

がん薬物療法シリーズ

爪のセルフケアについて②

—爪の変色—



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
倉敷中央病院
化学療法運営会議

目次

1. 爪について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1 ページ
2. がんの治療に伴う爪の変化について・・・・・・・・・・・・・・1 ページ
3. 爪の変化が表れやすい部位・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1 ページ
4. 爪の変色・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2 ページ
5. セルフケアについて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2 ページ
6. 注意点・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3 ページ
7. 連絡先・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3 ページ



1. 爪について

- 皮膚の一部である爪は、髪の毛と同じケラチンというたんぱく質できていて、**毎日 0.1 mm**くらい成長し、1 か月で 3.0~4.0 mm伸びます。
- 爪は生え始めから完全に生え替わるまで3~4ヵ月かかります。
- 足の爪は手の爪に比べると成長が遅いといわれています。
- 指の爪は、指先の保護、ものをつまみやすくする、指腹に加える力を支える役割があります。
- 足の爪は、体重を支え立つという動作や歩く・走るなど、足を蹴りだす力を助ける役割があります。

爪は手や足の動きに深く関係しています。

爪の変化や爪囲炎で強い痛みなどが出現すると、物を持つこと、立つこと、歩くことなど、手足を使う動作が困難となる場合があります。

2. がんの治療に伴う爪の変化について

- **爪の変形**：爪が薄くなる、爪の表面がでこぼこになる、爪に白い横溝が1本から複数本あらわれる。
- **色の変化**：褐色や黒ずみへ変色。
- 爪がはがれる（**剥離**：はくり）・**欠ける**などがあらわれることがあります。
- **爪の下の出血や膿**
- **爪の周りに炎症**（爪囲炎：そういえん）

3. 爪の変化が表れやすい部位

- 主に手指や足の親指など**力がかかる部位**に現れやすいです。
- 薬の種類によって症状や現れる部位が異なることもあります。

4. 爪の変色

発現時期

- ・症状の現れ方は人によりありますが、治療開始の **3~27 週間** からあらわれます。

症状

- ・タキサン系の治療薬でよく見られる症状です。爪の中が、赤っぽくなったあとで褐色や黒ずみへと変化します。また、黄色や白色になることがあります。

5. セルフケアについて

マニキュアの選び方



- ・有機溶剤（シンナー）を含むマニキュアやアセトンを含む除光液は、爪が乾燥してもろくなり、剥離が起こりやすくなります。
 - ・治療中の爪は、普段よりも刺激に弱いため、**刺激の少ないタイプ**を選びましょう。
 - ・除光液を使う場合は、爪への刺激となるアセトンが入っていないものを選びましょう。水溶性マニキュア（胡粉ネイル、ビオウォーターネイル）などは、消毒用アルコールだけで落とすことができます。
 - ・お湯につけると剥がれるフィルムタイプの**水溶性ネイル**を重ね塗りもよいでしょう。
 - ・爪の保護・強化を目的とする場合は、ベースコートの重ね塗りや**ネイルハードナー**と呼ばれる保護用マニキュアなどもあります。
 - ・変色カバーする場合は、暗めの色や肌色に近い色を重ね塗りしましょう。
- * 体質に合わないときは使用を控えましょう。

ネイルチップ（つけ爪）



- ・でこぼこや変色のある爪をカバーします。***剥離しているとき使えません。**
- ・樹脂製の爪を専用の接着剤や両面テープで貼ります。

- 1日使用したら外しましょう。
- 外すときはお湯につけながら、ゆっくりと力を入れすぎないようにしましょう。
- テープを付け直せば繰り返し使うことができます。
- ジェルネイルについて

ジェルと呼ばれる合成樹脂を密着させるため爪の表面を削り、ジェルを塗ったあとUV（紫外線）やLED（可視光線）のライトで硬化させます。薬の影響で免疫力が低下しているときに長時間の装着により、爪の間にカビを生じる可能性などから控えた方がよいでしょう。

6. 注意点

- 指先に発赤や疼痛、熱感、浸出液や臭いがする場合は感染が考えられます。早めに主治医に相談しましょう。

7. 連絡先

倉敷中央病院（086）422-0210（代表）

外来各科内線番号

血液内科	3971	泌尿器科	3890
呼吸器内科	3972	外科	3976
消化器内科	3973	呼吸器外科・脳外	3848
リウマチ内科	3973	婦人科	3889
耳鼻科	3888	化学療法センター	3960

- 各診療科と外来化学療法センターの電話対応は、平日の8:30～16:00です。

お一人で悩まず、医師や看護師に遠慮なく相談して下さい。

作成日 2022年10月7日