

## 病気と向き合うサイトなら



気になる症状や病気、検診結果、病気の中身、治療の内容など、あなたの年齢や性別、状況に合わせた情報を提供いたします。



### がんコンテンツ



#### ▶ 気になる健康と病気

がんがどんな病気なのか、病気を予防するためにどんな生活が望ましいかについて解説します。



#### ▶ 健康診断の結果の チェック

健康診断の結果などをご用意ください。  
指摘された異常をチェックしたり、理解を深めたりすることができます。



#### ▶ 病気と診断された

病気と診断され、これから治療を受けられる方が、納得して治療を受けられるようお手伝いをします。



#### ▶ 治療を受けている

現在治療を受けている患者さんやご家族の方を対象に、病気とつきあっていくためのポイントを整理します。



#### ▶ 治療が終わったら

がんの治療が終了した方を対象に、再発を予防するための生活の工夫や早期発見に向けた検査などをご紹介します。



#### ▶ 病気とともに生きる

がんと診断された方を対象に、がんによるさまざまな症状や不安に対して、専門スタッフがあなたをサポートする「緩和ケア」について解説します。

『肺がん治療を受けている』方を対象にした解説です。



がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる	
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------	--



## あなたの大腸がん治療ポータル

### ▶ あなたの受けている治療について

あなたが受けている治療の解説と症状への対応のヒントをお示します。



### ▶ 自分にあった治療を考える

セカンドオピニオンについて説明します。



### ▶ がんと上手につき合う

同じ病気の患者会や地域のがんサロン、がんの保障制度をご紹介します。



がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## あなたが受けている治療について



治療について詳しくご説明します。



がんのある部分だけを最小限切りとります。



がんを含む肺葉を切りとります。



肺以外の臓器に広がったがんも一緒に切除します。



小さな穴からカメラとメスを差し込み、開胸せずにがんを取り除きます。



部位と進行度に応じて、周辺のリンパ節を切除します。



抗がん剤により、がん細胞の増殖をおさえます。



(小細胞)

抗がん剤により、がん細胞(小細胞)の増殖をおさえます。



放射線を患部に直接あてて、がん細胞の増殖を止めます。



化学療法と放射線療法を同時に行います。



脳への転移に対し、集中的に放射線をあてて死滅させます。



手術後に潜んでいる全身のがん細胞を死滅させます。



脳転移の治療や予防のため、脳に放射線をあてます。



(小細胞)

脳転移の治療や予防のため、脳に放射線をあてます。



がんの表面に出ている目印をたよりに、がん細胞を狙い撃ちします。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



… がんのある部分だけを、最小限切り取ります。



### 標準手術ができない場合に行います

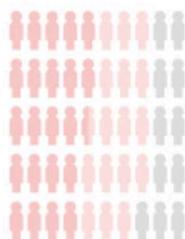
- がんのあるところをできるだけ小さく切り取る(部分切除、区域切除)手術で、切り取る範囲が小さいため、体への負担が小さく済みます。
- 標準手術に対して再発率や生存率が劣るとの報告があり、標準手術ができない場合(高齢・呼吸機能が低下してる)だけ行います。治療効果を上げるため、手術と放射線療法・化学療法を組み合わせる治療することもあります。



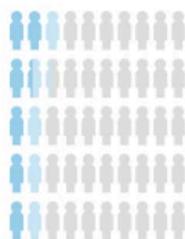
### 縮小手術を受けた場合…

下図の示すとおり、術後の3年生存率は55～78パーセント、局所再発率は12.5～22.6%という結果が出ています。

術後3年生存率 55～78 %



局所再発率 12.5～22.6 %



### がん細胞が残ったり、合併症が起こる場合があります

- 体にがんが残ってしまう可能性が高くなります。そのため、標準手術に比べて再発する可能性が高く、生存期間が短くなります。
- 広い範囲を切除する手術と比べて、合併症の確率は低くなりますが、ないわけではありません。主な合併症としては、肺炎、肺塞栓、無気肺、気管支瘻、膿胸などが、それぞれ5%程度起こりえます。また、手術後30日以内に0.8%が亡くなると報告されています。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



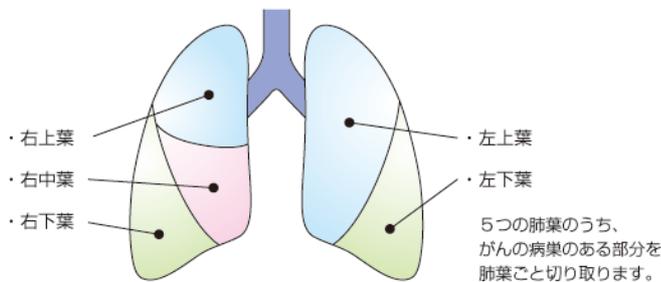
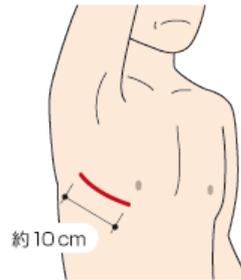
… がんをふくむ肺葉を切り取ります。



### がんの周囲を肺葉ごと、あるいは片方の肺ごと切除します

肺がんの手術では、通常がんのしこり部分だけでなく、がんの周りの正常な肺を含めて切り取ります。これにより再発を抑え、生存期間を延長できることが証明されています。手術は肋骨(ろっこつ)の間を約10cmほど切開して行います(右図)。

- 肺は右に3つ、左に2つの「肺葉」と呼ばれる部位に分かれています(下図)。このうち、がんが存在する肺葉全体を切り取ります。
- 片方の肺を全部切除します(肺全摘術)。がんがある片方の肺全体を切り取る手術です。



### 最も推奨される方法です

肺がんの手術方法の中では、再発率低下・生存期間延長効果が最も高く、医学的に最も推奨される方法です。



### 合併症が起こる場合があります

手術の合併症として、肺炎、肺塞栓、無気肺、気管支瘻、膿胸などが起こることがあります。手術を受けた方の3割程度が何らかの合併症を経験します。重度の合併症は1割程度の方に起こります。

また、手術後30日以内に肺葉切除で1.2%、肺全摘術で3.2%が亡くなると報告されています。

- ・重度の合併症 1割程度
- ・軽度の合併症 2割程度



がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細

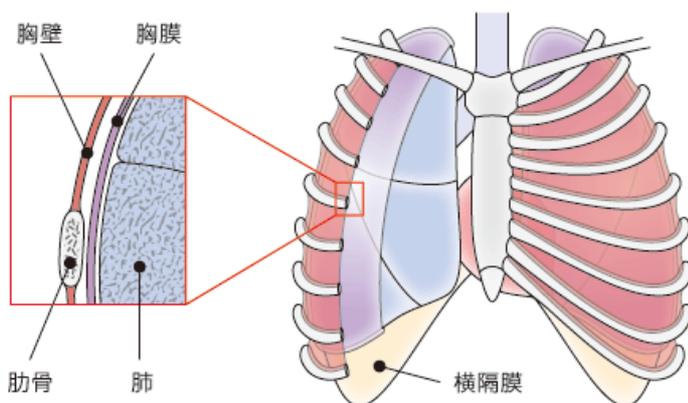


… 肺以外の臓器に広がったがんも、一緒に切除します。



## がんと一緒に周囲の臓器も切り取ります

- もともとできた肺がんの部分だけでなく、肺からがんが浸み出しているまわりの臓器（胸壁・横隔膜・肋骨など）も、肺がんと一緒に切り取ります。（下図参照）
- 標準手術に比べて、がんの周囲を大きく切り取るため、体への負担はかなり大きい手術となります。あなたの体の状態によって拡大手術ができるかどうかが決まりますので、主治医とよくご相談ください。

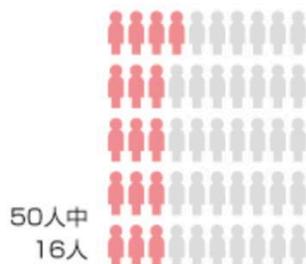


## 生存率が改善されます

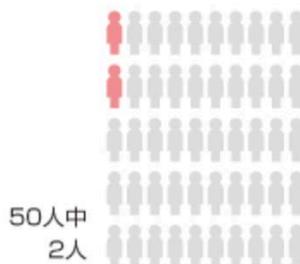
他の臓器に広がったがんも一緒に切り取ることによって、生存率が改善されます。ただし、広がった部位や取り切れたか否かなどにより、生存率の改善程度は異なります。

例：胸壁と一緒に切除する手術（胸壁合併切除術）を受けた人のうち、

・完全に胸壁を切除した場合の術後5年以上生存率



・胸壁を一部残して切除した場合の術後5年以上生存率





## 合併症が起こる場合があります

手術の合併症として、呼吸不全、心房細動、肺炎、肺癰などが起こる可能性があります。  
手術を受けた方の2~4割程度に合併症が起こります。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細

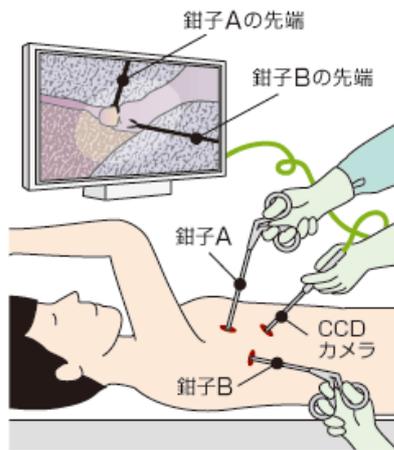


… **小さな穴からカメラとメスを差し込み、開胸せずにがんを取り除きます。**



### 体への負担が少ない手術と言われています

通常の胸を切り開く手術と比べ、手術の際の傷が小さく、体への負担が小さい手術です。胸に3～6カ所、5～10mm程度の小さな穴をあけて、そこからカメラや鉗子(手術用のマジックハンドのような細い棒状のもの)を差し込んでがんを切りとります。高度な技術が必要とされるため、熟練した手術チームがいる医療機関でのみ実施可能です。



### 標準手術と同等かそれ以上の治療効果があります

胸腔鏡下手術を早期の肺がんに対して行った場合、標準手術と同等かそれ以上の治療効果があるという報告が多くあります。しかし現時点では、安全性・予後・体への負担などの面において、明らかに標準手術よりも優れているとは証明されていません。

	利点	欠点
開胸手術	<ul style="list-style-type: none"> <li>より安全である(出血の対処も早い)</li> <li>リンパ節郭清がより確実(進行がん向き)</li> <li>肺がん症例数が多い病院なら、技術格差は少ない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>傷が大きい、痛みが強い</li> <li>呼吸機能の損失が大きい</li> </ul>
胸腔鏡下手術(VATS)	<ul style="list-style-type: none"> <li>傷が小さい、痛みが少ない</li> <li>高齢者、低肺機能の患者さんにも実施が可能(呼吸機能の損失を抑えられる)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>進行がんではリンパ節郭清が不十分になる</li> <li>出血のコントロールが難しい</li> <li>施設により、技術にバラツキがある(技術格差あり)</li> </ul>



### 合併症が起こる場合があります

手術の合併症として、肺炎、気管支瘻、膿胸、肺塞栓、心筋梗塞、脳梗塞、術後出血などが起こることがあります。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる	
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------	--



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細

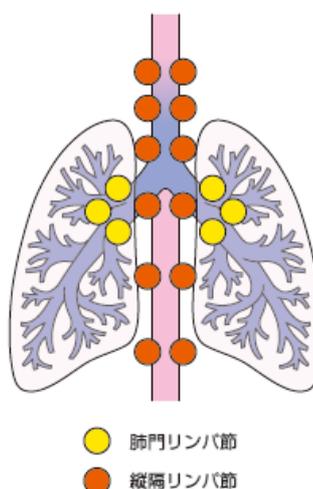


… 部位と進行度に応じて、  
… 周辺のリンパ節を切除します。



### 正確な診断ができます

手術でがんを切除すると同時に、肺門リンパ節や縦隔リンパ節(右図)を切り取ります。取ったリンパ節を顕微鏡で詳しく観察し、がんの進行度などを確認し、正確な診断をします。



### 治療方針の決定に役立ちます

リンパ節への広がり具合から、がんの進行度を正確に診断し、以後の治療方針を決定するために役立っています。  
がんを切り取る手術だけの場合と比べても、合併症発生率・死亡率に差はありません。



### 合併症が起こる場合があります

- 声がかすれる、リンパ液が胸にたまるなどの合併症が起こることがあります。
- リンパ節を切り取ることによって再発率や生存期間に良い影響があるかどうかは、まだ証明されていません。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



… 抗がん剤により、がん細胞の増殖を抑えます。



### 全身に効果があります

- 化学療法は、化学物質(抗がん剤)を用いてがん細胞を破壊する治療法です。全身に効果があるため、転移や再発などでがんが肺の外へ広がっている場合に化学療法を行います。ただし、体の状態や年齢などにより化学療法をしないこともあります。主治医とよく話し合しましょう。
- 抗がん剤の組み合わせや量にはいくつかの決まったパターンがあり、治療期間や投与経路(点滴か内服か)は抗がん剤の種類によって異なります。
- 非小細胞肺がんに使われる主な抗がん剤の種類は以下の通りです。通常シスプラチンと、いずれかもう1種類を組み合わせ、2剤併用療法を行います。

一般名	商品名
シスプラチン	ランダ、プリプラチン
塩酸イリノテカン	トボテシン
ビノレルビン	ナベルピン
ゲムシタピン	ポスピーラ
パクリタキセル	タキソール



### 手術や放射線治療ができない方に行います

手術や放射線治療ができない状態の方に化学療法を行うことで、生存期間を延長できることが証明されています。また生活の質(QOL)も改善します。





## がん細胞以外の細胞への影響や副作用があります

- 抗がん剤は、基本的に「増えている」細胞全般を攻撃するものです、このため、がん細胞だけでなく、増殖の盛んな細胞(口内・胃腸や髪の毛など)にもダメージを与えてしまいます。効果と副作用とのバランスを判断しながら治療を進めていきます。
- 抗がん剤を使用することで生じる主な副作用としては、吐き気・関節の痛み・しびれ・脱毛・口内炎・下痢・貧血・感染しやすくなるなどがあげられます。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



… 抗がん剤により、がん細胞(小細胞)の増殖を抑えます。



### 全身に効果があります

- 化学療法は、化学物質(抗がん剤)を用いてがん細胞を破壊する治療法です。全身に効果があるため、転移や再発などでがんが肺の外へ広がっている場合に化学療法を行います。ただし、体の状態や年齢などにより化学療法をしないこともあります。主治医とよく話し合しましょう。
- 抗がん剤の組み合わせや量にはいくつかの決まったパターンがあり、治療期間や投与経路(点滴か内服か)は抗がん剤の種類によって異なります。
- 小細胞肺がんに使われる主な抗がん剤の種類は、通常の場合、シスプラチン(ランダ、プリプラチン)と、エトポシド(ベプシド、ラステット)または、塩酸イリノテカン(カンプト、トポテシン)を組み合わせた2剤併用療法が行われます。

一般名	商品名
シスプラチン	ランダ、プリプラチン
+	
エトポシド	ベプシド、ラステット
または	
+	
塩酸イリノテカン	カンプト、トポテシン



### 小細胞肺がんには化学療法が推奨されています

化学療法により生存期間が長くなることが証明されています。このため、全身状態がよほど悪くない限り、小細胞肺がんには化学療法を行うことが強く推奨されています。



### がん細胞以外の細胞への影響や副作用があります

- 抗がん剤は基本的に「増えている」細胞全般を攻撃するものです。このため、がん細胞だけでなく、増殖の盛んな細胞(口内・胃腸や髪の毛など)にもダメージを与えてしまいます。効果と副作用とのバランスを判断しながら治療を進めていきます。
- 抗がん剤を使用することで生じる主な副作用としては、吐き気・関節の痛み・しびれ・脱毛・口内炎・下痢・貧血・感染しやすくなるなどがあげられます。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



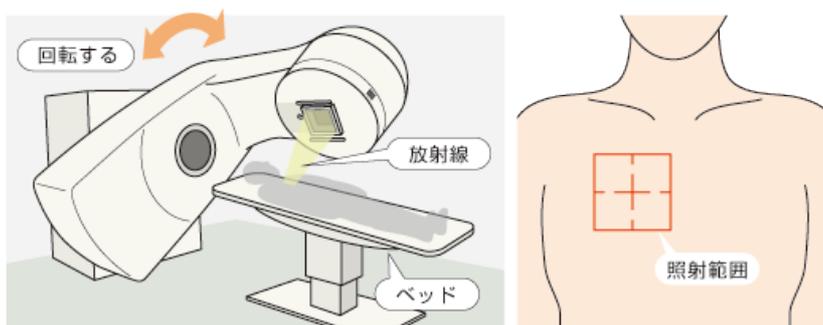
放射線を患部に直接あてて、がん細胞の増殖を止めます。



## 手術や化学療法ができない場合に行います

X線撮影で使用するよりも数十倍の強さの放射線のがん細胞に集中的にあてることで、がんを死滅させます。放射線の専門医が、あてる放射線の量と範囲を厳密に決めて治療を行うため、正常な部分への影響は最小限にとどめられます。

通常、手術や化学療法ができない場合に放射線療法が単独で行われます。照射は1日1回数分程度のため、多くの場合は外来治療が可能です。



放射線治療装置



## 生存期間が長くなります

何も治療をしない場合と比較して、生存期間が長くなるという研究結果が出ています。ただし、休まずに治療を続けることが大切です。



## 副作用があります

- 放射線をあびること自体による痛みは全くありません。
- 副作用の頻度は少なく、命に関わるようなものはほとんどありません。  
治療中もっともよく起こる副作用は、食道の炎症による食べ物のつかえ感や飲み込み時の痛みです。  
このような症状は、通常2～3週目にかけて起こり、治療終了後も数週間続きますが、やがて消失します。粘膜を保護する薬を飲んで、治療することがあります。



- 治療中と終了後すぐにみられる副作用として、疲れやだるさ、日焼けのような皮膚の赤み・ひりひり感がある場合があります。皮膚の症状には、塗り薬や内服薬で対応できます。
- 放射線治療が終了して数ヶ月後に、放射線肺炎と呼ばれる副作用が起こることがあります。主な症状は、発熱・息切れ・咳などです。放射線肺炎の程度には個人差がありますので、気になる症状がみられたらすぐに主治医に相談しましょう。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる	
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------	--



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



… 化学療法と放射線療法を同時に行います。



### 抗がん剤と放射線を組み合わせて治療します。

- 化学療法(抗がん剤治療)と放射線療法を組み合わせることで治療します。
- 手術ができない肺がん患者さんの場合、抗がん剤と放射線療法を並行して行うことで治療効果が向上するため、可能な限り化学放射線療法を行うことが推奨されています。
- からだの状態によって使用する薬剤の種類や量は異なりますが、シスプラチンを含む2～3剤を組み合わせた化学療法と、放射線療法を同時に行うことで生存期間が延びることが証明されています。



### 生存期間が長くなります

- 抗がん剤と放射線を組み合わせることで、それぞれ単独で治療をする場合よりも効果が大きくなります。
- 放射線だけ、化学療法だけの場合と比較して、生存期間が延びることが確かめられています。
- 休まずに治療を毎日続けることが重要です。



### 副作用が強く出ることがあります

- ※[化学療法](#) のページをご覧ください。
- ※[放射線療法](#) のページをご覧ください。

- 一般的にそれぞれ単独で行った時よりも症状が強くなり、特に急性期の(放射線治療中の)副作用が強みられます。

主な症状は以下のとおりです。

- ※骨髄抑制(白血球、好中球減少、血小板減少、貧血)
- ※放射線皮膚炎、粘膜障害
- ※消化管障害(嘔気、嘔吐、下痢)

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



… 脳への転移に対し、集中的に放射線をあてて死滅させます。



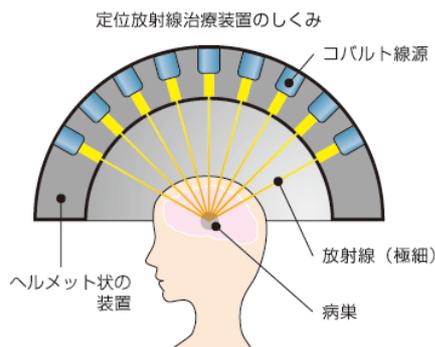
## 脳に転移したがん細胞を死滅させます

脳に転移したがんに放射線をあてることで、がん細胞を死滅させます。

がん放射線を集中的にかけることによって、正常細胞をできるだけ傷つけずに、がん細胞のみを死滅させます。定位放射線照射では、治療装置や患者さんを固定する精度をmm単位で管理しているため、通常の放射線治療と比べて周囲の正常組織に当たる放射線量をできる限り少なくすることが可能です。

肺がんの脳転移があり、脳にあるしこりが4個以内で体の状態が良好であれば、定位放射線療法により生存期間が延び、自立して生活できる期間が長くなることが示されています。

ただし、この治療があなたに適しているかどうかは、十分に主治医・放射線腫瘍医と検討してください。



## 手術と組み合わせて行います

手術と組み合わせて行うことで生存期間を延長し、生活の質(QOL)を高めることが証明されています。



## 副作用があります

- ピンポイントで放射線をあてるので、通常の放射線療法よりも副作用が少なく、命に関わるような副作用はほとんどみられません。
- 治療中と終了後にすぐみられる副作用として、疲れやだるさ、日焼けのような皮膚の赤み、ひりひり感がある場合があります。皮膚の症状には、塗り薬や内服薬で対応できます。
- 照射後何年も経過した後に、運動障害、感覚障害などが出る場合があります。気になる症状がみられたらすぐに主治医に相談しましょう。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



… 手術後に潜んでいる全身のがん細胞を死滅させます。



### 全身に効果があります

- 化学療法は、化学物質(抗がん剤)を用いてがん細胞を破壊する治療法です。全身に効果があるため、手術のあとに目に見えないがん細胞が残っている場合でも治療することができます。これにより再発を防ぎ、生存期間を延長することを目指します。
- 抗がん剤の組み合わせや量にはいくつかの決まったパターンがあり、治療期間や投与経路(点滴か内服か)は抗がん剤の種類によって異なります。
- 肺がんの手術後には、「シスプラチン(ランダ/プリプラチン)」と、他の抗がん剤を組み合わせ使用することが推奨されています。



### 5年生存率が向上します

化学療法を手術後に行うことで、5年生存率が10～15%向上することが証明されています。



### がん細胞以外の細胞への影響や副作用があります

- 抗がん剤は、基本的に「増えている」細胞全般を攻撃するものです。このため、がん細胞だけでなく、増殖の盛んな細胞(口内・胃腸や髪の毛など)にもダメージを与えてしまいます。効果と副作用とのバランスを判断しながら治療を進めていきます。
- 抗がん剤を使用することで生じる主な副作用としては、吐き気・関節の痛み・しびれ・脱毛・口内炎・下痢・貧血・感染しやすくなるなどがあげられます。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる	
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------	--



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細



… 脳転移の治療や予防のため、脳に放射線をあてます。



## 脳に転移したがん細胞を死滅させます

脳に転移したがん放射線をあてることで、がん細胞を死滅させます。



## 連続した治療が効果的です

- 連続して照射を受けることで治療効果が高まります。治療を休まず続けることが重要です。
- 70～93%の方で症状が軽快し、多くの方が照射後3～6カ月は生きることができます。



## 副作用があります

- 20%は6カ月以内に、35%は1年以内に、脳にがんが再発すると言われています。
- 治療後に髪の毛が抜けますが、徐々に元に戻ります。
- 治療中は一時的に脳のむくみが悪化して、頭痛や吐き気などの症状がひどくなる場合があります。その場合はむくみをとる薬を使用しながら治療を行います。
- ここにあげた以外にも様々な副作用が起こる可能性があるため、実際に治療を受ける際には、担当医から十分な説明を受けてください。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる	
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------	--



… 脳転移の治療や予防のため、脳に放射線をあてます。



## 脳に放射線をあてて転移を防ぎます

小細胞肺がんの初期治療(最初に行った手術や化学療法・放射線療法)に効果があり、ほぼ肺のがんをとりきれた場合、予防的に脳に放射線をあてて転移を防ぎます。



## 連続した治療が効果的です

- 連続して照射を受けることで治療効果が高まります。治療を休まず続けることが重要です。
- 無治療と比較して、初期治療後に全脳照射を行うことで、生存率が良くなることが証明されています。



## 副作用があります

- 治療後に髪の毛が抜けますが、通常半年ぐらいで元に戻ります。治療中は一時的に脳のむくみが悪化して、頭痛や吐き気などの症状がひどくなる場合があります。その場合はむくみをとる薬を使用しながら治療を行います。
- ここにあげた以外にも様々な副作用が起こる可能性がありますので、実際に治療を受ける際には担当医から十分な説明を受けてください。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 治療の詳細

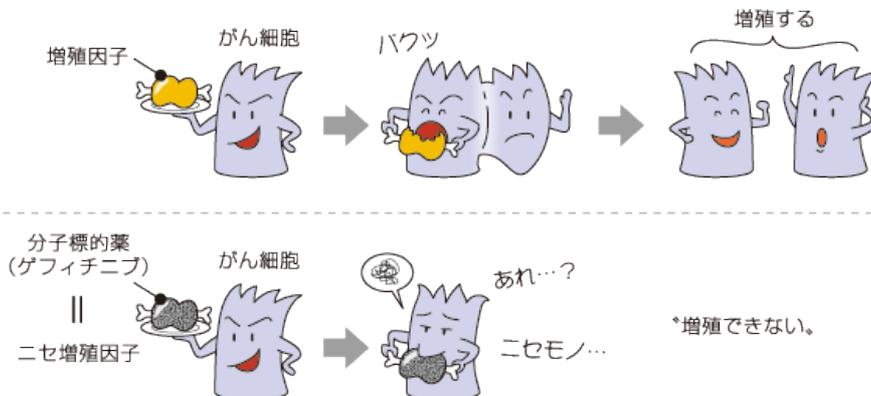


● ● ● がんの表面に出ている目印を頼りに、がん細胞を狙い撃ちします。



## 副作用のほとんど起きない治療です

- 分子標的療法は、分子標的薬という薬を使って、特別な性質を持っているがん細胞をピンポイントで狙い打ちして治療します。従来の抗がん剤は正常な細胞にも作用するため脱毛・吐き気などの副作用が出やすかったのですが、分子標的薬は主にごん細胞だけに作用するため脱毛のような副作用は起こらないことが特徴です。
- 肺がんでは、EGFR(上皮細胞増殖因子受容体)というがん細胞表面にあるタンパク質を標的にしたゲフィチニブ(商品名イレッサ)という分子標的薬が用いられます。
- 日本人を始め東洋人では、がん細胞がEGFRをたくさん出していることが知られていて、日本人全体の75%(女性の50%、非喫煙者の60%)で肺がん細胞のEGFRが異常に増えた状態になっています。



## 日本人の多くに有効ですが報道による弊害もあります

- ゲフィチニブ(イレッサ)は、日本人において①女性②腺がん③喫煙歴のない方 に特に治療効果を発揮することがわかっています。
- 約70%の患者さんに生存率の改善、腫瘍縮小など効果を認めた報告があります。
- 日本人の肺がんに対する治療効果が高いことから、発売当初は「夢の新薬」とうたわれ、適切でない使用が広まりました。そのためテレビや新聞で「イレッサ」の名前を見聞きしたことがある方も多いと思います。しかし、専門の医師により、適切な管理のもとに服用すれば重大な事故にはつながりません。心配なことがあれば主治医とよく話し合しましょう。





## 軽い副作用があります

- 約85%の方に何らかの副作用が認められますが、ほとんどが軽症・中等度です。
- 主な症状は、発疹・下痢・かゆみ・皮膚乾燥・肝機能障害などです。  
重度の副作用の頻度は9%程度です。
- 最も気をつけなくてはいけないのは、間質性肺炎(1~10%で出現)で、死亡例が出ています。薬の使用をすぐに中止し、適切な処置をする必要がありますので、息切れ・呼吸がしにくい・しつこい咳・発熱などの症状が見られた場合には、できるだけ早く主治医に連絡しましょう。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## つらい症状

日常生活における対応のヒントをご紹介します。

肺がんの治療で起こり得る治療後の悩みや副作用、後遺症などによる、つらい症状について、日常生活におけるワンポイント、アドバイスをご紹介します。

### 治療中、治療後の悩み

 息切れ 呼吸困難 息切れ・呼吸困難	 声のかすれ 声のかすれ	 手術跡が痛む 手術跡が痛む	 空気もれ (肺瘻・気管支瘻) 空気もれ 肺瘻・気管支瘻	 不整脈 不整脈	 肺梗塞 肺梗塞
 間質性肺炎 間質性肺炎	 白血球減少 (感染症) 白血球減少 (感染症)	 食欲不振 吐き気 食欲不振 吐き気	 口内炎 口が渴く 口内炎 口が渴く	 下痢 下痢	 しびれ しびれ
 脱毛 脱毛	 シミ・肌荒れ・発疹 シミ・肌荒れ・発疹	 注射部位・全身が痛む 注射部位・全身が痛む	 もの忘れ もの忘れ	 気分が沈む 気分が沈む	

### 病気による症状

 呼吸困難 呼吸困難
------------------



## つらい症状



… 肺活量が減り、呼吸がしにくくなることがあります。

手術によって肺を切除すると、肺活量が減って肺機能が低下します。これにより、息切れや呼吸不全が起こりやすくなります。生活しやすい環境を整えましょう。

### 原因は？

肺がんの手術で肺を大きく切り取ることで、肺活量が減り肺の働きが落ちて呼吸がしにくくなります。これが息切れや呼吸不全の原因となります。

また、リンパ節郭清(かくせい)を行うと肺がむくみやすくなり(肺水腫)、呼吸困難になることがあります。

ほかに声帯の周りの神経が麻痺することによる息切れや呼吸困難(反回神経麻痺)も起こり得ます。また、抗がん剤の中には間質性肺炎を起こすものがあり、その症状として呼吸困難になることも考えられます。

### どうしたらいいの？

#### たんをしっかり出しましょう

たんを溜めると肺炎が起こりやすくなります。手術後の肺炎は、命に関わる重大な合併症です。傷跡がある程度痛むかもしれませんが、がんばってたんを出すようにしましょう。水分が不足すると、たんが粘りを増して出しにくくなるため、水分の補給やうがいを行いましょう。



#### できるだけ歩く習慣をつけましょう

歩いているうちに自然と大きな深い呼吸ができるようになりますし、全身の筋肉をつけることによって呼吸機能が回復に向かいます。ただし、体調が思わしくないときには無理な歩行はやめましょう。

## 生活環境を整えましょう

快適な温度と湿度に部屋を調節し、こまめに換気をしましょう。

ベッドを起こせるものにしたたり、枕やマットレスを使うなどして、呼吸が楽にできる姿勢を工夫してみましょう。

主に生活する部屋を1階にしたり、トイレに近い場所にするなど、生活しやすくするための工夫も重要です。

## 呼吸リハビリを受けてみましょう

リラクゼーションや呼吸法、運動、たんを出す練習などを行い、呼吸が少しでも楽になるようにリハビリを行います。

医師や看護師、理学療法士、作業療法士、薬剤師、栄養士などの専門家が医療チームを編成して取り組みます。

## 食事は？

### 呼吸困難時は食欲が低下するため、 呼吸が楽な時に食べられるよう配慮しましょう

高カロリーで、食べやすい食事を準備します。

- 乾燥したものより、水分の多いもののほうが食べやすいようです。
- 一度に多く食べられない場合は、食事回数を増やしたり、時間をかけてゆっくり食べられるように工夫します。
- 食べるとむせやすい方には、みそ汁やスープなどの汁物にはとろみをつける工夫をしたり、食べやすいヨーグルトやプリンを取り入れるなどの工夫をしてみましょう。
- 薬局でとろみをつける増粘食品やゼリーを購入する方法もあります。

また、呼吸や汗などにより口の中が乾きやすくなるため、手の届く位置に好みの飲み物を置いておくなどの配慮をします。頻回のうがいをを行い、乾きを和らげるよう心がけましょう。

#### 資料

独立行政法人国立がん研究センター がん情報サービス：呼吸困難

<http://ganjoho.jp/public/support/condition/dyspnea.html>

がんサポート情報センター 肺がん：呼吸リハビリ



## つらい症状



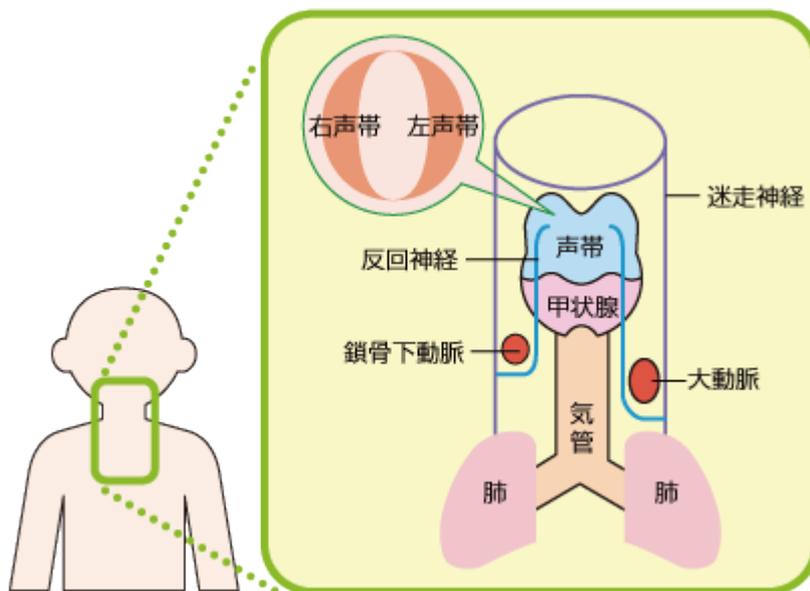
… 手術後に声が出にくくなる  
ことがあります。

声帯を動かす神経の周りにあるリンパ節を切除することで、神経が麻痺して声が出にくくなった状態です。

無理に声を出さず、自然に治るのを待ちましょう。

### 原因は？

声帯の周りの神経(反回神経)周辺は肺がんが転移しやすい場所であるため、肺がんの手術の際にこの神経の周りにあるリンパ節を切除します。このとき一時的に神経が麻痺してしまい、声がかすれる、むせる、話すと息が切れる、呼吸困難などの症状が出る場合があります。



### どうしたらいいの？

#### 通常は自然に治ります

手術で一時的に神経が麻痺している状態であるため、6カ月間は定期的に経過を見ます。通常3~4カ月で症状は軽快します。6カ月以上経っても元に戻らない場合には、耳鼻科と相談して治療を行うことがあります。

## 無理に声を出さないようにしましょう

手術後ののどは炎症を起こしている場合があるため、のどをいたわりましょう。主治医の指示に従って、無理に声を出すことは避けてください。

## 食べ物に気をつけましょう

反回神経麻痺の状態では、食べ物を誤って気道の中に吸い込んでしまう(誤嚥:ごえん)ことがあります。誤嚥をすると重い肺炎(誤嚥性肺炎)になることがあるため注意が必要です。

食事については、次の項目「食事は？」を参考にしてください。



## 食事は？

### 食後2時間は横にならないようにしましょう

食後すぐに横になると胃の中の食べ物や胃液が逆流しやすくなります。

### 誤嚥(ごえん)を起こす原因によって食事の工夫も違います

食べ物を嚥んで飲み込む動作の中で起こる「誤嚥」といってもさまざまな原因があります。それによって誤嚥しやすい食べ物や食事の工夫をする方法は違います。

誤嚥の原因	注意したい食べ物	誤嚥しにくくするための工夫
咀嚼(そしゃく:食べ物を口で噛み砕く)しにくい	もち、こんにゃく、かまぼこなどの噛みにくいもの	食べ物を刻む、軟らかく煮る、つぶす
噛んだ食べ物を口の中でまとめにくい	ゆで卵、焼き芋などの水分が少なく口の中でパサパサするもの	一口大に切る、とろみをつける
飲み込むときにむせる	水、飲み物、汁物などの水分の多いもの、麺類などのすすって食べるもの	とろみをつける



これはあくまでも一般的なものです。よくむせる、誤嚥の危険があると感じたときは、必ず医師に相談されることをおすすめします。



## つらい症状



### 傷あとや肋骨の周りが痛むことがあります。

痛み止めをもらっていても、手術後半年から1年の間は胸がぴりぴりと痛んだり、胸の中が重苦しく感じる場合があります。手術跡と別の場所の痛みには注意が必要です。

## 原因は？

開胸手術でも胸腔鏡手術でも、手術の際には皮膚の表面だけでなく内側の筋肉(肋骨と肋骨の間の筋肉: 肋間筋)も切っているため、手術後にも痛みが生じます。

胸の痛みを生じる神経は、背中の脊髄(せきずい)から出て胸の前面につながっています。このため背中側を切っても胸の前の方が痛くなったり、肋骨の間が痛んだりします。また、神経の再生に伴って痛みが移動することもあります。

痛みの感じ方は人それぞれですが、「ぴりぴりとする」や「鉄板や鉛板を胸の中に入れられているように重苦しい」などと訴える方が多くいらっしゃいます。寒くなったり、雨が降りそうになったりすると痛みが出る方も多いようです。



## どうしたらいいの？

### 通常は自然に治ります

ほとんどの場合には、痛み止めの服用で数週間以内には日常生活に支障をきたさない程度になります。

手術後半年から1年程度で、痛み止めがなくても生活できるようになることが多いようです。

### 温めると痛みがやわらぐ場合があります

神経の痛みだけでなく、筋肉のこりも加わって痛みが増していることがあるため、入浴などで体を温めると痛みが軽くなる場合があります。

### 手術跡と違う場所の痛みは要注意

同じ胸の痛みでも、手術跡ではなく心臓や食道、大動脈の痛みを感じる場合があります。また、肺がんが骨(特に肋骨)に転移した場合、痛い箇所の近くをトントンとたたくと痛みがひどくなる症状が出てきます。

このような症状を感じたら、すぐに主治医に相談しましょう。



## つらい症状



●●● 肺や気管支から空気がもれることがあります。

手術によって肺や気管支に穴が空き、そこから炎症を起こすことがあります。医療機関で適切な処置を受けましょう。

### 原因は？

手術で切除した肺や気管支の縫合部から空気がもれてくることがあり、これを肺瘻(はいろう)および気管支瘻(きかんしろう)と言います。

#### 肺瘻

多くの場合自然に穴がふさがります。自然にふさがらない場合には、ドレーン(手術の後に胸の中に入っている管)を抜かずに様子を見ます(抜くと空気が漏れて肺がしぼんでしまうため)。



#### 気管支瘻

肺を切除したあとの気管支を縫い合わせた部分に穴があいた状態です。熱が出たり、胸水が溜まったりします。気管支瘻になると、気管から口を通して出すはずの「たん」が、肺を取ったあとの胸の空洞に溜まり、胸の中に膿が溜まった状態(膿胸)を引き起こすことがあります。

### どうしたらいいの？

#### 肺瘻は自然に治ることがほとんど

肺瘻は、多くの場合1週間程度で治まります。

長引くと膿胸を起こす可能性もあるため、ドレーンから薬を入れたり、場合によっては再手術をすることもあります。

#### 気管支瘻には早急に処置が必要

気管支瘻は膿胸を併発することが多いため、感染症を防ぐための投薬とあいてしまった穴をふさぐ処置が必要となります。

#### 膿胸になったら

肺瘻や気管支瘻により、胸の中に膿が溜まってしまった場合は、再び胸の中にドレーンを入れたり、再手術で胸に大きな穴をあけてガーゼを詰め込んで膿を取り除く手術(開窓術)が必要となる場合があります。



## つらい症状



### ●●● 肺の手術が心臓に負担をかけることがあります。

手術によって肺と隣り合う心臓に負担がかかり、術後数日間に不整脈が出る場合があります。

心不全や脳梗塞の原因にもなるため注意が必要です。

## 原因は？

肺と心臓は隣り合っていて、肺動脈と肺静脈によって直接つながっています。このため、肺の手術をすると心臓に大きな負担をかけ、不整脈(脈拍や心拍のリズムが不規則な状態)が出る場合があります。不整脈が不全や脳梗塞の原因となることもあるため、手術後は心電図モニターにより観察します。

自覚症状がない場合もありますが、動悸やめまい、失神、胸の違和感、息切れ、胸痛などの症状がある場合には、主治医に相談しましょう。



## どうしたらいいの？

### 手術後数日間は心電図モニターをつけます

手術後2~4日で不整脈が出るが多いため、手術後一定期間は心電図モニターをつけます。

### 脈をおだやかにする治療をします

肺がんの手術後には、脈拍が正常値を上回る頻脈性不整脈が起こりやすいと言われています。この場合には脈を穏やかにするβ遮断薬などの薬を投与したり、心臓の空打ちを止めるためのカテーテル治療などが行われます。



## つらい症状



●●● 寝たきりの生活により  
血栓がでやすくなります。

血栓が肺につまって呼吸ができなくなる、重大な合併症です。  
手術後早期からできるかぎり体を動かして予防しましょう。

### 原因は？

手術中から手術後しばらくは、長い間ベッドに寝たきりの状態になります。なかなか自分で体勢を変えることができず同じ姿勢が長く続くと、足が圧迫されて足の静脈に流れる血液が水分不足を起こし、血の固まり(血栓)がでやすくなります。

この状態で急に立ったり歩いたりすると、血栓が足から心臓を通過して肺の動脈に詰まってしまうます。

飛行機で長時間同じ姿勢を続けると起こる「エコノミークラス症候群」と同じ原理です。

動脈硬化が強い人では、心臓や脳などの動脈に血栓ができると心筋梗塞・脳梗塞が起きます。これらが手術後に合併する頻度は1%以下ですが、いったん起こると命に関わる危険な合併症です。

### どうしたらいいの？

#### 手術後もできる範囲で動きましょう

手術後に体を動かさないでいると血栓がでやすくなります。積極的に足を動かしたり、手術翌日からベッドサイドで足踏みをしたりしましょう。

#### 以下の病気や習慣のある方は要注意

糖尿病や動脈硬化、高血圧、心臓病、高脂血症、肥満などの持病がある人は、血栓がでやすいと言われています。

また、喫煙習慣のある人やピル・排卵促進剤を飲んでいる場合にも起こりやすくなります。これらのリスクがある方は、血栓予防のためにできるだけ手術後早期に歩くようにしてください。





1 治療と合併症  
の入り

2 治療について

3 自分に合った  
治療

4 がんと上手に  
つき合う

5 がん手帳

## つらい症状



●●● 抗がん剤によって肺が硬くなる  
肺炎が起こることがあります。

抗がん剤の中には、肺に炎症を起こしやすいものがあります。  
間質性肺炎は命に関わる重大な副作用です。

### 原因は？

肺がんの治療に用いられる抗がん剤の中には、直接肺の細胞を傷害したり、免疫・炎症反応を引き起こすことで、肺胞(空気を取り込むために肺にたくさんある小さな袋)に炎症が起こり酸素が取り込みにくくなる「間質性肺炎」を起こすものがあります。  
間質性肺炎の起こる頻度は1%程度ですが、進行すると肺が硬くなる肺線維症を引き起こし、命に関わる場合があります。



### どうしたらいいの？

#### 症状が見られたらすぐ主治医に相談しましょう

間質性肺炎の症状は、せき・発熱・呼吸困難など、かぜや通常の肺炎と変わりません。ただ放置すると命に関わる危険性があります。

なんらかの抗がん剤治療を受けていて、「階段を登ったり少し無理をしたりすると息切れがする、息苦しくなる」、「乾いたせきが出る」、「熱がある」などの症状が急に現れたり、持続したりする場合には、迷わず医療機関に連絡してください。

#### 投薬を中止して症状を抑える治療をします

まずは原因と考えられる抗がん剤の使用を中止します。また、呼吸不全に対して酸素投与を行ったり、人工呼吸器を導入する場合があります。



## つらい症状



### … 化学療法や放射線治療によって白血球減少が起こることがあります。

化学療法や放射線療法により、白血球が作られる骨髄がダメージを受け白血球が減少します。そのため、細菌などに対する抵抗力が低下し感染症にかかりやすくなります。

発熱、喉の痛み、せきなどの感染症の症状がある場合にはすぐに主治医に相談しましょう。

## 原因は？

### 抗がん剤の副作用

肺がんの治療に用いられる抗がん剤の中には、白血球を作る骨髄の中の細胞にダメージを与えるものがあります。このため白血球が減少します。

### 放射線の副作用

放射線が骨髄にあたると、白血球を作る細胞にダメージを与えるため白血球が減少します。肺への照射の際、どのくらい骨髄が照射範囲に入るかで症状の強さが変わります。脳への照射(全脳照射・定位放射線)の場合にはほとんど起こりません。

## どうしたらいいの？

### 感染症に対する治療を行います

白血球減少が起こると、細菌に感染しやすい状態になり感染症を引き起こす場合があります。

感染症が疑われる場合には、抗生物質による治療が必要なことがあるので、速やかに主治医に相談してください。



### 日常生活での予防が大切です

感染症の予防が大切です。入浴や歯磨き、外出後のうがい、手洗いをしたり、食事では生ものを避ける、よく加熱することなどを心がけてください。

## ■ 食事は？

抵抗力が落ちているため、菌による感染を防ぐことが大切です

- 調理前、食事の前後には手洗い・うがいをしましょう。
- 調理したもの、開封したものはすぐに食べましょう。
  - ➡ スーパーやデパート、コンビニの惣菜や弁当の利用はやめましょう。
  - ➡ ペットボトルや缶、瓶の飲み物は開封後24時間経過したら捨てましょう。
- 生肉や生魚（刺身や寿司など）、生卵、生野菜、生水はやめましょう。
  - ➡ しっかり加熱して食べましょう。
  - ➡ 果物は皮のついているものを、剥いて食べましょう。
- 発酵食品は控えましょう。
  - ➡ [発酵食品とは] 納豆やキムチ、ヨーグルト、チーズ、味噌（生で食べる場合で、みそ汁はOK）、漬け物などのことです。

### 適さない食べ物

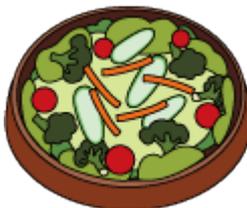


おにぎり

- ➡ 一度、手のひらで握ったものを加熱して、表面の菌の増殖を抑えます。



焼きおにぎり



サラダ(生野菜)

- ➡ 生ものはしっかり加熱しましょう。

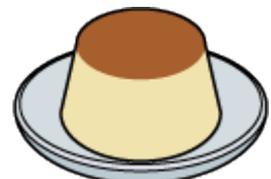


ポトフ(煮物)



ヨーグルト

- ➡ 発酵食品は控えましょう。プリンは加熱してあります。



プリン

### さらに詳しく

日本放射線腫瘍学会 <http://www.jastro.or.jp/customer/>



## つらい症状



### 化学療法や放射線治療により吐き気が起こることがあります。

化学療法や放射線療法により食欲不振や吐き気が起こる場合があります。

治療の回数や体質・体調により症状の程度はさまざまです。

水分を十分に飲めない状態のときには早めに主治医に相談しましょう。

## 原因は？

### 抗がん剤の副作用

一般的には抗がん剤開始後1～2時間から症状が現れ、翌日に最も強くなり、多くは3日目頃から軽くなります。

### 放射線の副作用

1Gy以上の放射線照射を受けると、「放射線宿酔(酔い)」と呼ばれる二日酔いに似た症状が現れることがあります。化学療法の吐き気よりも軽度で治療が終われば消失し大事に至ることはまずありません。

- 脳への照射(全脳照射・定位放射線)の場合には、照射初期に症状が現れることが多いようです。

### 心理的な要因

緊張や不安などで症状が現れることがあります。



## どうしたらいいの？

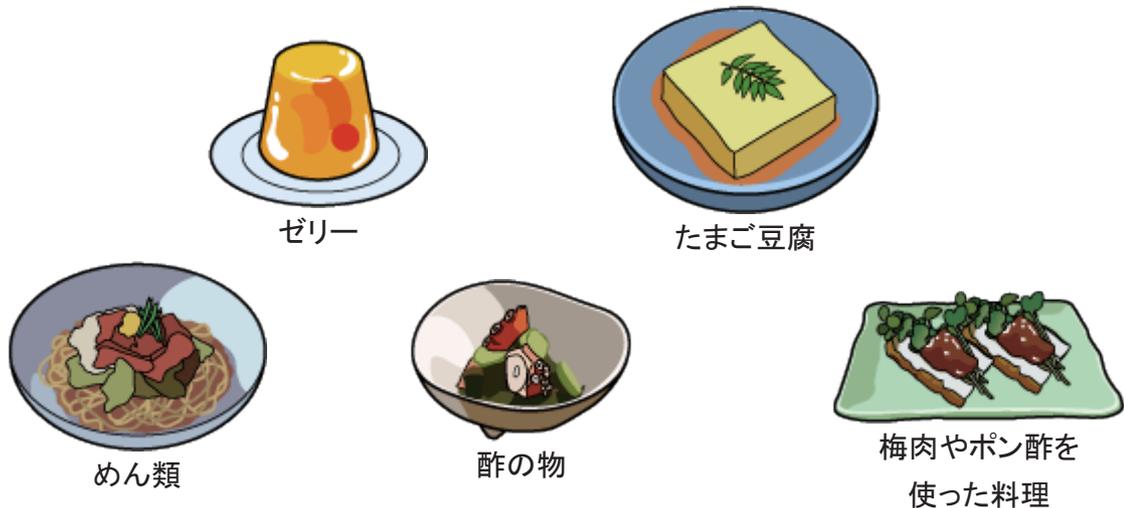
- 食べられるときに食べられるものを食べましょう。
- 吐き気止めの薬について、主治医と相談してみましょう。
- 何日も続いて食事がほとんどとれない、水分もとれないときには医療機関を受診しましょう。
  - ➡ 点滴などの治療が必要な場合があります。

## ■ 食事は？

食事はできなくても、水分補給は必要です

- まずは食べられるものを口にしてみましょう。
  - ➡ 好みのもの以外に、冷たいもの、のど越しや口あたりのよいもの、酸味のあるさっぱりしたのもおすすめです。

通常食べやすいと言われる献立



- 消化がよく、少量でも栄養価の高い献立を利用しましょう。
  - ➡ 消化がよいものは、煮込んだり、小さく刻んだり、砕いたりしましょう。
  - ➡ 具たくさんにしたり、不足しやすいたんぱく質(卵、豆腐、牛乳など)を加えましょう。

消化がよく、栄養価の高い献立(水分補給にもなります)





## つらい症状



### ●●● 化学療法によって口内炎が起ることがあります。

化学療法により口の中にできものができ、痛みや出血が伴うことがあります。

口の中が乾燥したり、乾いたものを飲み込めない、口臭などの症状があるときには口内炎になりやすい状態であるため注意してください。

## 原因は？

### 抗がん剤の副作用

肺がん治療に用いられる抗がん剤には、口内炎を起こしやすいものがあります。抗がん剤投与2～4日ごろから症状が現れます。白血球が減り、口やのどに感染症が起こりやすくなって炎症が起こることが原因です。

### 心理的な要因

緊張や不安などで症状が現れることがあります。

## どうしたらいいの？

### 注意点、予防について

- 口の中を清潔に保ち、感染症を防ぎましょう。  
(うがいや歯磨きをこまめにしましょう)
- 虫歯や歯肉炎がないか歯科医にチェックしてもらいましょう。



## 食事は？

口内が荒れているため、刺激物を控え、症状の悪化に注意しましょう

- 刺激物や塩分は控えましょう。
  - ➔ 口内の傷ついた粘膜の炎症をさらに悪化させてしまいます。  
[刺激物って?] アルコールや酸っぱいもの(酢、レモン、グレープフルーツジュースなど)、熱いもの、辛いもの(とうがらし、わさび、からし、こしょう、カレー粉)など。

● 消化のよい、軟らかい食品をとりましょう。

➡ 口内に荒れや痛みがある場合は、食べ物を嚙む回数が少なくなります。

### おすすめの献立



雑炊



野菜の煮込み



ミンチやつみれ  
を使用した料理



冷や奴



温泉たまご

● 水分をしっかりとりましょう。

➡ 唾液量が減っている場合やばさついた食事でも口内の炎症が悪化することを予防できます。

### さらに詳しく

がんサポート情報センター：口腔ケア

[http://www.gsic.jp/measure/me\\_11/02/index.html](http://www.gsic.jp/measure/me_11/02/index.html)



## つらい症状



### … 化学療法によって下痢が 起こることがあります。

化学療法により腸粘膜がダメージを受けたり、免疫力が低下することにより下痢が起こることがあります。

下痢の量が多く長く続いたり、水分も十分に飲めない状態のときはすぐに主治医に相談しましょう。

## 原因は？

### 抗がん剤の副作用

肺がんの治療に用いられる抗がん剤の中には、下痢を引き起こしやすいものがあります。

特に、イリノテカン投与後24時間以内に起こる“早発性の下痢”が6割以上の方で見られます。これは、抗がん剤の働きで胃腸の動きが速くなるためです。また、投与後数日が経ってから、粘膜が傷つけられ栄養や水分を吸収しにくくなる“遅発性の下痢”もいくつかの抗がん剤で起こります。



### 心理的な要因

緊張や不安などによっても症状が現れることがあります。

## どうしたらいいの？

### 脱水症にならないように注意しましょう

- ➡ 口からの水分摂取を心がけましょう。また、スポーツ飲料などで下痢で失われた電解質（カリウム）を補いましょう。

### 次のような症状の場合には、早めに受診しましょう

- 激しい下痢が起こる。
- 下痢が長く続く。
- 排便回数が増える（1日4回以上）。

このような症状が見られた場合には、いったん薬の服用を中止し、主治医に相談しましょう。下痢が続くと脱水症状になり、点滴治療が必要な場合もあります。

## ■ 食事は？

### 不足する水分と電解質(カリウム)を補給しましょう

- 腸が行う便からの水分の再吸収が低下しているため、水分を補給しましょう。
  - ➡ 水分は少量ずつこまめにとるようにしましょう。
  - ➡ 冷たい飲み物は腸への刺激が強いため、室温から人肌程度の温度の飲み物をとみましょう。

#### おすすめの飲み物



水、お茶、スポーツ飲料

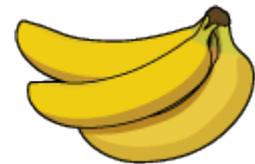
#### 控えたい飲み物



かんきつ類のジュース、牛乳、炭酸飲料、カフェイン飲料、アルコールなど

- 不足しやすいカリウムを補給しましょう。
  - ➡ ゆでるとカリウムは減少します。おなかと相談して、よく噛んで食べましょう。

#### カリウムの多い食品



海藻、野菜、果物(バナナなど)

- 消化しやすいものを中心に、油は控えましょう。
  - ➡ 油は胃腸に負担をかけるため、揚げ物や炒め物は控えましょう。



## つらい症状



### ●●● 化学療法によりしびれが 起こることがあります。

化学療法により神経がダメージを受け、手先や足先にしびれが起こることがあります。

マッサージや薬によってしびれが軽くなることがあるため、主治医に相談してみましょう。

## 原因は？

### 抗がん剤の副作用

肺がん治療に用いられる抗がん剤の中には、手先や足先の神経に影響を与えるものがあります。これによって手先や足先にしびれが起こることがあります。

しびれが強くなると歩くことや箸を使うなどの動作が難しくなることもあります。

## どうしたらいいの？

- しびれに対する薬がありますが、その効果には個人差があります。しびれが強い場合には抗がん剤の種類を変更しなければならない場合もあります。また、マッサージや薬でしびれを和らげることができる場合もあります。主治医に相談してみましょう。
- 抗がん剤治療が終わってから数年かけてしびれは自然に治まってくるのがほとんどです。しかし、残念ながらしびれが残ってしまう場合もあります。





## つらい症状



化学療法や脳への放射線  
照射によって脱毛が起こる  
ことがあります。

化学療法や放射線により毛髪の細胞がダメージを受け、脱毛が起こることがあります。

脱毛を防ぐ有効な方法はありませんが、治療終了後には毛髪は戻ってきます。

## 原因は？

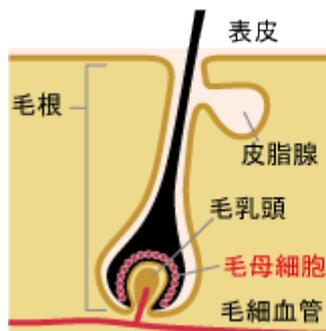
### 抗がん剤の副作用

肺がん治療に用いられる抗がん剤の中には、脱毛を起こしやすいものがあります。

抗がん剤により細胞増殖が活発な毛母細胞が障害を受けることが原因です。

### 放射線の副作用

放射線を頭に照射した場合、その部位の皮膚が皮膚炎を起こし、毛根まで影響がおよぶと毛が抜けてしまいます。全脳照射では脱毛が起こりますが、定位放射線療法の場合には照射する範囲が狭いため目立たないことがほとんどです。



## どうしたらいいの？

### 残念ながら抗がん剤による脱毛を防ぐ手段はありません

通常、抗がん剤治療が終わってから約半年から1年で髪の毛が再び生え始め、2年後にはほぼ治療前の髪質に戻ってきます。

### 目立たなく、気にならなくする工夫をしましょう

抗がん剤、放射線とも治療を始めてから2～3週間で脱毛が始まることが多いようです。

脱毛が見られる前に髪を短くしたり、バンダナやタオル帽子、ウィッグなどを準備するとよいでしょう。



## つらい症状



### 化学療法、放射線療法によって皮膚のトラブルが起ることがあります。

化学療法や放射線療法により皮膚の細胞がダメージを受け、シミや肌荒れ、発疹が見られることがあります。皮膚の清潔を保ったり、バランスの取れた食事、十分な睡眠時間の確保など心がけましょう。

## 原因は？

### 抗がん剤の副作用

抗がん剤により皮膚を作る細胞がダメージを受け、シミや肌荒れ、爪の黒ずみなどが起こります。また、肌に潤いを与える皮脂腺や汗腺の細胞もダメージを受けるため肌が乾燥しやすくなります。

特に、肺がんの治療に用いられるイレッサ®を服用すると、ニキビのような発疹が顔や体に出ることがあります。発疹に気づいたら主治医に相談してみましょう。

### 放射線の副作用

放射線療法で放射線をあてた部分の皮膚が赤くなったり、黒ずんだりすることがあります。

## どうしたらいいの？

- シャワーや入浴で清潔を心がけましょう。
- バランスの取れた食事や十分な睡眠、紫外線対策を心がけましょう。
- 肌荒れが気になるときは、保湿剤やハンドクリームなどを使ってみるのもよいでしょう。
- 肌に傷を作らないように気をつけましょう。





## つらい症状



### 化学療法により関節痛や血管炎 が起こることがあります。

化学療法を行うと、関節痛、筋肉痛または血管の炎症が見られることがあります。

痛みがあるときには我慢や遠慮をせず、早めに主治医に相談しましょう。

## 原因は？

### 化学療法の副作用

肺がんでよく用いられる抗がん剤の中には、関節痛や筋肉痛が起こりやすいものがあります。特にタキソール(一般名:パクリタキセル)やタキソテル(一般名:ドセタキセル)で症状が出やすいとされています。鎮痛剤などを使用しても改善しない場合には、抗がん剤の量を減らすこともあります。ナベルビン(一般名:ビノレルビン)は、注射した血管に痛みを感じたり赤く腫れたりすることがあります。

## どうしたらいいの？

### 関節痛・筋肉痛

- 日常生活に支障がなければ自然に様子を見ましょう。  
自然に痛みが引くこともあります。  
マッサージや関節をゆっくり動かすこともよいでしょう。
- 日常生活に支障がある場合には、鎮痛薬の使用や抗がん剤の変更、減量が考えられるため、主治医に相談してみましょう。
- 薬の影響だけでなく病状の悪化や新たな疾患などにより、新たな部位に痛みが発生したり、痛みが強くなることもあります。このような症状が見られるときには、早めに主治医に相談しましょう。

### 注射部位の痛み

- 注射中に血管の痛みや違和感があったらすぐに医師や看護師を呼びましょう。
- 痛みや腫れが治療のたびに起こるようであれば、腕の血管ではなく中心静脈(心臓に近い血管)に注射用の管を埋め込んで注射を行うことも可能です。主治医に相談してみましょう。





## つらい症状



… 胸に水が溜まって  
息がしづらくなります。

肺がんが進行すると、胸の中に水が溜まって呼吸がしにくくなります。

### 原因は？

肺がんの患者さんの多くが、「息がしづらい」、「息切れがする」、「空気が足りない感じがする」などの症状を訴えます。これは、肺にできたがんが呼吸の邪魔をしているためです。肺がんの症状が進むと、胸の中に水が溜まる場合があります(胸水)。すると、さらに呼吸がしづらくなり、呼吸困難な状態になってしまいます。

また、肺の手術の後に呼吸がしにくくなることもあります。



### どうしたらいいの？

#### すぐに主治医に相談しましょう

息がしづらいと感じたら、すぐに主治医に相談しましょう。

胸水が溜まっている場合には、胸に管を入れて、溜まってしまった水を抜く処置を行います。血中の酸素が足りない状態であれば、酸素療法を行います。

#### 呼吸リハビリを受けてみましょう

リラクゼーションや呼吸法、運動、たんを出す練習などを行い、呼吸が少しでも楽になるようにリハビリを行います。

医師や看護師、理学療法士、作業療法士、薬剤師、栄養士などの専門家が医療チームを編成して取り組みます。



## つらい症状



胸に水が溜まって  
息がしづらくなります。

肺がんが進行すると、胸の中に水が溜まって呼吸がしにくくなります。

### 原因は？

肺がんの患者さんの多くが、「息がしづらい」、「息切れがする」、「空気が足りない感じがする」などの症状を訴えます。これは、肺にできたがんが呼吸の邪魔をしているためです。肺がんの症状が進むと、胸の中に水が溜まる場合があります(胸水)。すると、さらに呼吸がしづらくなり、呼吸困難な状態になってしまいます。

また、肺の手術の後に呼吸がしにくくなることもあります。

抗がん剤の中にも間質性肺炎による呼吸困難を引き起こすものがあります。



### どうしたらいいの？

#### すぐに主治医に相談しましょう

息がしづらいつと感じたら、すぐに主治医に相談しましょう。

胸水が溜まっている場合には、胸に管を入れて、溜まってしまった水を抜く処置を行います。

血中の酸素が足りない状態であれば、酸素療法を行います。

#### 呼吸リハビリを受けてみましょう

リラクゼーションや呼吸法、運動、たんを出す練習などを行い、呼吸が少しでも楽になるようにリハビリを行います。

医師や看護師、理学療法士、作業療法士、薬剤師、栄養士などの専門家が医療チームを編成して取り組みます。



## つらい症状



… 物の忘れが起こることがあります。

脳の放射線治療の後、しばらくして、もの忘れや性格の変化が起こることがあります。

### 原因は？

全脳照射後、1年以上経つと約11%の患者さんで、もの忘れや性格の変化が起こることがあると報告されています。ただし、このような症状は、病状が安定せず標準的な治療ではない方法で治療を行った場合や、60歳以上の患者さんに治療を行った場合に起こるとされています。

### どうしたらいいの？

#### すぐに医療機関に相談しましょう

症状が出現したときの戸惑いは大きいものです。普段どおりの生活を送ることができるように、ご家族がサポートをしてあげることが重要です。

ただし、ご家族にとっても精神的な負担が大きくなることが予想されます。医療機関には、このような場合に患者さんのみならずご家族も含めてサポートをしてくれる専門の看護師やチームがありますので、まずご相談ください。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## セカンドオピニオンを受ける



### 主治医以外の医師に意見を聞きたいと思ったら…。

主治医から受けた治療方針の説明やいくつかの治療のうちどの治療を受けるべきなのかなどについて、セカンドオピニオンを受けてみると、主治医以外の医師の意見を聞くことができます。治療方針への理解をより深めたり、より納得のいく治療の選択の助けになる場合があります。



#### 注意

セカンドオピニオンの費用は、保険診療ではなく自費扱いとなります。  
例) 病院が設定している治療費が1万円だった場合

- 保険適用 → 3割負担で3000円の支払いとなります。
- 自費負担 → 全額負担1万円の支払いとなります。

※費用の設定は病院によって異なります。  
30分1～2万円の設定が多いようですが、数万円の設定がされている病院もあります。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## 仲間を見つける

### 患者会、がんサロン、相談支援センター、ピアサポートを利用してみましよう。

#### ひとりで抱え込まないで！

がんという病気は、ひとりで向き合うにはあまりにも重すぎることがあります。主治医や看護師、家族からのサポートをお願いしましょう。

#### 患者会を探してみましよう

患者会やインターネット上の交流サイトを通じて、同じ病気を持つ人たちと病気を共有することもできます。つらさだけでなく、病気になって初めて気づく生きる幸せ・よろこびも分かち合えるかもしれません。患者会、ネットコミュニティの主なものについては下の青文字をクリックしてご参照ください。



<http://medical.nikkeibp.co.jp/inc/all/cancernavi/>

#### 患者サロンやピアサポートなどを利用してみましよう

##### ● 奈良県内のがんサロン

がん患者さんやそのご家族が、同じ立場の人たちと交流するための「患者サロン」を設けているところがあります。

奈良県の患者サロン情報については下のがんサロン一覧をご覧ください。

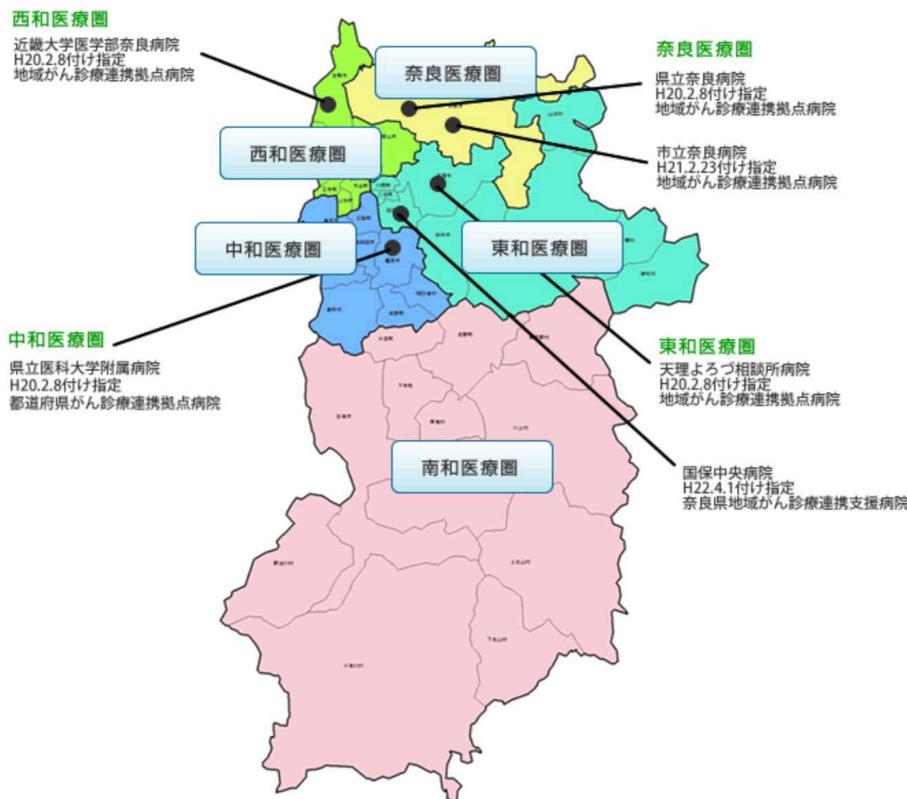
名称	設置施設	開催日時	お問い合わせ
ほっとサロン 飛鳥	国保中央病院	毎月第2 水曜日 13:00～15:00	国保中央病院 地域支援センター 0744-32-8800(代)
がんサロン「くつろぎ」	県立奈良病院	毎月第3 火曜日 14:00～16:00	県立奈良病院 相談支援センター 0742-46-6001(代)
患者サロンなごみ	県立医科大学附属病院	毎月第1・第3 金曜日 13:30～15:30	県立医科大学附属病院 医療サービス課 総合相談窓口 0744-22-3051(代)
サロンいこい	天理よろづ相談所病院	毎月第4 水曜日 14:00～16:00	天理よろづ相談所病院 がん相談支援センター 0743-63-5611(代)
がんサロン「春日野～かすがの～」	市立奈良病院	毎月第3 木曜日 14:00～16:00	市立奈良病院 がん相談支援室 0742-24-1258
患者サロン生駒	近畿大学医学部奈良病院	毎月第3 水曜日 14:00～16:00	近畿大学医学部奈良病院 がん相談支援センター 0743-77-0880(代)
患者サロンよしの	吉野保健所	年間3回 (日程はお問い合わせ下さい) 13:30～15:30	吉野保健所 健康増進課 0742-52-0551(代)

※患者サロンの開催日は変更になる場合があります。

※詳細は各医療機関へお問い合わせください。

## ●奈良県内のがん拠点病院

がん拠点病院には、がんについての悩みや相談を受け付ける「相談支援センター」があります。



## ■相談支援センター

すべてのがん診療連携拠点病院には、相談支援センターが設置されています。

ここでは患者さんやご家族からのがんに関するさまざまなご相談を、無料でお受けしています。

また、がん診療連携拠点病院で診療を受けていない方でもご利用いただけます。

病院によっては、利用対象者の範囲が定められていたり、予約が必要であったりしますので、事前にご確認ください。

## ●奈良県のピアサポート

がん経験者が自分の経験を生かして相談・支援するピアサポートを実施している施設もあります。

## ●奈良県のがんイベント

奈良県では、さまざまながんイベントを実施しています。

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

## がんの保障制度

### がん治療などの費用を保障する制度 ～高額療養費制度～

がんの検査や治療費、介護サービス利用にかかる費用を保障する制度をご紹介します。

 高額療養費制度	 介護保険制度
---	--

#### 医療費が高額になる場合の自己負担額が軽減されます

医療費とは、検査や治療などの費用です。日本では健康保険により通常、医療費の3割を患者さんが支払い、残りの7割は医療保険が負担します。

重い病気や大きなけがなどで病院に長期に入院すると医療費の自己負担も高額になります。そこで自己負担分を軽減できるように、自己負担3割の金額にある一定の限度額(自己負担限度額)を決め、その額を超える場合には超えた分が3カ月後に払い戻しになる制度があります。

この制度を「高額療養費制度」と言い、負担軽減の程度は、暦月1カ月の医療費の合計金額、年齢、収入(所得)によって決まります。



すでに治療によって医療費の支払いが済んでいる場合でも、払い戻しの申請・請求をすることで差額(医療費－自己負担限度額＝高額療養費)が払い戻されます。

詳しくはご自身の加入している医療保険の**高額療養費制度の窓口**や治療を受けている医療機関の窓口にご相談ください。

## ! 医療保険の高額療養費制度の窓口

制度	被保険者		保険者		問い合わせ・申請先
健康保険	健康保険の適用事業所で働く民間企業の勤労者		組合管掌健康保険（組合健保）の場合	健康保険組合	各健保組合担当窓口
			全国健康保険協会管掌健康保険（協会けんぽ）の場合	全国健康保険協会	協会の各都道府県支部
船員保険	船舶の船員		全国健康保険協会		協会の各都道府県支部
共済組合	国家・地方公務員、一部の独立行政法人職員、日本郵政グループ職員、私立学校教職員		共済組合		協会の各都道府県支部
国民健康保険	医療保険対象者	健康保険・船員保険・共済組合等に参加している勤労者以外の一般住民	市町村と東京都23区の各区		市（区）町村役所の担当窓口
	退職者医療対象者	被用者年金（厚生年金等）に一定期間加入し、老齢年金給付を受けている75歳未満等の人	市町村と東京都23区の各区		市（区）町村役所の担当窓口
後期高齢者医療制度	75歳以上の者と65歳以上の障害者		後期高齢者医療広域連合		都道府県高齢者医療広域連合窓口

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手につき合う

## がんの保障制度

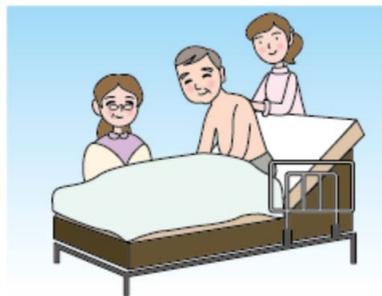
### がん治療などの費用を保障する制度 ~高額療養費制度~

がんの検査や治療費、介護サービス利用にかかる費用を保障する制度をご紹介します。

 高額療養費制度	 介護保険制度
---	--

### 40歳以上であれば認定の申請ができます

ターミナルケアにおいて、自宅や介護施設で過ごす上で体を思うように動かすことができず、自分や家族の支えのみでは日常生活を送ることができない方が介護サービスを利用した場合に、その費用が介護保険により軽減されることがあります。  
介護保険は40歳以上の方が法律に基づき必ず加入しています。



#### 65歳以上の方が介護サービスを受けると…

介護サービス費用の9割が給付費として介護保険から支払われます。  
つまり自己負担は1割です。

#### 40歳以上64歳以下の方が介護サービスを受けると…

介護が必要となった原因の病気(特定疾病:がんのターミナル・ケアも含まれます)によって受けた介護サービス費用に対する9割が給付費として介護保険から支払われます。  
この場合、介護が必要な程度により上限が決められます。

#### 介護保険の給付を受けるには…

まず介護認定を受ける必要があります。  
介護保険に加入しているだけでは、給付を受けられません。  
詳しい内容については、市区町村の介護保険担当窓口で申請受け付けをしていますのでご相談ください。  
また、あらかじめ詳しい情報をお知りになりたい方は、下記ホームページを参考にしてみてください。下の青い文字をクリックしてください。

#### さらに詳しく

介護保険制度とは？(奈良市)  
<http://www.city.nara.lg.jp/www/contents/1147428010775/index.html>  
奈良県地域包括支援センター一覧(奈良県)  
<http://www.pref.nara.jp/secure/20814/houkatu.pdf>  
奈良県介護サービス情報公開サービス(奈良県)  
<http://www.kohyo-nara.jp/29/>

がん ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	治療が終わったら	病気とともに生きる	
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------	--



## 医療機関をさがす

下の青い文字をクリックすると、『なら医療情報ネット』へ移動します。

病院を探す時の参考にして下さいね。



<https://www.qq.pref.nara.jp/qq29/qqport/kenmintop/>

## 注意事項

このPDFでは、皆様が医療機関を受診する前に知りたいこと、気になること、知っておきたいことをお示しています。しかし、皆様の身体の状況、遺伝的素因、生活環境、疾患の特殊性など、さまざまな要因によってお示している状況と異なる場合もございます。最終的には、医療機関を受診し、医師あるいは医療スタッフと相談の上、総合的なご判断をいただく事をお勧めいたします。

## 利用規約

掲載されている情報の内容に関しては万全を期しておりますが、その内容の正確性及び安全性を保証するものではありません。

掲載されている情報によって被った損害、損失に対して一切の責任を負いません。