

## 抗がん剤副作用

現象	原因&症状	対策
白血球の減少	<p>最も多い副作用。白血球の正常範囲の数値は3,500～8,500ですが、2,000以下になると、免疫が低下した状態となります。</p> <p>免疫低下状態の時には、少しの菌でも体内に入ると、菌が体内で繁殖しやすくなっていて、軽い病気で済むものも重篤な症状になってしまいます</p>	<p>G-CSF・・・グラン、ノイトロジン、ノイアップ（製薬会社によって品名が違います）の主に皮下に注射します。個人差があるが1日1回を数日繰り返す。</p> <p>G-CSF在宅自己注射の認可はまだです。病院で風邪に感染しない工夫が必要。</p> <p><b>Neulasta(pegfilgratim)</b>毎日打たなくてはならないG-CSFと異なり2週間に1回の投与でG-CSF14日間連続投与と同じ効果を持つ薬。入院の必要が激減し、治療費用の減少になります。ただし、個人輸入である。</p>
血小板減少	<p>出血が起こりやすく、また、止まりにくくなります。</p>	<p>血小板輸血で改善</p>
吐き気・嘔吐	<p>ほとんどすべての抗がん剤で現れる副作用。とっても辛い副作用。体力を落とすので注意が必要。</p>	<p>5-HT<sub>3</sub>受容体阻害剤（カイトリル、セロトーンなど）は抗がん剤開始後24時間以内の吐き気の予防抑制には役立ちます。しかし投与後24～48時間以上に生じる遅延性の吐き気にはあまり有効ではありません。しかしEmendは遅延性の吐き気止めとして有効ですが、日本では使用していない。個人輸入が必要。</p> <p>今は抗がん剤の吐き気対策に少量分割投与やクロノテラピー（がん細胞と正常細胞の活動時間の差を利用して、抗がん剤を投与する治療法。投与時間帯のみを夜間にする事で、正常細胞への影響を少なく、またがん細胞への効果を強くすることを目的に行われます。この投与方法により、抗がん剤のがんに対する効果が増し、副作用が軽減できると考えられています）を行うの抗がん剤に詳しい医者が行っています。腫瘍内科が必要!!</p> <p>対策は、無理に食事をとらない（食べられそうなものをとる） 嘔吐した時はスポーツドリンクなどを飲んで水分と失われた電解質を補給する。 ・においの少ない食品を選ぶ。 ・食事の全体量を減らし、品数を増やす。 ・温かい物と冷たいものを同時に食べない。</p> <p>食事の工夫 食べられない時は食事の回数を増やす。エンシュアリキッドなどの高栄養ドリンクを飲む</p>
下痢	<p>ある種の抗がん剤で起きますが</p>	<p>薬で防げます。</p>
脱毛	<p>多くの抗がん剤で現れる副作用ですが</p>	<p>抗がん剤をやめれば3～4ヶ月で元に戻ります。ポロポロと抜け落ちるのは気になります。思い切って短髪にする手もありますが、勇気がある。それよりもガムテープを使って処理したほうが良い。</p>

<p>手足のしびれ</p>	<p>現在明確なことは分かっていません。しかし、抗がん剤に含まれている白金化合物や植物アルカロイドが、細胞に含まれるDNA（デオキシリボ核酸）に影響を与え、主に末梢神経系に障害をもたらしていると考えられています。具体的にはシスプラチン、タキソール等がしびれを起こしやすい薬剤と言われていています。しびれの出現時期や強さには個人差がありますが、抗がん剤投与後約2～3週間後くらいから手指や足底に「ピリピリする感じ」。</p> <p>起こりやすい部位としては手指の先端及び足先、足の裏等です。毒性の蓄積性があることから、抗がん剤の投与回数が増す程にその症状は増強していくと考えられています。湯呑みにいれた熱いお茶などを落とさないように。</p>	<p>治療終了後、個人差はありますが6～30ヶ月以上持続すると言われていています。すでに起こってしまったしびれを完全にとりさる有効な治療法はありません。</p> <p>自覚症状を軽減させる方法      手を握ったり開いたりする、くるみなどを握る、など手指の運動を積極的に行い、末梢神経を刺激する。      温かい湯、冷たい水に交互に手足をつけて、末梢循環をよくする。      しびれから痛みを伴うような場合、鎮静剤を使用し症状の緩和を図る。      サロンパスを貼る。</p>
#	#	#
#	#	#
#	#	#
#	#	#
#	#	#
#	#	#