

# 患者さんパンフレット

四国がんセンター  
肝胆膵内科



私たち医療スタッフは

- I 入院や抗がん剤治療に対する不安を軽減し、最良の状態で治療が受けられるようにお手伝いします
  
- II 抗がん剤治療の副作用や苦痛を軽減し、安全に治療を続けることができるようにお手伝いします



内服分子標的治療薬  
(ネクサバル) を受けられる方へ

\_\_\_\_\_  
さま

主治医

---

受け持ち看護師

---

2013年5月27日 作成  
2025年12月26日 改訂

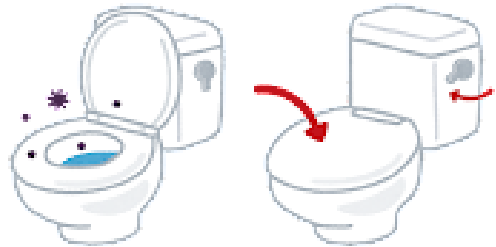
## 入院中の生活の注意点

- ◆治療中は免疫力低下のため、感染リスクが高くなります  
マスクの着用、手洗い・うがいをしましょう  
入院中、手洗いの動画をテレビの無料チャンネルで視聴できます



- ◆経口抗がん剤治療で治療継続中および最終内服日から2日間は、尿や便などから抗がん剤が排出されます  
尿や便に直接接触しても健康に直接被害を及ぼすことはありません  
が、できるだけ周りに広げないように以下のことに注意しましょう

- 尿がこぼれた場合は、トイレトペーパーできれいに拭き取り、  
トイレに流しましょう  
2度拭き取ると良いでしょう
- トイレの後、フタがある場合は、  
フタをして水を2回流しましょう



- ナプキンや尿とりパッドを使用している場合は、看護師にお知らせ  
ください
  - \*使用済みのナプキンや尿とりパッドは、ナイロン袋に入れて口を  
結びましょう
  - \*トイレからナースコールを押して、看護師に渡しましょう
- トイレのあとは石けんなどでよく手を洗いましょう
- 尿や便、吐いてしまったもので衣類が汚れた場合は、ほかの洗濯物  
と分けて洗濯しましょう

- ◆排泄を促すために水分をしっかりとりましょう

- ◆膀胱に尿が溜まると薬が腎臓や膀胱を刺激し、炎症を起こします  
ので尿意を感じたら、我慢をしないでトイレに行きましょう

- ◆排尿時に痛みや残尿感がある場合には、看護師にお伝えください

## 治療前の歯科受診について

- ◆治療時に起こる口のトラブルを予防し治療が円滑に進むように、治療開始前の歯科診察を行っています
- ◆治療前の歯科受診では、以下を行います
  - ・レントゲン検査・診察（口腔内の状態を診る）
  - ・歯ブラシだけではとれない細菌の除去
  - ・適切なセルフケア（歯磨き、うがい）指導
- ◆通常1～2回の受診で終わることができます

口の中はとても細菌の多い場所です  
治療中や治療後にその細菌が悪影響を及ぼすことがあります  
特に、治療後の口内炎・肺炎等を防ぐには治療前から口の中をきれいにし細菌をできるだけ減らしておくことが有効です



# 排便について

普段からご自身の便の性状を確認し、入院中に排便調整の目安や方法を医療スタッフと一緒に確認しておきましょう

排便回数が4回以上増えたとき、6（泥状便）～7（水様便）の排便が続くとき、周期的に腹痛があるときはすぐに医療スタッフに伝えましょう

※排便の状況や下痢・便秘の辛さは人によって違います

※排便のコントロールが難しい場合は看護師と解決方法を相談しましょう

## 便の性状について（ブリストルスケール）

ブリストルスケールは、便のタイプ（硬さ）を7種類に分類した世界共通の尺度です

自分の便のタイプを知り、排便調整の参考にしましょう

1	コロコロ便		硬くてコロコロの 兔糞状の便
2	硬い便		ソーセージ状であるが 硬い便
3	やや硬い便		表面にひび割れのある ソーセージ状の便
4	普通便		表面がなめらかで柔らかい ソーセージ状、あるいは 蛇のようなとぐろを巻く便
5	やや軟らかい便		はっきりとしたしわのある 柔らかい半分固形の便
6	泥状便		境界がほぐれて、ふにゃふにゃの不定形の小片便 泥状の便
7	水様便		水様で、固形物を含まない 液体状の便

# ダイアリー

このパンフレットには、当院での標準的な治療や日常生活で注意していただきたいポイントなどを記載しています

また、よりよい状態で退院を迎えられるように患者さんご自身の目標と医療スタッフの目標をあげています

入院は約7日間の予定です

抗がん剤治療の副作用は、個人差があり、体の状態によっては予定どおりにすすまないこともあります。その都度対応していきますのでご安心ください

私たち医療スタッフは、これからの入院生活を不安なく送れるように支援させていただきます





今日の目標

- わからないことは質問することができる
- 血圧が安定している

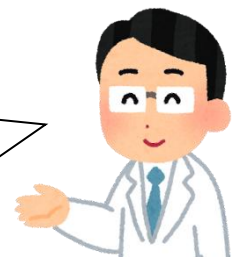
<時間>

<予定>

11:00	入院	【入院後に以下のことを予定しています】 <ul style="list-style-type: none"><li>• 看護師から病院内、病棟内、入院生活の説明（テレビの病院案内も参考にしてください）</li><li>• 検温、血圧測定、身体測定</li></ul>
12:00	昼食	<ul style="list-style-type: none"><li>• 連絡先、既往歴、生活習慣などの聞き取り</li><li>• 血液検査、レントゲン撮影、心電図検査</li><li>• 医師、薬剤師より抗がん剤治療の説明があります</li><li>• サインをした同意書は看護師にお渡しください</li><li>• 初回治療のときは、栄養士より病院食や食事の工夫について説明があります</li><li>2回目以降、味覚障害や食欲不振等がある場合、栄養指導を希望される場合はお知らせください</li></ul>
18:00	夕食	<お薬> <ul style="list-style-type: none"><li>• 他の病院で処方された薬は一度お預かりします</li></ul> 医師の指示を確認後、続けるか、中止するかをお伝えします
19:00	血圧測定	
21:30	消灯	<食事> <ul style="list-style-type: none"><li>• 食物アレルギーのある方は医療スタッフにお知らせください</li><li>• 基礎疾患（糖尿病、高血圧等）がある方は、治療食になる場合があります</li></ul>

医療スタッフの目標

- 抗がん剤治療に対する不安がないように支援します



治療前日まで 月 日



今日の目標

- 抗がん剤治療について、医療スタッフの説明が理解できる
- 不安な気持ちを医療スタッフに伝えることができる
- 血圧が安定している

<時間>

<予定>

6:00

起床

7:30

朝食

シャワー浴を  
しましょう



10:00

検温、血圧測定

12:00

昼食

<治療前日>

看護師より、治療スケジュール、副作用と日常生活の注意点について説明があります

18:00

夕食

副作用と対策について説明します  
皮膚障害（手足症候群）について  
「がん化学療法を受けられる方へ」  
パンフレット参照  
薬剤師より渡された冊子参照

19:00

血圧測定

21:30

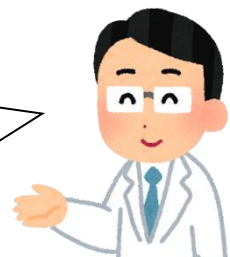
消灯

薬剤師から治療の流れや副作用の説明があります  
注意点について詳しく記載された冊子をお渡しします  
治療が開始したら、毎日服薬の記録をしましょう



医療スタッフの目標

- 抗がん剤治療に対する不安がないように支援します



# 看護師が抗がん剤を保管し、お配りする時期

治療開始日～ 月 日～



## 今日の目標

- 薬を正しく内服することができる
- 副作用症状出現時は、医療スタッフに伝えることができる
- 発疹や皮膚乾燥がない
- 下痢や吐き気がない
- 血圧が安定している

<時間>

<予定>

6:00

起床

水分をしっかりとりましょう  
服薬の記録をしましょう

7:30

朝食

- 抗がん剤を服用します
- **看護師がお持ちします**
- 内服後は手を洗いましょう

10:00

検温、血圧測定  
薬を内服しましょう  
軟膏を塗りましょう

12:00

昼食

副作用と対策について説明します  
治療2～3日目：味覚障害・食欲不振について  
「がん化学療法を受けられる方へ」  
パンフレット参照

シャワー浴後に  
軟膏を塗りましょう

感染予防のためにうがい、  
手洗いはしっかりしましょう

18:00

夕食

19:00

血圧測定

20:00

薬を内服しましょう

21:30

消灯

## 医療スタッフの目標

- 副作用症状の早期発見に努めます
- 薬を正しく内服できるように支援します



# ご自身で抗がん剤の内服時間を確認する時期

月 日～



## 今日の目標

- 薬を正しく内服することができる
- 副作用症状出現時は、医療スタッフに伝えることができる
- 発疹や皮膚乾燥がない
- 下痢や吐き気がない
- 血圧が安定している

<時間>

<予定>

6:00

起床

水分をしっかりととりましょう  
服薬の記録をしましょう

7:30

朝食

10:00

検温、血圧測定

薬を内服しましょう  
軟膏を塗りましょう

- 抗がん剤を服用します
- 内服する時間になれば、ナースコールをしましょう
- 看護師がお持ちします
- 内服後は手を洗いましょう

12:00

昼食

シャワー浴後に  
軟膏を塗りましょう

副作用と対策について説明します  
治療4日目：下痢について  
「がん化学療法を受けられる方へ」  
パンフレット参照

18:00

夕食

19:00

血圧測定

感染予防のためにうがい、  
手洗いはしっかりとしましょう

20:00

薬を内服しましょう

21:30

消灯

## 医療スタッフの目標

- 副作用症状の早期発見に努めます
- 薬を正しく内服できるように支援します



# ①ご自身で抗がん剤の内服時間を確認する時期

退院準備期

月

日～



## 今日の目標

- 薬を正しく内服することができる
- 副作用症状出現時は、医療スタッフに伝えることができる
- 発疹や皮膚乾燥がない
- 下痢や吐き気がない
- 血圧が安定している

<時間>

<予定>

6:00

起床

水分をしっかりととりましょう  
服薬の記録をしましょう

7:30

朝食

血液検査

10:00

検温、血圧測定

薬を内服しましょう

軟膏を塗りましょう

- 抗がん剤を服用します
- 内服する時間になれば、ナースコールをしましょう
- 看護師がお持ちします
- 内服後は手を洗いましょう

12:00

昼食

シャワー浴後に  
軟膏を塗りましょう

- 看護師より退院当日の流れと退院後の日常生活について説明があります
- 感染予防のためにうがい、手洗いはしっかりしましょう

18:00

夕食

19:00

血圧測定

20:00

薬を内服しましょう

21:30

消灯

## 医療スタッフの目標

- 副作用症状の早期発見に努めます
- 退院の準備をすすめられるように支援します



## ②ご自身で抗がん剤を管理し、内服する時期

退院準備期

月

日～



### 今日の目標

- 薬を正しく内服することができる
- 発疹や皮膚乾燥がない
- 下痢や吐き気がない
- 血圧が安定している
- 副作用症状の予防と対策方法がわかる
- 退院後の日常生活で不安なことを医療スタッフに伝えることができる

<時間>

<予定>

6:00

起床

水分をしっかりととりましょう  
服薬の記録をしましょう

7:30

朝食

血液検査

- 抗がん剤を服用します
- 抗がん剤は、ご自分で  
セーフティーボックスに  
入れて保管しましょう
- 内服後は手を洗いましょう

10:00

検温、血圧測定

薬を内服しましょう

軟膏を塗りましょう

12:00

昼食

シャワー浴後に  
軟膏を塗りましょう

- 看護師より退院当日の流れと退院後の  
日常生活について説明があります
- 感染予防のためうがい、手洗いは  
しっかりしましょう

18:00

夕食

19:00

血圧測定

20:00

薬を内服しましょう

21:30

消灯

### 医療スタッフの目標

- 副作用症状の早期発見に努めます
- 退院の準備をすすめられるように支援します



# 退院日 月 日



## 今日の目標

- 薬を正しく内服することができる
- 発疹や皮膚乾燥がない
- 下痢や吐き気がない
- 血圧が安定している
- 退院できる

<時間>

<予定>

6:00

起床

水分をしっかりとりましょう  
服薬の記録をしましょう

7:00

検温、血圧測定

7:30

朝食

- 抗がん剤を服用します
- 内服後は手を洗いましょう

10:00

薬を内服しましょう  
軟膏を塗りましょう

感染予防のためにうがい、  
手洗いはしっかりしましょう

次回外来予約票をお渡しします  
お預かりしている薬、退院の薬がある場合はお渡し  
します

退院

退院前に忘れ物がないようにご確認ください  
「入院診療費料金連絡票」を病室にお届けしますので、  
2階でお支払ください

\* 外来受診時に検査のある場合は、事前に医師から  
説明があります

## 医療スタッフの目標

- 退院後の日常生活に不安がないように支援します



# 退院後の日常生活について

## ● 食事

無理せず食べられるものを探し、食事はゆっくりと時間をかけたり、少量ずつ可能な範囲で食べるとよいでしょう  
食事ごとに吐いてしまうようなときは、1～2食、食事は控えてみましょう

この場合も水分はできるだけとりましょう  
アルコールは飲まないようにしましょう



## ● 排泄

毎日排便があるようにしましょう  
軽い運動や水分を多めにとりましょう

下痢のときは白湯やスポーツ飲料などをとりましょう  
水分を控えると脱水症状を起こすことがあります

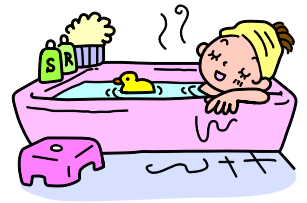
便秘気味の方は、緩下剤（便をゆるくする薬・押し出す薬）で  
排便コントロールをしましょう  
退院までに医療スタッフと対処方法について相談しておきましょう

\* 退院後、便秘が続き排ガスがない、下痢や吐き気、腹痛がある場合は、かかりつけ医、または四国がんセンターの医師の診察を受けるようにしましょう

## ● 活動

無理をしない程度で体を動かしましょう  
活動の内容や範囲に制限はありません  
外出時は**マスクを着用**して、帰宅時にうがい、手洗いをしましょう  
手足に負担のかかる運動は避けましょう  
活動について迷うことがあれば、医療スタッフにご相談ください





## ●入浴

やさしく石けんで洗いましょう  
パンフレットを参考に皮膚を観察し軟膏を塗りましょう

## ●仕事

これから先、安心して働き続けるため  
には体の状態に合わせた休み方や働き方  
が必要になることもあります  
病院では、患者さんの「働きたい！」を  
サポートしています

ご相談は、がん相談支援センターへお問い合わせください



ちりょうさ  
厚生労働省『治療と仕事の両立支援』キャラクター

## ●血圧手帳

退院後も、血圧手帳は毎日記入しましょう  
血圧手帳は、次回受診時にお持ちください  
血圧が正常値より高い、頭が重い感じが続く、鼻や歯肉からの  
出血が続くなど、気がかりなことがありましたら医療スタッフに  
お知らせください

## ●お薬

他の病院を受診するときは、抗がん剤を内服している  
ことを伝えましょう  
薬の処方がある方は、医師の指示どおりにお飲みください  
他の病院の薬を服用する場合は、医師に相談してください



## ●服用ダイアリー

退院後も服用ダイアリーは毎日記入しましょう  
服用ダイアリーは、次回受診時にお持ちください  
薬剤師がお渡しした冊子に記載されている症状（息苦しさ、下痢、  
皮膚の症状など）があるときは、がん相談支援センターにご相談  
ください



- 日常生活に支障をきたすほどの手足の痛みやピリピリ感があるとき
- 38.0℃以上の発熱が、2日～3日続くとき
- 嘔吐や、口内炎の痛みで24時間水分や食事がとれないとき
- 下痢がひどいとき、長引く便秘やお腹が張って苦しいとき
- 出血がとまらないとき
- 全身に赤いブツブツ（発疹）が出たとき

上記のような症状がある場合やその他ご心配なことがある場合は  
がん相談支援センターにご連絡ください

◆四国がんセンターの連絡先◆

【平日】 8:30～17:15  
四国がんセンター がん相談支援センター  
(直通番号) 089-999-1114

【平日上記時間外および土・日・祝日】  
日直/夜間当直師長  
(代表番号) 089-999-1111

翌日以降の外来受診日や検査予約日の変更

【平日】 13:00～17:00  
四国がんセンター 予約センター  
(直通番号) 089-999-1112



内服分子標的治療薬（ネクサバール）を受けられる方へ