

健康

**質問** 40代の女性です。乳がんと診断され、抗がん薬治療を受けることになりました。抗がん薬の副作用に、脱毛や爪の変化があると聞きました。なぜ起きるのですか？ 自分でできる対処方法があれば教えてください。

抗がん薬副作用の対策



山口 美代子  
徳島大学病院  
乳がん看護  
認定看護師

**回答**

乳がんと診断され、治療や副作用など不安でいっぱいでしょう。乳がんの治療では、アンストラサイクリン系、タキサン系の抗がん薬を使用します。これらはがん細胞のように増殖が活発な細胞を攻撃します。しかし、正常な細胞にも増殖が活発なものがあります。特に、毛母細胞(毛の基になる細胞)や爪母細胞(爪の基になる細胞)は抗がん薬の影響を受けやすく、副作用が出現しやすいです。

一般的に抗がん薬治療による脱毛は、治療開始後2〜3週間から始まり、脱毛が始まると1〜2週間程度で半分以上の毛髪が抜け落ちます。治療が終わると、個人差はありますが1〜3カ月後から生え始め、1〜2年か

清潔な頭皮を心掛けて



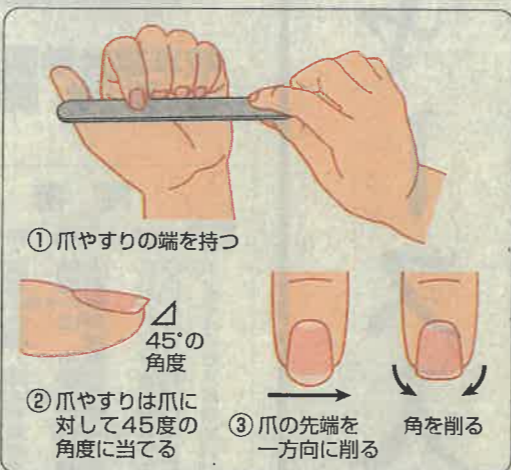
けてほげ元の状態に戻ります。

抗がん薬治療が決まったら、事前にウィッグ(かつら)を用意しておくことが安心です。ウィッグには人毛、人工毛、人毛と人工毛の混合があり、価格も安価なものから何十万円もするものまであります。サイズ調整が可能か、肌触り、通気性なども確認

がん何でもクイズ

徳島県のがん総合相談窓口はどこですか。  
①徳島がん対策センター②精神保健福祉センター③難病相談支援センター

行こうよ！がん検診



① 爪やすりの端を持つ

② 爪やすりは爪に対して45度の角度に当てる

③ 爪の先端を一方に削る

「患者さんのための乳がん診療ガイドライン2023年度版」を基に作製

爪は保湿クリームで保護

爪を立てずに優しく洗い、よく洗い流してください。室内でも頭皮を保護できる柔らかい素材の帽子やバンダナなどを活用しましょう。

抗がん薬治療により、爪が欠けたり、筋が入ったりすることがあります。乾燥を防ぐことが大切です。手洗いや入浴後には保湿クリームやオイルなどを優しくマッサージするように塗り、保湿を心掛けてください。爪の保護のためにマニキュアやコート剤も有効ですが、除光液は爪の乾燥につながります。使った後はすぐに手を洗い、保湿クリームを塗ってください。爪を切るときは爪やすりを一方に使い、圧力を掛けないようにしましょう。

ウィッグ、爪や肌のケア、補整下着などについて、誰でも気軽に相談できます。プライバシーに配慮していますので、一人で悩みを抱えず、医療者に相談ください。

がんに関する質問は  
徳島がん対策センター  
電話 088 (634) 6442  
(平日午前8時半から午後5時まで)

