



外来化学療法の実際と看護

秋田大学医学部附属病院 外来化学療法室

進藤 菜穂美 さん



外来化学療法が行われるようになった今。

入院治療から解放されましたが、副作用や生活への不安や心配を抱える患者さんも多いようです。そこで外来治療の実際やセルフケア、看護師への相談方法などをアドバイスします。

外来治療室は、外来通院しながら抗がん剤治療を行う専用の治療室です。抗がん剤の知識を持った看護師、医師、薬剤師が協力してチーム医療を実践しています。治療対象の患者さんは、治療時間が6～7時間以内であること、外来で体調管理が可能であること、そして患者さん自身が副作用へ向き合えることなどを主なファクターとしています。悪性リンパ腫では、R-CHOP、ABVD、その他単剤の化学療法を外来で行っています。多発性骨髄腫では、ベルケードという薬剤を用いた治療です。

秋田大学附属病院の外来化学療法室には、リクライニングシート6床と電動ベッド1床があります。
(写真1)

写真1



長時間の治療に対応するために、テレビは各ベッドに1台備え付け、リラックスできるようにBGMも流れています。テレビにはDVDプレーヤーもセットしていますから、慣れた患者さんはDVDショップでDVDをレンタルし、治療中2本ほど鑑賞されているようです。

外来化学療法室では抗がん剤を扱いますから、安全対策には力を注いでいます。患者さんにはICチップとバーコードが入力されているATC診察券を発行し、入室後首から下げていただき、本人確認を徹底します。診察券の裏面には、緊急連絡先や緊急時の対応を記入しています。またPDAと呼ばれる医療機器と診察券を使い、薬剤実施前に認証を行うことで、誤投与の予防をしています。

がん化学療法の主な副作用には、過敏症、悪心・嘔吐、下痢、便秘、口内炎、骨髄抑制、倦怠感、脱毛、血管外漏出、皮膚障害、性機能障害などがあります。外来化学療法を受けている患者さんが知覚している苦痛には、「治療に來なければならぬ」「仕事や家事への影響」「不安感」など精神面のほうが多く、悪心・嘔吐などの副作用は、薬が発達しているため、減少傾向にあるようです。


こうした副作用の発現は、頻度、程度、時期など個人差があります。また副作用が起こってから対応するよりも、予測して対応していくことが重要です。そのためにも、看護師は患者さんが体験している症状を聴き、患者さんの感じていることを共有することが大切です。

図1は、セルフケアの一例です。血液疾患の患者さんは、入院中に化学療法を行っている方が多いため、外来化学療法室で初めて抗がん剤治療を行う乳がんの患者さんを例に上げました。患者さんは1回目の化学療法に対して、不安を抱いていらっしゃるようですので、最初から詰め込むような説明をせず、ポイントを絞って説明しています。2回目以降になると、ご自宅の状況を確認しながら、追加したほうが良いと思われる点を説明します。

図2は外来化学療法室の看護師が行っている副作用に対する援助です。

入院中の患者さんなら、看護師が寄り添っているので副作用にも対応できますが、外来治療中の患者さんがご自身で副作用に向かっていたらかなければならぬため、「どうしたらいいのかな」と必ず困ったことが出てくるようです。その際には、緊急時連絡先でご相談ください。また、患者さんは医師に自覚症状を伝えることができずにいることを、実際私自身も日々感じています。そのため、副作用の出現時期や、「こういう症状が出てきたら教えて下さいね」と、医療者へ教えてほしいタイミングを伝えています。また「何か困ったことはありますか」と看護師からタイミングを持つように心がけています。


図1



私が外来化学療法室で行っている副作用への対応(セルフケア支援)の一例・・・乳がんなどの場合

- 1回目の治療時には、予想される副作用症状と発現時期を説明。特に、感染予防が必要な時期と方法について説明する。後は、その薬剤で必要な副作用を重点的に説明する。次回。自宅での状況を確認することを約束する。
- 2回目以降は、自宅での状況を確認し、患者さん自身が聞きたいと思っていることは自宅での手技を確認。しっかりできていたことは褒め、追加したほうが良いと思われることは提案してみる。
- 患者さん自身の力で対応できるように、患者さんが行える方法を一緒に考えていくことに重点をおいている。

図2



外来での副作用に対する援助

- 緊急時の連絡先を伝えておく
・・・日中と夜間・休日用
- 患者さんは、医師に自覚症状を伝えることができずにいる場合が多い
 - ・開始時にその薬剤で出現しやすい副作用を説明する
 - ・副作用症状が出現しやすい時期を伝える
 - ・副作用の対応方法、医療者へ教えて欲しいタイミングを伝える

できるだけ、患者さんが声をかけやすい雰囲気、こちらから先に「何か困っていることがありますか」などタイミングを持つようにしている。

図3は、今まで、血液疾患の患者さんから多かった質問です。食べ物については白血球のデータを見ながら、患者さんにアドバイスしています。脱毛については、カラーやパーマの開始時期などを気にされている患者さんが多いようです。旅行につきましては、現在治療が計画されているようでしたら、終了後に計画を立ててくださいと、お伝えしています。そのほか、「外来の化学療法が終わり、外来での受診に切り替わったら誰に質問したらいいの」と患者さんに聞かれることも多いのですが、その際は外来の看護師または医師にご相談ください。

図3

今まで、血液疾患の患者さんから多かった質問は？

- No1. **食べてもよいものは何？**

 - ・外来では、患者さん自身もしくは家族が管理していく必要がある
- No2. **脱毛はいつまで続くの？**

 - ・いつ頃まで続くのか、いつ頃から自身の髪で大丈夫か、カラーやパーマは・・・など
- No3. **いつ頃から旅行に出かけていいの？**

 - ・治療の継続される予定時期と白血球の回復時期との兼ね合いがあること。医師への声のかけ方などアドバイス

最後になりますが、外来での抗がん剤治療では、患者さん本人が主役です。

人から教えられる副作用対策では、長続きすることができないようです。「自分はこんな方法で行っていますが、さらにどんなことをしたら良いでしょう」と医療者に相談されながら、ご自分流の副作用対策を見つけましょう。

そのためにも、勇気を出して医師や看護師に声をかけてください。もしも、頭が真っ白になるようなら、メモに質問内容を書いておきましょう。メモはご自分の闘病生活の台本です。私たち看護師も皆さんの力になりたいと思っています。