

- ・耐えがたいかゆみは、ビリルビンが末端神経を刺激し、皮膚や白目に沈着し、その毒素が末梢神経を刺激して起きます。
- ・皮膚のかゆみが生じ、粘膜も傷つきやすくなります
 - ・爪を切る
 - ・皮膚を清潔に保つ
 - ・軟膏を塗る



日常生活でのケア～まとめ

- ・疾患をよく知る
- ・定期的な通院・治療
- ・合併症や症状に気づく
- ・運動、食事、感染予防に注意する
- ・指示された薬物療法を確実に守る



スキンケアを大切に！



- 黄疸はかゆみを伴うこともあります。
- ・皮膚の乾燥を防ぐ
 - ・体をぬるま湯などで絞ったタオルで優しく拭く
 - ・口腔や鼻腔などの粘膜なども、清潔に保つ

黄疸に伴う苦痛の軽減や感染予防につながります。

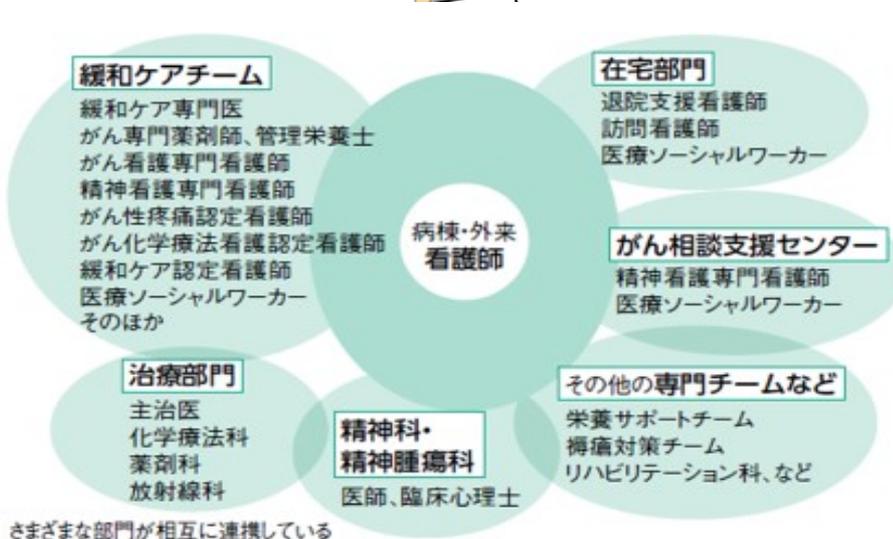
心のケアの必要性



心と体は一体です。つらい状態が長く続くと心にも体にも大きな負担になります。心のケアは、日常生活の改善や痛み軽減にもつながります。

自分だけで考えず、担当医や看護師、ご家族や信頼できる人に話すなど、一人で抱え込まないことが大切です。

当院では「生活のしやすさに関する質問票」を用いて、様々な悩みを相談できる専門分野があります。



監修 ● 川名典子 吉林大学医学部附属病院リハビリテーション科精神看護師
取材・文 ● 「がんサポート」編集部
発行: 2015年1月
更新: 2015年3月

心のケアは、精神科医や緩和ケアチーム、ソーシャルワーカーなどが窓口になります。不安や眠れないなど、ストレス全般に関して相談することができます。

どうしたらいいの？
⇒まず、不安や悩みについて担当医や看護師に話して下さい。



＜著者紹介＞

中村 典子（なかむらのりこ）
東海大学医学部附属病院看護部
11A病棟消化器センター