

がん患者の外見変化に対するケアの実践報告

佐川美枝子¹ 稲村直子² 杉澤亜紀子² 宮田貴美子² 市川智里³
 栗原美穂³ 坂本はと恵³ 栗原陽子³ 上杉英生³
 飯野京子¹ 嶋津多恵子¹ 綿貫成明¹

1 国立看護大学校；〒204-8575 東京都清瀬市梅園 1-2-1
 2 国立がん研究センター中央病院 3 国立がん研究センター東病院
 sagawam@adm.ncn.ac.jp

Specialized Care for Appearance Change among Cancer Patients

Mieko Sagawa¹ Naoko Inamura² Akiko Sugisawa² Kimiko Miyata² Chisato Ichikawa³ Miho Kurihara³ Hatoe Sakamoto³
 Yoko Kurihara³ Hideo Uesugi³ Keiko Iino¹ Taeko Shimazu¹ Shigeaki Watanuki¹
 1 National College of Nursing, Japan ; 1-2-1 Umezono, Kiyose-shi, Tokyo, 〒204-8575, Japan
 2 National Cancer Center Hospital 3 National Cancer Center Hospital East

【Keywords】 がん患者, 外見変化, 外見ケア

I. 緒言

近年、がん患者の平均在院日数は2011（平成23）年で20.6日と短縮、入院患者数は減少し外来患者数が増加している（厚生労働省、2011）。そして、就業など社会的な役割を担いながら、がん治療を継続しつつ社会の中で暮らしている患者も増えており、今後さらに増加することが見込まれる。

わが国では、死亡原因の第1位となっているがんに対して、1984（昭和59）年の対がん10か年総合戦略をはじめ、がん克服新10か年戦略、第3次対がん10か年総合戦略が策定され、治療法の開発、医療体制の整備、がん研究の推進や予防対策等、重点的な取り組みがなされてきた。そして、より一層がん対策を推進するために、2007（平成19）年4月にはがん対策基本法が施行され、この法律に基づいてがん対策推進基本計画が策定されている。この計画の全体目標には、「がんによる死亡者の減少」だけでなく、「全てのがん患者とその家族の苦痛の軽減と療養生活の質の維持向上」や「がんになっても安心して暮らせる社会の構築」が掲げられ（厚生労働省、2012）、苦痛や不安なく安心してがんとともに生きられるように、という重要な視点が含まれている。がん医療に関わる看護師は、今後、がん患者の抱える様々なニーズに対応するために、その役割はますます多様化、専門化していくことが予測される。

がんに対する治療は、手術、化学療法、放射線療法など様々あるが、がん患者は、治療や病態の進行、長期療養に伴い多様な外見の変化が生じることが報告されている（Lacouture, 2012）。特に、がんの診断自体の苦痛に加え、外見を変化させる皮膚症状は、患者の生活自体を変化させるとともに、病気や治療を常に思い出させ、患者と家族に多様な影響をもたらすことが報告されている（Haas et al., 2009）。これらの治療に伴う外見変化は、日常生活に及ぼす影響が大きく（森ら、2013）、身体的な痛みとは異なり、社会や環境との関係、社会生活を送る上で生じる苦痛であり、これらに対するケアは、がん患者のQuality of lifeの観点からますます重要になってくると考える。

しかしながら、現在、日本で適応できる外見変化に対するケアに関するプログラムや標準化したケアは確立されていない。今後、著者ら研究班メンバーは、「アピアランスケアに関する患者教育内容の確立に関する研究」に取り組む予定であり、外見変化に対して専門的にケアを実施している看護師や相談支援員の活動について調査する予定である。その前段階として、本稿では、研究班メンバーが所属するがん専門病院における外見変化に対するケアの実践を報告する。

II. 用語の定義

外見変化：本研究で取り扱う「外見変化」とは、手術、がん化学療法、放射線療法等のがん治療に伴い生じる外見変化すべてを指す。たとえば、脱毛、皮膚の変化、爪の変化、浮腫、傷、乳房切除創などである。

III. 倫理的配慮

本稿をまとめるにあたり、研究班メンバーの所属している看護部門の責任者の了承を得て執筆した。

IV. 看護師の行う外見変化に対するケア

研究班メンバーが所属するがん専門病院2施設における外見変化に対するケアは以下のとおりである。

1. 外見変化に対するケアの対象

外見変化に対するケアの対象は、治療に伴い外見変化が予測される患者と外見変化が生じている患者である。治療に伴う外見変化とは、内科系治療である化学療法や放射線療法に伴う脱毛、皮膚・爪の変化や、同種造血幹細胞移植に伴うGVHD (graft-versus-host disease) である。また、外科系治療による外見変化は、ストーマ造設や乳房切除、術後創により生じる変化である。

2. 外見変化に対するケアの提供体制

看護師が外見変化に対するケアを実施している場所は、病棟および外来である。外来は、一般内科をはじめ、外科外来、皮膚科外来、がん化学療法を実施する通院治療センターや外来相談部門など多岐に渡る。外見変化に対するケアの提供者は、受け持ち看護師、がん看護専門看護師、認定看護師（がん放射線療法看護、がん化学療法看護、がん性疼痛看護、乳がん看護、皮膚・排泄ケア）、リンパ浮腫マッサージに関する資格を有する看護師である。

3. 外見変化に対するケアの提供時期

外見変化に対するケアの提供時期として、1) 化学療法では、治療前、外見変化症状出現時、外見変化の症状悪化時、2) 放射線療法では、治療計画シミュレーション後のオリエンテーション時、症状出現時、皮膚炎処置開始時、3) 手術療法では、手術前から継続的に退院後の外来受診時まで、4) 患者から相談のあったとき、5) 医師や薬剤師等、他職種から依頼のあったとき、などである。

4. 病棟での外見変化に対するケア

看護師は外見変化が予測される治療の開始前に、患者に

は治療内容や治療に伴う副作用、有害事象等についての情報を説明している。その中で、脱毛や皮膚、爪の変化などの外見変化についても、いつ頃の時期にどのように生じるのか、変化が生じた場合にどう対処したらいいのか等、パンフレットを用いてイメージができるように説明している。また、外見変化に関する悩みを相談できる場所として、院内の外見変化に対するケアの専門部門（後述）があることをパンフレットと共に紹介し、いつでも相談できるということを治療開始前から患者に伝えている。看護師は、外見変化に対するケアの専門部門と連携をとり、治療に伴う副作用を乗り越えられるようケアを行なっている。

小児の場合は、患児と保護者の両者に対して様々な説明を行なっている。小児がんに対して化学療法で治療をする場合、脱毛が予測されるため必ず説明はするが、初回の化学療法では、特に保護者の不安や混乱が見られるため、保護者の心理状態に配慮してケアを行なっている。その後、患児や保護者の状態に応じて、外見変化に対する情報提供のタイミングや専門部門の紹介について検討している。

5. 集団教育の実施

がん患者を対象として、乳房切除術や幹細胞移植術等の治療後フォローアップ、栄養面や就労・就業などに関して幅広く集団教育を実施している。外見変化に対するケアの専門部門では、コスメティックインフォメーションや男性限定外見相談、乳がん術後ボディイメージ教室、リンパ浮腫教室、抗がん剤治療教室などの外見変化に関連する集団教育を実施している。看護師は、これらの集団教育を通して、治療に伴う症状や苦痛、悩みをがん患者と共有しながらケアを行い、患者自身がセルフケアできるよう支援している。

V. 外見変化に対するケアの社会資源

1. 外見変化に対するケアの専門部門

外見変化に対するケアの専門部門は、がんの治療に伴う外見変化に対してトータルに対応できるよう、2013年、院内に開設された（2施設のうち1施設）。スタッフは、皮膚科医などの医師（併任）、臨床心理士（専任）、看護師、薬剤師、美容専門家などの多職種で構成されている。この専門部門では、週1～2回の患者支援プログラムや、長期入院患者を対象とした特殊相談、ライフイベントに伴う個別相談にも対応している。また、平日1時間程度、患者や家族がウィッグなどを自由に見学、試着でき、またスタッフに相談もできるようにしている。

2. 生活上の工夫を示したリーフレット

生活上の工夫を示したリーフレットには、がん患者の治

療に伴う生活上の不便さを解消するために、がん患者の多くが行なっている工夫や医療者が勧める対処法が記載されている。「爪の変形・変色」、「皮膚の変化・色素沈着」、「放射線治療中のスキンケア」、「脱毛」、「外見が変わりづらい気持ちのとき」など、全29種類であり、外見変化に関する内容も多い。このリーフレットは、入院中の患者だけでなく、外来に置いて、患者が人目を気にせず、いつでも自由に選んで利用できるように考慮している。併せて、このリーフレットは病院のホームページ（国立がん研究センター中央病院看護部、2015）にも公開している。

VI. 今後の課題

外見変化に対するケアは、がん看護のプロセスにおいて、当たり前のように組み込まれているのが現状である。近年、がん治療は入院治療から、外来通院治療に移行してきている。外来化学療法を受けているがん患者に関する研究は数多く（神田ら、2008）、がん患者が知覚している苦痛（齊田ら、2009）や思い（平原、2013）、気がかりとその影響要因（石田ら、2005；橋爪ら、2013）、また、就労との関連を見た報告（佐藤ら、2013；和田ら、2013；田村ら、2014）など様々な側面から研究されている。これらの中でも、脱毛や変化した身体などの外見変化ががん患者の生活に影響を与えていることが明らかになっている。外見変化の問題は、女性に限ったことではなく、脱毛を経験した男性についても報告があり（濱田ら、2007）、男女問わずがん患者にとっては大きな課題である。今後はさらに、仕事や学業など社会生活を送しながらがん治療を継続していく患者が増えていくと予測されるため、外見変化に対するケアは、地域生活を送る際にますます重要となると考える。

また、がん対策推進基本計画の全体目標のひとつに「がんになっても安心して暮らせる社会の構築」（厚生労働省、2012）を掲げ、国としてがん患者が暮らしやすい地域づくりにも取り組んでいる。最近では、地域の中で、がん患者や家族が集い、互いに気持ちを表出したり、様々な相談ができる“サロン”も作られ（光行ら、2014；松本、2015）、がん患者を支援する活動も広がってきている。がん患者への支援は、今後も地域や様々な領域で期待されており、社会生活と関連の深い外見変化に対するケアについても取り入れていくことが求められる。

アメリカにおいては、米国がん協会（American Cancer Society）と米国美容協会（Professional Beauty Association）が共催で開催している“The Look Good Feel Better program”がある（American Cancer Society、2015）。このプログラムは、1989年に開発され、4時間の講習会を受講した美容に関するボランティアにより展開されてきている。内容には、がん治療に伴う外見変化について知識を提供するこ

と、一人ひとりの自尊心や自信を高めること、そして治療中と治療後の適切な対処方略などが含まれ、形式は、集団教育および個別指導より構成されている。しかし本プログラムは、多くの美容に関するボランティアが活動しているという点や外見に対する認識が国によって異なる可能性があることから、そのまま日本の臨床において適応するには難しい状況がある。また、生活、文化的背景のみならず、保健医療福祉制度も異なるため、日本の臨床で適応できるプログラムを模索していくことが求められる。

しかし、これまで日本において、外見変化に対するケアについての研究はほとんど行われてない。そこで、今後の課題として、現在行われている外見変化に対するケアの実態、さらには、がん看護のエキスパートの暗黙知を詳細に聞き取り、明らかにするための研究を進めていく予定である。そして、がん患者の外見変化に対するケアを構造化し、がん患者の Quality of life を向上できるようプログラムを開発、標準化させていくことを目指している。

謝 辞

本論文をまとめるにあたり、御支援いただきました国立がん研究センター中央病院の臨床心理士野澤桂子先生に感謝いたします。

文 献

- American Cancer Society. (2015). *The Look Good Feel Better program*, 2015. February.1, Retrieved from <http://www.cancer.org/treatment/supportprogramsservices/look-good-feel-better>
- Haas, M. L., & Moore-Higgs, G.J. (2009). *Principles of skin care and the oncology patient*. Philadelphia: Oncology Nursing Society.
- 濱田麻美子, 大路貴子, 福井玲子, 丹野恵一, 笠松隆洋, 蝦名美智子 (2007). がん化学療法により脱毛を経験した壮年期男性の思いと対処行動. 神戸市看護大学紀要, 11, 19-26.
- 橋爪可織, 楠葉洋子, 宮原千穂, 中根佳純, 土屋暁美, 飯田哲也, 他 (2013). 外来化学療法を受けているがん患者の気がかりと療養生活における肯定的側面. *Palliative care research*, 8 (2), 232-239.
- 平原優美, 河原加代子 (2013). 外来化学療法中のがん患者の在宅療養生活と意思. *日本保健科学学会誌* 15 (4), 187-196.
- 石田和子, 石田順子, 中村真美, 伊藤民代, 小野関仁子, 前田三枝子, 他 (2005). 外来で化学療法を受ける再発乳がん患者の日常生活上の気がかりと治療継続要因. *群馬保健学紀要*, 25, 53-61.
- 神田清子, 武居明美, 狩野太郎, 石田和子, 平井和恵,

- 二渡玉江 (2008). がん化学療法を受けている療養者のセルフマネジメントに関する研究の動向と課題. *The Kitakanto Medical Journal*, 58 (2), 197-207.
- 国立がん研究センター中央病院看護部 (2015). 生活の工夫カード, 2015年9月14日アクセス, http://www.ncc.go.jp/jp/information/event/50th_event/ideas_exhibition.html#01
- 厚生労働省 (2011). 平成 23 (2011) 患者調査, 統計表, 2015年9月15日アクセス, <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kanja/11/dl/toukei.pdf>
- 厚生労働省 (2012). がん対策推進基本計画, 2015年9月15日アクセス, http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/gan_keikaku02.pdf
- Lacouture, M. E. (2012). *Skin care guide*. New York: Harborside Press.
- 松本陽子 (2015). 「患者力」と専門職との連携 情報提供と相談支援を担う「愛媛がんサポートおれんじの会」の取り組み. *保健師ジャーナル*, 71 (8), 671-674.
- 光行多佳子, 阿部まゆみ, 安藤詳子 (2014). 「キャンパス型緩和デイケア・サロン」におけるがんサバイバーの体験. *Palliative care research*, 9 (1), 308-313.
- 森恵子, 三原典子, 宮下茉莉, 寺岡知里, 梅村知佳, 今井芳枝, 他 (2013). がん化学療法に伴う脱毛体験が患者の日常生活へ及ぼす影響. *The Journal of Nursing Investigation*, 11 (1/2), 14-23.
- 齊田菜穂子, 森山美和子 (2009). 外来で化学療法を受けるがん患者が知覚している苦痛. *日本がん看護学会誌*, 23 (1), 53-60.
- 佐藤三穂, 吉田恵, 前田美樹, 鷺見尚己 (2013). がん患者が外来化学療法を受けながら仕事を継続するうえでの困難と取り組み, およびそれらの関連要因. *日本がん看護学会誌*, 27 (3), 77-84.
- 田村沙織, 光木幸子, 山中龍也 (2014). 外来化学療法を受けるがん患者の就労と看護の動向についての文献的考察. *京都府立医科大学看護学科紀要*, 24, 63-68.
- 和田さくら, 稲吉光子 (2013). 外来化学療法を受ける男性消化器がんサバイバーの就労継続の様相. *日本がん看護学会誌*, 27 (2), 37-46.

【要旨】 在宅で社会生活を営みながら外来治療を継続する患者が増加しているが, がん患者には, 治療や病態の進行, 長期療養に伴う多様な外見の変化が生じ, それらの外見変化は, がん患者や家族の日常生活に大きく影響を及ぼす。したがって, 外見変化に対するケアは, 外見を整えるとともに, 外見変化に伴う患者の心理社会的な側面を踏まえたケアが重要であり, がん患者の Quality of life の観点からますます重要になってくると考える。しかし, 日本において, 外見変化に対する研究は少なく, ケアのプログラム開発や標準化が求められている。そこで, 現在, がん患者の外見変化に対して, 看護師がどのようなケアを提供しているのか, がん専門病院における実践内容について報告する。

受付日 2015年9月24日 採用決定日 2015年11月27日