



特集

治療中も「その人らしさ」を大切に —頭皮冷却療法を “選択肢”として—

- 外来 化学療法室 看護師 柴田 恭子
- 外来 乳がん看護認定看護師 富加見 由希



抗がん薬治療に伴う脱毛は、多くの患者さんにとって大きな不安のひとつです。「治療は頑張りたい。でも、髪の毛が抜けることがつらい」そのようなお声を、これまで数多くお聞きしました。

外見の変化は、日常生活や気持ちに影響します。治療中も「その人らしさ」を大切にできる方法はないか— その思いから導入したのが頭皮冷却療法です。

今回は、看護師同士の対談を通して、この取り組みに込めた思いや、患者さんとの関わりをご紹介します。

富加見 ついに当院でも頭皮冷却療法が始まりましたね。導入のきっかけを教えてください。

柴田 乳腺科医師の紹介をきっかけに院内で検討を重ね、多職種で協力し導入に至りました。

富加見 どのような治療ですか。

柴田 専用キャップで頭皮を冷やし、抗がん薬が毛根に届きにくくすることで、脱毛をできるだけ抑えられる可能性があります。完全に防ぐものではなく、個人差もありますが、脱毛の軽減や髪の毛の回復が早くなることが期待されています。副作用として、頭痛、頭皮の痛み、吐き気、めまい、寒さなどがあります。

富加見 どのような方が対象になりますか。

柴田 主に、乳がんの術前・術後に抗がん薬治療を受けられる方です。ご希望の際は、まず主治医にご相談ください。

◆ 治療の実際

柴田 診察室での説明では、どのような点を大切にされていますか。

富加見 頭皮冷却療法は自費診療になります。抗がん薬以外にも費用がかかることや、冷却中の負担、完全に脱毛を防げるわけではないこと、場合によってはウィッグが必要になることも含めて、ご理解いただけるよう丁寧にお伝えしています。

柴田 ご希望された場合の流れを教えてください。

富加見 主治医の説明後に同意書を確認し、キャップは購入かレンタルのいずれかを選んでいただきます。看護師がパンフレットを用いて、当日の流れや持参物、中止を希望する場合の対応についてもご説明しています。

富加見 治療当日の流れについても教えてください。

柴田 当日は採血を行い、医師の診察後に治療の可否が決まります。その後、外来化学療法センターで抗がん薬治療とともに冷却を開始します。キャップを購入した場合は事前に準備し、レンタルの場合は当日にサイズを測定して装着します。冷却は抗がん薬投与30分前から開始し、治療中および終了後90分まで継続します。

富加見 冷却中のご様子はいかがですか。

柴田 開始直後は冷たさを強く感じますが、多くの方が次第に慣れていけます。寒さ対策として電気毛布を使用するなど、体調に合わせて対応しています。



また、キャップは顎用ストラップで固定しますが、「顎の圧迫が辛い」と感じる方もいらっしゃいます。そのため、タオルで保護したり締め付けを調整したりしながら、負担が少なくなるよう工夫をしています。

◆「選べる」ことの意味

柴田 抗がん薬治療が決まった時の患者さんの反応はいかがですか。

富加見 「抗がん薬＝脱毛」というイメージが強く、治療を受け入れることが難しい場面もあります。当院で行ったアンケートでも、脱毛に対する苦痛が最も多いという結果が出ています。

柴田 頭皮冷却療法を選べるようになったことについてはどう感じますか。

富加見 これまでは受け入れるしかなかった脱毛に対して、選択肢をご紹介できるようになったことは大きな意義があると感じています。「自分で選んだ治療」であることが大切だと思うので、患者さんそれぞれの価値観や生活背景に合わせて選んでいただけるよう、ご案内しています。自己コントロール感が高まることで、治療やセルフケアへの前向きな気持ちにつながると考えています。

柴田 主治医の先生方の反応はいかがですか。

富加見 「がんばっているね」「やってみよう？」と主治医から声をかけるようになりました。患者さんも、自然と帽子やウィッグを外して見せてくださる場面が増え、前向きな変化を感じています。

◆患者さんへメッセージ

柴田 頭皮冷却療法は、全ての患者さんが対象ではありません。だからこそ、受けている方もそうでない方も、同じ空間で安心して過ごせる環境づくりを大切にしています。ワンフロアの外来化学療法センターでは、さまざまな声が聞こえてきます。その声に耳を傾け、一人ひとりに寄り添いながら、安心して治療を続けられる環境を、これからも守っていきたいと考えています。

富加見 がん治療によって起こる外見の変化に対する医療者からの働きかけを「アピアランスケア」といいます。美容医療のように美しくなることが目的ではなく、がん治療の副作用によって見た目の変化が起きたとしても、「自分らしく」過ごせるように支援することを目的としています。“こんなこと相談してもいいのかな”、“誰に相談したらいいかわからなかった”という声をお聞きすることもあります。ひとりで悩まずに相談していただき、「あなたらしく」いられる方法を一緒に考えましょう。

◆ご案内

頭皮冷却療法は、乳腺科受付・中待合・正面玄関前・がん相談支援センターでご案内しています。外見の変化に関するご相談(アピアランスケア)は、

乳腺外来・化学療法室・がん相談支援センターでお受けしています。お気軽にお声かけください。

【費用】

頭皮冷却処置料	¥13,200/1回	
ヘッドキャップ	レンタル	¥8,000/1回 (管理費¥500込)
	購入	¥90,000 (12回まで)

(いずれも税込)



医師の診察前に行う「薬剤師外来」と「診療前面談」について

診療技術部 薬剤室 がん薬物療法認定薬剤師 堀端 真次

当院では、外来で化学療法を受けておられる患者さんが、より安全に、そして安心して治療を続けられるよう、医師の診察前に薬剤師がお話を伺う時間を設けることがあります。

現在はまだまだすべての患者さんには実施できておりませんが、内容や場所の異なる2つの方法がありますので、ご紹介いたします。

1つ目は、個室でゆっくりお話しいただける「薬剤師外来」です。ここでは、皆さまが納得して治療が続けられるようサポートすることを目指しています。副作用の様子だけでなく、内服管理状況や最新の採血結果なども確認しながら、治療の経過を丁寧に見ていきます。「この症状は副作用なのかな?」「先生には少し話しにくいけれど、実はこんなことがあって…」といったご相談も、プライバシーが守られた個室で安心してお話しいただけます。治療について不安や疑問があれば、どんな小さなことでもご相談ください。

2つ目は、外来化学療法室の待合室で行っている「診療前面談」です。

採血後から診察までの待ち時間を活用し、薬剤師がお声がけさせていただきます。

ここでは特に、治療の鍵となる副作用の出方やお薬の内服状況など、大切なポイントを中心に短時間で確認します。お伺いした内容はすぐに医師や看護師と共有し、診察がよりスムーズに進むようにしています。

時間に限りのある方は「診療前面談」を、個室でゆっくり相談したい方は「薬剤師外来」をご案内することも可能です。ご希望がありましたら、どうぞ遠慮なくお声がけください。

私たち薬剤師は、患者さんと医師をつなぐ「架け橋」として、安心して治療に向き合える環境づくりを大切にしています。少しお時間をいただくこともありますが、よりよい治療のために、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

- 1 問診・採血
- 2 医師の診察
- 3 頭皮冷却開始(投薬30分前から)



- 4 化学療法投薬
- 5 投薬終了
- 6 頭皮冷却(投薬後90分まで)



* 野菜たっぷりライ麦パンサンド *



1人分栄養量

エネルギー 410kcal たんぱく質 15.6g 脂質 13.7g
糖質:58.3g 食物繊維:6.9g 塩分 1.7g

サンドイッチは具を挟んでカットするだけで準備が簡単!自分の好きなパンや具材を選ぶことで、アレンジが無限大なのも良いところの一つですね。今回は、食物繊維やビタミン・ミネラルが豊富なライ麦パンを使用したサンドイッチをご紹介します。

ライ麦パンに含まれる食物繊維は、食パンの約2倍。水溶性食物繊維と不溶性食物繊維の両方が含まれており、水溶性食物繊維は糖の吸収を穏やかにして血糖値の急上昇を抑える働きがあります。不溶性食物繊維は便のかさを増やし、腸の動きを活発にしてお通じを良くします。そのほか、糖質やたんぱく質の代謝に関わるビタミンB群は食パンの2倍、鉄分や亜鉛は約3倍含まれています。また、噛み応えがあるため少量で満足感が得られ、食べ過ぎや肥満防止も期待できます。栄養価の高いライ麦パン、まだ食べたことのない方はぜひ挑戦してみてください。

管理栄養士 吉崎 晴香

●材料(1人分)

- ライ麦パン(ライ麦比率50%以上を使用).....50g×2
- 卵.....1個
- トマト60g(中サイズ1/3個)
- 人参.....25g(約1/4本)
- レタス.....20g(1枚分)
- ブラックペッパー.....少々
- 塩.....ひとつまみ
- 水.....大さじ1杯
- ※ふわふわオムレツが苦手なら水なしでもOK
- お好きなスパイスミックス.....少々
- マヨネーズ.....小さじ1
- にんにくチューブ...1cm

●作り方

- ①ライ麦パンを8~10mmに2枚カットする。
- ②フライパン用ホイルシートでライ麦パンの形に合わせたカップの型を作る。
- ③卵にAを加えて混ぜる。
- ④②の型に③を流し入れ、弱火で焼き目が付くまで両面焼く。
- ⑤野菜類を水で洗い、レタスは挟みやすいように小さく千切る。トマトは輪切りからさらに挟みやすい大きさに切る。
- ⑥人参はスライサーで千切りにしたあと、Bを加えて合える。
- ⑦まな板の上にラップをひき、①のパンの間に準備した具材を好きな順番で挟む。
- ⑧上から押さえ込むようにしながら、ラップで包む。
- ⑨ラップをしたまま包丁でカットしたら完成。

2026年3月
Vol.224



神鋼記念病院

Contents

- 治療中も「その人らしさ」を大切に
一頭皮冷却療法を
“選択肢”として一
- 薬剤師による
診察前面談をご紹介します
- ヘルシーレシピ

■ 神鋼記念病院理念

公益性を重んじ、質の高い医療を通して皆様に愛される病院を目指します。

■ 基本方針

1. 快適な医療環境と医療設備を整え、安全で質の高い医療を提供します。
2. 患者さんの人格や価値観を尊重し、プライバシーを守ることを約束します。
3. 断らない救急医療を目指し、地域社会の信頼と期待に応えます。
4. 地域の医療機関や行政との連携を密にし、切れ目のない医療サービスの提供に努めます。
5. 高い医療技術を持った人間性豊かなスタッフを育成します。
6. 職員が心身ともに健康で、一人ひとりの能力を発揮できる職場づくりを推進します。

社会医療法人神鋼記念会
神鋼記念病院

〒651-0072 神戸市中央区脇浜町1-4-47
TEL:078-261-6711 (代表)
FAX:078-261-6726
URL: <https://shinkohp.jp>
発行責任者: 理事長 山本 正之
編集責任者: 神鋼記念病院広報委員長
松本 元

詳しい情報はこちらから!!

神鋼記念病院

検索

<https://shinkohp.jp>

