

# 肌荒れ・色素沈着・手足症候群



抗がん剤による皮膚障害には、発疹（皮膚の赤いぶつぶつ）や紅斑（皮膚に赤い斑点）、色素沈着（皮膚の色がくすむ）、手足症候群（指先、手のひら、足の裏のピリピリ感、ほてり、腫れ）などがあります。特に手足症候群は痛みを伴う場合があります、生活の質を低下させてしまう副作用の一つです。使用している薬によって皮膚障害が起こる時期は異なります。

皮膚に障害を起こす可能性のある抗がん剤

殺細胞性抗がん剤：5-FU、ゼローダ、TS-1、キロサイド、タキソテールなど

分子標的薬：イレッサ、ジオトリフ、タグリツソ、タイケルブなど

免疫チェックポイント阻害薬：オブジーボ、キイトルーダ、ヤーボイ



## Q&A

# 肌荒れ・色素沈着・手足症候群 (予防法)



1FTU

Q.抗癌剤を使用すると肌が荒れたり、シミが増えたりすると聞いたのですが、どうしたら予防できますか？

A.スキンケアを行うことで、症状を予防することができます。



### ☆スキンケアのポイント「清潔」「保湿」「外部刺激からの保護」

#### 「清潔」

低刺激性・弱酸性の泡状洗浄剤を使って、やさしく顔や体を洗いましょう。40度以下のぬるま湯で体を流しましょう。ふくときはやわらかい布を使い、こすらないようにしましょう。

#### 「保湿」

低刺激性・弱酸性の保湿剤を使い、普段からこまめに塗るようにしましょう。特に入浴後や洗顔後は乾燥が進むので、水気を拭き取ったらすぐに保湿剤を塗りましょう。保湿剤の量は1FTU(人差し指の第一関節まで出した量)が適切です。

#### 「外部刺激からの保護」

日焼け止めや帽子、日傘を使用し、紫外線避けるようにしましょう。メイクは刺激の少ない化粧品を使用し、クレンジングは乳液タイプか水溶性のものを選びましょう。シェーバーも肌に優しい電動のものを使用しましょう。

## Q&A

# 肌荒れ・色素沈着・手足症候群 (対処法)



Q.肌がピリピリするのですが、どうしたらいいですか？



A.手足症候群の代表的な初期症状です。  
根本的に治療するには、原因となる薬を中止する必要があります。  
ヒルドイド軟膏などを使って肌を保湿することで症状を緩和できることがあります。  
また、症状が進行すると足の裏にみずぶくれができることもあります。締め付けの少ない靴や、やわらかい素材のスリッパをはくと痛みを軽減できます。  
足裏の症状は見えにくいので、ご家族に確認してもらって、気になることがありましたらいつでも薬剤師にご相談ください。





## スキンケア商品の例

・第一三共ヘルスケア  
ミノン全身シャンプーしっとり  
タイプ



・常盤薬品  
ノブ UVシールドEX



・第一三共ヘルスケア  
ロコベースリペアクリーム

