

3 放射線治療と日常生活における注意点

放射線治療では治療中及び治療後に、日常生活において守っていただく必要なことがありますので簡単に述べていきます。詳しいことは治療を受けた施設でご確認ください。

たいがいしょうしゃ 体外照射と日常生活

体外照射は、治療期間が月単位であることがほとんどです。その治療期間中での注意点を以下に示します。

■ シャワー浴・入浴・温泉

体の清潔を保つことは大切です。体調が許せば、毎日入浴（またはシャワー浴）しましょう。なお、皮膚の炎症がある時には、シャワー浴にしてください。



- 皮膚のマーキングは消さないようにしましょう。
- 照射部位はタオルなどでこすらず、手でやさしく洗いましょう。
- 熱い湯（40℃以上）での入浴は避け、長湯もしないようにしましょう。
- 温泉は担当医（放射線腫瘍医）に確認しましょう（皮膚炎がある時は避けましょう）。

■ 貼り薬・塗り薬

- 放射線が当たっている部位の皮膚に発赤などの症状が出現したら、使用する塗り薬は、患者さん自身で判断するのではなく、医師が処方したものを使用しましょう。
- 放射線が当たっている部位に貼り薬や絆創膏などは使用しないようにしましょう。

■ 活動（仕事や運動など）

- 体調に考慮しながら活動しましょう。疲れたら休みましょう。
- 照射部位に負担がかかる運動は避けましょう。
プール、海水浴も避けた方がよいでしょう。



密封小線源治療で線源を永久的に挿入する治療を受けた場合は、治療後1年程度(個人差があります)、周囲への配慮などが必要になります。以下では、前立腺がんの密封小線源治療後を例に説明します。

■ 周囲の人との距離・接する時間など

- 退院時に担当医から伝えられた注意事項を守りましょう。
- 小さなお子さんや妊婦さんとの近距離での長時間の接触についてはしばらくは控えましょう。
- 性行為は治療後 2~3 週間から可能ですが、初めのうちはコンドームを使用しましょう(必要な期間は確認しましょう)。



■ 治療カードの携帯について

- 治療後 1 年間、治療内容を記載したカードを所持・携帯しましょう。

■ その他

- 治療後 1 年以内に患者さんが亡くなった場合は、前立腺とともに線源を摘出する必要がありますので、治療を受けた施設の担当医に必ず連絡しましょう。



内用療法では体内に線源が一時的に取りこまれた状態ですので、治療後数日間周囲への配慮などが必要になります。使用する放射性同位元素により、注意する期間や内容が多少異なりますので、ここでは一般的な点をお伝えします。

■ 周囲の人との距離・接する時間など

- 人との長時間、近距離での接触は控えましょう。特に小さなお子さん、妊婦さんには配慮しましょう。

- 寝る時は一人で寝ましょう。他の人との同室も避けましょう。
- 性行為は避けましょう。
- 買い物などの外出は短時間で済ませましょう。なるべく控えたほうがよいでしょう。

■ 入浴

- 患者さんの入浴は最後にしましょう。
- 入浴後の浴槽は洗剤を用いて丁寧に洗いましょう。



■ トイレ

内用療法で取り込まれなかった薬剤は、尿として排泄されます。

- トイレは飛散防止のために座って使いましょう(男性も)。
- 流す時は、ふたを閉めて2回流しましょう。



■ 洗濯

- 患者さんの洗濯物は、他の人とは別にしましょう。
特に血液や排泄物がついたものは、予備洗いをしましょう。



■ その他

- 患者さんの血液、排泄物、吐物などを片付ける時には、ゴム手袋(使い捨て)をしましょう。また、手に着いた時には、直ぐに石けんで洗い、十分にすすぎましょう。
- 医師の許可が出るまでは避妊をしましょう。
- 治療内容が記載された治療カード(証明書)を必ず携帯しましょう。

注意が必要な期間などは、治療の内容により異なりますので、詳細に関しては放射線腫瘍医に確認しましょう。

