「FEC 療法」について

この治療法は、乳癌の代表的な治療法で、手術前に投与し腫瘍を小さくして摘出しやすくしたり、手術後に投与して再発の予防に用いられています。FEC 療法はフルオロウラシル、エピルビシン、シクロフォスファミドの3種類の抗がん剤を用います。

1. 投与方法

薬剤	効能または使用目的	投与時間
パロノセトロン ＋ デキサメタゾン	吐き気止め（急性期） 吐き気止め（遅発期）	15分
エピルビシン	抗がん剤	15分
シクロフォスファミド	抗がん剤	30分
フルオロウラシル	抗がん剤	5分
生理食塩液	点滴ルートの洗浄	約5分

2. スケジュール

FEC 療法は21日サイクルで抗がん剤を投与していきます。初日に抗がん剤を投与すると残りの20日間は「休薬期間」といい、体調の回復を待ちます。その後同様にして治療が進み、基本的には4サイクル続けていきます。

	1サイクル目		2サイクル目	
	1日目	2日目～21日目	1日目	2日目～21日目
投与日	○		○	
休薬日		○		○

⇒ 4サイクル

3. 特徴

●<u>エピルビシン</u>：赤い色をした注射薬です。

作用：がん細胞の DNA に入り込み抗がん作用を示します。

注意事項：点滴中に痛みや違和感があった場合はお知らせください。
点滴後1～2日間くらいで尿が赤色になることがありますが心配ありません。
心臓に疾患がある方や既往のある方はお知らせください。

●<u>シクロフォスファミド</u>

作用：がん細胞の DNA に入り込み抗がん作用を示します。

注意事項：体の中で分解されて尿と一緒に排泄されますが、長時間膀胱内に留まっていると炎症を起こすことがあります。投与してから1～2日くらいは水分を多めにとっていただいたほうが良いでしょう。また、こまめにトイレに行っていただくのも効果があります。

●<u>フルオロウラシル</u>

作用：がん細胞の DNA 合成を抑制すると共に、たんぱく質の合成も阻害することで抗がん作用を示します。

注意事項：「S－1」という抗がん剤と併用すると副作用が重篤化してしまうため併用禁忌となっています。

※他の医療機関にかかる際には「FEC 療法」を行っていることを伝えてください。

4. 副作用

抗がん剤治療によって起こりうる主な副作用の種類、予防法、そしてそれが出現したときのひとまずの対応方法を知ることが副作用対策の第一歩です。ここでは比較的高頻度に出現する副作用と頻度は少なくても注意が必要な副作用（有害作用）について掲載しました。
（ただし、頻度や強さには個人差があることをご理解の上で、参考にしていただきたいと思います。）

脱毛

好発時期：2～3週間過ぎた頃から起こりやすくなります。ただし、治療終了後2～3ヶ月で回復し始めます。

対策：症状が現れたら、回復まではスカーフ、かつらなどを着用していただけるとよいでしょう。
外出時は直射日光を避けていただくため帽子をかぶるとよいでしょう。
頭皮を清潔に保っていただくことをお勧めします。ただし、刺激の強いシャンプー等は避けてください。

吐き気・嘔吐

好発時期：治療当日から数日間
症状の出方は個人差があり、数日後から出てくる方や、
症状が7日間程度続く方もいらっしゃいます。

対策：抗がん剤による吐き気の強さに応じて事前に吐き気止めの点滴を行います。
症状にあわせて吐き気止めを処方させていただきます。上手くコントロールできない場合はお伝えください。
考えすぎるとそれだけで症状が出てくることがあります。リラックスしてあまり考えすぎないようにしてください。
食事は無理せず、食べられるものを少量取っていただいても結構です。
水分（水、スポーツドリンクなど）はなるべく取っていただいた方がよいでしょう。便秘の予防にもなります。
便秘は吐き気の原因にもなります。必要に応じて下剤を服用することをお勧めします。
部屋の空気を入れ替えたり、趣味を楽しんだりすることで吐き気が楽になることもあります。

白血球減少

白血球は体の外から侵入してきた細菌等に対して体を守ってくれる（免疫反応）役割があります。白血球が少なくなると細菌等による感染が起こりやすくなり、感染すると発熱や倦怠感などの自覚症状が現れてきます。場合によっては入院治療が必要な場合もあります。

好発時期：抗がん剤を投与後7～14日目くらいに減少のピークを迎え、21～28日目くらいには回復します。

対策：細菌は手を介して口から入ってくるケースも少なくありません。**手洗い、うがい**を心がけましょう。
外出時は**マスク**を着用してください。
虫歯が原因になることもあります。虫歯のある方は抗がん剤治療を行う前に治療をしておくことをお勧めします。

好発時期に38℃以上の発熱があった場合は速やかに抗生剤の内服を開始し、3日間飲みきるようにしてください（途中で解熱しても服用を中止せず飲みきってください）。それでも解熱しない場合はご連絡ください。

※ただし、抗生剤によるアレルギーと思われる症状（発疹、かゆみ、動悸、発汗、息苦しさなど）が現れた場合は服用を中止しご連絡ください。

口内炎

口の中の粘膜が抗がん剤によって直接障害されてできる場合と、抵抗力の低下に伴う口腔内細菌の増殖によって起こる場合があります。症状は口腔内の違和感（舌で触るとザラザラするなど）、疼痛、出血、冷温水痛、発赤、腫脹などです。**できやすい場所は下唇の裏側、頬の内側、舌の側面などです。**

好発時期：抗がん剤投与後、数日～14日目くらいに発症しやすくなります。

対策：次のような状態は口内炎が発症しやすくなります。

1. 口腔衛生状態の不良
   虫歯、歯周病、舌苔が多い、義歯が合っていない、歯磨きやうがいができない（できていない）など
2. 免疫能の低下
   高齢者、ステロイドの使用、糖尿病、抗がん剤治療など
3. 栄養状態の不良
4. 口腔付近の放射線治療
5. 喫煙
   口腔内血流の低下、白血球・マクロファージの機能低下、歯石の形成などが原因と考えられる。

口内炎には予防が重要です！口の中を清潔に保ってください。

1. 食後の歯磨き
   歯ブラシは柔らかいものを使用して不用意に傷を作らないように心がけてください。
2. うがい
   歯磨き以外でも口の中が不快な場合（乾燥、違和感、口臭など）はその都度行うことがよいでしょう。
   生理食塩液や水でうがいしていただいても十分効果がありますが、マウスウォッシュを使用する場合は低刺激性のものを選択してください。

   生理食塩液
   食塩：4．5g ⇒ **小さじ（5cc）で約1杯**
   水を加えて500ml　　起きている間2～3時間毎にうがい

3. 禁煙
   口内炎ができてしまったら、刺激物や熱いものは避けてください。
   水分は刺激を与えないよう、ストローを使うとよいでしょう。
   必要に応じてお薬を処方しますので口内炎ができてしまったらご相談ください。
   水疱や、白苔ができた場合は早めにご連絡ください。

食欲不振

好発時期：治療開始から数日～1週間程度で一時的に低下してくることがあります。

対策：**食欲がない時には無理をせず、食べられるものを可能な範囲でバランスよく食べましょう。**

症状が長続きするときはご相談ください。

皮膚や爪への影響

主に手足の皮膚にしみ（色素沈着）ができたり、爪が黒っぽくなったりすることがあります。

対策：一時的な場合が多く、注射が終了すれば次第に回復してきます。

外出時は直射日光を避けてください。

アレルギー

好発時期：点滴中または点滴後の比較的早い時点で現れることがあります。

自覚症状は、息苦しい、顔がほてる、胸が痛い、発疹がでる、汗がでるなどです。

対策：異常を感じたらすぐにスタッフにお知らせください。

血管外漏出

抗がん剤を点滴しているときに血管の外に薬が漏れてしまう（漏出）ことがまれにあります。症状としては点滴部位の違和感、痛み、腫れなどで、場合によっては血管に沿って症状が出てくることもあります。もし、症状にお気づきになった場合は早めにスタッフにお声掛けください。

好発時期：点滴している間が最も多く、まれに帰宅数日後に症状が出てくることがあります。

対策：抗がん剤の種類によって対策が異なります。基本的には患部を温めたり、軟膏や注射による治療を行います。

※この他にも日常と違った症状がでた場合は病院までご連絡ください。

済生会宇都宮病院

代表：TEL　028－626－5500