

Q. 通院治療センターとはどのような場所ですか？

A. 通院治療センターは、通院しながら抗がん薬の治療を行う場所です。

通院治療の利点は、患者さんが可能な限り、普段の生活を維持しながら治療を受けられることです。

患者さんやご家族が安心して治療を受けられるよう、医師、薬剤師、がん化学療法看護認定看護師を含む専任看護師が、薬剤指導やセルフケア支援を行っています。

そのほか、栄養士やソーシャルケースワーカーとも連携を図っているため、自宅での食事について、生活支援についても相談ができます。

通院治療が決定したら、患者さんご家族へ事前にオリエンテーションを行い、安心して通院治療が始められるよう心掛けています。

Q. センターの中はどのようなになっていますか？

A. リクライニングチェア13台、ベッド2台が設置されています。

リクライニングチェアにはテレビが付いているため、治療しながらテレビ鑑賞や読書を楽しめます。

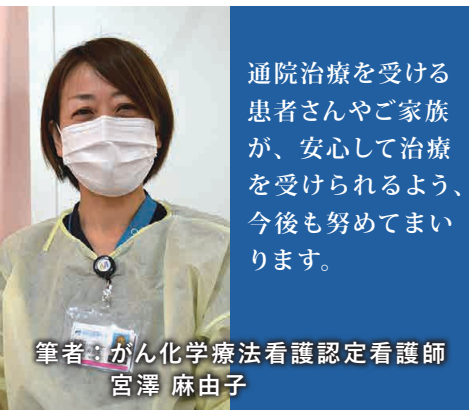
治療しながらの飲食も可能です。（ご自身で持参していただきます）センター内にトイレもあるため、点滴しながら利用できます。



Q. どのような患者さんが通う場所ですか？

A. 「がん」と告知を受けた患者さんで抗がん薬（点滴、皮下注射）を行う方が対象です。

そのほか、アレルギーが出やすい薬剤を使用する患者さんも利用します。



通院治療を受ける患者さんやご家族が、安心して治療を受けられるよう、今後も努めてまいります。

筆者：がん化学療法看護認定看護師 宮澤 麻由子



みなさんこんにちは。

今回の薬剤師の一口メモは、小児用坐薬の使い方についてお話します。

坐薬は肛門に使用する外用剤で、直腸のみに作用するものと、粘膜から吸収されて全身に作用するものがあります。坐薬は内服が難しい時でも使用できるので子どもによく処方されます。坐薬を使えるか不安な方が多いと思いますので、使い方や疑問についてまとめました。

## 坐薬の入れ方

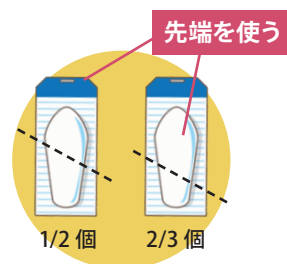
- ①坐薬を冷蔵庫から出し、室温に戻すか手のひらで温めます。  
(冷たいと痛みを感じたり、便を出しにくくなったりするためです)
- ②子どもを仰向けにし、両足をしっかり持ち上げます。また、大きいお子さんの場合は横に寝かせ両膝を曲げることも大丈夫です。
- ③坐薬の尖った方から肛門に入れます。深さは指の第一関節が入る程度までが目安となります。
- ④入れたら 30 秒ほどティッシュで肛門を押さえましょう。  
また、ゆっくり足を伸ばすことでも坐薬が自然に奥まで入ります。



## 坐薬の Q & A

**Q. 1回1/2個や2/3個などの処方の場合はどうしたらいいですか？**

A. 1個の坐薬を分割して使用する必要があります。包装は外さずに、そのまま清潔なはさみかカッターで斜めに切りましょう。冷蔵庫から出してすぐより室温に戻すか、手で少し温めてからの方が切りやすくなります。



**Q. 坐薬を入れた後に出てきてしまった場合、どうしたらいいですか？**

A. 形が残っていて坐薬が指で持てる場合は、坐薬を再度入れ直してください。

形がなく溶けて出てきた場合は、薬がある程度吸収されているので追加せず様子を見ましょう。

**Q. 2種類の坐薬を同時に使用してもいいですか？**

A. 坐薬には水溶性基剤と油脂性基剤があります。違うタイプの基剤の坐薬を一緒に使用する場合は、使う順番によって吸収に影響がでることがあります。順番は、水溶性基剤の坐薬を先に使用し、30分以上間隔をあけて、油脂性基剤の坐薬を使用しましょう。

水溶性基剤	ダイアップ®坐薬(ジアゼパム) けいれん止め、熱性けいれんの予防 ナウゼリン®坐薬(ドンペリドン) 吐き気止め
油脂性基剤	アンヒバ®坐薬(アセトアミノフェン) 解熱鎮痛剤 テレミンソフト®坐薬(ピサコジル) 下痢

使い方に不安を感じたり、ご不明な点がありましたら、お気軽に薬剤師へご相談ください。



栄養管理室 春原 幸香

寒い日々が続いている今日この頃ですが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。新年のにぎやかさも落ち着きをみせ、まもなく2月となりますね。2月といえばバレンタインも大きなイベントのひとつではないでしょうか。近年では、大切な人やお世話になっている人だけでなく、日頃の頑張りに対し、ご褒美としてチョコレートを自分に送る人も増えているそうです。街中でもいろいろな種類のチョコレートを見かけるようになりましたが、「高カカオ」や「カカオポリフェノール〇〇mg含有」と打ち出された商品も多く、中には機能性表示食品として販売されている商品もあります。一体、カカオポリフェノールにはどのような効果があるのでしょうか？

カカオポリフェノールとは、チョコレート・ココアの原料であるカカオ豆に含まれるポリフェノールの事です。高カカオチョコレートにはカカオポリフェノールが多く含まれています。ポリフェノールは抗酸化作用が強く、活性酸素の発生やその働きを抑制したり、活性酸素そのものを取り除いたりする作用があることから、様々な効果が期待されています。



カカオポリフェノールの有用性については国内外において研究が進められています。ポリフェノールは水溶性のため体内で長時間作用を持続させることが出来ません。そのためこまめに摂取することが効果的ですが、ポリフェノールの摂取において明確な推奨量は設定されていないのが現状です。厚生労働省・農林水産省による「食事バランスガイド」では、菓子・嗜好食品は一日に200kcalが目安とされています。一口サイズ（約5g）のチョコレートのエネルギーは25-30kcalほどであり、チョコレートのみで摂取する場合は一日に7粒程度摂取できる計算となりますが、健康への効果が期待されているからといって、食べ過ぎには注意が必要です。また、機能性表示食品においても、たくさん摂取すればより多くの効果が期待できるというものではありません。商品に表示されている一日に摂取する量の目安、摂取方法を守り、注意事項を確認して利用するようにしましょう。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスをとることが大切です。

参考：

株式会社明治 みんなの健康チョコライフ <https://www.meiji.co.jp/chocohealthlife/>

日本チョコレート・ココア協会 チョコレート・ココア健康講座 <http://www.chocolate-cocoa.com/lecture/>