

# 外見ケアで前向きに生活

がん治療に伴う脱毛などの変化に対処する「アピランス(外見)ケア」。通院での治療や職場に復帰する人が多くなり、その重要性が高まっている。県内で支援に携わる専門家や乳がん経験者に、治療中の外見ケアについて聞いた。

「命に直結する問題 者らと情報交換しながらではないけれど、見たら、化粧やマスク、マ目を整えるのはとても ニキユアなどで目立た大切」。5年前に乳がないよう工夫した。んの手術をした山崎泰 「以前とは違う姿を子さん(65) 小松島市 見ると、気持ちが落ち横須町は、抗がん剤 込んでしまう。前向き治療を始めて3カ月目 な気持ちで治療し、暮に髪の毛が抜けたとい らしていくために、外見ケアは欠かせない」

抗がん剤の副作用に 徳島大学病院や徳島 ついて、事前に説明さ 赤十字病院、阿南共栄 れてはいたものの、風 病院などでは、がん専 呂場で大量に抜けた頭 門の看護師が支援に取 髪を見た時のショック り組んでいる。徳島大 と喪失感忘れられな 学病院のがん看護専門 い。ただ、医療用ウイ 看護師・一宮由貴さん ッグや帽子を着用して は「男女を問わず、外 過ごすうち、次第に人 見ケアの情報を求める の視線が気にならなく 声は少なくない」と話 なり、現状を受け入れ ず。

外見ケアに関する相 談は、脱毛と爪・皮膚 爪の色が黒ずんだ に関する内容が主だ。 り、顔にしみが出たり 一宮さんらは、皮膚の ました。他のがん経験 乾燥防止に小まめな保

## がん治療に伴う変化に対処

## おしゃれ楽しむ人も



医療用ウィッグや帽子、各種パンフレットを準備して患者の相談に応じる 徳島大学病院緩和ケアセンター

湿を勧め、髪を洗う際 徳島大学病院では、 は泡立ててから優しく 乳がん患者対象のウイ するよう説明。爪がも ッグと専用下着の試着 るようになった人には、マ 会を定期的に開き、情 ニキユアや水ばんそう 報提供に努めている。 こうを使うようアドバ 一宮さんは「見た目の イスしている。 変化は、精神面への影 希望が多いウィッグ 響が非常に大きい。外 も、医療用に限らず、 見ケアでうまく対応で ファッション用を含め ければ、心が安定した て種類を試すようアド 状態で治療を続けられ バイスする。中には好 る。専門機関への相談 みの髪形にカットして 悩みを解消し、自分 おしゃれを楽しみ、仕 らしい生活を送ってほ 事に励んでいる人もい しい」と話している。 (橋本真味)



乳がんアピランスケアの経験を語る山崎さん 小松島市横須町

## 来月2日 徳大で講演会

外見ケアに関する講演会が12月2日、徳島市蔵本町の徳島大学医学部青藍会館で開かれる。乳がん経験者でつくる「あけぼの徳島」などが主催。 国立がん研究センター中央病院アピランス支援センターの臨床心理士藤間勝子さんが、肌や爪のケアについて話す。徳島大の片桐豊雅教授らによる、乳がんの最新治療に関する講演もある。 午後1時半から4時半まで、入場無料。医療用ウィッグや帽子の試着もできる。問い合わせは、あけぼの徳島へ電090(3786)7800。