

皮膚障害の悪化を防ぐためのケア

がん・感染症センター 都立駒込病院 看護部 看護師長
がん化学療法看護認定看護師

春藤 紫乃 先生



症状に応じた対処方法

そうようひしん
ざ瘡様皮疹

ひどいニキビのような発疹が顔、胸、背中などを中心に全身にできます。頭皮や耳の中にできることもあります。基本的なケアは、洗浄、保湿の後にステロイド外用剤を塗ります。悪化防止のために紫外線対策をしましょう。

かんびしょう
乾皮症

皮膚がかさかさして粉をふいたり、うるこのようになってかゆみを生じます。ひどくなるとひび割れて痛みを伴います。指先の皮膚に亀裂ができることもあります。保湿効果の高い保湿剤を使用しても症状を抑えることが難しい場合は、ステロイド外用剤を併用することもあります。

そういん
爪囲炎

爪の横の皮膚が爪を巻き込むように盛り上がり、出血や痛みを伴います。手に起こると細かい作業が難しくなり、足に起こると靴が履けなくなったりします。爪と指の間に血液などが固まっている場合は、よく洗浄してからステロイド外用剤を塗りましょう。

Point

爪の間に血液や滲出液が固まってしまっているときには無理矢理はがしたりせず、泡をのせて少しおくと血液や滲出液の固まりが柔らかくなり、はがれやすくなります。



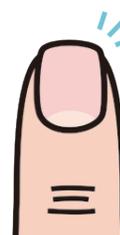
爪囲炎で肉芽^{にくが}が盛り上がってきたときは、肉芽を爪から引きはがすように引っ張りつつ、テープで固定すると少し楽になります。

Point

テープを巻く場合は、指先の血液循環を止めないようにらせん状に巻きます。詳しい巻き方は、医療従事者にご相談ください。



爪を切るときは深爪にならないよう注意しましょう。先の白い部分を四角く残すスクエアカットにすると巻き爪を起こしにくいです。



手足症候群

手のひらや足の裏に紅斑や色素沈着が起き、悪化すると水疱ができて痛みを伴います。手に出来ると家事やパソコンなど手を使う作業がづらくなります。足に生じると痛みで歩行が困難になるため、圧迫の少ない靴やスニーカーを履いたり、歩く機会を減らすなど工夫しましょう。保湿剤とステロイド外用剤で対処します。



色素沈着

顔や手足の皮膚、爪が黒くなったり、シミのような斑点ができます。痛みなどの症状は特にありません。爪の色素沈着を隠すためにマニキュアをする人もいます。リムーバーは皮膚に刺激を与えるため、できるだけ使用を控えましょう。マニキュアを毎回リムーバーで落とさなくてすむように、ピンクやベージュなどの薄い色にし、はがれたら重ね塗りすると良いでしょう。保湿と紫外線対策を忘れずに行いましょう。

