

第2講 「安心してください！抗がん剤治療は、みんなで支えます！ー多職種連携で行う抗がん剤治療ー」

質問内容	回答
①医師	
頭頸部癌ですが、耳鼻科はありますか？主治医（阪大病院）が、がん遺伝子検査を否定しますが受けてみたい です。 ガイドラインがあるのでの病院で治療を受けても同じですか？	担当医の先生が反対される理由を聞かれてから判断するのが良いと思います。 医療は医師だけで行っているものではなく、多職種のサポートが充実しているかどうかは施設ごとに異なっており、ガイドラインに対するとらえ方についても各医師によって違いがあります。当院はがん診療連携拠点病院としてがんの治療を行っています。がん診療連携拠点病院でない施設もあり、それによっても治療法に違いはあります。 おっしゃっている治療法は存じ上げません。現在の担当医に、適応などについて確認することが最も重要だと思います。
②薬剤師	
抗がん剤の副作用に関する不安は、最初の誰に相談したらいいですか？皆さん優しいので	薬剤師に是非相談をしてください。いまはいろいろなお薬がでてきています。脱毛しないお薬もありますし、早急に髪の毛を切ったりすることがないように、まずはどんなお薬なのかということ薬剤師からしっかりと聞いていただくことをおすすめしています。
弱い抗がん剤であるS-1を服用していますが、毎日吐き気がします。強い抗がん剤用の吐き気止めを飲んでいますが、6日位しか飲めない吐き気止めです。飲み続けて良いのでしょうか？	使用する抗がん剤やレジメン毎に吐き気止めの種類・量・日数などの標準的な使い方があります。「6日程度しか飲めない吐き気止め」とのことですが、特に吐き気の強い抗がん剤に日数限定で使用する薬と推察します。抗がん剤の副作用で使用する場合は、1サイクルあたり6日間しか保険診療では処方出来ません。吐き気が続く原因を調べる必要があると思われます。診察時にご相談ください。
脱毛の副作用は、なくなることはないのでしょうか？	すべての抗がん剤が脱毛するわけではありませんので、「脱毛しない薬あるいは脱毛の少ない薬」を希望されてはどうでしょうか。 脱毛の副作用のある抗がん剤の多くは、がん細胞が正常細胞（がんになっていない細胞）よりも増える速度が速いことを利用して、がん細胞によりたくさん集まるようにして、効果を発揮するように作られています。大人になると、通常は入れ替わる分だけ細胞が作られますが、髪や爪など、大人になっても伸び続ける細胞は増える速度が比較的速いので、抗がん剤の影響を受けやす（脱毛や爪の変形などが起こりやす）くなります。薬の効果と密接にかかわっているため、脱毛の副作用をなくすることは難しいですが、予防策などを研究中です。
抗がん剤の副作用をなくすようにして欲しい	がん細胞はもとと人間の身体にあった細胞が変化してしまったものです。人間の身体を傷つせず、がん細胞だけにダメージを与える薬の開発はものすごく難しいとされてきました。薬剤師も患者様と協力して、可能な限り副作用が軽く済むように、同時に抗がん剤の作用が弱くならないように治療をサポートするよう協力しています。また、近年は「分子標的薬」など、がんの原因をしらべることで、その方にあった薬の開発もすすんでいます。（ケム医療など）
③看護師	
技術試験を受けたナースだけが点検できるとのこと、どんな試験？	公に資格が付与されるようなものではなく、院内で実施しているものになります。抗がん剤は、皮下に漏れると皮膚への影響が強いものがあります。強い影響がある抗がん剤の種類や薬剤が皮下に漏れないような予防策、漏れた場合の対応などの知識および針を刺す技術ががん化学療法看護認定看護師が指導し、院内で作成した一定の基準をクリアする、というものです。
治療中はトイレに行けますか？	トイレに行くことはできます。ただし、点滴中抗がん剤が皮下に漏れると皮膚への影響が強い薬剤を実施する際はトイレには行かないようこちらからお伝えする場合があります。現在は外来治療センターが拡張されて、トイレは患者4人に対して1か所設置し、利用可能となっています。
関わる看護師ある程度限定されるのか？ー看護師間の共有はどのように？	全員が供覧できるシステムに患者情報を入力をさせていただいて、その日の看護師が受け持っても重要なことは共有するようにしています。
がん患者のスクリーニングの方法と効果は？	心配ごとや症状など何もない場合、シートに記載することを負担と感じる方もおられますが、自ら医療者に相談することと遠慮やためらいをお持ちの患者さんには、シートを活用いただくことで、がん相談支援センターなどの部署と連携し、専門的な相談を受けていただけています。
④管理栄養士	
栄養に適した食事宅配サービスはありますか？	がんに特化したものがあるかどうかは分かりませんが、一般的な食事サービスは冷凍弁当や冷蔵のタイプなどあります。糖尿病や腎臓病などで食事制限が必要ということであれば一般のタイプでよいです。硬い物が食べられないなどあれば軟らかい食事タイプのものもありますし、嚥下機能が低下している場合には嚥下調整食を扱っているところもあります。
放射線治療後で甘味しわからず、酸味とかが全然だめです。	口腔内が乾燥しているときはこまめにうがいをしたり、唾液を促すため飴をなめます。味覚に關係しているミネラルの亜鉛を補給するのもよいでしょう。酸味以外にも香辛料や香味野菜などで味にアクセントをつけてみてください。味覚異常では食べやすいものが人によって異なりますので、栄養指導で詳しく聞いてみてください。
食品添加物について特に日本は承認されている添加物は、欧米と並べて多いですか。気を付けないと思われ ますか？	食品添加物にはその有用性や安全性が科学的に評価され、厚生労働省に認められています。毎年国民一人あたりの塩分摂取量を減らす目標を立てています。加工肉はがんとの関連を指摘されているため、加工肉に含まれている硝酸塩は摂りすぎないほうがよいと思いますが、通常の範囲で摂る分には問題ないでしょう。その他の食品添加物も使用が認められている量はごく微量であり、現時点では過度に気にする必要はないと考えます。 またがん治療中で免疫力が低下している場合などは、食品の衛生状態に特に注意する必要があります。頻繁に買い換えるに行けない、少量しか食べられないといった場合には、逆にストックできる保存性の高い食品が役立ちます。
野菜の調理は、湯がく・レンジのどちらが？	湯がくとかさが減って食べやすいですが、水溶性ビタミンなどは減ってしまいます。レンジで蒸した方がビタミンの損失は少ないです。ただしカリウム制限など指示されている方は湯がくようにしましょう。
術後1年、下痢が治らず栄養不足が心配	下痢に関してはまず担当医に相談し、その対処法を考えてもらうことが、大切です。食事の対応としては水分が不足しないよう水やイオン飲料を少しずつこまめに補給したり、脂肪の多い料理や刺激になる辛い物、繊維の多いものは控えて、消化のよい軟らかい食事がよいでしょう。栄養が不足しやすいため、少量で栄養が摂れる栄養剤や栄養補助食品の利用も必要かもしれません。医師から処方してもらうものや自分で買えるものもあります。
食欲があるが、体重減に悩んでいます。	食欲があっても食量量が減っている場合には、食事と食事の間に補食（間食）を入れるなど、食事回数を増やして栄養補給をします。またさっぱりしたものに限ったり、野菜類が多く穀類やたんぱく質が少ないとエネルギーは減ってしまいます。食事内容を見直したり、必要があれば栄養剤や栄養補助食品を利用します。体重減少の原因を検討することも大切かと思しますので、担当医に相談する事も大切です。
控えた方がよい食材はありますか？	がん全般としては、絶対に食べてはいけないというものはありません。がんの予防、再発予防としては日本人のためのがん予防法に準じ、現時点で推奨できることは下記のことです。 ・節酒する。適度な飲酒とはエタノール換算で23g程度です。（日本酒なら1合、ビールなら大瓶1本、ワインならボトル1/3程度） ・塩辛い物を食べ過ぎない。塩分は成人1人1日あたり、男性7.5未満、女性6.5g未満を目標にします。 ・野菜や果物をとる。野菜350g、果物とあわせて400gが摂ることが推奨されています。 ・適切な体重を維持する。
抗がん剤治療中、食べてはいけない食材などあるのでしょうか？	使用している抗がん剤の種類によっては食べてはいけないものがあったり、免疫力が低下している場合など病態によっては摂取を控えた方がよいものもあります。抗がん剤治療中にすべての人が食べていけないものがあるわけではありませんが、個々の状況によって変わりますので個別に相談してみてください。
抗がん剤の食事療法を教えてください（バナナ、にんにくなど）	一部の食材にはがん予防に効果があると謳われているものがありますが、それらの食品だけをとるのではなくバランスよいいろいろな食品を摂ることが望ましいです。抗がん剤治療中であれば体力を落とさないようしっかりと栄養をとることが大切ですが、病状や併存疾患などによっても変わることがありますので、詳しくは個別に相談してください。
食べれない方の精神的サポートは？	食べやすいものを見つけたり楽しく食べられる工夫も必要ですが、食事を義務のように思ってしまうと食事が苦痛になります。一番つらい時期は食事の回数や栄養価を気にせず、食べられるときに食べられるものを食べましょう。また口から食べなくても栄養を補給できる方法もあります。 ひとりで抱え込まずに周囲に伝えて聞いてもらうだけでも楽になることがあります。栄養士に相談してみてもいいですし、がん相談員や心理士などに相談してもよいと思います。
④医療ソーシャルワーカー	
経済的理由で治療を断念する方はいますか？その様な方はどうすれば良いですか？	治療費が払えないというご相談に対しては、社会保障制度の活用や市町村に相談をするなど、いろいろな手立てがありますので、どういった手立てが使えるか、できるだけ患者さんが治療を続けていただけるように、じっくり時間をかけてサポートをさせてもらっています。市町村との連携については豊中市だけでなく、川西市など他の市町村とも連携して治療を支えています。
抗がん剤の費用負担軽減についてももう少し詳しく知りたい。	皆さんそれぞれお薬の内容も加入されている保険も年齢もさまざまなので一概には申し上げられませんが、それぞれの保険者さんの制度が異なりますので、高額療養費制度を使いつつ、長く続く抗がん剤治療については、継続ごへの負担軽減（多額返金制度）というものがあたり、薬費で支払ったお薬も合わせて計算しても良いという制度があったりしますので、個別の事情と合わせてご相談していただきたいと思います。
どこに行けば会えますか。相談したい時はどうしたら良いですか。	ことしの7月から正面玄関を入ってすぐのところに患者サポートセンターという大きな窓口が新設されています。そちらでがん相談支援センターで相談したいとおっしゃっていただけたら、私たち相談員がお伺いします。もしくは電話でも相談可能ですので、気軽にお願いします。
乳がん治療初め3日目苦しんです。講演を聞いて、転院できるのですか？	転院受入の判断は診療内容をもとに担当医が行います。転院ご希望の場合はまず主治医の先生にご相談ください。
ウィッグの補助は、いくらまで？	市町村によって異なりますが、2万円から3万円のところが多いです。
アピアランスの助成一額が少ないと話す友人がいました。ウィッグ以外（タスクーフ等）、皮膚への負担少ない（質）気分が上がりオシャレ。他の助成も出来ないのか（ものをえらぶ）	医療費であればスカーフも助成対象になる場合があるようです。詳しくはお住まいの市町村にお問い合わせください。
経済的理由で治療を中断する方はどの程度おられるのか。	がん相談支援センターで経済的なご相談を伺う場合は、社会保障制度の活用も検討し治療を中断することがないように支援しています。