

# 放射線治療を受けられる 患者様、ご家族様へ

～安心・安楽に治療を受けるためのパンフレット～





## はじめに

この冊子は、当センターで放射線治療を受けられる患者様、患者様を支えるご家族様が、安心して安楽に治療を受けていただけるよう、放射線治療の概要や治療前・中・後の生活に関する情報をお伝えするために作成しました。

がんと診断を受け、病気に向き合い治療を始められる患者様、患者様を支えるご家族様のお力になればと思います。

ご不明な点は、当治療センターのスタッフにぜひご相談ください。





## 放射線治療とは

### ◆ がん3大治療のひとつ

日本のがん治療は「手術療法(外科治療)」「化学療法(抗がん剤治療/薬物療法)」「放射線治療」です。

この3つの中で一番新しい「放射線治療」は、がんの存在する場所に高エネルギーの放射線を照射(外照射)したり、管・針・粒状の形をした容器に放射線物質を密封しがんそのもの、もしくはその周辺の体内に埋め込む(密封小線源治療)ことで、がんを小さくしたり消滅させる治療方法です。

当センターで行っているのは「外照射」です。

#### ★手術療法(外科治療)

手術でがんを含めた正常細胞を取り除く治療。

#### ★化学療法(抗がん剤治療/薬物療法)

抗がん剤やホルモン剤などの薬物を。注射や内服薬で投与方法。局所のがんだけでなく、全身に広がったがん細胞の治療も行うことができる。

手術療法・放射線療法  
＝草刈り



化学療法(抗がん剤治療/薬物療法)  
＝除草剤散布



## ◆ 放射線治療のメリットは？

- ① 体の機能や形態を失わない。(乳がんの乳房切除、直腸がんの人工肛門など)
- ② 体への負担が少なく、高齢者や合併症で手術が難しい人にも適応できる。
- ③ 手術が難しい部位にも適応できる。
- ④ 外来通院で治療を受けることができる。
- ⑤ 進行したがんの症状緩和にも効果がある。(転移性骨腫瘍による痛みの緩和、転移性脳腫瘍による神経症状の緩和など)

## ◆ なぜ放射線ががん治療に効果を示すのか

がん細胞は、正常な細胞の遺伝子に 2~10 個の傷がつくことで発生するといわれています。

正常な細胞は、体の状況に合わせて増えたり減ったりしています。例えば、ケガをしたときには傷口をふさごうと細胞が活発に増えますが、傷が治ればストップします。

一方がん細胞は、細胞を増殖させるアクセルが常に踏まれた状態であり、体の状況とは無関係に勝手に増え続けてしまいます。そして、周囲の正常な組織を壊し、大きくなって広がっていくのです。

放射線は、細胞の遺伝子(DNA)に直接作用して、細胞分裂が起きる能力をなくしたり、細胞が自ら死んでいく過程(アポトーシス)を増強させることができます。そのことで、細胞を死に至らしめるのです。

放射線は正常細胞にも影響を与えますが、活発に細胞分裂が行われているがん細胞は正常細胞より放射線の影響を受けやすい(感受性が高い)という特徴も、放射線ががん治療に効果がある理由でもあります。



## ◆ 大量に放射線を体に当てて大丈夫？

放射線は正常細胞にも影響を及ぼし、特に細胞が活発に分裂している「皮膚・頭皮」や「粘膜」への影響が多いです。しかし、適切なケアを行うことで症状を緩和することができます。

また、がんの部分に限り放射線を照射するので「放射線の被ばく」による「発がん」のリスクは極めて少ないといわれています。





## 放射線治療センターのスタッフ



放射線治療医

患者様の診察・検査結果を踏まえて治療方針を決定し、不安なく治療を受けていただけるように説明を行います。効果的な治療を行うための計画をたて、治療中も定期的な診察をして安楽な治療を進めていきます。



看護師

治療を受ける患者様・ご家族様が安心・安楽・効果的に治療を受けながら、日常生活を続けられるよう、身体・精神・社会生活など様々なサポートさせていただきます。



診療放射線技師

安全・安心・確実な治療を提供するため、治療計画に基づいた照射と副作用の早期発見、密なコミュニケーションによる不安の緩和、機器の管理を行っていきます。



事務スタッフ

受診や治療に関する相談・質問を承ります。必要なときには、医師・看護師・放射線技師からお話が聞けるように対応します。



## 治療中の生活について

放射線治療は、多くの方が外来通院で治療を受け、治療前とほぼ同様の生活を送ることができます。しかし、治療の影響で日常生活に支障が出る場合もあります。

安心・安楽・効果的に治療を受けるための治療前・中・後の生活についてお伝えします。

### 【治療開始前】

安楽・効果的に治療を受けることが出来るよう、「副作用の予防対策」をおすすめしています。

### スキンケア

出現時期・程度に個人差はありますが、照射部位・その周囲に皮膚トラブルが生じる可能性があります。

治療前から効果的なスキンケアを行い継続することで、皮膚トラブルを最小限に抑えることができます。



#### <清潔保持>

- ◇ 入浴・シャワーは可能。しかし、皮膚への刺激を最小限にするためにぬるめのお湯を使う。
- ◇ 体を洗うときは、ボディタオルやスポンジでゴシゴシとこすらない。
- ◇ 低刺激(弱酸性)の泡で出てくる皮膚洗浄剤、もしくは液体の皮膚洗浄剤を十分に泡立てて、こすらずに泡を滑らせるように洗う。
- ◇ 泡は十分に洗い流す。
- ◇ 水分をふき取るときにはタオルで抑えるようにする
- ◇ 頭部の治療を受ける場合、洗髪の際にごしごしと頭皮をこすらないようにする。
- ◇ 照射部位に印が付いている方は、消えないように気をつけましょう。

## <皮膚への刺激を避ける>

- ◇ 衣服は締め付けがなく、柔らかな刺激の少ないもの準備し着用するように心がける。(糊が効いた衣服や、マフラー・タートルネックなど毛の長いものは控える)特に、体に直接触れる下着やパジャマ、寝具は綿製品でゆったりとしたものを選択する。
- ◇ 夏場は日焼け、冬場は低温やけどにつながる物の使用(電気毛布・湯たんぽ・カイロなど)に注意する。
- ◇ 爪は短くしておく。
- ◇ 皮膚科で治療中、湿布や軟膏を日頃から使っている方は、治療開始前に放射線治療医に必ずご相談する。





## (頭頸部の治療を受ける方) 歯科受診

頭・首の放射線治療を受ける場合、口の中を清潔に保つことは副作用予防のために大切なことです。

治療前・中・後にわたって口の中をケア・メンテナンスするためにも、歯科受診をお勧めします。



## 禁煙

喫煙は治療効果を弱める一因にもなります。これを機会に禁煙してみてもいかがでしょうか。



<「調子が優れない」「どうしたらいいかな」>

困ったとき・辛いときは無理せず相談を>

症状によって生活に支障がある、治療を続けることでの気持ちの辛さがある、経済的に厳しい、といった治療に関する身体・心などの辛さがあるときには、早めに医師・看護師・放射線技師にご相談ください。また、「治療の副作用(別紙)」を参考にして生活をしましょう。



## 【治療中】

<体調に合わせた生活を>

治療開始直後は、体のだるさ(倦怠感)や二日酔いのような症状(放射線宿酔★)が生じることがあります。また、治療範囲や方法、他の治療との組み合わせ、もともとの病気が原因で体調がすぐれないということもあります。

ご自身の体調に合わせて無理せずに過ごしてください。体調がよければお仕事や家事も通常通り行って結構です。

★放射線宿酔とは

治療開始から数日で現れる一過性の症状で、全身への照射・広い範囲の上腹部への照射で起きやすい症状。二日酔いに似た食欲不振、吐き気、嘔吐。1週間程度で症状は緩和する。

## 【治療後】

### <副作用に対するケアの継続>

治療内容によっては、副作用が長期化したり、治療終了後時間が経ってから出現する副作用(晩期有害事象)が生じることがあります。

「治療の副作用(別紙)」を参考に副作用に対するケアを継続してください。困ったときには、電話・メール・手紙などでお問い合わせください。



## ご家族の方へ

患者様のご自宅での生活の疑問だけではなく、ご家族様の不安や困っていることなど、どのようなことでもかまいませんので、電話・メール・手紙(メモでかまいません)・来院などでいつでもご相談ください。

私たちセンターの職員は、患者様だけではなく、患者様を支えるご家族様のサポーターでもありたいと考えております。

