

がん薬物療法シリーズ

末梢神経障害

—症状とセルフケアについて—



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

末梢神経障害の症状について

- * 抗がん薬が末梢神経系へ影響をおよぼす原因については、全てが解明されていませんが、現在のところ、抗がん薬が軸索あるいは神経細胞体にダメージを与えるためではないかと考えられています。
- * 末梢神経障害の症状は、薬の種類や投与量によって頻度が異なります。また、同じ薬でも症状の程度は個人差があります。
- * 症状は、薬の総投与量や蓄積（繰り返し治療を行うこと）に関係し、治療初期には症状が認められなくても、後々に出現することがあります。

症状について

運動神経のダメージ	* 手や足の力が入らない * 物をよく落とす * 歩行や駆け足がうまくできない * 靴がうまく履けない * ボタンが留められない、など
感覚神経のダメージ	* 手足がピリピリしびれる * ジンジンと痛む * 感覚がなくなる・鈍くなる * 手足が冷たい * 冷たいものに触れると痛む（オキサリプラチンの急性の症状）、など
自律神経のダメージ	* 便秘 * 尿が出にくい * 起立性低気圧、など

末梢神経障害の場合は、症状が進行して日常生活へ影響する場合があります。

おかしいと思ったら医療者に早めに相談しましょう。





代表的な薬の特徴

カルボプラチン	神経細胞の障害のため、二次的に軸索がダメージを受けて症状が出現します。
シスプラチン	神経細胞が直接障害を受け、二次的に軸索がダメージを受けることで症状が出現します。特に、後根神経節という部位に薬剤が蓄積されダメージを受けるため、感覚の障害が生じやすいとされています。聴力障害を合併する場合があります。
ベルケイド	発生する機序は十分解明されていませんが、軸索障害による感覚障害が主で痛みを伴うことがあります。症状は手袋、靴下を着用する部分を中心にしびれ感や痛みで出現します。
パクリタキセル アブラキサン ドセタキセル	- 微小管の障害が原因となり手袋や靴下の着用する部分からしびれや痛み・知覚障害がおこります。 - 発症時期は、投与 3～5 日後から起こるとされています。 - ドセタキセルはパクリタキセルより末梢神経障害の発生頻度は低いとされています。
オンコビン ロゼウス	- 微小管の障害が原因でおこります。 - 手指の感覚異常により、ボタンかけなどの作業が困難になります。 - 進行すると筋力低下で歩きにくくなり、転倒に注意が必要です。便秘や排尿の障害がおこる場合があります。
オキサリプラチン	<＊急性の症状> - 神経細胞の刺激伝達の仕組みが障害を受け症状が出ます。 - 投与直後から 2 日以内に症状が生じ、約 9 割の方に症状が認められます。症状は 2 週間ほどで回復します。 - 主として、手や足、口まわりのしびれ感や痛みなどが生じ、<u>「冷たいもの」の寒冷刺激で誘発または悪化するのが特徴です。</u> - まれに「のどがしめつけられる感じ」や「息苦しさ」などの感覚異常の症状が出現することがあります。 - 治療中は寒冷刺激を避けることが大切です（8 ページ参照） <＊慢性の症状> - 治療の継続により、抗がん剤投与が繰り返されると後根神経節に抗がん剤が蓄積され、神経細胞体が障害を受けやすくなります。 - 急性の症状が出現しなかった場合でも慢性の症状が出現することがあります。 - 症状は手足のしびれや感覚低下です。多くの場合、投与中止によって症状が軽快しますが、数か月を要することもあります。

日常生活のケアと対処法

日常的なケアや、注意点を意識することで神経障害の悪化を防ぎ、転倒やけがなどの危険を回避する事は可能になります。

① 観察・相談

<観察>

自分の状態を観察し、よく把握しておきましょう。
傷やあざができて気づかない時があります。
入浴時などに全身をチェックして下さい。



<相談>

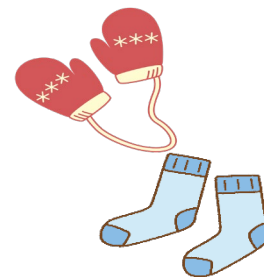
「鉛筆や箸が握りにくくなった」
「字が書きにくい」
「ボタンがはめづらい」・・・など
いつもと違うと感じたら医療者に伝えましょう。



***我慢していても症状は良くなりません。**
早期に対処しうまく付き合っていく事がとても大切です。
症状の変化があればその都度教えて下さい。

② 保温を心がける

- 靴下や手袋を上手に活用しましょう。
- 夏場でも素足でいるのは避けましょう。
- 濡れた皮膚は直ぐに水分をふき取るようにすると体温が奪われにくくなります。
- しびれている部分を温めると症状が和らぐ場合があります。



入浴中にマッサージしましょう。
*抗がん剤の影響で皮膚が弱くなっている
場合があるので強くこすらず、
『さするような気持ち』でしましょう。



指の曲げ伸ばし（グーパー）運動や散歩など
無理のない範囲で行いましょう。
運動する事で気分転換にもなります。
*転倒には気を付けましょう。



指や手首を締め付けないアクセサリー
（時計や指輪、ブレスレット）にしましょう。
足をしめつけない靴にしましょう。



③ 生活の工夫

ペットボトルのフタが開けにくい場合
滑り止めシートを使用すると
開けやすくなる事があります。



お箸が使いにくい場合
スプーンやフォークを使用してみましょう。
柄の太い方が持ちやすいです。



洋服の場合
かぶるだけのものや
大きめボタンで位置が確認しやすいもの

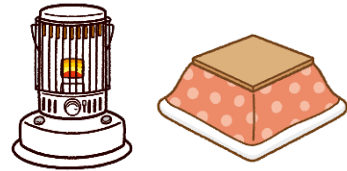


④ やけどや転倒、ケガに注意

感覚が鈍くなっている場合は熱いものに
触っても気が付かない場合があります。
直接鍋やフライパンなどに触れないように
しましょう。
鍋つかみを使用するようにしましょう。



ストーブやこたつ、湯たんぽなどで
やけどをしないように注意しましょう。
低温火傷にも気を付けましょう。



階段やちょっとした段差に気を付けましょう。
玄関マット、絨毯などの敷物にも注意が
必要です。歩く時は踵から着くように、
また太ももを上げることを意識しましょう。



脱げやすいスリッパやサンダル、
転びやすいヒールが高い靴は
避けて下さい。安定感のある靴を
選びましょう。



歩きにくい時や体調がすぐれない時は無理を
せず介助を依頼しましょう。
状態に応じて杖や車椅子が必要になる事も
あるので医療者に相談しましょう。



床や畳に座る生活より、可能なら
椅子に腰かける生活にしましょう。



- 手すりの設置や段差の解消、敷物を取り除くなど、家の中でも安全に配慮しましょう。
- お風呂など滑りやすい所は滑り止めのマットの使用も検討しましょう。



- 包丁などで手を切らないように気を付けましょう。
- ピーラーやフードプロセッサーなどを使用するか、すでにカットされた状態のものを利用するのも良いでしょう。



しびれや指先に力が入らない場合は、
爪切りより爪やすりを使用した方が
良い場合があります。



今まで普通に出来ていた日常生活動作に困難を覚える事があり、不安を感じることもあるかもしれません。

気持ちも焦り、注意が行き届かなくなります。落ち着いて行動し、時間に余裕を持つようにして下さい。

また、ひとりで頑張るのではなく、可能であれば手伝ってもらいましょう。医療スタッフもお手伝いしますので遠慮なく声をおかけ下さい。

★オキサリプラチン投与中は寒冷刺激を避けましょう★



寒冷刺激とは「冷たい」とか「ひんやり」を感じる刺激です。
寒冷刺激が末梢神経障害の症状を誘発、悪化させる原因になります。
仕事も含め、日常生活の中でどうしても寒冷刺激を避ける事ができない方は医療者に相談して下さい。

- 冷たい飲み物や食べ物は避けてなるべく温めて摂取しましょう。
- 冷たい水の使用は避け、お湯を使用しましょう。



- 低温時の外出には手袋や靴下、カーディガンなどを着用し皮膚の露出をできるだけ避けましょう。
- 冷蔵庫の中の食器、冷氣やスーパーの冷凍コーナーの冷氣にも気を付けましょう。



日常生活の中で触らざるを得ない金属製品にはあらかじめ布を巻くなどしておきましょう。
(ドアノブ、スプーンなど)



炊事や洗濯時は厚めのゴム手袋を着用しましょう。



日常生活に支障をきたすようなことがあれば、相談窓口（がん相談支援センター、がん看護外来）もありますので、遠慮なさらず、まずは医療スタッフに相談してください。



作成日 2022 年 5 月 20 日