

アピアランス支援
～がん患者の自分らしさを支える
ために私たちができること～

松江赤十字病院
がん化学療法看護認定看護師 **山本 香織**

アピアランスケアとは

- アピアランス（appearance）は外観・外見・容姿・見かけを表す言葉。
- アピアランスケアとは
「医学的・整容的・心理社会的支援を用いて、外見の変化を補完し、外見の変化に起因するがん患者の苦痛を軽減するケア」
- 手術・抗がん剤・放射線などのがん治療は傷跡・脱毛・皮膚の変化など患者の体に様々な外見の変化をもたらし、大きなストレスとなる。

男性患者

順位	症状	順位	症状
1	全身の痛み	1 1	不眠
2	吐き気	1 2	味覚障害
3	発熱	1 3	治療部の痛み
4	口内炎	1 4	食欲低下
5	しびれ	1 5	顔のむくみ
6	便秘	1 6	湿疹
7	下痢	1 7	かゆみ
8	頭痛	1 8	頭髪の脱毛
9	だるさ	1 9	息切れ
1 0	足のむくみ	2 0	足爪はがれ

女性患者

順位	症状	順位	症状
1	頭髪の脱毛	1 1	足のむくみ
2	吐き気	1 2	顔の変色
3	しびれ	1 3	手爪の割れ
4	全身の痛み	1 4	口内炎
5	便秘	1 5	手爪はがれ
6	睫毛の脱毛	1 6	不眠
7	だるさ	1 7	手爪二枚爪
8	眉毛の脱毛	1 8	発熱
9	足爪のはがれ	1 9	顔のシミ
1 0	味覚障害	2 0	顔のむくみ

国立がん研究センター中央病院ホームページ：アピアランス支援センターのご案内より引用

家族を含む「社会」とのかかわりの中で生きる事が大切。外見の問題から人との交流を絶ってしまうことがないように支援しなければならない。

外見変化がもたらす不安

私じゃないみたい
今までの自分と違う

周りの人はどんな反
応するのかな？今ま
でのように接してく
れる？



ボディーイメージや自己
概念が変容したことへの
喪失感や戸惑い

自分自身にかかわる問題

外見の変化による他者との
関係性変化

他者との関係にかかわる
問題

外来化学療法センターで患者の外見 に対する悩みの例

<脱毛>

- ・ 抜けることはわかっていたが、いざ抜け始めてショック
- ・ 今まで通っていた美容院へ行けない
- ・ ウィッグを取りたいが、勇気がもてない
- ・ 他人がどう思っているのか不安
- ・ 睫毛や眉毛がぬけて人相が変わった
- ・ 発毛後の悩み(くせ毛、白髪、生え方にムラができる
頭頂部が発毛してこない)

<爪の変色・変形>

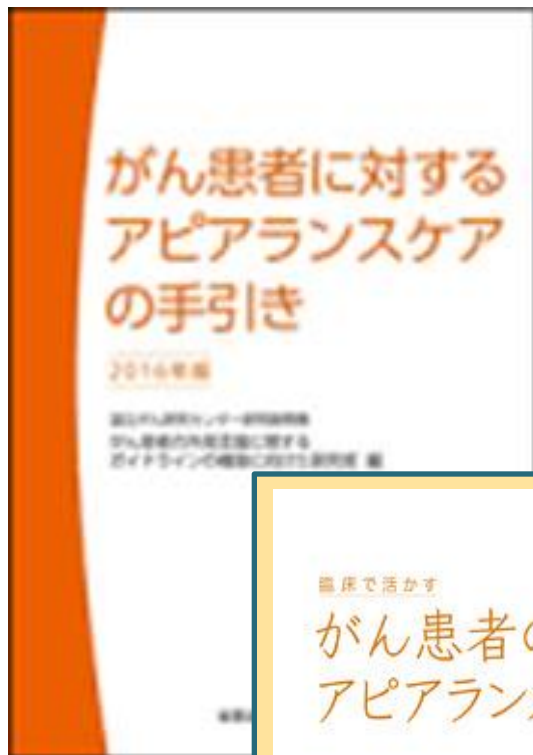
- ・ 黒ずんで、財布からお金を出すときに恥ずかしい気持ち

アピアランスケア 院内での取り組み 脱毛ケアオリエンテーション

お手入れ読本を用い、脱毛時期や脱毛時の過ごし方、頭皮ケアについて説明
患者のニーズを把握し個別に対応

- ◆ 患者の日常生活・社会的背景を把握
- ◆ 患者のニーズをとらえること
- ◆ 薬剤の特徴、対処方法を伝える
- ◆ 他の患者の体験や副作用をどのように対処されているのか情報を伝える





👉 国立がん研究センター中央病院アピアランス支援センター作成

👉 「治療編」

がん治療によって生じる外見問題をまとめ、その症状に対する治療法について

「日常整容編」

医療の分野では取り上げられることの少なかった日常生活、衛生習慣について

まとめと今後の課題・展望

- 私たち医療者が行うアピアランスケアとはその人が自分らしい日常生活を送るためのサポート。
- アピアランスケアは、患者と社会をつなぐサポート。
- 患者のニーズを適切にとらえるためには「アセスメント力」を高めていくことが求められる。



花言葉～常に前進・希望