

がん患者さん
ご家族、お友達へ

お気軽に
ご参加ください！

きゃべつの会



がん患者さんやご家族が抱く
思いや考えはいろいろです。
お互いの意見を共有し
尊重する会を目指します。

きゃべつの会はこの地域（下京区・南区）の病院・医院に
かかっておられるがん患者さん、ご家族が
お茶を飲みながら交流し、生きる力を取り戻す
「地域の患者サロン」です。（下京西部医師会が主催しています）

京都南病院、康生会 武田病院、京都九条病院 にて、定期的に
患者サロンを開いています。誰でも自由に参加でき、無料です。
美味しいお茶菓子を用意していますので、気軽にお越しください。

まずはホームページをご覧ください。下西医師会までご連絡ください。

きゃべつの会
ホームページ



一般社団法人下京西部医師会
京都市南区唐橋堂ノ前町 15-9
エスレート南ビル 3F
TEL : 075-693-3900
FAX : 075-693-3911
✉ shimonishi@ishikai.or.jp

きゃべつの会
LINE



一般社団法人
下京西部医師会
Shimogyo-Seibu Medical Association

きゃべつの会

NEWS LETTER 担当：医療法人財団康生会 武田病院

vol.19
2025.8

「きゃべつの会」は京都市下京区・南区にお住まいのがん患者さん、ご家族がお茶を飲みながら交流し生きる力を取り戻す「地域の患者サロン」（下京西部医師会主催）です

肺炎の予防



医療法人財団康生会
武田病院
医師 永田一洋

日本人の平均寿命は今や世界最高水準を達成するまでになっているなかで、健康寿命が注目されています。健康寿命は男性が 72.57 歳、女性が 75.45 歳で平均寿命との差はそれぞれ 8.49 年、11.63 年もあります。国も、健康寿命を延ばすために「認知症の予防」などとともに「肺炎の予防対策」に力を入れています。

肺炎の予防には日頃からうがい、手洗い、マスク着用といった感染対策が重要で肺炎の原因となる細菌やウイルスが体に入らないようにします。

また、ワクチン接種も重要です。肺炎予防に有効な呼吸器ワクチンについて説明します。現在、摂取可能なワクチンは①肺炎球菌ワクチン、②インフルエンザワクチン、③RS ウイルスワクチン、④新型コロナウイルスワクチンの 4 種類があります。

①肺炎球菌ワクチン

肺炎の 30 ～ 40%は肺炎球菌が原因で、23 価の肺炎球菌ワクチンを接種することで肺炎球菌による肺炎の発症を予防し、重症化を抑制することが期待できます。5 年を経過すると効果が弱くなり 5 年ごとに繰り返すことが勧められます。

②インフルエンザワクチン

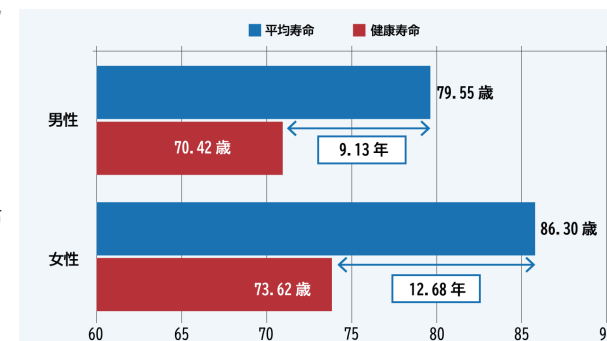
インフルエンザに罹患すると気道粘膜が傷害されそこから侵入した細菌により肺炎を発症する可能性が高くなります。肺炎球菌ワクチンと併用することで肺炎の予防効果がさらに高くなります。

③RS ウイルスワクチン

RS ウイルスは乳幼児の肺炎の原因ウイルスとして知られていますが、生涯にわたり感染を繰り返します。65 歳以上の高齢者では重症化するリスクがあり、インフルエンザより肺炎を合併する割合が多いのが特徴です。60 歳以上で予防効果は 82.6%でした。任意接種で費用が高額なことが問題点です。

④新型コロナウイルスワクチン

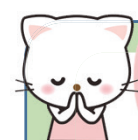
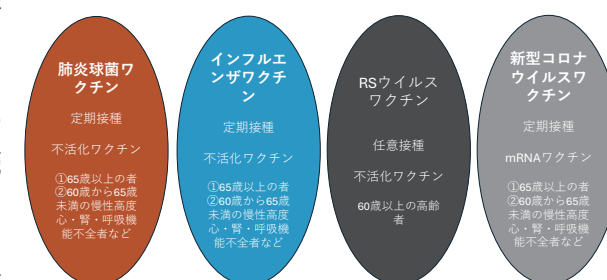
パンデミック時には新型コロナウイルス感染による重症化や死亡の予防効果は 90%を維持していました。感染後に持続する、倦怠感、咳、集中力低下などのいわゆる後遺症についても軽減効果が認められています。今後はインフルエンザワクチンと同様に高齢者、基礎疾患患者への年 1 回の定期接種が行われる予定です。



毎日の感染予防



現在使用できる呼吸器関連ワクチン



お願いします

今回の会報誌の担当は
武田病院です

【友だち登録にはLINE アプリが必要です】

- ①スマートフォン等でQRコードを読取とってください。
- ②ID検索LINE アプリで「友だち追加」「ID検索」で「@903NUYTA」を入力してください



ID: @903NUYTA

発行：一般社団法人下京西部医師会

〒601-8452 京都市南区唐橋
堂ノ前町15-9 エスレート南ビル301
☎075-693-3900 📠075-693-3911

抗癌剤治療

康生会武田病院 がん化学療法看護認定看護師
久世有紀子

抗癌剤治療は薬の種類によっていろいろな副作用があり、副作用の出方や程度には個人差があります。治療を受けていて「これって副作用なのかなあ」とか「病院にいった方がいいのかな」って悩んだことはありませんか？
今回は、早めに受診が必要な副作用と受診のポイントをご紹介します。

★治療後に 38℃以上の熱が出た時★

発熱

- 特に治療後 7 ～ 14 日目は白血球が減っている時期で重症化しやすい
- 寒さやだるさを伴う場合はさらに注意が必要



吐き気
嘔吐

- 吐き気や嘔吐が続いて 2 日以上食事や水分が摂れない
- 1 日に何回も吐いてしまう
- 口の渇き、体のだるさ、尿の量が少ないなどの症状がある



下痢

- 1 日 4 回以上、水のような下痢が続く
- 便に血が混じる
- 強い腹痛がある



息苦しさ

動悸

めまい

- 少し動いただけで息が苦しい
- 胸がドキドキする、苦しい
- めまいや立ち眩み、意識が遠のく



副作用は我慢しすぎないこと、早めに相談することが大切です。早いうちに対応できれば入院を避けられたり、次の治療に繋げることができます。
私たち医療者は、皆さんが安心して治療を続けられるよう全力でサポートしていきたいと思っていますので、ちょっとしたことで構いません遠慮せずにご相談下さい。

水分補給について

吐いたり（おう吐）、下痢の症状が続く際には、水分も一緒に避けてしまいやすいですが、こういう場合こそ、水分補給が重要です。冷たい水分を一気に大量に注ぎ込むような飲み方は避け、少量ずつ、こまめに飲むといいでしょう。
また、これらの症状が続く場合には、水分だけでなく、ミネラルも失われるため、脱水症状を引き起こすことがあります。この予防として、水やお茶だけでなく、スープ、みそ汁や果汁などを選ぶことで、失われた水分とミネラルを同時に補給することができます。また、市販のイオン飲料も水分やミネラルの良い補給源となります。

イオン飲料とは

汗などで失われた水分やナトリウムなどのミネラル（＝イオン）を補給するために作られた飲料のことです。体液に近い成分で構成されており、水よりも体内に長く留まり、効率よく水分補給できるのが特徴です。スポーツ飲料もイオン飲料の一種ですが、一般的に糖分が多く含まれています。

おう吐や下痢の際の水分を補給するポイント

- ①白湯やお茶だけでなく、イオン飲料も飲みましょう
- ②イオン飲料は常温にして飲みましょう
- ③少量ずつ、こまめに飲みましょう
- ④牛乳、柑橘系のジュースは下痢やおう吐を誘発しやすいので控えましょう
- ⑤フルーツゼリーやゼリータイプの栄養補助食品もおすすめです



【参考文献】

山口建. がんよろず相談 Q&A シリーズ
がん患者さんと家族のための『抗がん剤・放射線治療と食事のくふう』. 2007
がんを学ぶ. がんとつきあう（がん治療の副作用）下痢の症状.
<https://www.ganclass.jp/confront/associate/diarrhea02> 2024/7/26



薬剤師外来のご紹介

当院では、2024 年より「薬剤師外来」を開始し、今年の 6 月で 1 年が経ちました。この 1 年間で、のべ 703 名の患者さんに関わらせていただきました。
がん専門の資格を持つ薬剤師が、診察前に薬の服用状況や副作用の有無を確認しています。主に点滴による治療を受けている方が対象で、お伺いした内容は電子カルテで医師と共有し、吐き気止めや皮膚症状に対する薬の提案や残薬の調整などを行っています。
また、医療用麻薬を使用している患者さんには、副作用が出ていないか、痛みがしっかり取れているかどうかなども丁寧に確認しています。
看護師やかかりつけ薬局とも連携し、家で過ごす時間に困ったことがないか相談できる体制を整えています。これにより、副作用の早期発見につながり、患者さんがより安心して治療に取り組める環境を目指しています。