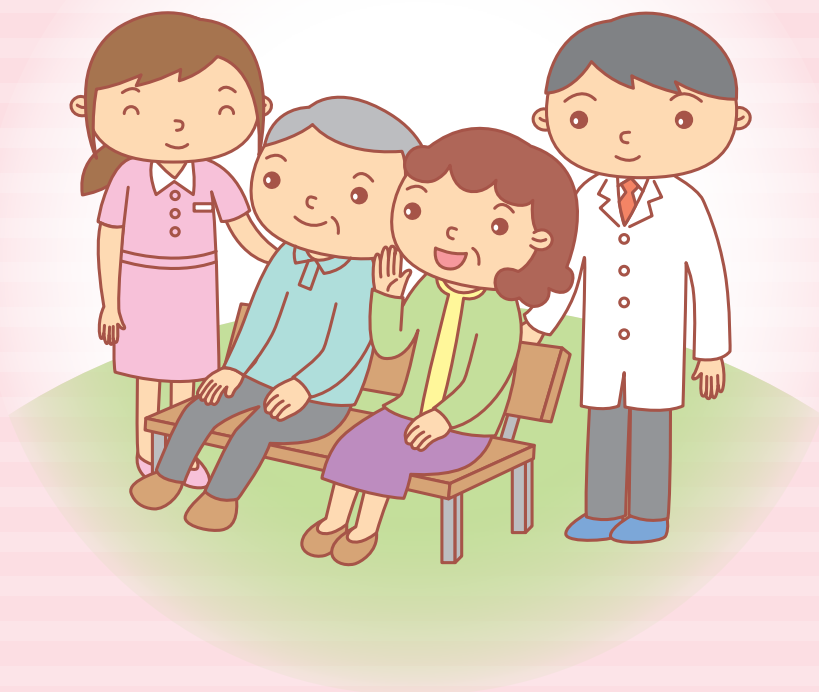


胃がんにおける

カペシタビン錠「日医工」と
白金(プラチナ)製剤の
併用療法を受けられる方へ



[編集]

国立研究開発法人 国立がん研究センター中央病院
頭頸部内科 科長/消化管内科 医長

加藤 健 先生

目次

はじめに	1
胃がんについて	2
がんの治療	3
カペシタビン錠「日医工」のはたらき	4
白金(プラチナ)製剤のはたらき	5
<small>エックスビー</small> XP療法	6
治療前の確認事項	7
治療を受ける前に	8
治療スケジュール	9
<small>カボックス</small> <small>ゼロックス</small> CAPOX(XELOX)療法	10
治療前の確認事項	11
治療を受ける前に	12
治療スケジュール	13
点滴治療を受けているときの注意	14
化学療法の副作用	15
主な副作用とその対処方法	16
手足症候群	17
腎機能障害、耳鳴り・難聴	18
末梢神経障害	19
骨髄抑制	20
消化器症状	22
アレルギー反応	25
倦怠感・疲労感、脱毛、爪のトラブル	26
治療を始めるにあたって	27
治療日誌とメモの記載	28

はじめに

胃がんは日本人にとってなじみの深いがんであり、以前より様々な治療が行われてきました。病変が、手術ができない部位にあつたり、手術後に再発したりした患者さんにとっては、抗がん剤を用いた化学療法が有用であることが示されています。また手術後の再発予防に用いられるケースもあります。その中で、カペシタビンと白金製剤の併用療法は標準治療のひとつとなっており、たくさんの胃がんの患者さんに対して用いられ、がんの進行を長く抑えながら、日常生活を送っている患者さんもたくさんいらっしゃいます。一方で、抗がん剤には副作用があり、しばしば日常生活を脅かすような場合もあります。副作用は個人差があり、その時々、病気の状態や、患者さんが持っている特性や体力など、様々な要因に影響を受けます。重要なのは、どのような副作用がいつぐらいに起きる可能性があるか、そして起こった場合にはどのように対処すればよいかを、前もって知っておくことです。そして、毎日の状態を経時的にチェックすることで、客観的に自身の状態を把握し、副作用が出現しそうな時期が前もってわかっているならば、早めに副作用を予防するお薬などを内服することもできます。病気を知り、治療を知りそして、自分を知れば、病気や抗がん剤と上手に付き合いながら、長く治療を続けることができます。

この冊子には、病気のことや、治療のこと、そして巻末には治療日誌があり、患者さんが上手に治療を継続する助けになると思います。この冊子により、少しでも長く、よい治療を続けることができれば幸いです。

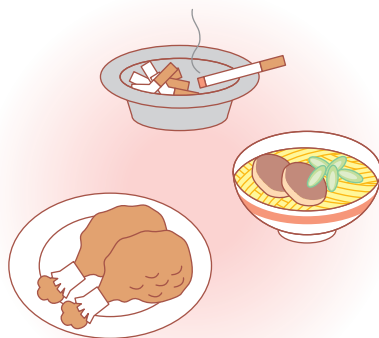
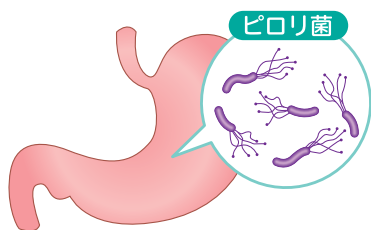
胃がんについて

胃がんとは

胃の壁の内側をおおう粘膜の細胞が何らかの原因でがん化したものです。

胃がんの発生要因としては、ヘリコバクター・ピロリ(ピロリ菌)の感染、喫煙があります。その他には、食塩・高塩分食品の摂取が、発生する危険性を高めることが報告されています。

胃がんでは、がん細胞がリンパ液や血液の流れに乗って、離れた臓器に転移が起こることがあります。



胃がんの症状は

早い段階では自覚症状がほとんどなく、かなり進行しても症状がない場合があります。

代表的な症状は、胃(みぞおち)の痛み・不快感・違和感、胸やけ、吐き気、食欲不振などです。しかし、これらは胃がんだけにみられる症状ではなく、胃炎や胃潰瘍いはいようの場合でもみられます。症状がある場合には、内視鏡検査を受けられることをお勧めいたします。

がんの治療

がん治療において、局所治療は、がんのできている部位とその周辺に対して行われる治療のことです。内視鏡治療、手術療法、放射線療法などがあります。

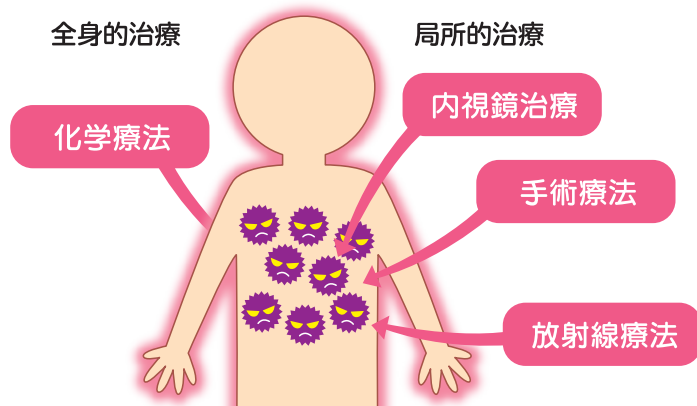
これに対して化学療法は、抗がん剤を使った全身治療です。化学療法では、抗がん剤が血流によって全身に運ばれるので、広い範囲のがんの増殖を抑えるはたらきがあります。がんの化学療法を行う目的には、次の二つがあります。

①手術後の再発を抑える(術後補助化学療法)

手術によって目に見える全てのがんを切除できたとしても、目にみえないほどの小さながんが残り、そこから再発する可能性があります。この再発を抑える目的で行う化学療法を「術後補助化学療法」といいます。

②手術で取りきれないがんの進行を抑える

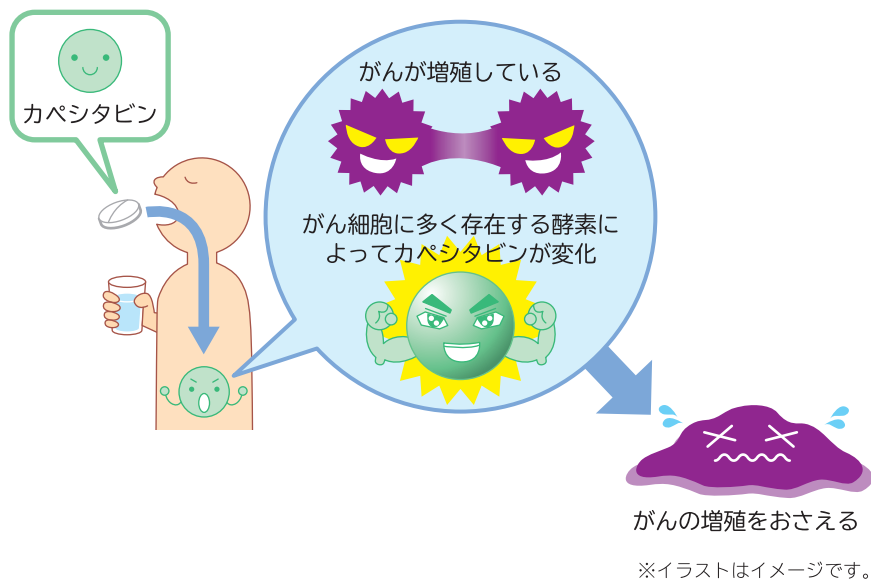
手術で全てのがんを取り除くことが難しい場合は、化学療法が行われます。がんを小さくしたり、がんが大きくなるスピードを抑えたりすることで、患者さんの生活の質を維持することが目的です。



カペシタビン錠「日医工」のはたらき

カペシタビンは内服で用いることができる抗がん剤の一つです。

カペシタビンは、がん細胞に取り込まれたのち、がん細胞に多く存在する酵素によって変化することで、細胞の増殖を抑える作用が発揮されます。そのため、効率的にがん細胞を攻撃することができると考えられています。



投与方法

経口のカペシタビンと点滴の白金(プラチナ)製剤は、患者さんの身長・体重に基づいて、患者さんの年齢や体調、および、それまでの副作用の程度などを考慮して投与量が決められます。

白金(プラチナ)製剤のはたらき

白金(プラチナ)製剤と呼ばれる抗がん剤には、シスプラチン、オキサリプラチンなどがあります。このお薬は、がん細胞のDNAに結合してその複製を妨げることでがん細胞の増殖を抑え、がんを縮小・消滅させることができます。



※イラストはイメージです。

お薬の投与量

身長・体重

がんの種類

患者さんの年齢・全身状態

XP療法

胃がんの治療で、カペシタビンは、白金(プラチナ)製剤などと組み合わせて使用されます。使用するお薬の組み合わせによって治療法の名前が付けられています。

XP療法は、

経口薬のカペシタビンと

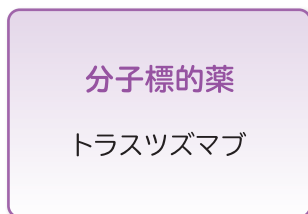
注射薬のシスプラチンを

組み合わせた治療法の一つです。

また、分子標的薬と呼ばれるお薬が併用される場合があります。分子標的薬も、がん細胞の増殖や転移に関わる体の反応を抑える薬です。



±



HER2タンパク質が多い胃がん治療にトラスツズマブという分子標的薬を併用して使用することもあります。

治療前の確認事項

次のいずれかの項目にあてはまる方は治療を受ける前に、必ず主治医にお伝えください。

- 以前に使用したお薬で発疹やかゆみなどのアレルギー症状が出た事がある。
- 腎臓が悪い。
- 妊娠している、または妊娠している可能性がある。
- 授乳している。
- 現在お使いになっているお薬がある、または服用を中止して7日以内のお薬がある。
- 肝臓が悪い。
- 抵抗力が弱い(白血球などが少ない)。
- 心臓が悪い。
- 胃潰瘍や十二指腸潰瘍などにかかっている。
- 耳が聞こえにくい、耳鳴りがする。
- 感染症、水痘(みずぼうそう)にかかっている。
- シスプラチンの治療を長期に受けていた。
- 放射線治療を受けている。

トラスツズマブを併用する場合の確認事項(上記以外)

- トラスツズマブを使用して発疹やかゆみなどのアレルギー症状が出た事がある。
- 高血圧と言われたことがある。
- むくみ、息切れ、咳などがある。
- 以前に肺や心臓の病気になったことがある。

治療を受ける前に

使用するお薬の組み合わせによって、特徴的な副作用がみられることがあります。

XP療法(カペシタピン+シスプラチン)トラスツズマブでは、次のような副作用が多く見られます。

XP療法

- 手足症候群
- 腎障害
- 聴力障害

±

トラスツズマブ

- 寒気 ●発熱 ●疲れやすい
- 皮膚反応 ●アレルギー反応
- 心臓への影響

化学療法(抗がん剤を使った治療方法)でみられる主な副作用

- 消化器症状(吐き気、おう吐、下痢など)
- 骨髄抑制(白血球などが少なくなって抵抗力が弱くなる)などの副作用がみられることがあります。




副作用は、治療内容や患者さんによって症状のあらわれ方や程度が異なりますので、詳しくは、「主な副作用とその対処方法」のページをご参照ください。

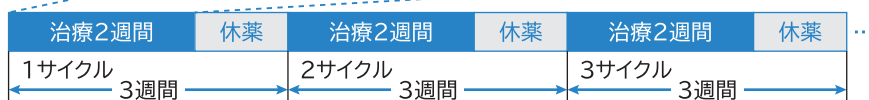
治療スケジュール

XP療法による治療は、3週間を1サイクルとし、1日目に輸液(生理食塩液、電解質の輸液など)と吐き気止めのお薬を点滴します。次にトラスツズマブを投与する場合は、トラスツズマブを30～90分かけて点滴します。その後、シスプラチンを2時間かけて点滴して、輸液の点滴を継続します。また、1日目の夕食後または2日目の朝食後からカペシタビンを1日2回14日間内服し、その後は1週間休薬します。

通常、この3週間のサイクルを繰り返しながら治療を進めます。

輸液はシスプラチンによる腎臓への負担を軽減するため、尿量を増やす目的で点滴します。利尿薬を使用する場合があります。シスプラチンは、6サイクルを目安に継続されることが多いです。

吐き気止め		約30分
トラスツズマブ		約30-90分
シスプラチン		約2時間
カペシタビン		【カペシタビン】 1日2回14日間、朝・夕食後30分以内に内服 (1日目の夕食後または2日目の朝食後から内服開始)
		治療1週目
		治療2週目



ここに示した投与スケジュールは参考例です。他のお薬が投与される場合や、患者さんの状態によって、スケジュールが変更になる場合があります。

CAPOX(XELOX)療法

治療法は、患者さんのからだの状態や年齢、希望なども含めて検討し、主治医と共に決めていきます。

CAPOX(XELOX)療法は、

経口薬のカペシタビンと

注射薬のオキサリプラチンを

組み合わせた治療法です。

また、分子標的薬と呼ばれるお薬が併用される場合があります。分子標的薬も、がん細胞の増殖や転移に関わる体の反応を抑える薬です。

**CAPOX療法
(XELOX療法)**

使われるお薬

**カペシタビン
オキサリプラチン**

±

分子標的薬

トラスツズマブ

HER2タンパク質が多い
胃がん治療にトラスツズマブ
という分子標的薬を併用して
使用することもあります。

治療前の確認事項

次のいずれかの項目にあてはまる方は治療を受ける前に、必ず主治医にお伝えください。

- 以前に使用したお薬で発疹やかゆみなどのアレルギー症状が出た事がある。
- 手足の感覚が鈍っている、または、しびれなどのために、手足や口をスムーズに動かすことができない。
- 腎臓が悪い。
- 妊娠している、または妊娠している可能性がある。
- 現在お使いになっているお薬がある。または服用を中止して7日以内のお薬がある。
- 寒気がする、熱っぽく感じる。
- 貧血、めまい、息切れがする。
- 出血しやすい。
- 水痘(みずぼうそう)にかかっている。
- 肝臓が悪い。
- 心臓が悪い。
- 授乳している。
- 放射線治療を受けている

トラスツズマブを併用する場合の確認事項(上記以外)

- トラスツズマブを使用して発疹やかゆみなどのアレルギー症状が出た事がある。
- 高血圧と言われたことがある。
- むくみ、息切れ、咳などがある。
- 以前に肺や心臓の病気になったことがある。

治療を受ける前に

使用するお薬の組み合わせによって、特徴的な副作用がみられることがあります。

CAPOX療法(カペシタビン+オキサリプラチン)±トラスツズマブでは、次のような副作用が多く見られます。

CAPOX療法

- 手足症候群
- 末梢神経障害

±

トラスツズマブ

- 寒気 ●発熱 ●疲れやすい
- 皮膚反応 ●アレルギー反応
- 心臓への影響

化学療法(抗がん剤を使った治療方法)でみられる主な副作用




- 消化器症状(吐き気、おう吐、下痢など)
- 骨髄抑制(白血球などが少なくなって抵抗力が弱くなる)などの副作用がみられることがあります。

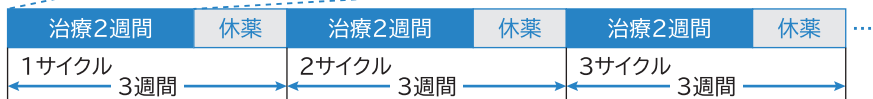
副作用は、治療内容や患者さんによって症状のあらわれ方や程度が異なりますので、詳しくは、「主な副作用とその対処方法」のページをご参照ください。

治療スケジュール

CAPOX(XELOX)療法による治療は、3週間を1サイクルとし、1日目に吐き気止めのお薬を点滴します。次にトラスツズマブを投与する場合は、トラスツズマブを30-90分かけて点滴します。その後、オキサリプラチンを2時間かけて点滴します。また、1日目の夕食後または2日目の朝食後からカペシタビンを1日2回14日間内服し、その後は1週間休薬します。

術後補助化学療法では、トラスツズマブは併用せず、6ヵ月(8サイクル)行います。

吐き気止め	 約30分
±トラスツズマブ	 約30-90分
オキサリプラチン	 約2時間
カペシタビン	【カペシタビン】 1日2回14日間、朝・夕食後30分以内に内服 (1日目の夕食後または2日目の朝食後から内服開始)
<div style="display: flex; justify-content: space-around; width: 100%;"> 治療1週目 治療2週目 </div>	



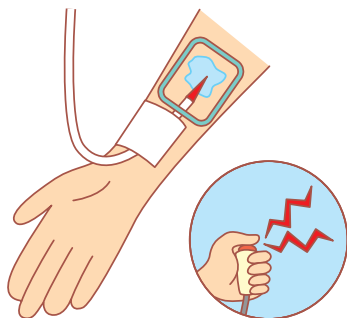
ここに示した投与スケジュールは参考例です。他のお薬が投与される場合や、患者さんの状態によって、スケジュールが変更になる場合があります。

点滴治療を受けているときの注意

点滴薬が血管の外に漏れると、腫れたり、赤くなったり、痛くなってきたりすることがあります。点滴中はできるだけ**安静**にしてください。



万一、**血液が逆流するなどの変化がある場合には**、ただちに医師や看護師にお伝えください。速やかに適切な処置を行います。



点滴の**注射針を刺したところが**、硬くなったり、痛くなったり、腫れてきたり、熱い感じがしたり、かゆみなどの違和感があらわれた場合には、ただちに医師や看護師にお伝えください。



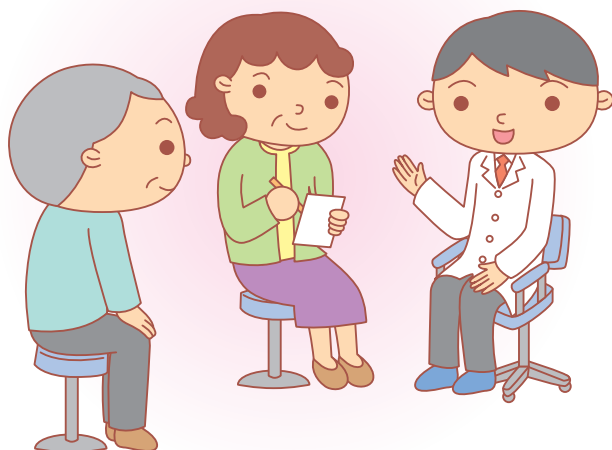
点滴の途中で吐き気を感じたり、**気分が悪くなった場合には**、早めに医師や看護師に申し出てください。



化学療法の副作用

抗がん剤はがん細胞のみならず正常な細胞にもはたらいてしまうため、治療期間中は副作用があらわれる可能性があります。副作用の症状は抗がん剤の種類によって異なります。また、副作用には個人差がありますので同じ抗がん剤でもすべての人に同じ副作用があらわれるとは限りません。

最近では、副作用を予防したり、その症状を軽くする治療(支持療法)の進歩により、より安全で効果的な化学療法が行われるようになってきています。



主な副作用とその対処方法

化学療法の施行中には何らかの副作用があらわれることがあります。そのため、いつ、どのような副作用が起こるかを予測して、その対策をたてておくことは副作用の予防や症状を和らげるのに役立ちます。また、人によってその症状や程度は様々ですが、治療を延期したり、お薬の量を減らしたり、中止しなければならない場合もあります。

副作用の発現しやすい時期

点滴中～数日

- 過敏症
- 末梢神経障害(手、足や口唇周囲部の異常感覚)
- 吐き気・おう吐・食欲不振
- 腎障害
- 肝障害
- 発疹
- 下痢
- 全身倦怠感

数日～数週間

- 疲労感
- 口内炎
- 体重減少
- 発熱
- 骨髄抑制(感染症、出血、貧血)
- 下痢
- 耳鳴り・難聴
- 手足症候群(手足の腫れ・痛み・色素沈着)

数週間～数カ月

- 脱毛
- アレルギー反応
- 末梢神経障害(四肢末梢のしびれ感、感覚低下など)

カペシタビンでみられる主な副作用

手足症候群

抗がん剤によって手足の皮膚細胞が傷つけられることで起こる副作用を手足症候群といいます。

力がかかるところ(手の指先やかかとなど)に症状が出やすく、初期にはチクチクまたはピリピリするような感覚や痛みを感じ、進行すると皮膚が赤く腫れたり、水ぶくれができたりします。足の症状がひどくなると、痛みで歩くことも困難になる場合もあります。

治療を始めてから2サイクル目(6週間)くらいまでに起きることが多く、休薬することで症状は軽くなります。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 手足が赤く腫れたり、やけどのような痛みを感じる。
- 皮膚や爪が黒く変色する。



日常生活の注意点

- 長時間の歩行や立ち続けることは避けましょう。
- 柔らかい素材で足にあった靴や厚めの靴下などを使って、足を保護しましょう。
- 熱いお風呂やシャワーは控えましょう。
- 保湿剤を使って、皮膚を保護しましょう。
- 外出時には帽子、日傘、手袋などを使って直射日光に当たらないようにしましょう。



シスプラチンでみられる主な副作用

腎機能障害

抗がん剤によって腎臓のはたらきが悪くなり、老廃物や余分な水分が、血液の中にたまってしまうことがあります。

体内の水分が足りない状態では、副作用が出やすいので、十分に水分を取りましょう。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 尿の量が極端に少ない。
- 手や足がむくむ。



日常生活の注意点

- スポーツ飲料などの水分を多めに取るようにしましょう。
- アルコールは脱水状態になりやすいので避けるようにしましょう。



耳鳴り・難聴

「聞こえづらい」、「ピーやキーンという耳鳴りがする」、「耳がつまった感じがする」、「ふらつく」など、投与開始直後から生じ、繰り返し投与により進行することがありますので、気になる症状がありましたら医療スタッフに相談してください。



オキサリプラチンでみられる主な副作用

末梢神経障害

抗がん剤によって末梢神経が傷つけられると、手足や口のまわりのしびれなどの感覚異常があらわれることがあります。この症状は、抗がん剤の投与直後、または少し時間がたってから起こります。2～3日でおさまることが多いですが、治療を繰り返していくことで症状が持続するようになることもあります。また、冷たいものに触ると症状が出やすくなり、悪化することもあります。

多くの場合、化学療法終了後、時間とともに消失あるいは軽減します。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- のどがしめつけられるような感じがする、息苦しい。
- 手足のしびれや痛みのために文字を書きにくい、ボタンをかけにくい、歩きにくい。



日常生活の注意点

- 抗がん剤の点滴直後は、冷たい飲み物・食べ物をとらないようにしましょう。
- 冷気にあたらないようにしましょう。
- 冷たいものに直接触れないように手袋を着用しましょう。
- 手や顔を洗うときはぬるま湯を使いましょう。
- 気温が低いときには、手袋・マフラーなどを着用し、マスクをしましょう。
- 素足で歩かないで靴下やスリッパをはきましょう。



化学療法でみられる主な副作用

骨髄抑制

抗がん剤によって骨髄のはたらきが低下することがあります。血液は、骨の中にある骨髄でつくられています。この骨髄が抗がん剤の影響を受けると、血液細胞をつくる機能が低下し白血球・赤血球・血小板が減少し、貧血などが起こります。

1～2週間後に症状が出やすいですが、同じ医薬品であっても短期間にあらわれる場合と、数ヵ月、数年後にあらわれる場合があり、症例によってまちまちです。

骨髄抑制の副作用は、自分で気が付きにくいので、定期的に血液検査を行います。

白血球減少

白血球の数が少なくなると、病原菌(細菌)に対する体の抵抗力が弱くなり、いろいろな部位(口、肺、尿路、腸、肛門、性器など)で感染症を起こす可能性があります。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 37.5℃以上の発熱がある。
- 寒気や悪寒がする。
- 咳が出たり、喉に痛みを感じる。
- 体がだるく、ふしぶしが痛む。
- 尿のごり、排尿の痛み、残尿感がある。



日常生活の注意点

- 手洗い(食事の前、トイレの前と後、外出から帰ってきたとき)をしっかり行い感染予防に努めましょう。
- シャワー、入浴などで体を清潔に保ちましょう。



赤血球減少

赤血球の数が少なくなると、貧血症状を感じる場合があります。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 少し動いただけで動悸、息切れがする。
- めまい、立ちくらみがする。
- 手足が冷える。



日常生活の注意点

- 無理せず、こまめに休むようにしましょう。
- 手足が冷たい場合は保温するよう心がけましょう。

血小板減少

出血を止める作用がある血小板が少なくなると、出血しやすく、また出血が止まりにくくなります。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 軽い打ち身などで出血したり、あざ(内出血)ができる



日常生活の注意点

- けがをしないように注意しましょう。
- やわらかい歯ブラシを使用して、歯ぐきを傷つけないように歯磨きをしましょう。

消化器症状

吐き気、おう吐、下痢、口内炎などの消化器症状がおこる場合があります。おう吐や下痢は治療開始から数日後に現れる場合もあり、脱水症状に至ることもあります。

口内炎は抗がん剤が口の中の粘膜に作用したり、細菌感染したりすることで起こります。数日から10日目ごろに発生しやすく、口の中の痛み、熱いものや冷たいものがしみる、口が動かみにくい、味が変わる、などの症状があります。

吐き気、おう吐

吐き気やおう吐は個人差が大きい副作用です。症状を和らげるお薬がありますので、我慢しないで医療スタッフに相談してください。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 食事や水をとる事が出来ない。
- 1日3回以上吐いてしまう。



日常生活の注意点

- 不快なおいのするものを近づけないようにしましょう。
- 食事はゆっくりと時間をかけ、むりせずに食べられるものを少量ずつ可能な範囲で食べると良いでしょう。
- 十分な水分補給を心がけてください。

下痢

下痢が長く続くと、脱水症状やミネラル不足になることがあります、日常生活に支障をきたすことがあります。下痢の症状は強くあらわれることもありますので、注意が必要です。下痢の回数や状態に応じて、下痢止めを使用する場合があります。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 1日の排便回数が3回以上増えた。
- さしこむような腹痛がある。
- 便が泥状か完全に水のようにになっている。



日常生活の注意点

- 脱水症状にならないよう、こまめに水分補給をしましょう。

下痢の時におすすめの食品

- スポーツドリンク
- りんご、バナナ
- おかゆ、麺類



下痢の時に避けたい食品

- アルコール
- 高繊維、高脂質の食べ物
- 乳製品・香辛料
- コーヒー
- オレンジジュース、グレープフルーツジュース



口内炎

抗がん剤による口内粘膜の障害や、口内の細菌感染により口内炎があらわれることがあります。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 口の中が痛い、ひりひりする。
- 痛みにより、食事や会話がしにくい。
- 熱いもの、冷たいものがしみる。



日常生活の注意点

- やわらかい歯ブラシを使ってこまめに歯磨きをしましょう。
- タバコは口内炎を悪化させるので禁煙しましょう。
- うがいをして口の中をきれいに保ちましょう。
(起床時や食事前など1日7~8回が目安です)
- 主治医と相談して、歯科医で口腔ケアを受けることも可能です。



アレルギー反応

抗がん剤によって、じんま疹、腹痛やおう吐、息苦しさなどの症状があらわれることがあります。症状が重い場合には、血圧の低下や意識の混濁などのショック症状を起こすこともあります。

これらの症状はアレルギー反応として、薬剤の投与中、投与後数時間あるいは数日してからあらわれることがあります。

また、はじめて薬剤の投与を受けたときにおこる場合と治療を何サイクルか繰り返した後に起こる場合もあります。

このような症状のときは、医療スタッフに連絡を

- 皮膚が赤い、じんま疹が出ている。
- 腹痛がある、吐き気がする。
- 声がかすれる、くしゃみが出る、のどがかゆい、息苦しい。
- 顔色が青白い、意識がはっきりしない。



日常生活の注意点

- 点滴の最中あるいは直後に症状を感じたら、すぐに医療スタッフに知らせましょう。
- 症状が出ても慌てず、深呼吸をして気持ちを落ち着かせましょう。
- 症状が落ち着いた後も安静が必要な場合や、アレルギーを抑えるお薬を服用する場合があります。主治医の指示を守りましょう。

倦怠感・疲労感

がんやがんの治療の副作用、がんに伴う症状(痛み、貧血、不安、不眠)などによって起こることがあります。抗がん剤治療2～3日頃から全身のだるさや疲れやすさを感じるがあります。



脱毛

発毛に関する毛母細胞もうぼは、細胞分裂が活発なため、がんの治療の影響を受けて、髪の毛や、からだの毛が抜けることがあります。個人差はありますが、治療終了後3～6ヵ月程度で再び生えてきます。



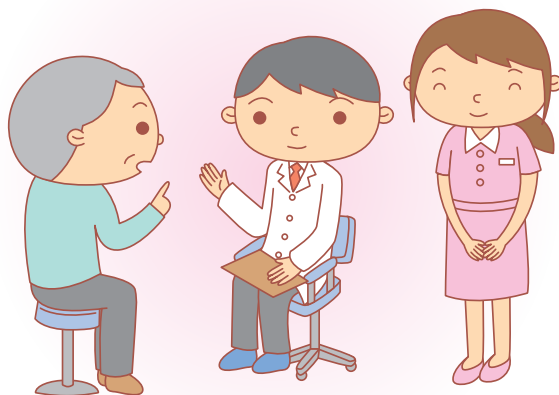
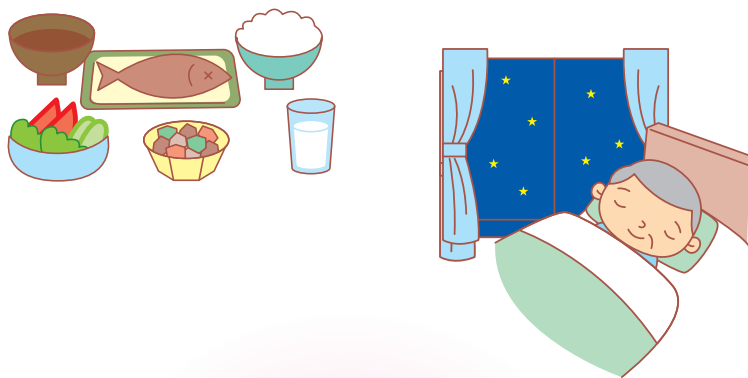
爪のトラブル

爪をつくる爪母細胞そうぼも、細胞分裂が活発なため、がん治療の影響を受けて黒ずんだり、スジがでたり、割れることもあります。脱毛と同じように一時的な症状です。



治療を始めるにあたって

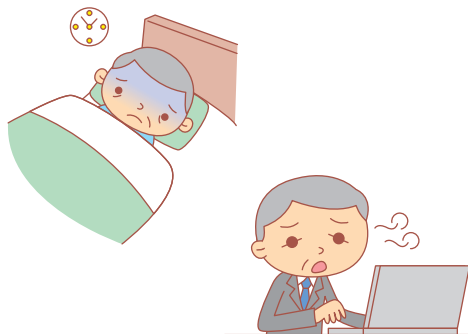
- 治療に際しては、規則正しい食事や、十分な睡眠をとり、体調を良い状態に保つように心がけましょう。
- 現在、お使いになっているお薬がある場合には、主治医にお伝えください。
- 他の医療機関を受診される際は、抗がん剤による治療を受けていることをお伝えください。



治療日誌とメモの記載

がん治療中は患者さんや、その家族の方にとっては、さまざまな不安や心配が湧き上がる場合もあります。

- 気持ちが落ち着かずにつらい
- 夜眠れなくて困る
- 仕事が手につかない
- 家族に心配をかけたくないのに明るく振舞うことができない
- こんなにつらくては、抗がん剤治療をつづけることができないのではないかと心配



こうしたことを乗り越えるために

- 気になること
- 聞きたいこと
- 疑問に思うこと
- 伝えたいこと など



主治医や医療スタッフと相談しながら、日常生活でのアドバイスをうまく取り入れ、よりよい治療を続けることが大切です。

からだに違和感があるときは、日付と症状をメモして主治医や医療スタッフに相談しましょう。

記入のしかた

がんの治療は、ひとりひとりの患者さんの状態に合わせて行われます。そのため、患者さんの毎日の体調や気になることなどを記録し、医師や医療スタッフと相談しながら治療を進めていくことが大切です。

【記入例】

治療開始 からの日数	1週目			
	1日目	2日目	3日目	4日目
月/日 (曜日)	12/3 (木)	12/4 (金)	12/5 (土)	12/6 (日)
服薬	⊗6錠	⊗6錠	⊗6錠	⊗6錠
体温(℃)	37.1℃	37.5℃	37.1℃	37.2℃
食事量	×	△	○	○
便通(回)	0回	1回	1回	0回
吐き気・おう吐	○	○	○	
口内炎				
下痢			○	
手・足・口のしびれ・痛み		○	○	○
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み		○	○	
鼻血・歯ぐきからの出血				

症状がある場合は○をつけます。

カペシタビンを服用した時に○をつけ、服用した錠数を記載します。

上記以外にいつもと違う症状がある場合に記入してください。

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

12/3 あまり眠れなかつた

12/4 熱っぽい

医師等に伝えたいことや気になることを書きとめておきましょう。

1 サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目						
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目
／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()
朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	休 薬					
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

○やや少ない △少ない ×食べられない

◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない

回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目						
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目
／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()
朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	休 薬					
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

○やや少ない △少ない ×食べられない ◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない

回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

3サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目						
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()
朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	休 薬					
夕錠	夕錠	夕錠	夕錠	夕錠	(夕錠)						
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

○やや少ない △少ない ×食べられない

◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない

回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

4サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目							
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目	
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	
()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	
朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	休 薬						
夕錠	夕錠	夕錠	夕錠	夕錠	(夕錠)							
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	
○やや少ない △少ない ×食べられない					◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							
回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

5サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目						
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()
朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	朝錠	休 薬					
夕錠	夕錠	夕錠	夕錠	夕錠	夕錠						
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
○やや少ない △少ない ×食べられない					◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない						
回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

6サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目						
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目
/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 (夕錠)	休 薬					
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

○やや少ない △少ない ×食べられない

◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない

回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

7サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目						
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目
／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()
朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	休 薬					
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
○やや少ない △少ない ×食べられない					◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない						
回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

8サイクル

治療開始 からの日数	1週目								
	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
月/日 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
服薬	(夕錠)	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠
体温(℃)	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
食事量	◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない							◎通常	
便通(回)	回	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気・おう吐									
口内炎									
下痢									
手・足・口のしびれ・痛み									
手足の皮膚の発赤・腫れ・痛み									
鼻血・歯ぐきからの出血									

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

2週目					3週目							
10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目	
／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	／ ()	
朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 夕錠	朝錠 (夕錠)	休 薬						
℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	

○やや少ない △少ない ×食べられない ◎通常 ○やや少ない △少ない ×食べられない

回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回	回

メモ 医師に伝えたいこと、聞きたいこと、気になること

医療機関名