

患者さんパンフレット

四国がんセンター
婦人科



放射線療法を 受けられる方へ

さま

四国がんセンター
婦人科 病棟

主治医

受け持ち看護師

2017年9月4日 作成
2024年1月10日 改定

私たち医療スタッフは

- I. 放射線治療に対する不安が軽減され、最良の状態で治療が受けられるようにお手伝いいたします

- II. 治療後の苦痛や副作用を最小限にし、順調に回復され安心して退院を迎えられるようにお手伝いいたします

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、日々の目標として患者さんご自身の目標をかかげ、さらによりよい状態で退院を迎えられるように医療スタッフの目標もあげています

入院期間は約2か月の予定です

副作用症状の出現は個人差があり、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が不安なく送られるようにサポートさせていただきます



入院日～治療前日

月

日～

月

日



今週の目標

- ・入院生活について理解できる
- ・治療について理解できる

<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】
・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)

12:00

昼食

・検温、血圧測定、身体測定
・連絡先、既往歴、生活習慣などの聞き取り
・保湿剤の確認
(治療に合わない保湿剤の場合、新たに購入が必要になります)
・婦人科医師から、放射線治療について説明します

14:00

検温

<お薬>

他の病院で処方された薬については、一度お預かりし
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

<食事>

食物アレルギーがある方は看護師にお伝えください
医師の指示がある場合を除き、制限はありません

18:00

夕食

<活動>

制限はありません

21:30

消灯

<清潔>

シャワー浴は時間内であればいつでも可能です

<睡眠>

眠れない時はお知らせください

MEMO

気になることや症状など、書き留めておきましょう



医療スタッフの目標

- ・入院生活が安心して過ごせるように支援します



治療開始日 月 日



今週の目標

- 治療スケジュール、注意点がわかる
- 治療について理解できる

<時間>

<予定>

6:00 起床、洗面

7:30 朝食

10:00 検温

12:00 昼食

*放射線科からの連絡後、
Hブロックで治療の説明を受け
治療部位に印を付けます

★放射線科担当看護師から、放射線治療中の注意事項について説明します

★放射線技師が、放射線をあてる所に印を付けます

「放射線治療について」「放射線治療中の注意事項」参照

★看護師から、放射線治療中の排便コントロールについて説明します 説明日 (/)

<放射線治療中の日常生活について>③排便について 参照

18:00 夕食

21:30 消灯

MEMO

気になることや症状など、書き留めておきましょう



医療スタッフの目標

- 不安なく治療が進められるように支援します



放射線治療について

放射線治療は、がん放射線を照射することで、がん細胞を傷つけて消滅させる治療法です。放射線を照射するときには必要な最小限の周囲の正常組織にも放射線がかかります。副作用をできるだけ少なくし、放射線の効果を効率よく発揮できるように日々のケアをすることがとても重要です。

放射線は目にみえず、体にあっても痛みを感じることはありません。

放射線治療は手術と違い、体に傷跡や変形を残すこともないため、臓器の形や働きを残すことができる特徴があります。また、日々の治療による体の負担は少ないことから、外来通院での治療も可能です。

しかし、腫瘍の種類や病巣の範囲によって放射線の効きやすさに違いがあります。目や消化管など、放射線に弱い臓器の近くに腫瘍があると、十分な線量をあてることができない場合もあります。

放射線治療は、体の負担をできるだけ少なくするために回数を分けて治療するのが一般的で、治療期間が2か月前後と長期になることもあります。

☆放射線治療の進め方☆

放射線治療には「診察」「治療計画」「放射線の照射」「経過観察」の4つのステップがあります

診察	放射線治療医師が、あなたの体の状況や検査結果をもとに放射線治療について治療の流れ、治療回数や副作用等について説明します
治療計画 (シミュレーション)	治療を開始する前に、放射線治療用のCT撮影を行います そのCT画像をもとに体のどの部分に、どれくらいの量の放射線を照射するのかを決定します 治療計画に要する時間は、約1時間ほどですが、複雑な場合もあり、もっと時間がかかることもあります 治療計画が終了すると、治療部位の皮膚に特殊なマジックで印をつけます
照射	治療は原則として月曜～金曜日の週5回です 土・日・祝日は休みになります 治療は、毎回同じ姿勢で行い照射時間は1ヶ所数分位で、着替えも含めて約10～15分程度で終了します
経過観察	放射線治療中は放射線治療医師が診察を行います 診察日は火・金曜日の週2回です 体の症状で変わったことがあれば、何でもご相談ください

放射線治療中の注意事項

治療室には患者さん以外は入れません

治療室では、一人で治療を受けます

治療中は、操作室のテレビモニターで放射線技師が観察しています

気分が悪くなったり、変わったことがあれば、

そのまま体を動かさずにお話ください



治療中は動かないでください

治療中に体が動くと、患部に十分な放射線があたらず、

周りの健康な組織に悪影響を及ぼす可能性があります

決められた回数の治療が必要です

放射線治療は治療回数や期間が、治療効果と深く関係しています

体の調子がよくなっているから、また反対に体調が悪く治療が辛いからといって、

自分の判断で治療をやめてはいけません

治療のための印（マーキング）は消さないでください

治療の印（マーキング）のマジックがうすくなったり、誤って消してしまった場合は、

自分で書かないでください

治療の部位には、絆創膏や湿布など皮膚に刺激を与えるものを貼らないでください

放射線があたっている部分の皮膚は、治療の回数が増すごとに、日焼けと同じように焼けて弱くなってきます（放射線皮膚炎といいます）

また、皮膚が赤くなったり乾燥してカサカサしたり、かゆみがあっても、

自分の判断で軟膏やクリーム・絆創膏をつけないでください

皮膚炎の症状が出てきた時は、看護師にお知らせください

治療を受ける時間は大体決まっています

治療部から病棟に連絡があれば来ていただきます

治療室の中は、他の患者さんが治療をしていることがあります

呼びするまで絶対に治療室の中には入らないでください

放射線治療は月～金曜日（土・日・祝日は除く）の週5日間行います
あなたの治療は（ / ）より開始し、（ ）回の予定です

<初日の放射線治療の流れ>

放射線治療医師からの説明があります

放射線治療計画用の
CT撮影をします

- ① 治療をするときと同じ姿勢になります
- ② 治療部位によっては衣類を脱いでいただきますので、ご了承ください
- ③ 皮膚に仮の印（マーキング）をつけます
- ④ 10～15分程度かかります

★放射線治療計画とは★

腫瘍や正常組織などを考慮し、放射線をあてる場所、方向、範囲などを決めていきます

この間30分～1時間程度かかります
一度病棟に帰っていただく場合もあります
治療計画ができ次第、再度呼びます

放射線治療前のオリエンテーションを行います

★オリエンテーションとは★

毎日の治療の流れやマーキングの取り扱い、入浴方法、皮膚ケアなどを説明します

治療台の上で
マーキングをします

- ① 詳しく印（マーキング）をつけます
- ② 1か所5～10分程度かかります

続けて1回目の放射線照射を受けます

- ① 1か所10分程度かかります
- ② 治療中は安全のために動かないようにお願いします

病棟に帰ります

次の日からは、放射線照射を繰り返し受けます

<2回目以降からの治療時間について>

◆放射線治療は、外来通院で放射線治療を行っている患者さんを優先しています
入院患者さんの治療時間は固定ではなく、放射線治療を行う患者さんの人数によって変動があることをご了承ください

◆お呼びした時に不在の時は、時間をおいて再度呼びます
病棟で待機する必要はありません

◆放射線治療時間は放射線技師が調整をしています
外出外泊等で治療時間の希望がある場合は、前日までに直接放射線技師と相談をしてください

<2回目以降からの放射線治療の流れ>

放射線治療の順番が来たら放射線治療部より病棟に連絡があります。
病棟看護師がお知らせしますので、診察券を持ってHブロックにお越しください。

Hブロック受付で診察券か腕のバーコードで受付をします。
Hブロック受付スタッフより青いファイルをお受け取りください。

受け取った青いファイルを、H- () 番のカウンターに提出してください。

お名前をお呼びしますので、それまで待合室でお待ちください。
スタッフが治療室にご案内します。

【火曜日と金曜日のみ診察があります】
治療が終了しましたら、スタッフが青いファイルをお渡しします。
診察室（79）に進み、診察室前のカゴの中に青いファイルを入れてお待ちください。
スタッフが診察室にご案内します。

スタッフが青いファイルを回収します。診察券を持って病棟にお帰りください。

案内図

女性
トイレ

男性
トイレ

H
ブロック
受付

76

カゴ

79

78

女性
トイレ
男性
トイレ

待合

シミュレータ室
(操作・計画)

リアック室
1

83

リアック室
2

待合

80

リアック室
3

<放射線を照射している皮膚のお手入れについて>

- 全骨盤の放射線治療は、患者さんの病状によって放射線をあてる範囲（図1参照）は違いますが、腰の周り全体に放射線があたります。日常生活で、治療範囲内の皮膚に刺激を与えないことが重要です
刺激を与えないように下記のことにご注意しましょう

【皮膚の保護】

①こする（ゴシゴシと洗う）

治療の回数が進み、終了する頃になると日焼けと同じような状態となり皮膚が弱くなってきます（放射線性皮膚炎といいます）
こすると皮膚炎が強くなります

***個人差はありますが、3週目頃から皮膚の乾燥が出てきます**

②ひっかく

放射線があたっている皮膚は傷つきやすく、治りが悪い状態になります
傷をつけないようにしましょう

③市販の塗り薬を自己判断で使用する

塗り薬の成分により、皮膚炎が強く反応することがあります

④マッサージをする

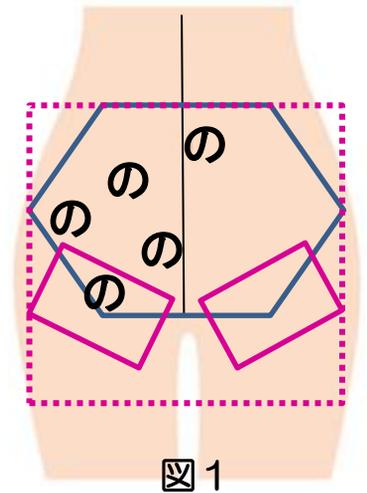
骨盤周囲、下肢のリンパマッサージを行っている方は、治療期間中に行わないようにしましょう

⑤湿布やテープ類を貼る

赤くなっているところに貼ると剥ぐときに皮膚がいたむことがあります

⑥薬を塗り込む

薬を優しく肌につけるのは大丈夫ですが、何度もこするよう塗り込むことはやめましょう



【保湿剤について】

- 治療回数が進むと、治療している皮膚は乾燥します
保湿剤を使用することで皮膚炎の出現を遅くすることが可能です
（個人差があります）
- 治療開始日から保湿剤の使用を開始することをお勧めします
- 当院の「くろ～ば～」に放射線に影響を受けないと言われている保湿剤を取り揃えています

【塗り方のポイント】

- 塗るタイミングは、入浴後や寝る前、着替えの時などが良いでしょう
- 塗り方は引き延ばすように塗るのではなく、指の腹に保湿剤を適量取り、優しくポンポンのせるように塗ったり「の」の字を書くように塗りましょう

<衣類の選択>

- 皮膚炎は特にお腹のしわやそけい部に強く出現します
擦れ、締め付けのきつい、圧迫される下着は、皮膚炎を悪化させることがあるので
やわらかい下着を選びましょう
- 股がきつい、また、硬い素材の衣類は避け、ゆったりとした衣類を選びましょう
※ガードルやコルセットは着用しないようにしましょう

<体に付けた印の注意点について>

- 体の位置を毎回合わせるために、青色の特殊なマジックで印をつけます
肌着に色移ることがあるので汚れてもかまわない肌着を着てください
色が移った衣類は洗濯しても落ちにくいです
- 皮膚に書いた印は、放射線治療がすべて（全回数）終了するまで使用する大切な印です
普通にシャワーや浴槽に入っても消えませんが、下記の内容にご注意ください
 - ①洗いタオルで印を強くこすらないでください
 - ②印の上は洗浄剤をよく泡立て、泡を皮膚に塗るようにして洗ってください
 - ③汗をたくさんかくような長風呂やサウナなどに入ると、印が消えることがありますので注意してください
 - ④濡れた肌はタオルで優しく押さえるようにして水分をふき取ってください
- 印が薄くなったら、放射線技師が記入しますので、お知らせください
ご自分では書かないようにお願いします

<放射線治療中の日常生活について>

①皮膚のお手入れについて

[<放射線を照射している皮膚のお手入れについて>](#)を参考にケアしましょう

②シャワー浴について



- 長時間のシャワーや熱いお湯は照射部位の充血を引き起こすため避けましょう
- ボディソープは低刺激で弱酸性、保湿剤成分入りが推奨されています
- しっかり泡立たせて、泡を手で塗るように洗いましょう
- 放射線治療開始後は医師の許可があるまでシャワー浴にしましょう

③排便について（図2 便の性状を参照してください）



- 治療開始1週～2週目頃より便が軟らかくなり排便の回数が増えます
例えば、1回目が図2の1～5、2回目が図2の6、3回目から図2の7のような便となり、水様便が4～5回/日続くようであれば、下痢止めの薬を使用することもあります
- 1回の排便量が減少し3日以上排便がない、図2の1～2のような便が毎日続き、排泄時につらい、便は毎日出ているがすっきり感がなく腹部膨満感など症状があるなど、排便の回数や性状によって緩下剤を使用します
※排便の状況や下痢・便秘の辛さは患者さんによって違います
※排便のコントロールが難しい患者さんは看護師と解決方法を相談しましょう

【おしりのケア】

- 放射線治療や下痢をすることにより、肛門周囲の皮膚は弱くなっています
排泄後は、水圧を弱くしてウォシュレットで洗った後、押さえ拭きをしましょう

1	コロコロ便		硬くてコロコロの 兎糞状の便
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、ふいにやふ 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

図2 便の性状

④食事について

- ・栄養バランスのとれた食事をしましょう
- ・治療の影響により食品によっては下痢が起こることがあります



- <例>
- ①線維が多く硬いもの（ゴボウ、レンコン）
 - ②脂っぽいもの（うなぎの蒲焼き）
 - ③腸内で発酵しやすいもの（ガム、豆類、キャベツ、芋類）
 - ④刺激物・香辛料（アルコール、炭酸飲料、カフェイン飲料）
 - ⑤乳糖を含む食品（牛乳、ヨーグルト、チーズ）

- ・下痢が続くと脱水になることがあります
水分はしっかり（1000ml/日以上）とるように心がけましょう
- ・食欲がないときは、無理に食べないで食べやすいものや好きな食べ物を少量ずつ食べましょう
- ・食べられるのであれば、消化の良い栄養価の高いものを取りましょう
<例>卵、豆腐、鶏肉、はんぺん、白身魚

※食事については、栄養士に相談ができます。看護師にいつでも声をかけてください
患者さんの状況に合わせて食事の選択や工夫をします

⑤運動と休息について

- ・治療期間中には十分な休息と睡眠をとるように心がけましょう
- ・土日や、祝日は治療がありません



医師の許可があれば外出や1泊2日の外泊も可能です
※希望があれば看護師に申し出てください

MEMO

気になることや症状など、書き留めておきましょう

治療開始～1週目
月 日 ～ 月 日



今週の目標

- 放射線をあてている場所を観察することができる
- 放射線をあてている皮膚の手入れが看護師と一緒にできる
- 副作用出現時には看護師に知らせることができる

<時間>

<予定>

6:00 起床・洗面

7:30 朝食

10:00 検温

12:00 昼食

*放射線科からの連絡後、
Hブロックで治療を受けます

★治療後、放射線をあてている皮膚のお手入れを
看護師と一緒に確認しましょう

【皮膚の保護】

- 下着は刺激が少ない素材、少しゆとりのあるものにしましょう
- こすったり、ひっかいたりしないでください
- 湿布やテープの使用、マッサージはしないようにしましょう

【保清と保湿】

- 洗剤をよく泡立て、泡を皮膚に塗るよう洗いましょう
- シャワーで流し、タオルで優しく押さえるように拭きましょう
- 保湿剤を指のはらにのせ、優しくポンポンと塗りましょう

18:00 夕食

21:30 消灯

<放射線を照射している皮膚のお手入れについて>

<放射線治療中の日常生活について>

を読み返してみましょう

分からないことや困ったときは、
看護師に声をかけてください



医療スタッフの目標

- 皮膚のお手入れが行えるように支援します
- 副作用の早期発見に努めます



治療開始～1週目
月 日 ～ 月 日

日付	メモ (皮膚の状態や体調など気づいたことを自由にお書きください)
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

<皮膚の観察ポイント>：乾燥・かゆみ・ひりひり感・ただれ・傷の有無など
マーキングの状況（消えていないか）

<皮膚のお手入れ>放射線を照射している皮膚のお手入れ参照：保護、保清、保湿

<排便状況>放射線治療中の日常生活について③排便について参照：下痢や便秘の有無

<体の症状>：だるい、眠い、頭が重い、食欲がない、出血の状況 など

※人によって症状の出やすい人と出にくい人がいます



今週の目標

- 放射線をあてている場所を観察することができる
- 日常生活の注意点について理解できる
- 副作用出現時は看護師に知らせることができる

<時間>

<予定>

6:00	起床・洗面
7:30	朝食
9:00	回診
10:00	検温
12:00	昼食
18:00	夕食
21:30	消灯

*放射線科からの連絡後、
Hブロックで治療を受けます

<放射線を照射している皮膚のお手入れについて>

<放射線治療中の日常生活について>

を読み返してみましよう
分からないことや困ったときは、
看護師に声をかけてください



医療スタッフの目標

- 排便コントロールができるように支援します
- 皮膚の状態に合わせてお手入れが行えるよう支援します



2週目
月 日 ~ 月 日

日付	メモ (皮膚の状態や体調など気づいたことを自由にお書きください)
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

<皮膚の観察ポイント> : 乾燥・かゆみ・ひりひり感・ただれ・傷の有無など
マーキングの状況 (消えていないか)

<皮膚のお手入れ> 放射線を照射している皮膚のお手入れ参照 : 保護、保清、保湿

<排便状況> 放射線治療中の日常生活について③排便について参照 : 下痢や便秘の有無

<体の症状> : だるい、眠い、頭が重い、食欲がない、出血の状況 など

※人によって症状の出やすい人と出にくい人がいます

3週目から6週目
月 日 ~ 月 日



今週の目標

- 皮膚炎症状を悪化させないための行動がとれる
- 皮膚の症状が悪化したときの対応方法がわかる
- 排便のコントロールができる
- ラルスについて理解できる

<時間>

<予定>

6:00 起床・洗面

7:30 朝食

9:00 回診

10:00 検温

12:00 昼食

★看護師から、子宮腔内照射（ラルス）について説明します
説明日（ / ）
「子宮腔内照射（ラルス）受けられる患者さんへ」参照

★食事について栄養士と相談ができます

18:00 夕食

21:30 消灯

*放射線科からの連絡後、
Hブロックで治療を受けます

<放射線を照射している皮膚のお手入れについて>

<放射線治療中の日常生活について>

を読み返してみましょ
わからないことや困ったときは、
看護師に声をかけてください



医療スタッフの目標

- 皮膚症状の悪化が無いか確認し異常の早期発見に努めます
- 皮膚を清潔に保ち、自分でお手入れができるように支援します



3週目
月 日 ~ 月 日

日付	メモ (皮膚の状態や体調など気づいたことを自由にお書きください)
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

<皮膚の観察ポイント> : 乾燥・かゆみ・ひりひり感・ただれ・傷の有無など
マーキングの状況 (消えていないか)

<皮膚のお手入れ> 放射線を照射している皮膚のお手入れ参照 : 保護、保清、保湿

<排便状況> 放射線治療中の日常生活について③排便について参照 : 下痢や便秘の有無

<体の症状> : だるい、眠い、頭が重い、食欲がない、出血の状況 など

※人によって症状の出やすい人と出にくい人がいます

子宮腔内照射（ラルス）を受ける患者さんへ

子宮腔内照射とは体の外から照射する放射線治療（外部照射）と併用して行う大切な治療です。膣と子宮の中に小さな器具を入れて、腫瘍に直接放射線を照射する効果的な方法です。

子宮腔内照射（ラルス）を行う前に、放射線治療担当看護師から治療の流れについて説明を行います。また、子宮腔内照射専用の治療室の案内も合わせて行います。（以後、子宮腔内照射をラルスと呼びます）

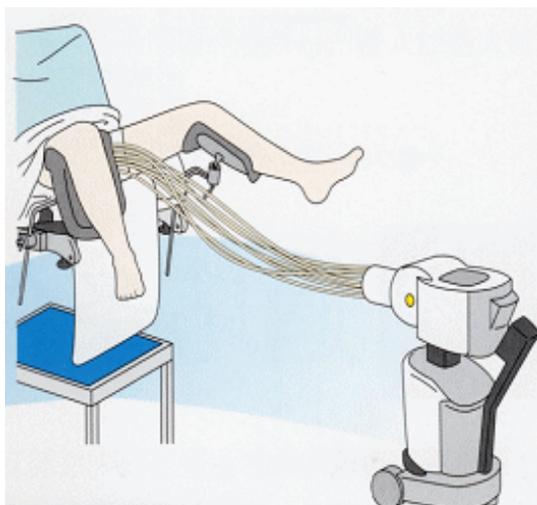
- 外部照射をしている途中から、ラルスを併用します。
- ラルス治療日には、外部照射は行いません。
- 1週間に1回の治療で、4～5回行います。
- 毎週木曜日に行いますが、都合により火曜日に変更することもあります。
- ラルス中は、婦人科内診時の姿勢と同じです。〈図1参照〉
- 治療時間は、約1時間30分～2時間程度です。
- ラルス治療開始時間は前日に病棟看護師から説明があります。

治療開始予定時間

月	日	(:)
月	日	(:)
月	日	(:)
月	日	(:)

治療は約1時間30分から2時間程度です
治療中に何かありましたら動かずに声でお知らせください

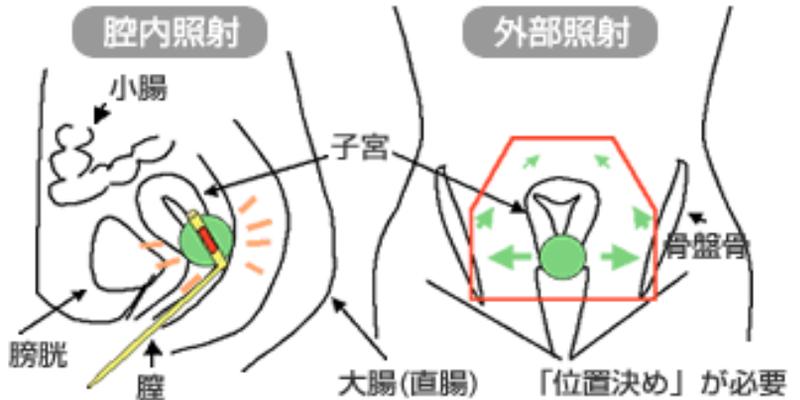
<図1>



<ラルス当日の流れ>

準備物品：ナプキン

- 1) 治療開始時間に合わせて病棟で痛み止めと点滴を行います。
- 2) 尿の管を入れて、病棟看護師と一緒に車いすで、外来放射線治療科（Hブロック）82番のラルス専用の治療室に行きます。
- 3) 治療室内で、下半身は下着まですべて脱ぎ、バスタオルを巻いて治療台に上がります。上半身はそのまま大丈夫です。室内は保温していますが、寒ければご自身の上着を準備してください。
- 4) 婦人科内診時と同じ姿勢になります。心電図モニターを装着し、鼻から酸素吸入を行います。
その場には放射線治療担当看護師も付き添います。放射線治療科医師が内診後、子宮口を広げながら器具を挿入します。治療中も痛み止めを使用しますので、痛い時は医療スタッフにお伝えください。
- 5) ゆっくり呼吸を行うようにして、できるだけ全身の力を抜いて楽にしてください。痛かったり、辛いことがあれば遠慮せずおっしゃってください。
- 6) 器具を動かないように固定してから、器具の位置を確認するために、下腹部のCTを撮影します。固定後はそのままの姿勢でお尻を動かさないようにしてください。
- 7) ラルス当日の治療計画（放射線を子宮のどの範囲に照射するのかを計算すること）は約30分程度かかり、その後照射になります。治療計画中でも動くことはできません。照射中は一人になりますが、隣の操作室からモニターで見守っています。何かあれば動かないで声を出したり、手を挙げるなどで合図をしてください。
- 8) 治療終了後は放射線治療医師が器具をはずし、出血を確認します。治療後の出血は一時的で、次第に止まりますが、出血量が多い時には病棟看護師に声をかけてください。
- 9) 治療後は気分不快がなければ、行動制限はありません。また食事・水分摂取なども可能です。ラルス当日のシャワー浴はできますが、浴槽に入っただけの入浴は控えてください。
- 10) 放射線治療期間中に陰部の異常、排尿、排便などで何か変わったことがありましたらいつでも病棟看護師や放射線治療担当看護師にお知らせください。



ラルス治療前日

月 日・ 月 日・ 月 日



今日の目標

- 子宮腔内照射（ラルス）について理解できる
- 安心して処置を受けることができる

※看護師がラルス当日のスケジュールとラルスの開始時間の説明をします

- ラルス前の治療準備として頸管拡張があります
- 時間は前日にお知らせします



MEMO

気になることや症状など、書き留めておきましょう



医療スタッフの目標

- 子宮腔内照射（ラルス）に向けて処置が安心して受けられるように支援します





ラルス治療当日

月 日・ 月 日・ 月 日



今日目標

- ・ 子宮腔内照射（ラルス）の治療を受けることができる
- ・ 安心して処置を受けることができる

<時間>

<予定>

7:30

朝は絶食です
水分は治療1時間前までなら可能です

子宮腔内照射（ラルス）
の日はいつもの放射線治療
はありません

治療60分前

痛み止めの薬を内服します
(内服が難しい場合などは座薬になることもあります)

★病棟をでるまでに点滴を始め、尿の管を入れます

治療30分前

痛み止めの注射をします

治療5分前

車椅子でHブロックへ行きます

治療終了後

治療が終わったら車椅子でお部屋に戻り、点滴の針を抜きます

体調に応じて、尿の管を抜きます
治療後、初めてトイレへ行くときは看護師にお知らせください

「子宮腔内照射（ラルス）を受けられる患者さんへ」参照



医療スタッフの目標

- ・ 不安なく治療が受けられるよう支援します
- ・ 副作用が最小限になるよう支援します



4週目
月 日 ~ 月 日

日付	メモ (皮膚の状態や体調など気づいたことを自由にお書きください)
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

<皮膚の観察ポイント> : 乾燥・かゆみ・ひりひり感・ただれ・傷の有無など
マーキングの状況 (消えていないか)

<皮膚のお手入れ> 放射線を照射している皮膚のお手入れ参照 : 保護、保清、保湿

<排便状況> 放射線治療中の日常生活について③排便について参照 : 下痢や便秘の有無

<体の症状> : だるい、眠い、頭が重い、食欲がない、出血の状況 など

※人によって症状の出やすい人と出にくい人がいます

5週目
月 日 ~ 月 日

日付	メモ (皮膚の状態や体調など気づいたことを自由にお書きください)
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

<皮膚の観察ポイント> : 乾燥・かゆみ・ひりひり感・ただれ・傷の有無など
マーキングの状況 (消えていないか)

<皮膚のお手入れ> 放射線を照射している皮膚のお手入れ参照 : 保護、保清、保湿

<排便状況> 放射線治療中の日常生活について③排便について参照 : 下痢や便秘の有無

<体の症状> : だるい、眠い、頭が重い、食欲がない、出血の状況 など

※人によって症状の出やすい人と出にくい人がいます

6週目
月 日 ~ 月 日

日付	メモ (皮膚の状態や体調など気づいたことを自由にお書きください)
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

<皮膚の観察ポイント> : 乾燥・かゆみ・ひりひり感・ただれ・傷の有無など
マーキングの状況 (消えていないか)

<皮膚のお手入れ> 放射線を照射している皮膚のお手入れ参照 : 保護、保清、保湿

<排便状況> 放射線治療中の日常生活について③排便について参照 : 下痢や便秘の有無

<体の症状> : だるい、眠い、頭が重い、食欲がない、出血の状況 など

※人によって症状の出やすい人と出にくい人がいます

7週目～治療終了まで
月 日 ～ 月 日



今週の目標

- 皮膚炎症状を悪化させないための行動がとれる
- 退院後の日常生活について理解できる

<時間>

<予定>

6:00 起床

7:30 朝食

9:00 回診

10:00 検温

12:00 昼食

★退院前日に退院後の日常生活について説明します
説明日 (/)

<退院後の日常生活について>のページ参照

18:00 夕食

21:30 消灯

*放射線科からの連絡後、
Hブロックで治療を受けます

分からないことや困ったときは、
<放射線治療中の日常生活について>
を読み返してみましょう



医療スタッフの目標

- 退院後の日常生活に不安が残らないように支援します



7週目～治療終了まで
月 日 ～ 月 日

日付	メモ (皮膚の状態や体調など気づいたことを自由にお書きください)
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

<皮膚の観察ポイント> : 乾燥・かゆみ・ひりひり感・ただれ・傷の有無など
マーキングの状況 (消えていないか)

<皮膚のお手入れ> 放射線を照射している皮膚のお手入れ参照 : 保護、保清、保湿

<排便状況> 放射線治療中の日常生活について③排便について参照 : 下痢や便秘の有無

<体の症状> : だるい、眠い、頭が重い、食欲がない、出血の状況 など

※人によって症状の出やすい人と出にくい人がいます

退院日 月 日



今日の目標

- ・退院後の日常生活について理解できる
- ・退院後に現れる副作用がわかる
- ・皮膚の状態に悪化がない

<時間>

<予定>

6:00

起床

7:30

朝食

9:00

回診

*放射線科からの連絡後、
Hブロックで治療を受けます

「入院診療費料金連絡票」を病室にお届けします
2階窓口でお支払い終了後、病棟まで連絡票をお持ちください
次回外来予約票をお渡しします

10:00

退院

あなたの次回外来予約日は

月 日 です

MEMO

気になることや症状など、書き留めておきましょう



医療スタッフの目標

- ・退院後の日常生活に不安が残らないように支援します



<退院後の日常生活について>



①皮膚のお手入れについて

- 放射線をあてていた皮膚は日焼けと同じように弱くなっています
- マーキングは治療後に無理に消そうとせず、自然に消えるのを待ちましょう
無理に消そうとすると、皮膚の痛みやかゆみが強くなる場合があります
- 皮膚の保清と保護は、最低2週間でできれば約1カ月間は入院中の方法で続けましょう
1カ月後からは、体を軟らかい素材のタオルなどでやさしく洗うことができます
- 皮膚が乾燥している時は、優しく洗って保湿剤を継続してください

★衣服に注意しましょう★

- 治療後も衣服による締め付けや擦れなどは、むくみや皮膚炎を悪化させる原因になります
やわらかく、締め付けのない衣服を使いましょう



②入浴・シャワー浴について

- 放射線治療後も皮膚炎の症状はしばらく続きます（約1か月程度）
その間は、浴槽、温泉、サウナ、プール、入浴剤の使用は避けましょう
皮膚炎悪化の原因になりますので、外来受診の時に医師に確認してからにしましょう

③食事について（<放射線治療中の日常生活>④食事について参照）

- 特に制限はありません
- バランスのとれた食事を心がけましょう



④排泄について



- 全骨盤照射を受けると、小腸に放射線があたるため長い期間を経て、癒着する事があります。また、直腸へも放射線があたるため、力んで排便をすると出血する事があります
- 規則正しい排便を心がけ、便秘をしないようにしましょう
※治療前の排便状態が目安になります



⑤運動と休息について

- 家事などの日常生活から徐々に活動量を増やしていきましょう
- 疲れを感じたら休憩をするなど、体調を見ながら行うことが大切です

⑥性生活について（パートナーの方も一緒に読みましょう）

【パートナーとの関係について】

- 治療を受けた後は、性生活に様々な変化が見られることがあります
退院後、パートナーとの関係に不安を持つ方も少なくありません
自分の気持ちを伝えたり、治療前の事にこだわらず話し合うことが大切です
- パートナーと一緒に思いやりのあるコミュニケーションやスキンシップをとりながら、お互いに満足できる方法を見つけましょう
- まずは手を繋ぐ、優しく抱きしめる、背中や手足のマッサージをするなど、相手に触れぬくもりを感じることから始めてみましょう

【性交渉について】

- 性交渉は外来受診で婦人科医師の診察後、膣粘膜の炎症が落ち着いてからにしましょう
- 膣粘膜は濡れにくくなるため、性行為は潤滑ゼリーを使用するなどして無理な行為は避けましょう

<晩期障害について>

- 晩期障害とは、治療終了後に出現する放射線治療の副作用です
- 頻度は低いですが、まれに治療後6ヶ月頃から出現することがあります
- 排便時などに肛門からの出血がないか注意してください
便秘は出血が起こる原因となりやすいため、排便のコントロールを続けましょう
- 膀胱炎症状（排尿時痛、残尿感、頻尿）や、血尿が無いかなど注意してください
- 性器出血やおりものに悪臭があったり性器にかゆみができることがあります
- 下痢または便秘が続き食事や水分がとれないことがあります
- まれに強い腹痛が起こることがあります





- ◆ 38.0℃を超える発熱が続くとき
- ◆ 体を起こすこともできないほどの強いだるさが続くとき
- ◆ 強い腹痛があるとき
- ◆ 排便時に肛門からの出血があるとき
- ◆ 膀胱炎症状がある時、血尿があるとき
- ◆ 性器出血やおりものに悪臭がある時、性器にかゆみがあるとき
- ◆ 下痢または便秘が続き水分や食事がとれないとき

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

* 外来受診日や検査予約日の変更については、
予約センターにご連絡ください

【平日】 8:30~17:15
(直通番号) 089-999-1112



放射線療法を受けられる方へ