

がんと生きる

アドバイス

医療者側のアピアランスケアに対する取り組みは日が浅く、確実に推奨できる治療法や対処法はまだ少ない。専門医として講演した岡山大学病院皮膚科の深松絢子医師のアドバイスを紹介する。

放射線皮膚炎は放射線治療の際、照射部位の皮膚が日焼けしたように赤くなっ



たり、かゆくなったり、乾燥したりする。
ひどくなると腫れや傷も生じる。

対策としては、保湿剤やステロイドなどを用い、傷は洗浄してドレッシング材（創傷被覆材）で保護する。シャワーがしみる場合は生理的食塩水を使うとい。自宅で手当てする時は、ぬるま湯500ミリ㍑に小さじ1弱の塩を混ぜて代用できる。

抗がん剤治療でもろくなつた爪は、爪切りよりも爪やすりを使う。マニキュ

岡山大学病院皮膚科
深松絃子医師

脱毛軽減に頭皮冷却も

- がん治療によるアピアランス変化
 - 放射線治療
 - 放射線皮膚炎
 - 化学療法
 - 脱毛
 - 発疹
 - 乾燥
 - 色素沈着
 - 手足症候群
 - 爪異常
 - 手術
 - 患部の変形や欠損
 - 傷跡

サポートガイド

スサポート外来 外来棟4階腫瘍センターに開設。予約制で、平日の午前9時半～10時と午後3時～3時半。国立がん研究センター（東京）の専門研修を受けた看護師4人が、治療中も安心して過ごせるよう、日常のケアの方法をアドバイスしたり、悩みを聞いたりする。問い合わせは腫瘍センター（086-235-6968）。

ヘアウエアビューティー
プログラム（H W B P）
美容師を対象に、アピアランスケアの技術や知識、カウンセリング法などを習得する講座を開催し、資格認定している。脱毛に悩む患者たちに、ウィッグを試着してもらう体験会も各地で開いている。問い合わせはフリーダイヤル0120-

アピアランスケア

がんになってもおしゃれや外出の楽しみを諦めたくない。抗がん剤や放射線治療の副作用で頭髪が抜けたり、肌や爪が変色したりと、自身のアピアランス(外見)の変化にショックを受ける患者は少なくない。かつては「治療上やむを得ない」とされたが、患者にとってはQOL(生活の質)の低下につながり、人目に

つくのを恐れてひきこもってしまうなど、大きな問題だ。最近、医療者と美容関係者らが協力し、ウィッグ（かつら）や化粧などで外見をケア、サポートする取り組みが広がり始めた。患者の精神的な苦痛を和らげ、治療に立ち向かう意欲を引き出す効果も期待されている。（三宇教之）

ウイッグで前向き

社会とつながる

抜け毛を隠すためではなく、ヘアスタイルを変えておしゃれに『装う』ためにウイッグを使ってみましょう

H W B P はがん患者から
アピアランスについての相
談を受け、医療用ウィッグ
の紹介などに取り組む。山
岡さんは同病院内にあるヘ
アサロンのマネジャー。日
本対がん協会などと協力し
て全国各地に出向き、さま
まながん患者の悩みに接
している。

この日は素材によるウイ
ッグの違いなどを説明し、
ショート、ミディアム、ロ

ングといったウイッグのタイプによってその人の印象がどのように変わるのか、実際に試着してもらつた。モデルを務めたのは、卵巣がんで2016年夏から抗がん剤治療を受け、脱毛を経験した山田みどりさん(57)。同市北区。脱毛時は「ひどく落ち込み、誰にも会いたくなかった。自分が社会から切り離された気がした」と振り返った。山岡さんに勧められたウイッグをつけることで「どう

こんなおいしいものを食べようか、どうか」と思えるようになり、一気に気分が晴れた。治療にも前向きになった山田さんは「ウイッグが私と社会をつなげてくれた」と、笑顔で体験談を語った。

岡山大学病院皮膚科の深松絢子医師は、アビアランスが変化する原因や対処法のエビデンス（根拠）を解説した。資生堂ジャパン岡山オフィスの担当者は、化粧水やクリームなどの使い方、メイキャップ法などを具体的にアドバイスし、患者らが聞き入っていた。

同病院は院内にアビアランスケアの専門外来を開設している。一般公開の講演会を開いたのは初めて。腫瘍センターの田端雅弘センター長は「アビアランスケアは単に見た目を整えることとどまらない。患者さんがん治療に前向きになることで、治療効果そのものも変わってくるだろう」と、重要性を強調していた。