

# ひまわり通信



## 特集：がんについて知ろう

しびれは、末梢神経障害の1つで、がんの治療中多くみられる症状です。「手足がビリビリ、ジンジンする（感覚がおかしい）」「何かに少し触れただけで痛くてビリッとする（感覚が強い）」「手足に力が入りにくい」「手袋をはめているような感じがする（感覚が鈍い）」など、症状は多岐にわたります。

### ●原因

しびれの原因は、がんによる神経の圧迫やがんの治療に使われる薬の副作用などさまざまです。しびれが起こりやすい薬として、シスプラチン、オキサリプラチン、パクリタキセル、ドセタキセル、ビンクリスチン、ビンブラスチン、ボルテゾミブなどが知られています。がん以外の原因でしびれがおこったり、悪化したりすることもあります。



### ●しびれが起きた時には

がんの治療に使われる薬の副作用によるしびれに対して、有効な予防法や治療法は十分に確立されていません。しびれを和らげるために、原因と程度に応じた薬を使うことがあります。しびれに痛みを伴う場合は、鎮痛薬（痛み止め）を使うこともあります。症状の程度によっては治療の効果を考えながら治療法の変更（薬の減量や変更、休薬など）を検討することもあります。その際には、しびれによる生活への影響などを担当の医師と相談しながら慎重に決めていきます。

### ●ご本人や周りの人ができる工夫

#### 1) 血行改善のための工夫

- ① 血行をよくするとしびれが悪化しにくいことがあります。入浴中などに患部を優しくするようにマッサージしたり、手のひらや足の指を閉じたり、開いたりします。
- ② 衣服や靴下はきつすぎないものを選びましょう。

#### 2) 安全に暮らすための配慮

- ① しびれによって、熱さ冷たさを感じる感覚が鈍くなり、触れている物が熱いことに気付かず、やけどしてしまうことがあります。

→鍋、やかんなど熱い調理器具をつかむときには、鍋つかみなどを使って直接触れないようにしましょう。

②特に低温やけどに注意が必要です。湯たんぽは低温で短時間の使用にとどめたほうがいいです。

③運動神経や感覚神経が鈍くなり、筋力も低下するため、転倒やけがが起こりやすくなります。

→屋内外の階段や段差、すべりやすい敷物には注意しましょう。また、できるだけ脱げにくい履物(かかとのある靴など)やすべり止めのついている履物を使用し、つまずきやすい物は床に置かないなどの配慮も大切です。

### 3) 日常生活の不便さへの対応

衣服のボタンを面ファスナーにすると、着替えがスムーズに行えるようになることがあります。また、お水やお茶などのペットボトルのフタはオープナーやタオルを使って開けたりするなど工夫しましょう。

#### <ご家族や周りの方へ>

少し手を借りることで作業が楽になることが多いため、患者さんに手伝えることがないか相談して協力しましょう。しびれによって、つまずくことが多くなったりしても、ご本人はそのような変化に気付いてなかったり、気付いていても我慢していたりすることもあります。ご家族や周囲の方は日頃から患者さんの様子に注意し、変化がみられた場合は、担当の医師に相談しましょう。



引用・参考：国立がん研究センター がん情報サービス ganjoho.jp

いかがでしたか。今回はしびれについて特集しました。

次回も役に立つ情報をお伝えしたいと思います。

長野県立木曽病院がん相談支援センター

**一人で悩まず、どうぞお気軽にご相談下さい。**

お問い合わせ：0264-22-2703(代表)内線 2191

