

外来化学療法室では、医師、看護師、薬剤師、看護助手など様々なスタッフが患者さんの治療にあたっています。外来化学療法室ニュースNo. 2で白血球減少(骨髄抑制)時の感染予防対策について紹介しましたが、今回は、貧血・血小板減少について紹介します。



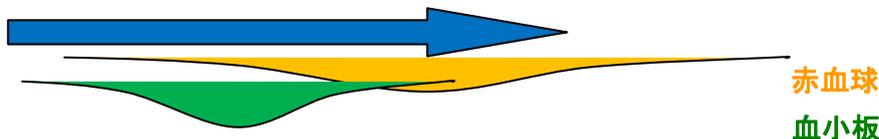
☆抗がん剤の副作用について～その6～骨髄抑制(貧血・血小板減少)について☆

抗がん剤治療を行うと血液成分(白血球・赤血球・血小板など)をつくる骨髄の働きが一時的に抑えられ、血液成分の数が減少します。

貧血の原因になる赤血球の寿命は約120日と長いため、すぐには影響を受けません。貧血の症状は抗がん剤による治療開始後、1～2週間後より徐々に出現します。出現の程度は、使用する抗がん剤の量、併用する抗がん剤の種類、スケジュールに左右され、また年齢や健康状態に大きく影響されるため個人差があります。



投与日 1週目 2週目 3週目 4週目



また、出血を止める作用がある血小板が減少することがあります。血小板には、血管の外に出た血液を凝固させる働き(止血作用があります)があります。この血小板が著しく減少すると出血が起きやすく、また出血が止まりにくくなります。血小板の寿命は約7日です。一般的に7～10日目で減少しはじめますが、使用する抗がん剤によって減少する時期、期間には差があります。

貧血の症状

- ・少し動いただけで息切れがする
- ・疲れやすい
- ・めまいがする
- ・脈拍が増える、動悸がする
- ・食欲不振、便秘
- ・結膜(まぶたの裏側)が白い
- ・手足が冷たい
- ・爪の色が白い
- ・顔色が青白い
- ・頭痛、頭が重い
- ・耳鳴りがする

血小板減少時の症状

- ・内出血(皮下出血)
- ・口のなかの出血(歯磨きの出血)
- ・鼻血(鼻かみによる粘膜の出血)
- ・黒い便や血便、血尿
- ・皮膚の点状出血、斑状(はんじょう)出血

貧血時の日常生活上の注意

- ・めまいや立ちくらみがあるときは、ゆっくり動き始める。たとえば起き上がるときは、上半身を起こし、一息ついて起き上がるなど。
- ・歩行は動悸や息切れのしない範囲でゆっくり行う。疲れやすい場合には、十分な休息をとる。
- ・買い物、車の運転、食事の準備などは、体調に無理のない範囲に心がけて、家族にも協力してもらう。

血小板減少時の日常生活上の注意

- ・体をぶついたり、転倒や外傷、打撲しないよう注意する。庭いじり、ペットの入浴には手袋を使う。爪は短めに切り、皮膚に傷をつくらないようにする。
- ・歯磨きはやわらかい歯ブラシを使用し、歯ぐきを傷つけないようにする。
- ・排便時にはなるべく力まないようにする。日ごろから、下剤などを使用して便秘をととのえるようにする。

抗がん剤による血液成分の減少を食事などで改善することはできません。

症状がひどい場合には、輸血をすることもあります。また、病気が原因で貧血や血小板減少を起こすこともありますので、上記の症状等もしっかり主治医へ伝えることも大切です。

