

がんを抱える患者さんや
ご家族のための

お役立ち 便利帳

がん薬物療法編



はじめに

日本では生涯のうち2人に1人ががんに罹患し、がんは身近な病気といわれるようになりました。それでも、いざ、自分や大切な方ががんと診断されると、否定したくなる気持ち、不安、落ち込みなど、波のように押し寄せる感情を抱えながらお過ごしになる方が多いのではないのでしょうか。がんといっても、種類や性質、病気の拡がり、ご自身の体力、臓器の機能や状態などによって、最適な治療法は異なります。まずは落ち着いて、病気の状態を正しく理解することが大切です。わからないことはどんな些細なことでも医療スタッフにお声がけください。

がん治療薬は、近年めざましく進歩しており、治療の選択肢も多様化してきました。薬の効果だけでなく、体調、外見、生活など、さまざまな変化とうまく付き合えるようサポートします。本冊子が、安心して治療を受け、自分らしく過ごしていくための手助けになりましたら幸いです。

1 がん薬物療法とは… 04

どんな種類があるの? … 05

治療期間ってどのくらい? … 06

薬は点滴? 飲み薬? … 07

治療を受ける場所はどこ? … 08

2 副作用について … 10

からだのこと … 11

アピアランス(外見)のこと … 13

3 こころ(気持ち)のこと … 14

4 治療と生活の両立 … 16

大切な人との関係 … 17

学校生活や仕事のこと … 17

お金のこと … 18

治療中の性生活のこと … 18

5 治療の選択 … 19

治療を決めるときに知っておくといいポイント … 20

6 あなたを支える医療スタッフ … 21

7 困ったときや心配なときの相談は … 23

国立国際医療研究センター病院は厚生労働省から地域がん診療連携拠点病院に指定されています。がん診療連携拠点病院は、一定の基準を満たし、専門的ながん医療の提供、がん患者への相談支援や情報提供、地域の医療機関などとの連携を行う役割を担っています。

1

がん薬物療法とは

『がん薬物療法』という言葉は馴染みが薄いかも知れません。化学療法(細胞障害性抗がん薬)、分子標的薬、内分泌療法(ホルモン療法)、免疫療法などをまとめて『がん薬物療法』と呼びます。がん薬物療法は、手術や放射線治療のように、からだの一部に留まっているがんをやっつける治療とは異なり、全身に広がっている可能性のあるがん細胞に対して効果を発揮する治療です。手術や放射線治療と組み合わせて行われる場合もあります。

04



がん薬物療法とは

どんな種類があるの？

[がん薬物療法を行う目的]

がん薬物療法を行う目的はいろいろあります。どのような目的でがん薬物療法を受けるのかを、ご自身で知っておくことが大切です。病気を治す目的では、手術の前後に使用したり、放射線治療と併用することもあります。また再発や転移した場合には、進行を抑えて自分らしい生活を続けることを目指します。

細胞障害性抗がん薬

細胞が増殖する仕組みを抑えることでがん細胞を攻撃します。

分子標的薬

がん細胞の増殖に関与しているタンパク質やがん細胞に栄養を送る血管などを標的として、がん細胞を攻撃します。

05

がん薬物療法

免疫療法

(免疫チェックポイント阻害薬)
免疫細胞ががん細胞を攻撃するように仕向ける薬です。多くの種類のがんに対して使用されるようになりました。

内分泌療法

(ホルモン療法)
からだの中のホルモンが影響して増殖するがんに対して、ホルモンの分泌や働きを抑えることでがんを攻撃します。乳がんや前立腺がんなどで使用されます。

普段飲んでいる薬やサプリメントのなかには、治療薬との組み合わせが悪いものもあります。治療前に主治医や看護師、薬剤師に飲んでいる薬を全てお伝えください。

がん薬物療法とは

治療期間ってどのくらい？

治療期間は、目的や薬、手術・放射線治療のスケジュールによってさまざまです。数ヶ月・数年など、あらかじめ治療期間が決まっている場合もあれば、治療効果や副作用をみながら続けていくこともあります。副作用が辛い場合は薬の減量や休薬を考える必要があるため、主治医や医療スタッフにお伝えください。

06



がん薬物療法とは

薬は点滴？ 飲み薬？

薬には点滴のほかに内服と注射（皮下注射、筋肉注射、髄腔内注射など）があります。



末梢静脈からの点滴

点滴の場合は、腕の細い血管から点滴する方法と、鎖骨の下や首の横などからカテーテルを入れて心臓に近い太い血管から点滴する方法（中心静脈カテーテル・中心静脈ポート）があります。

07



中心静脈ポートを使用した点滴

がん薬物療法とは

治療を受ける場所はどこ？

治療を受ける場所は治療内容によって異なりますが、入院、通院（外来）、自宅があります。多くの方は、学校生活や仕事、家事や育児、趣味などと両立しながら治療を受けています。治療との両立に不安があれば、いつでも医療スタッフが話をうかがいます。一緒に考えていきましょう。

自宅



病棟



外来治療
センター



外来治療センターでは、リクライニングチェアのあるゆったりとした空間で治療が受けられます。

2 副作用について

副作用と聞くと、いくつか頭に浮かぶ症状があると思います。薬の種類や量によって副作用の現れ方は異なります。個人差も大きく、実際に治療してみないとどの症状が出るかわかりません。インターネットには様々な情報があふれており、ときには誤った情報や不安を助長させるものもあります。また、前もって対応することによって症状を軽くすることが可能な副作用もあるので、一人で不安な思いを抱え込まず、些細なことでも医療スタッフに相談しましょう。

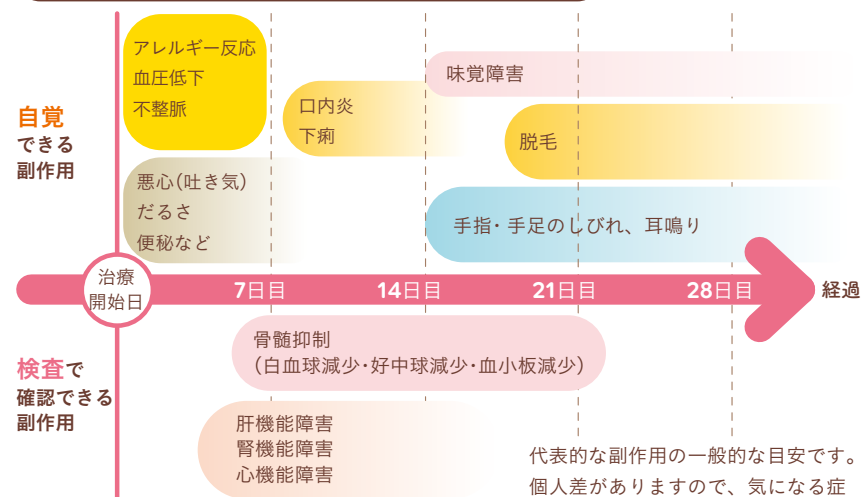


からだのこと

細胞障害性抗がん薬

アレルギー反応、吐き気、食欲低下、だるさ、口内炎、下痢、脱毛、手足のしびれ、皮膚や爪の変化、考えがまとまらなくなるなどがあります。また、肝機能障害や腎機能障害、白血球減少や貧血などのように、採血をしてわかるものもあります。

細胞障害性抗がん薬の副作用とそのタイミング



代表的な副作用の一般的な目安です。個人差がありますので、気になる症状がありましたらご相談ください。

薬の種類によって起こりやすい症状や時期がある程度わかっています。特に、吐き気や便秘に対する薬は進歩しているので、症状のコントロールが可能です。副作用によるさまざまなつらさを取り除きながら、治療と日常生活を続けていくことが可能です。

分子標的薬

インフュージョンリアクション（発熱、寒気、吐き気など）、皮膚症状、下痢、肝機能障害、高血圧などがあります。どのような副作用がいつ頃出やすいかは、薬によって異なります。



内分泌療法(ホルモン療法)

ホットフラッシュ（ほてり）や関節痛、筋肉痛などが出る場合があります。

免疫療法

（免疫チェックポイント阻害薬）

治療によって免疫が過剰に反応した場合は、自己免疫に関連した副作用が起こります。また、頻度は少ないですが、糖尿病や甲状腺炎、副腎不全などを発症することもあります。副作用の出るタイミングは予想がつきにくく、個人差があります。



記載されている症状以外にも、さまざまな副作用があります。気になる症状があるときは、医療スタッフにお話してください。

脱毛、爪や皮膚が変化することがあります。自分のイメージが変わってしまうのではないかと、周囲の人からどう思われるかなど、不安を感じるかもしれません。いつでも医療スタッフが相談に応じます。自分らしく過ごせる方法を一緒に探っていきましょう。

3

こころ(気持ち)のこと

病気になるとからだに不調がでると一緒にこころにも不調が生じるものです。がんと診断されてから、またたく間に治療や今後の生活について考えなければならず、不安やストレスが生じるのは自然なことです。ときには、不安で夜眠れなくなったり、日中に集中力が下がったりして日常生活に支障がでることがあります。また治療中は、薬の影響で精神的に不安定になることもあります。まずは自分のこころの状態と向き合うことが大切です。人に話しづらいこともあると思いますが、対処の方法を一緒に考えていきますので、医療スタッフにご相談ください。

14



こころ(気持ち)のこと

こころとストレスの変化

どのような時期であっても、気持ちが揺れ動くことがあります。それは特別なことではなく、誰にでも起こりうることです。そのようなときは、ひとりで抱え込まないでください。必要に応じて、こころのケアを行う専門の医療スタッフに相談することもできます。

治療をはじめてから

つらい状況にありながらも、次第に落ち着いて物事に目を向けることができるようになっていきます。治療が始まると『治療は効くのかな?』『副作用が心配』『今後の生活への不安が出てきた』など異なる心配が現れることがあります。

がんと診断されたとき

『頭が真っ白になる』『何かの間違いだ』という否定の気持ち、『何をやっても無駄だ』『死んじゃうのかな?』という絶望や恐怖が強まることもあります。

治療をはじめる前

『今後どうなるのか?』『仕事はどうしたらいいか?』『家族や子どもはどうしたらいいか?』『治療はどうしたらいいか?』『治療費は?』と漠然とした不安の波がたくさんやってくる時期です。気持ちの落ち込み、夜ぐっすり眠れないなどの症状があらわれ、一時的に日常生活に支障が出ることもあります。

15



4

治療と生活 の両立

がんと診断された後は、気持ちを整理したり、病気や治療についての情報を得たりしながら治療が始まっていきます。それと同時に、家庭のこと、学校や仕事のことなど、生活上のさまざまなことを考える必要が出てきます。患者さんである以前にひとりの生活者であるあなたを、医療スタッフは支えていきたいと思っています。

16



治療と生活の両立

大切な人との関係

あなたにはどんな役割があるでしょうか。父、母、子ども、きょうだい、恋人…、家事や育児、介護を行っているなど、さまざまだと思います。家族や友人など、身近な人に心配をかけないようにと病気のことを伝えることをためらう方もいると思います。そのようなときには、医療スタッフと一緒に考えましょう。



治療と生活の両立

学校生活や仕事のこと

やりがいや楽しみなど、学校や仕事はあなたの暮らしを支えるものです。授業の受け方や働き方（テレワーク・時差出勤・時短勤務など）、休学や休職などの調整が必要になるかもしれません。

学校や職場からもサポートが得られるように、病気や治療のことを上手に伝える方法を考えてみましょう。



17

お金のこと

がんの治療中は、医療費のほかにも、通院のための交通費、入院中のレンタル寝衣、副作用を軽減するためのケア用品（保湿剤、口腔ケア用品など）、ウィッグなどでお金がかかります。一方で、休職や時短勤務などによって収入が減少し、経済的に不安定になることもあります。そのため、これまでと同じような生活がおくれないと考える人もいるかもしれません。安心できる環境を整えていくことが大切です。



治療中の性生活のこと

がん薬物療法は、胎児に影響する可能性があります。また、男性の場合、治療で用いた薬が精液に含まれることもあり、性交渉のときにはコンドームの使用が望ましいです。性生活について気になるときは、医療スタッフにご相談ください。



にんようせい 妊孕性について

がん薬物療法は、生殖機能に影響を与えることがあります。妊娠のことを考えて、がんの治療開始前に、卵子や精子、受精卵を保存する方法を妊孕性温存といいます。そのための費用が自治体によって助成される場合があります。

5 治療の選択

私たちの周りには情報が溢れていて、どの情報が正しいかを見極めるのが難しくなっています。治療方針を決定する際、その治療が自分にもたらすメリット（効果など）とデメリット（副作用や治療費、通院に関わる時間や労力など）を理解し、納得して決定することが大切です。セカンドオピニオンは納得して治療を受けるための助けになることもありますので、希望される場合は遠慮なく主治医に相談しましょう。

保険適用外の治療を受けることは、行っている治療に影響を及ぼす可能性もあります。かかりつけの病院以外での治療を検討する場合は、必ず主治医や医療スタッフに伝えてください。



治療を決めるときに 知っておくといいポイント

- 薬の名前
- 薬を使う目的
(たとえば:手術の前に腫瘍を小さくする、再発を予防するなど)
- 治療の方法
(たとえば:飲み薬、点滴、注射、治療スケジュールなど)
- 治療の期間
- 入院か、通院か
- 通院の頻度
- 点滴の場合、どのくらいの時間がかかるか
- どのような副作用があるか
- 治療の効果はどのように調べるのか、
どのタイミングで調べるのか
- 他の治療法はあるか
- 治療にかかる費用

Memo

6 あなたを支える 医療スタッフ

がん薬物療法に対して不安が大きい方もいる
と思います。治療方針が決定してからも、病
気や治療のこと、今後の生活のことなど、わ
からないことも多いのではないのでしょうか。
医療スタッフが、不安なことを少しずつあな
たのペースで解消していくことのお手伝いを
します。さまざまな職種の医療スタッフが
いますので、安心してご相談ください。



あなたの心配や不安、
困りごとをさまざまな専門家がサポートします。

治療や副作用、
体調のこと

医師



体調や
日常生活の
困りごと、
副作用のこと

看護師



薬の飲み方や
副作用のこと

薬剤師



こころのつらさ

臨床心理士

リエゾン

精神看護専門看護師



仕事、お金、
自宅で利用できる
サービスや
療養生活のこと

ソーシャルワーカー



食欲が出ない、
味覚が
変化したときの
食事や栄養のこと

管理栄養士



体力アップや
日常生活動作について

リハビリ専門職

注) 当院の場合、
リハビリは入院の方のみが
対象です。



7

困ったときや 心配なときの 相談は

『がんと診断された』『がんの治療をはじめる
ことになった』『入院することになった』など、
治療や暮らしの状況によって、さまざまな悩
みや不安がでてくることがあります。困った
ときや心配なときに相談ができる窓口を知っ
ておきましょう。相談したい内容によって、
適切な窓口を選ぶ必要がありますので、わか
らないときにはがん相談支援センターにお声
がけください。



困ったときや心配なときの相談は

まずは、 がん相談支援センターで相談を

がん診療連携拠点病院に設置されているがん相談支援センターでは、がんに関わる心配ごと、困っていることについて、さまざまな相談ができます。

たとえば

- ・がんの治療への不安がある。
- ・緩和ケアとはどういうものだろうか。
- ・セカンドオピニオンについて知りたい。
- ・これからの学校生活や仕事のことが心配。
- ・病気のことを家族に
どのように話したらいいか悩んでいる。
- ・医療費や生活費のことが気になる。



困ったときや心配なときの相談は

仕事のことで 心配になったら

がん相談支援センターでは、会社への病気の伝え方や休みのとり方などの仕事に関する相談ができます。必要に応じて、社会保険労務士などの専門家にもつなげてくれます。また、ハローワークでは、専門の相談員による患者さんの病状や治療状況をふまえたうえでの相談や職業の紹介が受けられます。



困ったときや心配なときの相談は

暮らしや介護のことで 相談したいときには

高齢の方が日常の生活のことで気がかりなことがあるときには、お住まいの地域にある相談窓口として地域包括支援センターがあります。ここでは介護のことだけでなく、生活上のさまざまな相談ができます。ケアマネジャーに介護保険サービスの相談ができる居宅介護支援事業所もあります。



このような冊子もあります



がんを抱える
患者さん・ご家族のための
サポートハンドブック



がんと言われたときに
読むと役立つ
ハンドブック



がんを抱える
患者さんや
ご家族のための
お役立ち便利帳
在宅療養編

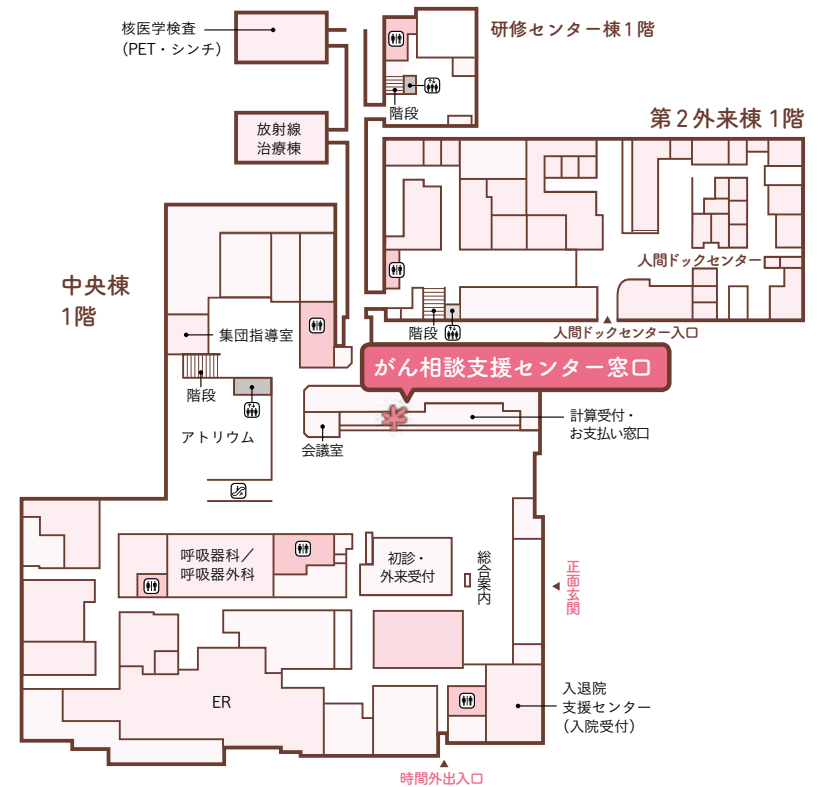


がんを抱える
患者さんや
ご家族のための
お役立ち便利帳
緩和ケア編



がんを抱える
患者さんや
ご家族のための
お役立ち便利帳
制度・サービス編

冊子をご希望の方は、がん相談支援センターへ声をかけてください。



本冊子でご紹介した内容について、詳しいことは
当院のがん相談支援センターへお問い合わせください。

〈本冊子のお問い合わせ先〉

国立研究開発法人 国立国際医療研究センター病院

がん相談支援センター

〒162-8655 東京都新宿区戸山1-21-1

TEL 03-3202-7181 (内線2081)



発行・編集
国立研究開発法人 国立国際医療研究センター病院
がん相談支援センター
2022年2月1日 第1版 発行
2024年3月1日 第2版 発行

イラスト Yo Hosoyamada、Takayo Akiyama
デザイン 株式会社細山田デザイン事務所