

外来化学療法の患者パンフレット 「化学療法のしおり」作成の取り組み

西村 成美¹⁾ 野路 恵子¹⁾ 泉 俊昌²⁾

要 旨：近年増えてきている外来化学療法の看護の必要性を感じ、化学療法を受ける患者の苦痛・不安について調査を行った。調査をもとに患者パンフレット「化学療法のしおり」を作成、使用した。「化学療法のしおり」は患者の闘病意欲の向上、副作用の発見に有効であったが、不安の軽減に対しては不十分であった。不安の軽減については、今後の課題として取り組む。

【Key words】 外来、化学療法、患者指導

はじめに

近年、化学療法は、新規抗がん剤や支持療法の発達と入院期間の短縮に伴い、外来通院で行うのが主流になっている。

化学療法は一般に長期にわたる治療であり再発に対する不安などの精神的苦痛に加え、多くの患者に吐き気・脱毛・骨髄抑制などつらく危険な副作用という肉体的苦痛を伴う治療である。

当院でも平成16年5月より外科外来内に化学療法室を新設しリクライニングベット・テレビなどの環境整備、薬剤師の介入・注射レジメンの薬剤部への登録などの安全管理などハード面及びソフト面での改善を行ってきた。

しかし、外来治療では患者に接する時間が短い事や治療後の経過観察ができないため、患者の不安や苦痛がうまく把握できないまま治療が行われ看護師の役目は何かと自分に問かける日々であった。患者一人一人のニーズにあった看護により、肉体的・精神的苦痛を最小限にいとめ、また治療への意欲を失わないために短時間で患者の状態把握するための工夫を行い、適切な看護が出来ないかと考えた。

第I段階

<目的>

外来化学療法を受ける患者の不安・苦痛の内容を知る。

<対象>

平成16年4月から平成17年7月までに外科外来にて化

学療法を行った患者14名

<方法>

アンケートの時期：平成17年7月

調査に同意を得られた患者に無記名で化学療法への不安や苦痛に関して紙面によるアンケート調査を施行した。

<結果>

化学療法当初の医師の説明への理解度については十分理解できた・ほぼ理解できたとの回答が合わせて94%だった(表1)。

化学療法への不安の内容は、病気そのもの・副作用・治療の効果の順に多く、経済的・時間的な事は少数だった(表2)。

つらく感じる副作用は、吐き気、倦怠感、脱毛、食欲不振など様々でありほとんどの患者が苦痛を感じていることがわかった(表3)。

治療についての相談者は医師50%家族24%看護師14%という結果で、看護師は患者の相談相手になっていない事がわかった(表4)。

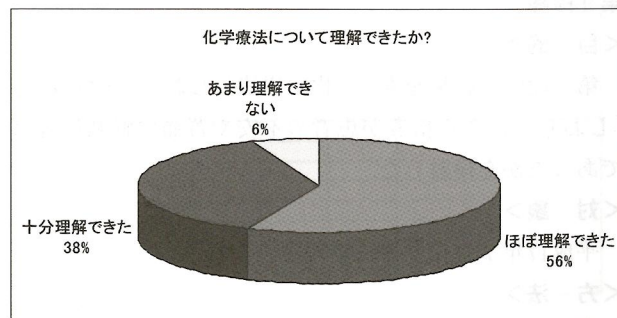


表1. Q1 化学療法について理解できたか?

¹⁾ 福井総合病院 看護部外科外来

²⁾ 福井総合病院 外科

(受付日 2006年3月)

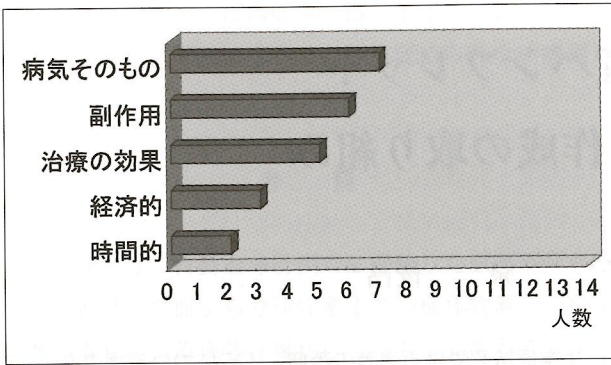


表 2. Q2 化学療法を受ける上で心配な点は何ですか？

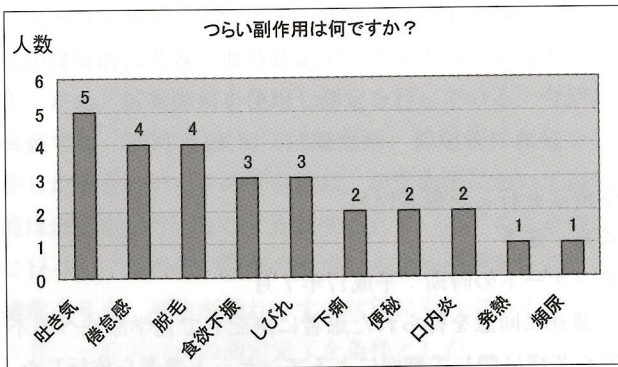


表 3. Q3 辛い副作用は何ですか？

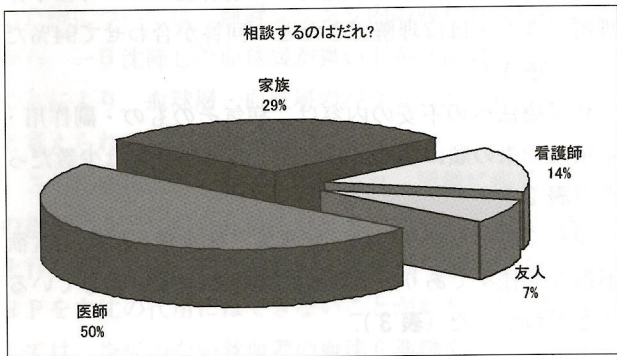


表 4. Q4 相談するのは誰？

第Ⅱ段階

<目的>

第Ⅰ段階の結果をもと「化学療法のしおり」を作成し、「しおり」による指導が患者の不安や苦痛の軽減に有効であったかを検討した。

<対象>

平成17年7月化学療法継続中の5名

<方法>

患者5名には作成した「化学療法のしおり」を2週間使用後に、患者の同意を得て無記名にて紙面による評価アンケート調査を施行した。

※「化学療法のしおり」には、治療内容(表5)・副作用(表6)・副作用対策(表7)を解説した。患者個別に使用時に外来看護師が説明を行った。治療経過表で毎日の体調を項目にそって記入してもらった(表8)。

<結果>

しおりを使用してから治療継続への意欲が高まったか？治療への理解が深まったか？という問いに60%の患者から大変良い・良いとの評価を得られたが、あまり良くない・悪いとの回答もみられた。

生活に役立ったかの項目については、80%が良いという高い評価をえられ、悪いは無かった。

副作用の不安軽減・内容のわかりやすさについては40%がよいとの評価であった(表9)。

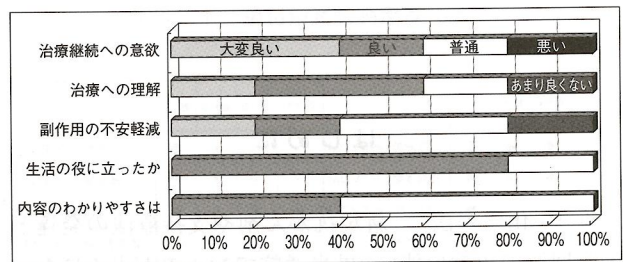


表 9. 患者からの「化学療法のしおり」の評価

考 察

医師からの説明には十分に理解しつつも、外来化学療法を受けている患者の多くは、がんという病気そのものの再発や抗がん剤の副作用に対する不安を抱えながら治療を受けている事がわかった。その不安の内容はひとり一人違うものである。それらは正しい情報の不足や日々変化する体調へのとまどい、医療者やその他の人との距離感などが原因だと推測される。コミュニケーションの不足から副作用の発見が遅れ、治療の継続が出来なくなることも予測された。

看護師からは「化学療法のしおり」という媒体により、一人ひとりの患者の状態や生活の内容が短時間で把握でき、それを手がかりに患者の全体像がつかみやすくなった。患者から看護師への訴えや問いかけが多くなり、患者と看護師の距離が近くなった。副作用の発見がしやすくなったとの感想が得られた。

これに伴い患者からも治療への意欲や理解の向上は得られたが、副作用の不安の軽減や内容のわかりやすさについては未だ不十分な点があった。又治療の経過について著しい不安をもった患者では、よくないとの評価が見られた。

療法を受けられる患者様とご家族の方へ

* これから外来での化学療法とお付き合いが始まります。治療を最後までうけていただくために、不安や心配なことがあれば、遠慮なくご相談ください。

	()週間に一度の治療になります	()~()日目
前日	当日	()~()日目
食事	特に制限はありません	
安静	特に制限はありません	
治療点滴	処方されているお薬はお飲みください。 点滴まえに採血を行う場合があります。採血結果は30~60分かかります。 点滴 _____ 時間	処方されているお薬はお飲みください。
処置	特にありません。 診察券と治療経過表を必ず持ちます。 体温・血圧の測定を行います。 問診（ご自宅での様子、今日の体調についてお伺いします。）	特にありません。
説明指導	普段どおりの生活をしてください。 * はじめて点滴を受ける患者様は点滴のまえに服薬指導を受けていただきます。 * 長時間のため、動いてもよい針を使います。じっとしている必要はありません。 * 体調が優れない時、治療についてのご質問などがあるときは開始前に診察させていただきます。 * 点滴中に気分が悪くなったり、痛みがある時は我慢せず、すぐに申し出てくださいます。	* 医師からの説明・しおりを参照していただき、何か変わった事があれば、次回受診日を持たずに受診してください。 * 夜間であれば、緊急外来で対応させていただきます。 * お気づきの点がありましたら、どうぞ遠慮なくお伝えください。

化学療法とは
全身に広がっていると考えられるがん細胞を、薬（抗がん剤）により攻撃するのが化学療法です。がんは、手術で取り取っても目に見えない小さながん細胞が残っていたり、すでに他の部分に転移している場合があるので、手術や放射線治療とあわせて補助的に化学療法がよくこなわれます。

がん細胞と抗がん剤
がん細胞も正常な細胞も、ともに細胞分裂をくりかえしています。がん細胞は無制限に分裂し増殖します。抗がん剤は細胞分裂の過程に関与しがん細胞を増殖できないようにするものですが、正常な細胞にも同様に作用するため、これが副作用となっておられます。

副作用を知ることの大切さ
分裂が速い血液細胞や口腔粘膜、胃腸粘膜、毛根細胞などは抗がん剤の影響を受けやすく、感染症・出血・貧血・下痢・吐き気・脱毛などの症状が副作用として現れます。また、心臓や腎臓、膀胱、肺、そして神経組織の細胞が影響を受けることもあります。

病院では、副作用をなるべく予防し、また軽減するために努力していますが、患者さん自身もあらかじめ予想される副作用を知って対策をたてておけば予防ができます。実際に起こったときも早く適切に対処できるので、症状がおもくなるのを防ぎます。また精神的にも落ち着いて対処することができます。

表 5

抗がん剤治療の副作用と発現時期

発現時期の目安	投与直後・当日~数日	発現時期の目安	数日~数週間
副作用の症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 発熱 ● 吐き気 ● 皮膚が赤くなる ● 蕁麻疹・かゆみ 	⇒	<ul style="list-style-type: none"> ● 下痢、便秘、腹痛 ● 口内炎、口の中が乾燥 ● 食欲不振、体がだるい ● 感染(咽頭炎、膀胱炎、肛門周囲炎、肛門膿瘍、腸炎) ● 脱毛 ● とくに手足の皮膚の赤み ● 出血(鼻血、歯ぐきの出血、青あざ)
発現時期の目安	数週間~数ヶ月	⇒	数ヶ月以降
副作用の症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 貧血(めまい、立ちくらみ) ● 色素沈着(皮膚や爪が黒くなる) ● 爪の変形 ● 手や足先などの皮膚の角化、亀裂 	⇒	<ul style="list-style-type: none"> ● 手足がしびれる ● においを感じなくなる ● 味覚の変化 ● 下肢の筋肉のこわばり ● 肺障害や腎障害

表 6

<副作用対策と受診について>

[ただちに受診したほうがよい症状]
念のため入院の準備をして、外科外来を受診してください。
(休日・夜間の場合は緊急外来に電話をしてから、しおりを持参して受診してください。)
電話 0776-21-1300

- ・ 38℃以上の発熱がある。
- ・ 息苦しいなどの呼吸困難がある。
- ・ お腹が張って、強い腹痛がある。
- ・ 頻回の嘔吐があって、食事がまったくとれない。
- ・ 発熱をとまらぬ頻回の水様性下痢がある。
(当直の先生方へ：採血S14を行い、外科拘束医をよびだしてください。)

[翌日に受診したほうがよい症状]

- ・ 38℃を超えない発熱が2日以上続く。
- ・ おしっこがいつもに比べて少ない。
- ・ 発熱は無いが、数回程度の下痢がある。
- ・ 吐き気や数回程度の嘔吐があって、食事がほとんど摂れない。

[数日様子をもてよい症状]

- ・ 食欲がない。吐き気・嘔吐があっても食事が摂れている。
⇒ 吐き気止めの薬はがまんせず服用して下さい。嘔吐の時は無理に食べずに水分補給を。熱いもの脂肪の多いものはさける。食後は頭を高くして横になる。気分転換。
- ・ 体がだるい。⇒ 活動後に休息をとる。
- ・ 軽い腹痛があるが、食事が摂れている。

[その他の症状について]

- ・ 下痢 ⇒ 医師に相談し下痢止めを内服。水分補給。肛門部の清潔を保つ。
- ・ 口内炎 ⇒ 弱い薬の処方。塗り薬の処方。点滴前後に水を口に含む。やわらかい歯ブラシを使う。刺激の強い食品はさける。
- ・ 脱毛 ⇒ 毛染め、パーマを避ける。やわらかいブラシを使う。
* 治療が終われば、発毛があります。
- ・ 白血球減少 ⇒ 手洗い、うがいの励行。ワクチンの接種を受けた人、感染症の人との接触をさける。体を清潔に保つ。

* その他わからないこと、心配なことは医師・看護師に遠慮なくご相談ください。

表 7

治療経過表

毎日の身体の具合を記入してみましょう。次回の治療日におもちください。

0ーなし
1ーすこし有り
2ーつらい

にマルをつけてください。

日にち	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
注射の施行	有・無							
血圧	/	/	/	/	/	/	/	/
食欲不振	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
食事の量	%	%	%	%	%	%	%	%
吐き気	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
嘔吐の回数	回	回	回	回	回	回	回	回
吐き気止めを使った時間	時	時	時	時	時	時	時	時
体温(時間)	℃ 時	℃ 時	℃ 時	℃ 時	℃ 時	℃ 時	℃ 時	℃ 時
口内炎	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
便の状態と回数	下痢・便秘 回	下痢・便秘 回	下痢・便秘 回	下痢・便秘 回	下痢・便秘 回	下痢・便秘 回	下痢・便秘 回	下痢・便秘 回
手足のしびれ	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
関節痛	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
身体のだるさ	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
注射部位の痛み	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2	0・1・2
その他の症状 気になること								
腫瘍マーカー								
白血球								
ヘモグロビン								
血小板								
追加の治療								

表 7

ま と め

今回のしおりの使用についての評価は、結果としてまとめするには事例が少なすぎるので、今後も引き続き行っていく必要がある。

化学療法について正しい情報を与えることは治療への意欲や理解にはつながるが、反対に知ることによって不安が増すこともある。また一方的に情報を与えるのではなく、より多くの情報を患者から発信できるようにしおりは有効であったといえる。それらに対して適切な看護が提供されるためには看護師側のより深い知識が必要であると

感じた。患者と医療者が同じ思いにたち、一日一日を希望と充実の方向へ向かっていけるよう、より研鑽をおこないたい。

文 献

- 1) 坂田貴代：外来クリティカルパスと電子カルテにおける
外来看護記録の実際、外来看護新時代2004；10 P20-28
- 2) 木本富美代：外来化学療法におけるクリニカルパスの導
入と取り組み、総合消化器ケア2003；8 P93-99

