

子宮・卵巣の治療を受けられる

患者様・ご家族様

治療中、こんなことが起こる可能性があります。

◇ 急性放射性皮膚炎(放射線による皮膚のやけど)

治療開始1～2週程度から「日焼け」をしたような「皮膚が赤くなる(紅斑)」「ピリピリとした痛み」が出てきます。また、かゆみ・皮膚の乾燥が見られるようになります。症状は、治療終了後2～4週ほどで少しずつ改善していきます。

子宮・卵巣への治療では、皮膚の薄い陰部や肛門周囲・歩くことで皮膚がこすれ合う鼠径部に影響する頻度が高いです。さらに清潔を保ちにくい場所であることも、症状が出現・悪化しやすい原因と考えられています。症状が続くことで、日常生活に大きな影響を及ぼします。

治療前から「スキンケア」を習慣づけ、治療中・後の症状を緩和・悪化を食い止めることが大切です。

◇ 放射線宿酔

「吐き気、食欲がなくなる、体がだるい」という「二日酔い」に似た症状が治療開始～2・3日現れ、徐々に改善していくといわれています。



◇ 放射線性粘膜炎による下痢

- ・膀胱炎(尿が近い・痛みがある・残尿感・血が混じる)

子宮・卵巣の近くにある大腸・膀胱に放射線があたり、炎症を起こした状態をいいます。腸や膀胱は粘膜で形成されているため、放射線の影響を受けやすい臓器です。

治療開始初期に症状はほとんどなく、照射回数・量が増えるにしたがって「便が水っぽい」「便の回数が増えた」「尿の回数が増えた」「おしっこするとき痛い」「尿が残っている感じがする」「時々血が混じる」という症状がみられる方がいます。

また、粘膜に変化が生じてしまい、治療終了後数ヵ月～数年で粘膜炎の影響が出る(尿道狭窄・直腸出血)こともあります。

日常生活に大きく影響する症状であり、症状を和らげる生活の工夫が必要です。



◇ リンパ浮腫

体内を流れるリンパ液の流れが滞ることで起きる症状です。

放射線を照射することで、リンパ管の走行に障害が起きる・断裂する、リンパ節が障害されることが原因です。

治療を受けたすべての人にリンパ浮腫が起こるわけではなく、治療が終わって数ヵ月～数年経って症状が現れるなど、個人差があります。また、一度発症してしまうと、治りにくいことも特徴です。

症状が悪化すると、皮膚が乾燥・硬くなり、強いむくみで動くのが難しくなり、皮膚の炎症(^{ほうかしきえん}蜂窩 織炎)を繰り返すこともあります。

リンパ浮腫になる可能性を持っている、と自分自身で認識して、日頃の生活に注意を払いケアを行うことで、予防・早期発見・症状を最小限にしていくことが大切です。

◇ 性生活への影響

卵巣へのダメージでホルモンバランスが変化し、性感・性欲が低下します。膣の粘膜が硬くなったり分泌物が減ることで、性交痛が生じることがあります。

また、卵巣の機能が弱くなり妊娠できなくなる可能性も高くなります。

日頃の生活にこのような工夫を！

◇ 体調に合わせた生活を

治療開始直後は、食欲が落ち、体がだるくなる人が多いです。無理に動いたり食べたりせず、休息をとりながら、食べられるときに少しでも食べられるものを口にするようにしましょう。

たばこは治療効果下げてしまうので、喫煙されている方はこれを機会に禁煙しましょう。

◇ スキンケアの方法(治療終了しても2～4週は続けてください)

◆ 清潔保持

- * 洗面・入浴・シャワーは可能ですが、ゴシゴシこする(特に体をタオルやスポンジでこする)ことは避けましょう。水分を拭きとるときも「押さえ拭き」をしましょう。お湯の温度はぬるま湯で、シャワーの水圧はあまり強くしないようにしましょう。
- * 石鹸で洗うときには、低刺激(弱酸性)の物を使い、よく泡立てましょう。泡を滑らすように洗いましょう。石鹸成分が残らないように丁寧に洗い流しましょう。
- * 泡で出てくるボディーソープを活用するのも効果的かもしれません。

「ピオレU泡で出てくるボディーウォッシュ」はスーパー・ドラッグストアでも簡単に安く手に入ります！



- * ウォシュレットの使い過ぎは、逆効果です。1日1回程度で終わらせましょう。
- * 皮膚についている印(マーキング)が消えないようにケアをしましょう。
- * 下着にマークがついてしまうと、取れない可能性があります。汚れてもよい下着を身につけましょう。

◆ 刺激を避ける

- * 自転車・バイクの運転は避けましょう。車は短時間なら構いません。
- * 下着は締め付けがなく、肌にやさしい綿素材を選びましょう。
- * 排泄後、トイレトペーパーでのごしごしとこすらず、ノンアルコールの皮膚被覆材(サニーナ/花王)を使うことをお勧めします。刺激も少なく、皮膚保護の役割も果たしてくれます。
- * 照射している部位には、絆創膏・湿布・軟膏は使わないようにしましょう。必要なときは、医師に相談しましょう。



◇ リンパ浮腫に関して

- * 毎日むくみがないかチェックしましょう。
 - ◇ 少しでもむくみがあるときは、枕などを使って10センチ程度高くして休みましょう。
 - ◇ むくみがあっても、力いっぱいマッサージしないでください。リンパ液は皮膚の浅いところを流れているので、皮膚を軽くさする程度が効果的な方法です。予防やケアについては、看護師にご相談ください。
- * 「スキンケア」をしっかり行いましょう。照射部位でなければ、保湿剤を塗っても構いません。リンパ浮腫の予防のため、保湿をしましょう。
- * 「力仕事をする」「長時間歩く」「正座をする」といった足に負担のかかる動作は控えましょう。また、きついゴムの靴下を避け、虫刺されや日焼けに注意しましょう。

<ご家族様へ>

治療の副作用で、患者様がこれまで通りの生活を送ることが難しくなることもあり、ご家族様のサポートが必要になってくることがあります。

私たちも協力させていただきます。よろしくお願いします。

このようなときには教えてください！

◆ 下痢が続いている。

→ 脱水・栄養不足になってしまいます。点滴による水分・電解質・ビタミン剤の投与、下痢止めの処方などで対応しますので、無理せずに教えてください。

◆ 尿が頻回で眠れない、痛みがあって辛い。

→ 症状に合わせた薬の投与だけではなく、日常生活をどう工夫したらよいか一緒に考えていきます。

◆ 皮膚の赤みが強い、痛みが強い、うまくスキンケアができない。

→ 症状に合わせた対処方法を一緒に考えていきます。
→ 場合によっては、医師の指示による薬を使用してもらうこともあります。

◆ むくみが出てきた、皮膚が赤く腫れあがっている。

→ リンパ浮腫が悪化している可能性が考えられます。早期に担当医に診察してもらいましょう。

◆ 治療を続けられるか不安だ。

→ 体だけではなく、少しでも気持ちが楽な状態で治療を継続できるようにお話しを伺う時間を設けることができます。

少しでも「おかしいな」「困ったな」と思うことがあったら、ご相談ください。



<メモ欄>



社会医療法人孝仁会 北海道大野記念病院
札幌高機能放射線治療センター
〒063-0052 北海道札幌市西区宮の沢2条1丁目16番1号
TEL 011-676-7419