

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。

『肝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
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------

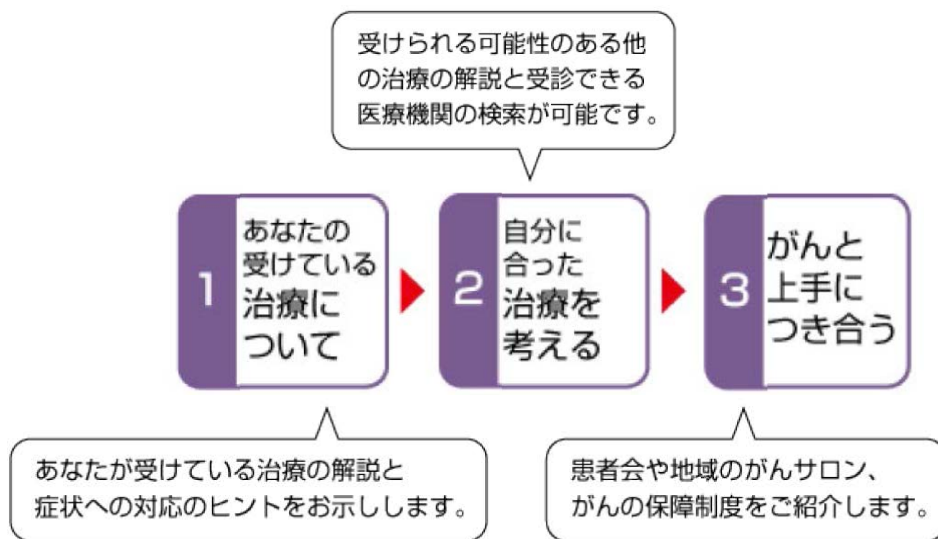


このサイトでできること



あなたががんとつきあっていくためのポイントを整理します

このPDFでは、現在がんの“治療を受けている患者さんやご家族の方”を対象しています。



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	
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------	--



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。



▶ 自分にあつた治療を考える

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。





▶ 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。



手術で肝臓の一部を切りとります。



体の表面から針を刺して、がんを焼き切ります。



がんにつながる血管に「ふた」をして、兵糧攻めにします。



肝臓に直接抗がん剤を流し込みます。



機能しなくなった肝臓を取り替えます。



肝がんへの効果が確認された
新しい抗がん剤を使用します。



つらい症状を和らげる治療を行います。

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

治療の詳細

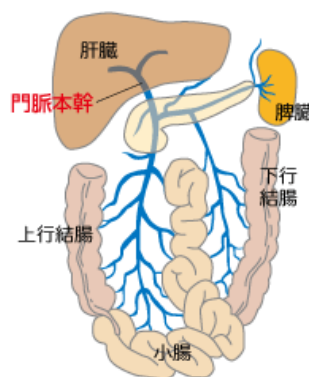


… 手術で肝臓の一部を切り取ります。



転移の予防になります

がんができていっている部分を中心に転移しやすい部分を含めて切除します。肝がんは門脈(胃腸と肝臓を結ぶ血管)を通じて肝臓の中で転移しやすい性質があります。いったん門脈にがん細胞が入ってしまうと生存率が悪くなるため、事前に予防的にがんのまわりを切除することになります。



肝臓の障害度、がんの大きさや数によってさまざまです。

主治医にしっかり確認をしましょう。



さまざまな副作用が出る可能性があります

- 体力の低下
肝臓を切り取ることで手術後疲れやすくなりますが、時間と10mlに体力は回復します。
- 手術中の出血
出血が多いと肝不全を起こす危険性があります*1。
- 胆汁もれ・感染症
門脈と胆管(胆汁が通る管)に近い部分を切除すると胆汁がもれ、感染症の原因になることがあります。しかし、ほとんどの場合とくに治療をしなくても回復します*1。

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



… 体の表面から針を刺してがんを焼きます。

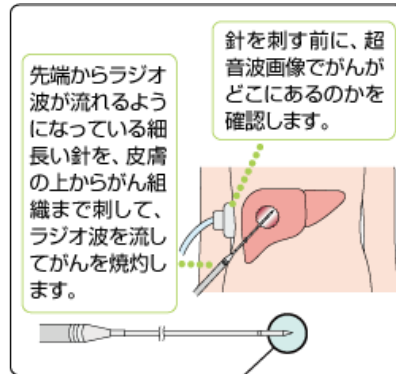


肝機能が低下していても行える治療です

超音波などでがんの位置を確認しながら、体の表面から肝臓に針を刺し、がんとその周辺を壊死させます。治療部分以外への影響が少なく、肝機能が低下していても治療を行えます。現在、我が国では肝がんの局所療法としてラジオ波凝固療法が推奨されています。

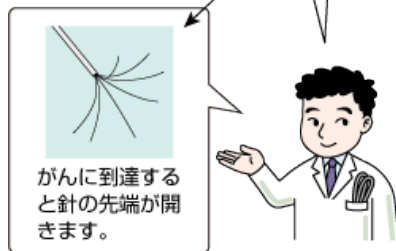
ラジオ波凝固療法 (RFA)

AM放送に使われる電波よりやや波長の長い高周波を用いてがんを焼き切ります。ラジオ波凝固療法専用の針(図参照)を体の表面からがんに刺します。電気を通すと針の先端が発熱してがんを焼き切る仕組みです。他の2つの局所療法と比べて広範囲を治療することができるので現在広く行われている治療法です。通常は、超音波画像でがんの位置を確認しながら行いますが、CTや腹腔鏡などを用いることもあります。



経皮的エタノール注入療法 (PEIT)

超音波でがんの位置を確認しながら、体の表面から細い針を刺して100%エタノール(アルコール)を注入してがんを壊死させます。ラジオ波凝固療法の補助として用いられる治療法です。



治療回数が少なくて済みます

ラジオ波凝固療法 (RFA)

- 広い範囲の腫瘍を一度に焼くことができます。
- 治療回数が少なくて済みます。
- 2年生存率は98%、5年生存率は50%程度です*1。

経皮的エタノール注入療法 (PEIT)

- 細い針を使うので苦痛が少なく、短期間で体が回復します。
- 胆管の近くでも治療できます。
- 2年生存率は88%、5年生存率は50%程度です*1。



さまざまな副作用が出る可能性があります

ラジオ波凝固療法(RFA)

- 治療後に発熱、吐き気、痛みなどが生じることがあります。
- がんが胆管など他の器官の近くにある場合、まれに周りの器官を傷つけたり、穴を開けることがあります。
- 針を刺すことで肝臓表面にあるがんをばらまいてしまう危険性があります。

経皮的エタノール注入療法(PEIT)

- 一時的に発熱・痛みが生じることがあります。
- 治療範囲が狭いので、がんが超音波検査で見えない場合や大きながんには不向きです。

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
--------	--------	--------------	----------	----------	----------	-----------



▶ 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

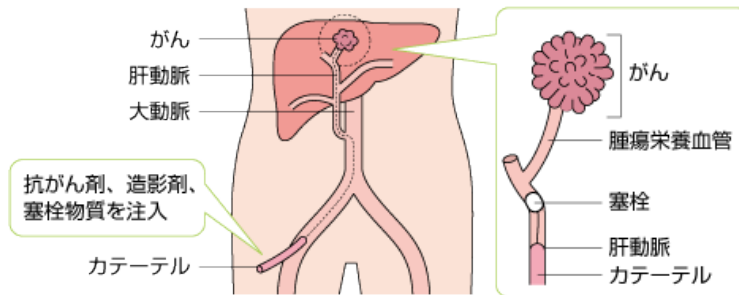


がんにつながる血管に「つめもの」をして
兵糧攻めにします。



がん細胞の増殖を妨げて壊死させます

肝がん細胞は、主に肝動脈から栄養を得て生きています。この肝動脈を塞いでしまうと、がん細胞は増殖できず壊死してしまいます。肝動脈塞栓術では、まず太ももの付け根にある大動脈からカテーテルを入れ、造影剤を注入しながら肝臓まで到達させます。そして、がんに入れ込んでいる肝動脈に「つめもの」となる物質を流し込んで栄養を遮断すると同時に、抗がん剤を注入してがんを狙い撃ちします。進行した肝がんでは、局所療法や放射線療法と肝動脈塞栓術を併用することがあります。



肝臓の障害度、がんの数によってさまざまです

主治医にしっかり確認をしましょう。



みぞおちの痛みや発熱などがみられます

- 治療後1週間程はみぞおち(肝臓)の痛みや発熱がみられます。
- 吐き気・食欲不振を感じることもあります。
- 肝機能も一時的に悪化するので、肝臓を保護する点滴や注射を行います。

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

治療の詳細



… 肝臓に直接抗がん剤を流し込みます。

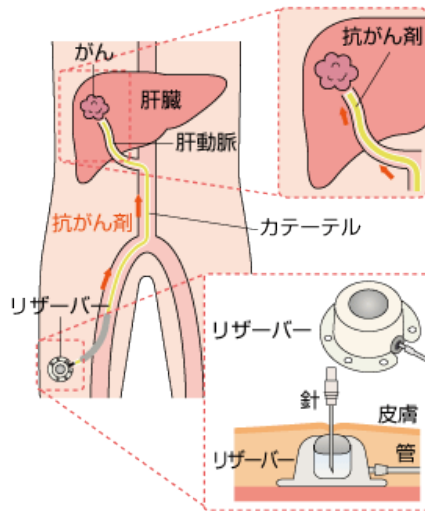


抗がん剤が体内で分解されるのを防ぐことができます

肝臓には抗がん剤が効きにくいと言われています。

これは、注射や内服によって体内に入った抗がん剤が肝臓に到達する頃には分解されてしまうからだと考えられています。そこで、分解されるのを防ぐために肝臓に直接抗がん剤を注入するのが肝動注化学療法です。

太ももの付け根にある大動脈からカテーテルを肝臓まで挿入し、リザーバーを皮下に埋め込みます。このリザーバーに皮膚の外から針で抗がん剤を注入し、カテーテルを通じて肝臓へ直接流し込みます。全身化学療法に比べ、全身への副作用が軽いとされています。さまざまな抗がん剤が肝動注化学療法に用いられていますが、科学的な根拠に基づいて有効だと認められる抗がん剤は未だにありません。



肝がんを小さくする効果に優れています

さまざまな抗がん剤が単独または組み合わせて用いられていますが、有効な薬剤の種類や組み合わせについてもまだ研究段階です。

抗がん剤を注射や内服で投与する場合と比較して、肝動注化学療法の方が肝がんを小さくする効果には優れていますが、生存期間はあまり変わらないとされています*1。



医師や看護師にご相談ください

- 薬を投与した日や翌日に、吐き気や食欲不振、頭痛、下痢が起こる場合があります。
- 口内炎や手足の先端が黒くなるなどの症状が現れることがあります。
- 副作用は抗がん剤の量や種類によって、また人によっても異なります。副作用は薬で抑えることもできます。気になる場合は、医師や看護師にご相談ください。

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



… 機能しなくなった肝臓を取り替えます。

全ての医療機関で肝移植を行うことができるわけではありません。主治医とよく相談してください。



健康な人から肝臓の一部を移植します

肝臓は、体の中で唯一「再生する臓器」なので、健康な人から肝臓の一部を移植することができます。ただし、近縁者にドナーとなる意思をお持ちの方がいるかどうかや肝がんの進行度などを考慮して移植を決定します。



肝移植が保険適用となる条件

以下の条件に合っている場合、移植が保険適用となります。また、この条件を満たす場合の移植後5年生存率は65%程度になるという報告があります*1。

- がんが1個で直径5cm以下
- がんが2～3個で直径3cm以下
- 65歳未満

上記の条件が絶対ではありませんが、明らかに肝臓の外や血管にがんが転移している場合には、移植をしても体を傷つけるだけになってしまうため勧められません。



拒絶反応が現れることがあります

移植は血液型などが適合する方を慎重に選んで行われますが、拒絶反応が現れることがあります。拒絶反応を抑えるために免疫抑制剤を投与しますが、そのために感染症にかかりやすくなります。退院後は手洗い・うがいなどの自己管理が重要になります。また、高血圧・高脂血症・視力障害などの合併症が現れることがあります。

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



… 肝がんへの効果が確認された新しい抗がん剤を使用します。



手術ができない肝がん患者さんの生存期間を延長させます

従来の全身化学療法(抗がん剤の服用・点滴)では、肝がんに対する治療効果があまり期待できないと言われてきました。しかし、2008年に新しく承認されたソラフェニブ(商品名:ネクサバル錠)は、手術ができない肝がん患者さんの生存期間を延長させることが示されています*1。

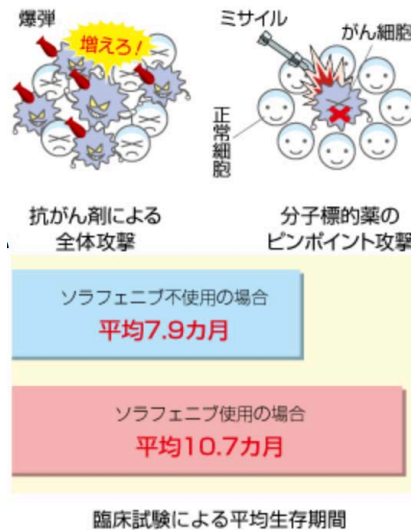


肝がんを小さくする効果に優れています

通常の抗がん剤は、細胞の増殖を妨げる薬で、異常に増えるがん細胞に効果がある反面、正常な細胞で合っても増殖が活発な髪の毛や口・胃の粘膜などにも働きかけるため有害な作用が出ていました。

がん細胞は、増殖する指令が出され続けている状態であるため、この指令をストップさせるのがソラフェニブの働きです。がん細胞を狙い撃ちするので、周りの正常細胞を傷つけることがありません。

臨床試験では、ソラフェニブを使用しなかった場合の生存期間が平均7.9カ月だったのに対し、ソラフェニブを使用すると10.7カ月まで改善しました*2。



医師や看護師にご相談ください

ソラフェニブ服用時には、以下のような副作用が現れることが報告されています。これらの症状の多くは、ソラフェニブを減量・中止したり、薬で治療をすることができます。症状が見られた場合には医師や看護師、薬剤師にご相談ください。

ソラフェニブ服用時の副作用

- 手足症候群(手のひらや足底に皮疹が出て、赤く腫れ、皮膚がむけたり、痛みを伴う)、発疹、皮膚のかゆみ、脱毛などの皮膚の異常
- 高血圧
- 下痢、食欲不振、吐き気、嘔吐などの消化器症状
- だるい、体が重い、疲れやすいといった疲労感

*1 ネクサバル錠200mg 医薬品添付文書

*2 米国国立がん研究所インフォメーション(日本語版)

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



… つらい症状をやわらげる治療を行います。



生活の質を重視して治療します

がんが進行していたり、他の臓器への転移が見られる場合、がんそのものの治療に加えて、痛みや食事の取りにくさなど、がんに伴って起こるつらい症状をやわらげることで、生活の質を向上させるための治療を行います。肝がんは特に自覚症状に乏しいため、発見されたときにはがんが進行していたり、転移がある場合も少なくありません。痛みやつらさを「仕方がない」とあきらめるのではなく、つらい気持ちを「ひとに伝える」ことが苦痛をやわらげる第一歩になります。がんと診断されたとき、治療中、治療後、どんなタイミングでも構いません。痛みや気持ちのつらさや不安がある場合、いつでも医師や看護師、相談支援センターに緩和ケアについて相談してみましょう。



「自分らしく過ごす」ための支援をします

- ひとりひとりの状態に合わせて、がんによる心と体の痛みをやわらげる治療を行います。
- 患者さん本人やご家族が「自分らしく」過ごすことを目標にしています。
- 療養生活を行う上での社会制度の利用方法なども含め、幅広い支援を受けられます。



治療方法によっては別の症状を生じることもあります

- 辛い症状が身体的なものであった場合、手術、化学療法、放射線療法などを行う場合があります。この時、目的とした辛さが緩和されても、別の症状が現れる場合もあります。
- 現在のつらさと、今後起こるかもしれない有害事象とのバランスを見ながら治療方法を決めていきます。
しっかりと医師と相談して、どんな治療を望んでいるかを伝えましょう。



▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

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。

肝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



胆汁漏
(たんじゅうろう)



白血球減少
(感染症)



間質性肺炎



治療後の疲労感
吐き気・黄疸
(肝機能障害)



食欲不振
吐き気



気分が沈む



息切れ・胸の痛み
(肺塞栓)



口内炎
口が渇く



からだ
が痛む



下痢



針刺し部
の痛み



脱毛



手足が赤く腫れる・痛む
(手足症候群)



発疹
色素沈着



つらい症状



… 切除した部分から胆汁が
もれることがあります。

手術によって切除した肝臓の断面から胆汁という消化液が漏れてくる
ことがあります。通常は自然に止まります。

原因は？

肝細胞は胆汁という消化液を作っています。肝臓を切除すると、その断面から多かれ少なかれ胆汁がもれてしまいます。

小さなもれは手術をした人の10人に1人ぐらいに生じますが、自然に止まることがほとんどです。量が多く漏れが止まらない場合も2～3%程度見られ、むくみや吐き気を生じたり、感染が起こったりするため、治療が必要になることがあります*1。



どうしたらいいの？

症状が治まらない場合は薬物治療と胆汁を抜く治療を行います

まずは痛み止めや、炎症を抑えるための抗生物質などによる薬物治療が行われます。

痛みや発熱が続く場合、炎症や感染の程度を調べる検査が行われます。

場合によっては、おなかの中にドレーン(管)を入れ、漏れた胆汁を体の外に出して重症化することを防ぐ処置をすることがあります。

場合によっては再手術を行うこともあります。

まれに腹腔内膿瘍を起こすことがあります

おなかの中にもれた血液のかたまりやリンパ液が溜まったままになると、細菌などに感染し、膿(うみ)が溜まってしまいます。

この状態を腹腔内膿瘍(ふくくうないのうよう)と言います。進行すると命に関わることもあるため、早期の治療が必要です。

資料

*1 がんサポート情報センター 肝臓がんの標準治療 http://www.gsic.jp/cancer/cc_03/hc/02.html



つらい症状



弱っている肝臓の機能がさらに低下してしまうことがあります。

肝臓の治療によって、弱っていた肝臓にさらに負担がかかり、肝臓の機能が止まってしまう(肝不全)恐れがあります。

原因は？

肝がんの患者さんでは、肝臓の機能が低下していることがほとんどです。弱っている肝臓に対して大きな範囲の手術をしたり、局所療法で肝臓を部分的に焼いたり、肝動脈塞栓術によって栄養を遮断したりすると、肝臓の機能がさらに低下します(肝機能障害)。肝臓はある程度弱っても機能することができますが、あまりにも負担がかかると全く機能しなくなります(肝不全)。肝臓は、全身に栄養を配る働きと、いらぬ老廃物処理する働きをしているため、肝機能障害や肝不全になると全身にさまざまな不調が現れます。



どうしたらいいの？

体のだるさ、吐き気・嘔吐や黄疸は肝機能障害のサインです

もともと肝機能が低下している上に治療をしているため、肝機能障害が起こりやすくなっています。疲労感が強くなったり、吐き気・嘔吐が続く場合には早めに医師に相談しましょう。

肝移植後の肝機能障害は拒絶反応の可能性

肝移植の後1~2カ月で急に肝機能障害の症状が現れたり、移植後2~3カ月頃から徐々に症状が見られた場合には拒絶反応が起こっている可能性があります。

肝生検という精密検査による診断が必要です。すぐに医療機関を受診しましょう。

強い疲労感や昏睡は危険信号

肝機能障害が進行して肝不全になると、全身の疲労感が強まり、ときに昏睡状態になることがあります。また、全身の臓器が栄養不足になるため脳浮腫・心不全・腎障害・呼吸不全や、感染症・消化管出血が起こったりします。肝不全は命に関わる重大な合併症ですので、上記の症状が見られた場合には迷わずに医療機関を受診して下さい。

真実



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。

足にできた血栓が肺に詰まると、呼吸ができなくなります。
手術後早期からできる限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。自分ではなかなか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。これを肺塞栓と言います。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・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非常に危険な合併症です。

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。

ただし、手術後に動き出す時期などについては、自分で判断せず医師や看護師に相談してください。



予防のためには弾性ストッキングをはきます

血栓を予防するため、手術の前に医療用の弾性ストッキングをはくことがあります。

以下の病気・習慣のある方は要注意

糖尿病・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。



つらい症状



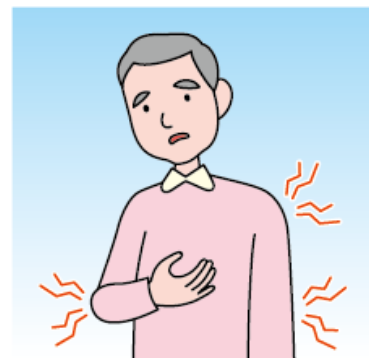
手術や肝動脈塞栓術の後、体が痛むことがあります。

手術や肝動脈塞栓術によって胸・おなか・背中・肩・肋骨などに痛みやしびれを生じることがあります。

原因は？

手術の場合

手術によって肝臓を切り取っているため、みぞおちのあたりが痛みます。また、おなかを大きく切開したことによる皮膚の痛みもあります。手術のときには肋骨を持ち上げて筋肉が引っ張られるため、肋骨の周り・肩・背中・腹部などに痛みやしびれが生じることもあります*1。



肝動脈塞栓術の場合

肝臓の血管を遮断すると肝臓の血流が少なくなるため、肝動脈塞栓術を行った人の2~3人に1人は体の痛みを感じるがあります。痛む部位は胸やおなかが多く、ほかに肋骨・背中・肩・みぞおちなどが痛むようです*2。

どうしたらいいの？

手術の痛みは自然に治ります

入院中、手術後数日は背中から痛み止めの点滴を入れます。ほとんどの場合には、痛み止めの服用で1~2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。

肝臓の血流は3カ月程度で元どおりになります

肝動脈塞栓術で遮断した血流は、通常約3カ月で元に戻ります。痛みがつづく場合には主治医に相談してみましょう。

日常の動作を工夫しましょう

手術前と同じように動くと、おなかに力が入りにくかったり、肋骨・肩・背中に痛みを感じる場合があります。できるだけ痛みを感じないような動作の工夫をしましょう。どうしても痛みが辛い場合には、主治医に相談してみましょう。

資料

*1 国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス 肝細胞がんの療養情報 http://ganjoho.jp/public/qa_links/hikkei/hikkei01.html

*2 医薬品添付文書 スフェレックス



つらい症状



… ラジオ波の針を刺した部分に
痛みややけどが生じることが
あります。

ラジオ波の熱によって、おなかの中や皮膚にやけどができ、痛みを感じることがあります。

原因は？

局所療法のうちラジオ波凝固療法(RFA)では、50～90度の熱をかけてがんを焼き切ります。このため、治療中にも強い痛みを伴いますが、治療が終わった後にも針が通過した部分や皮膚にやけどができ、痛みが続くことがあります。

どうしたらいいの？

通常は自然に治ります

手術中には鎮痛剤が使用されますが、術後も痛みが治まらない場合には医師に相談しましょう。痛み止めや解熱剤が処方され、ほとんどの場合には1週間程度で日常生活に支障をきたさない程度になります。



針差し部以外の強い痛みには要注意

痛みが続く場合や、耐えられない痛みがある場合にはすぐに医師に相談しましょう。肝臓の周りの血管・臓器が傷ついたり、炎症が起こっている可能性があります。

資料

* 1 国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス 肝細胞がんの療養情報



つらい症状



●●● 抗がん剤によって手足が赤く腫れ、痛みや無感覚が生じることがあります。

ソラフェニブの服用により手足に赤みや腫れが生じ、痛みを感じたり、感覚がなくなったりします。進行すると日常生活に支障をきたします。

原因は？

肝がんの治療に用いられるソラフェニブ(商品名:ネクサバル錠)を使用している人の約半数で、服用開始から約1~2週間後より手のひらや足の裏にチクチク感、ヒリヒリ感といった皮膚の違和感、ほてり感、赤く腫れる、角質が厚くなるなどの症状(手足症候群)が出ることがあります。放置すると重症化して、手を使った日常活動や歩行が難しくなることがあります。



初期症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 見た目の変化なし。 ● 皮膚がチクチク・ひりひりする感じ。 	
軽度	<ul style="list-style-type: none"> ● 皮膚がわずかに赤くなる・ふくらむ・固くなる。 ● 皮膚がチクチク・ひりひりするが痛みはない。 	
中程度	<ul style="list-style-type: none"> ● 皮膚がはがれる、厚くなる、水ぶくれ、むくみ、出血。 ● 痛みを伴う。 ● 買い物、金銭の受け渡し、食事の準備などに支障がある。 	
重度	<ul style="list-style-type: none"> ● 皮膚が大きくはがれる、厚くなる、水ぶくれ、むくみ、出血。 ● 痛みを伴う。 ● 衣服の着脱、入浴、食事、トイレなどの身の回りの生活動作に支障がある。 	

■ どうしたらいいの？

予防のために、日頃から手足への刺激を避けましょう

● 足の保護

足にあった履きやすい靴を履き、やわらかい中敷きを使いましょう。皮膚への刺激が少ない木綿の靴下を着用し、室内ではスリッパを履くようにして足への負担を減らしましょう。長時間の立ち仕事や歩行、ジョギングは避けましょう。

● 手の保護

木綿の手袋をはめ、手に圧力のかかる作業（ぞうきんを絞る・長時間の書き物・固いふたを開ける・土仕事など）や水仕事、重い荷物を持つことなどは避けましょう。

● 全身の保護

40度以上の熱いお風呂に入らないようにしましょう。また、10分以上湯船につかることも避けましょう。

保湿に注意しましょう

水仕事、手洗い、入浴の後には、乾燥を防ぐためにすぐ保湿剤を塗る習慣を付けましょう。寝るときにも保湿剤を塗り、木綿の手袋・靴下をはきましょう。

症状が見られたら迷わず医療機関に相談してください

手足症候群の症状が現れても、初期であれば治療が可能です。重症化する前に、上記のような症状が見られたらただちに医療機関に相談し、指示にしたがってください。

資料

バイエル株式会社 ネクサバール 起こりやすい副作用 http://www.nexavar.jp/patient/hcc/nex_aftereffect1.html



つらい症状



… 化学療法や免疫抑制剤によって 感染症にかかりやすくなること があります。

化学療法や肝移植前後に使用する免疫抑制剤により、体の免疫を担う白血球の働きが低下することがあります。このため細菌などに対する抵抗力が弱まり、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？

化学療法の場合

肝がんの治療に使わ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、抵抗力が低下するため感染症にかかりやすくなります。

肝移植の場合

移植による拒絶反応を抑えるために免疫抑制剤を使用します。手術後は体力が落ちている上に免疫抑制剤によって細菌やウイルスへの抵抗力が低下しているため、感染症にかかりやすくなります。

どうしたらいいの？

感染症に対する治療を行います

感染症が疑われる場合には抗生物質や抗ウイルス剤による治療が必要なことがあります。

38度以上の発熱、寒気、せき・のどの痛み、排尿時の痛み・残尿感、血尿、頻尿などが見られた場合には、速やかに主治医に相談してください。

肝移植後の場合には、免疫抑制剤の減量・中止や種類の変更が必要なこともあります。

日常生活での予防が大切です

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、生水は避けましょう。
 - ➡ しっかり加熱して食べましょう。
 - ➡ 皮のついている果物は皮を剥いてから食べましょう。
- 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

資料

京都大学医学部附属病院 肝臓移植のためのガイドブック <http://www.kuhp.kyoto-u.ac.jp/~transplant/Guide.pdf>



つらい症状



●●● 抗がん剤により吐き気が起起こることがあります。

全身化学療法や肝動注化学療法、肝動脈塞栓と同時に抗がん剤を使用する治療などにより食欲不振や吐き気が起こる場合があります。治療の回数や人により症状の程度は様々ですが、水分補給が十分にでき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。

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？

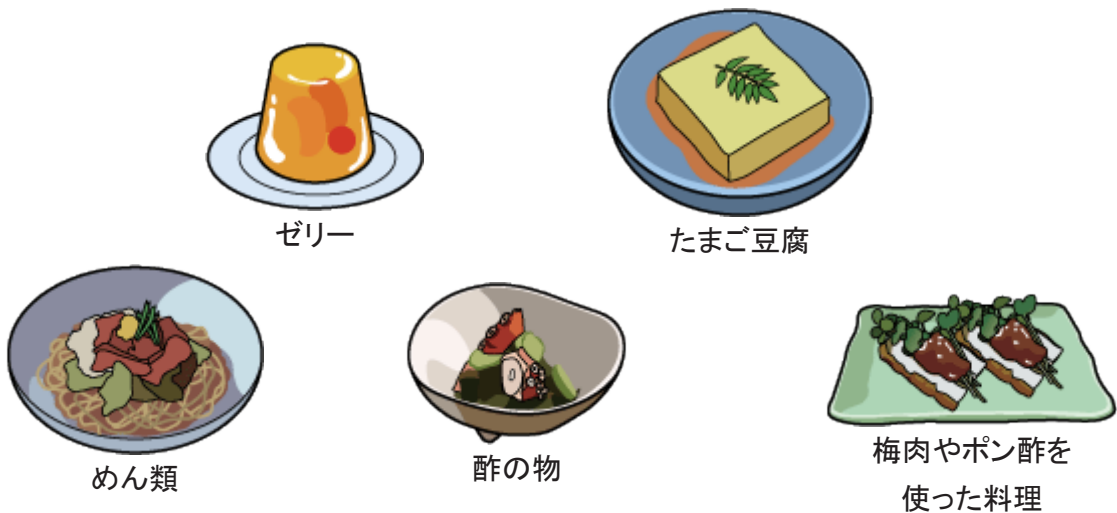
- 食べられるときに食べられるものを食べましょう。
- 吐き気止めの薬について、主治医と相談してみましょう。
- 何日も続いて食事がほとんどとれない、水分もとれないときには医療機関を受診しましょう。
 - ➡ 点滴などの治療が必要な場合があります。

■ 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。

よく食べやすいといわれる献立



- 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たり、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すので注意してください。

原因は？

抗がん剤の副作用

肝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りやすくなって炎症が起ることが原因です。

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、食べ物を噛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。



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、水分を十分に補給でき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

肝がんの化学療法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。

とくにソラフェニブ(商品名:ネクサパール錠)を使用している患者さんの3人に1人は下痢を起こすと言われています。また、これ以外の抗がん剤でも投与後数日経って抗がん剤により粘膜が傷つけられ、栄養や水分を吸収しにくくなる下痢が起こることがあります。



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

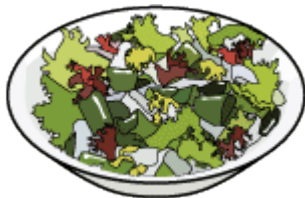
控えたい飲み物



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。

さらに詳しく

バイエル株式会社 ネクサバール 起こりやすい副作用

http://www.nexavar.jp/patient/hcc/nex_aftereffect1.html



つらい症状



化学療法によって脱毛が起ることがあります。

化学療法により毛髪の細胞がダメージを受け、脱毛が起ることがあります。

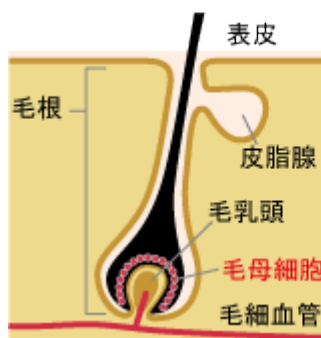
脱毛を防ぐ有効な方法はありませんが、治療終了後には毛髪が元の通りに戻ります。

原因は？

肝がんの全身化学療法に用いられる抗がん剤の中には、脱毛をお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。

全身化学療法に用いられるソラフェニブ（商品名：ネクサバル錠）は、従来の抗がん剤のように、全ての髪の毛が抜け落ちてしまうほどではありませんが、使用した人の3人に1人は脱毛が見られるとの報告があります。抗がん剤治療を始めてから2～3週間で脱毛が始まる人が多いようです。



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

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

さらに詳しく

バイエル株式会社 ネクサバル 起こりやすい副作用

http://www.nexavar.jp/patient/hcc/nex_aftereffect1.html



つらい症状



化学療法によって皮膚の …トラブルが起こることがあります。

化学療法により皮膚の細胞がダメージを受け、シミ、肌あれ、発疹がみられることがあります。皮膚の清潔を保ったり、バランスのとれた食事、十分な睡眠時間の確保など心がけましょう。

原因は？

化学療法の副作用

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。

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？

日常生活で清潔と紫外線対策をしましょう

シャワー、入浴で清潔を心がけましょう。

バランスの取れた食事、十分な睡眠をとり、帽子や日傘などで紫外線対策を心がけましょう。

肌に負担をかけないようにしましょう

刺激の少ない木綿などの服を選び、ウールや化学繊維は直接着ないようにしましょう。

肌荒れが気になるときは、保湿剤、ハンドクリームなどを使ってみるのもよいでしょう。

また、肌に傷を作らないよう気をつけましょう。





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？

肝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300人に1人程度ですが、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うけていて、「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」「乾いたせきがでる」「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



… 一人で悩まず、
周りの人に相談しましょう。

気分が沈むこともこころの自然な反応です。
必ず解決方法がありますから、一人で悩まずに相談しやすい人にお話してみましょ。う。
きっとよい解決方法が見つかります。

原因は？

- 病気の状態や治療の副作用の症状に悩まされたり、日常生活や仕事のうえでの不安やストレスなども重なり、治療中は気分の落ち込みが特に多くなります。
- 「気分の落ち込み」や「物事への関心がなくなる」、「食欲低下」などの症状があるときには「うつ病」の可能性も高くなります。

どうしたらいいの？

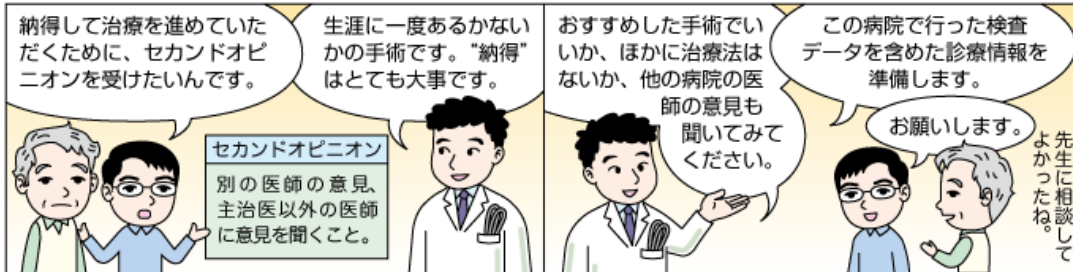
- 一人で悩まずに、まずは相談しやすい人に自分のつらさ、悩みを打ち明けてみましょう。
- 状況によってはお薬で良くなることもありますから、主治医へ相談してみましょう。





▶ 治療について ▶ 自分に合った治療 ▶ がんと上手に付き合う

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。

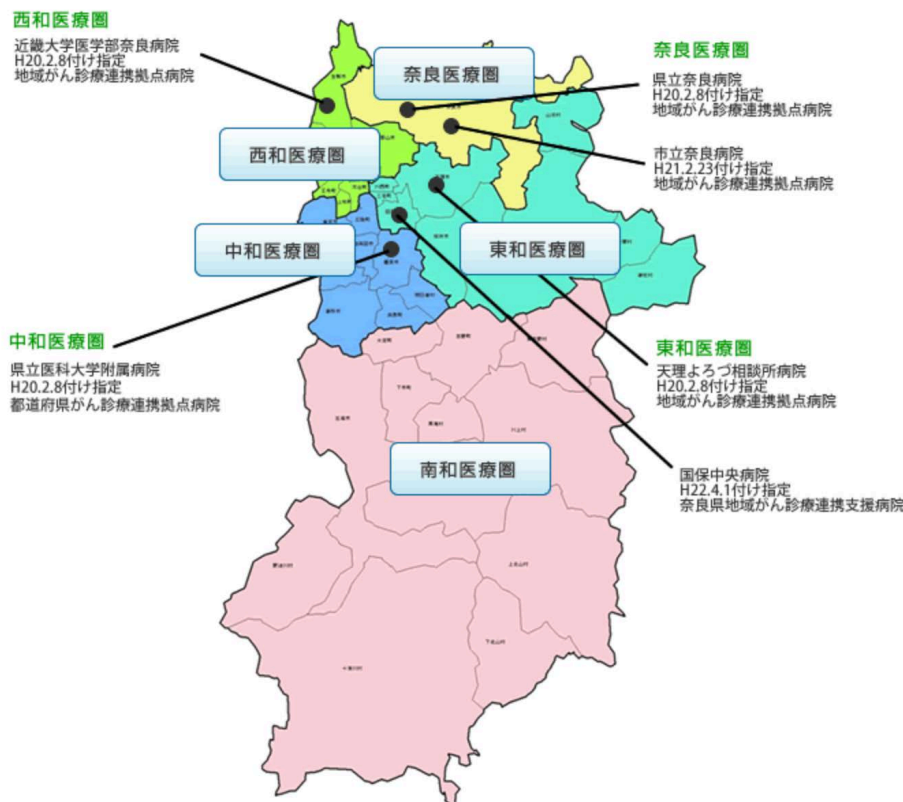
名称	設置施設	開催日時	お問い合わせ
ほっとサロン 飛鳥	国保中央病院	毎月第2 水曜日 13:00～15:00	国保中央病院 地域支援センター 0744-32-8800(代)
がんサロン「くつろぎ」	県立奈良病院	毎月第3 火曜日 14:00～16:00	県立奈良病院 相談支援センター 0742-46-6001(代)
患者サロンなごみ	県立医科大学附属病院	毎月第1・第3 金曜日 13:30～15:30	県立医科大学附属病院 医療サービス課 総合相談窓口 0744-22-3051(代)
サロンいこい	天理よろづ相談所病院	毎月第4 水曜日 14:00～16:00	天理よろづ相談所病院 がん相談支援センター 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

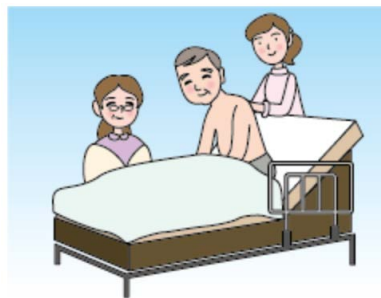
がん治療などの費用を保障する制度 ～高額療養費制度～

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
--	---------	--	--------

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。