

## 質問

49歳の女性です。乳がんと診断され、通院での抗がん剤治療を行うことになりました。副作用として吐き気があると聞きましたが、妊娠した際につわりがひどかった経験もあり、吐き気が強く出るのではないかと心配しています。吐き気は治療中ずっと続くのでしょうか。自宅でできる対策はありますか。



## 答え

抗がん剤治療による吐き気や嘔吐は、抗がん剤が脳幹にある嘔吐中枢と呼ばれる部分を刺激するために起こるといわれています。吐き気や嘔吐の程度には、かなり個人差があり、抗がん剤の種類や組み合わせによつても違つてきます。



三木 幸代

徳島大学病院外来  
化学療法室看護師長

# 適切な対策で症状軽減

## 抗がん剤での吐き気が心配

吐き気や嘔吐の現れ方として▽抗がん剤治療の開

### 吐き気や嘔吐を起こしやすい人

- ・女性
- ・50歳以下
- ・アルコールの常用なし
- ・乗り物酔いしやすい
- ・妊娠中つわりがひどかった
- ・副作用への不安が強い
- ・生活での活動量が少ない
- ・治療前に多飲食している
- ・治療前の睡眠が少ない
- ・前治療で吐き気・嘔吐がひどかった

徳島大学病院外来  
化学療法室看護師長  
三木 幸代

抗がん剤による吐き気や嘔吐は、過去に抗がん剤治療を受け、嘔吐でつらい経験をした人に多くみられる傾向があります。

また、患者側の要因として、男性よりも女性に吐き気や嘔吐が多いほか▽50歳以下の飲酒が少ない▽乗り物酔いしやすい▽妊娠中のつわりがひどかった――人間に起こりやすいと報告されています(表参照)。しかしつわりがひどかつたからといって、必ずしも吐き気が強く出るとは限らず、適切な予防と対策で症状を軽減することができます。

乳がんの抗がん剤治療では、アントラサイクリン系のドキソルビシンやエピルビシ

ン、アルキル化剤のシクロフオブアミドが強い吐き気や嘔吐を起こしますが、日本癌治療学会の制吐薬適正使用ガイドラインに、その対策がきちんと示されています。

急性嘔吐に対しても、5-HT3受容体拮抗薬やステロイド、近年新しく開発されたNK1受容体拮抗薬などを併用し予防的投与を行うことで、かなり症状を抑えることができます。これらの投与で、ほとんど吐き気がない患者も多くられます。

予測性嘔吐は精神的なもので、ほとんど吐き気がない患者の関与が大きく、「明日抗がん剤治療がある」と思つただけで嘔吐してしまう人もいます。

このような場合、抗不安薬などを用いることにより症状の軽減を図ることができます。また、▽吐いた後に冷たい水やレモン水でうがいをする▽部屋の換気をよくする▽音楽を聴く▽足浴をする――といったことで気持ちを楽にすることも効果があるといわれています。

通院で抗がん剤治療を受けている場合には、まれに吐き気や嘔吐で食事や水分を十分に取れず、脱水症状を起こす可能性があるので、すぐ病院へ連絡することが大切です。不安を感じていることがあります。