



抗がん剤治療による末梢神経障害



抗がん剤治療に伴う末梢神経障害は、他の副作用と比べ一度出現するとその回復には時間がかかることがあります
症状を自覚したら我慢せず、早い段階で主治医にご相談ください

どんな症状がでるの？

感覚神経障害

- ・手足先のしびれ・痛み・ほてり
- ・足の裏に皮を1枚被ったような感覚
- ・水仕事の際にひどく水が冷たく感じる
- ・指先の感覚が鈍くなる
- ・ふらつく
- ・難聴・耳鳴りがする
- ・感覚が鈍くなる
- ・バランス感覚が保てなくなる



運動神経障害

- ・指先や手足に力が入りにくい
- ・服のボタンがかけにくい
- ・持っているものを落とす
- ・立ち上がりにくい
- ・スムーズに歩けない
- ・つまずきやすい
- ・字が書きにくい
- ・階段が上がれない
- ・箸がうまく持てない
- ・携帯電話の操作がしにくい



自律神経障害

- ・便秘になる
- ・排尿・排便に時間がかかる
- ・立ち上がった時にめまいやふらつきがある



【末梢神経障害とうまく付き合っていく工夫】

転倒予防

- ・床につまずきそうな物を置かない
- ・玄関マット等の段差に気を付ける
 - ・手すりや杖などを使用する
 - ・自分に合った靴を履く
 - ・ヒールの低い靴を選ぶ
- ・スリッパやサンダルは履かない



循環をよくする

- ・手袋や靴下で保温する
- ・手足の指を開いたり閉じたりする動きを行う
- ・衣服は締め付けの弱い物を選ぶ
- ・夏は冷房対策に上着を持ち歩く
- ・洗い物はゴム手袋を使用し、



お湯を使用する



熱傷予防

- ・カイロや湯たんぽによる低温やけどに注意する
- ・入浴の際にはお湯の温度はぬるめに設定
- ・熱い調理器具を使用する時は鍋つかみを使用する



手先動作の工夫

- ・ボタンやファスナーがない服やボタンの大きなものを選ぶ
- ・包丁などで手を切らないよう、皮むきピーラーやフードプロセッサーなどを活用したり、カット済みの食材を使用する
- ・字が書きにくい時は、グリップの太いペンを使用する





～末梢神経障害チェック表～



末梢神経障害の副作用は、はじめは無症状や軽い症状でも、治療を繰り返すうちに症状が出てきたり、だんだん重くなったりすることがあります。いったん症状が出ると回復までに時間がかかり、治療を終了しても数か月～数年に渡り症状が残る場合があります。

日常生活へ影響がある場合は、お薬の量の調整が必要になる場合があるため、症状を自覚したら、早い段階で主治医や看護師にご相談ください。以下のチェック表を目安にご活用ください。

また、症状をやわらげる効果のあるお薬もありますので、主治医や看護師にご相談ください。

		症状が ない	症状はあるが日 常生活は困って いない	症状があり、日 常生活に困って いる
1	手足の感覚が鈍い・ビリビリ痛む・ムズムズする	☐	☐	☐
2	ボタンやファスナーの留め具がかけにくい	☐	☐	☐
3	つかんだものをよく落とす・手に力が入らない	☐	☐	☐
4	携帯電話の操作がしにくい	☐	☐	☐
5	箸を使って食事ができない	☐	☐	☐
6	字が書きづらい・字が書けない	☐	☐	☐
7	お薬をシートから取り出せない	☐	☐	☐
8	足裏に1枚皮をかぶった感覚がある	☐	☐	☐
9	つまずきやすい・転ぶことがある	☐	☐	☐
10	スリッパが履けない・スリッパがよく脱げる	☐	☐	☐
11	耳鳴りがする・耳が聞こえにくい	☐	☐	☐
12	以前に比べて尿・便の量・回数に変化があり、 下痢・便秘がある	☐	☐	☐
13	お風呂の湯加減が分からない	☐	☐	☐
14	治療が続けられるか心配	☐	☐	☐
15	立ち上がった際にめまい・ふらつきがある	☐	☐	☐