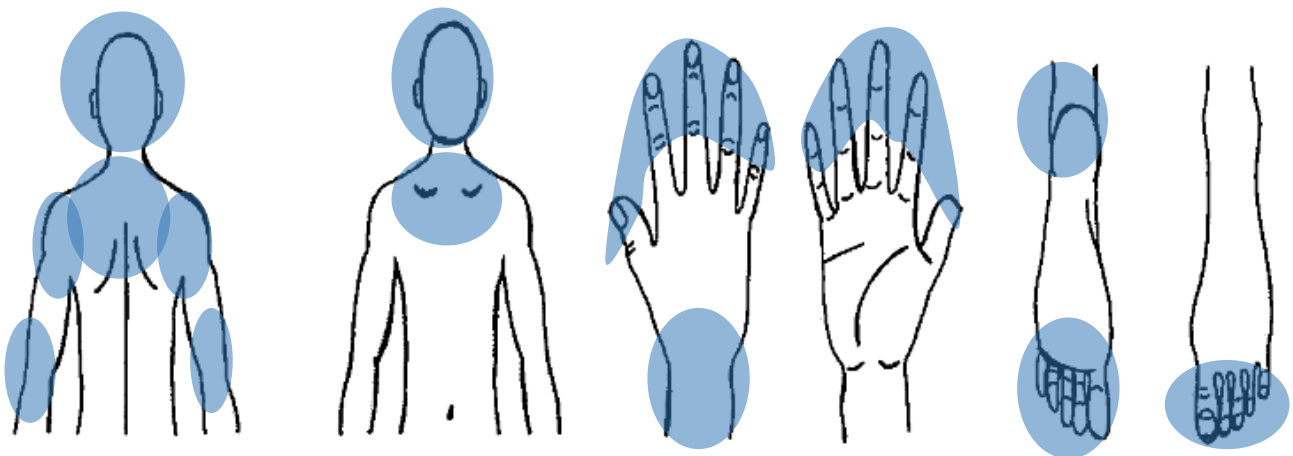
症状：顔や全身にニキビの様なぶつぶつが出来ます。悪化すると、痛みや腫れ・痒みを伴うことがあります。

#### 3. 爪囲炎

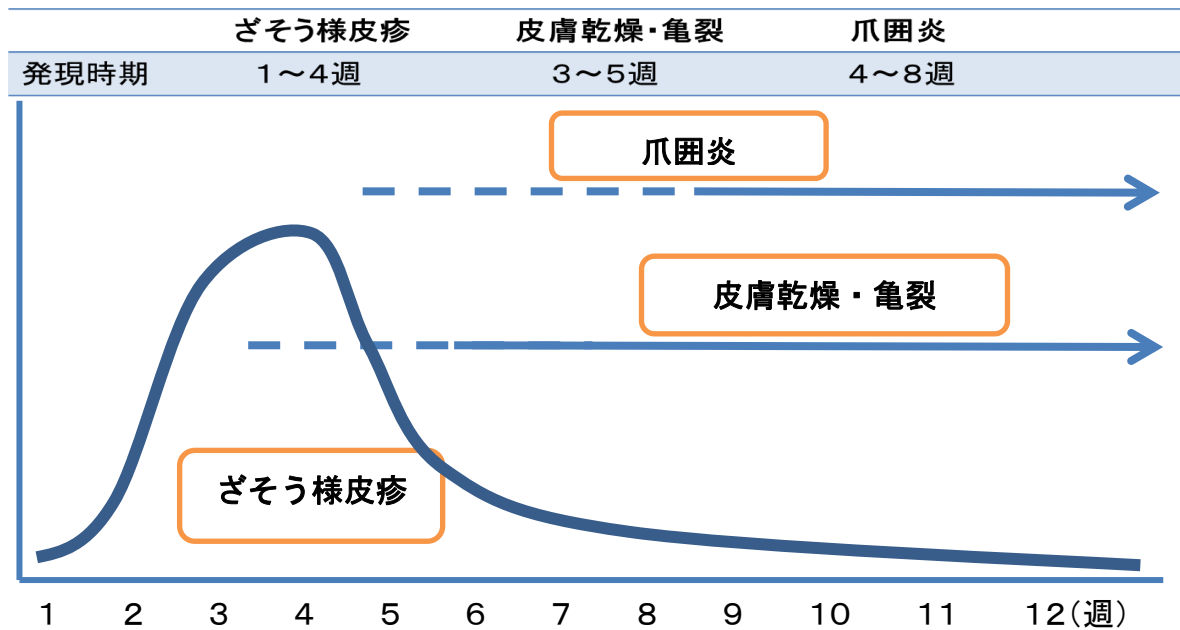
起こりやすい部位：手足の爪とその周囲

症状：手・足の爪の周囲が赤くなり腫れたりします。悪化すると、ひどい痛みや腫れ・出血を伴うことがあります。

### 【皮膚障害の起こりやすい部位】



## 【皮膚障害の発症時期】



## 【予防とケアについて】

### 1. 皮膚を清潔にしましょう。

- 体や頭は、強くこすらず、泡で包み込むように洗いましょう。
- ナイロンタオルは使用しないようにしましょう。
- 泡立てネットを使用すると簡単に泡が作れます。
- 顔の皮膚は、特にデリケートです。強くこすらず、泡でやさしく洗いましょう。
- 石鹸は、低刺激性（弱酸性）のものを使用しましょう。
- 髭剃りは、カミソリより、電気シェイバーを使用すると、皮膚への負担が少ないです。



### 2. 皮膚の保湿をしましょう。

- 乾燥は大敵です、保湿ケアを心掛けましょう。
- 入浴後の保湿ケアがより効果的です。
- かゆみの出ている所は、保湿剤を多めに、こまめに塗りましょう。
- しわにそってすり込むように塗り込むと効果的です。
- 保湿剤は、低刺激性・アルコール不使用のものを使いましょう
- 医師に処方方を依頼することもできます。看護師ご相談ください。

### 3. 日焼けをさけましょう。

- 治療中の肌は、過敏になっています。日差しの強い季節は、日焼け止めを使用しましょう。
- 帽子や日傘を使用するとさらに効果的です。

4. 日ごろから皮膚の負担を軽減しましょう。

- 締め付けの強い衣類は避け、ゆったりとした服や靴を選びましょう。
- ハイヒールは、足へ負担がかかりやすいので、避けましょう。
- 水仕事の時は、ゴム手袋などをはめ、手の乾燥を防ぎましょう。

5. 爪は切りすぎないようにしましょう。

- 爪にも保湿剤を使用することをお勧めします。
- 爪切りは爪に負荷がかかることもあるため、爪ヤスリを使用して削りましょう。

ご心配・ご不安な点などありましたら、下記までご連絡ください。

刈谷豊田総合病院 化学療法センター

Tel 0566-25-8009（直通）

受付時間 8:30～16:45（月～金曜日）

