



一般社団法人

日本がんサ―アピアランスケア協会



一般社団法人
日本がんサ―アピアランスケア協会

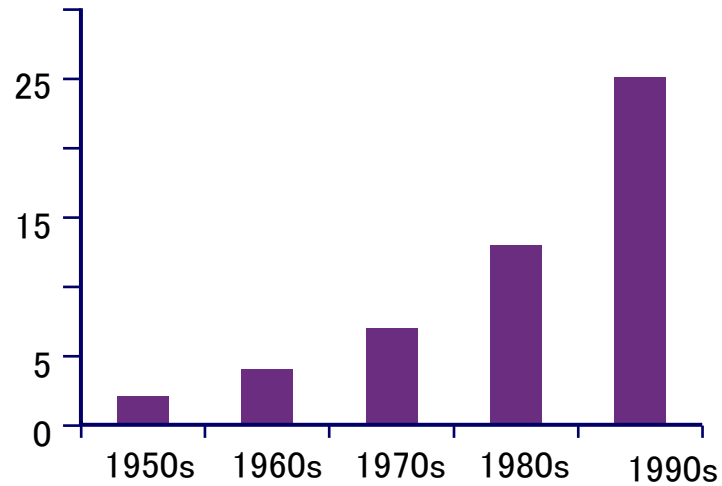
がん

- 日本人の2人に1人が経験する時代
- 飛躍的に治療成績は改善
- 化学療法を受ける人の数も飛躍的に増加
- 薬剤の開発も目を見張る！使える薬剤は飛躍的に増加
- 副作用対策も飛躍的に進歩

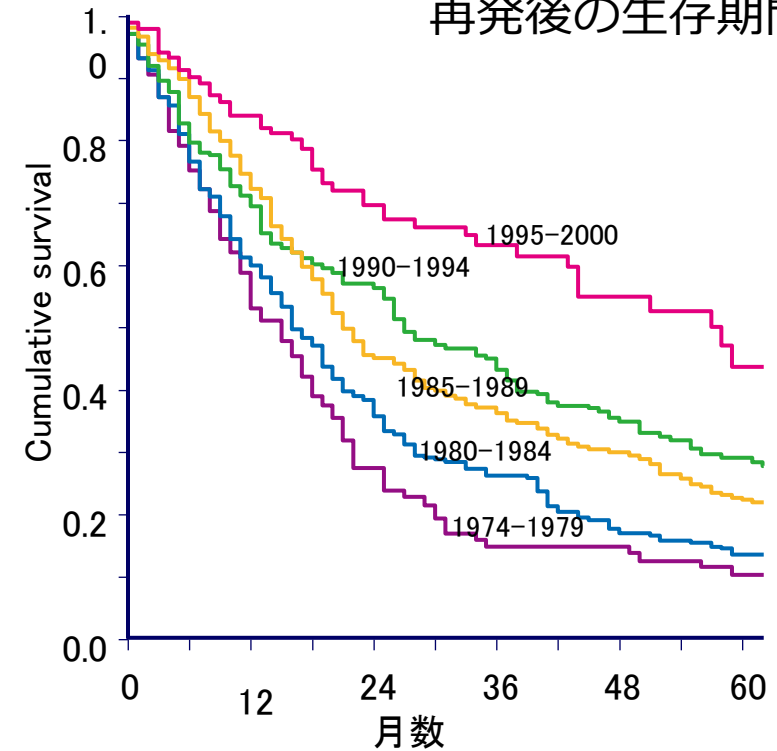


使用可能薬剤と再発後生存期間

使用可能薬剤数



再発後の生存期間



化学療法の副作用は軽減、改善

- 嘔気、嘔吐 : 制吐剤の開発、進歩
- 白血球減少 : 好中球を増やす薬(G-CSF)の開発
- 脱毛 : 養毛剤、頭皮冷却療法
- 発疹、皮膚炎 : 肌ケアの進歩
- 口内炎、味覚障害 : 経口摂取の工夫
- やつれた顔貌 : 美容支援



吐き気



- ステロイドの上手な活用
- 吐き気止め薬剤の開発
- 遅延性嘔吐をおさえる薬剤の開発

吐き気、嘔吐で苦しむ人は減りました

もう、吐き気は怖くない！



白血球減少



- ・好中球を増やす薬(G-CSF)
生命が危険になることはなくなった
- ・G-CSFの予防的投与
化学療法中の仕事の継続も可能になった

もう白血球減少は怖くない！



抗がん剤治療による副作用の苦痛度ランキングは 外見に関わるものが6割

(国立がん研究センターアピアランス支援センター調べ)

乳がん女性苦痛度TOP20



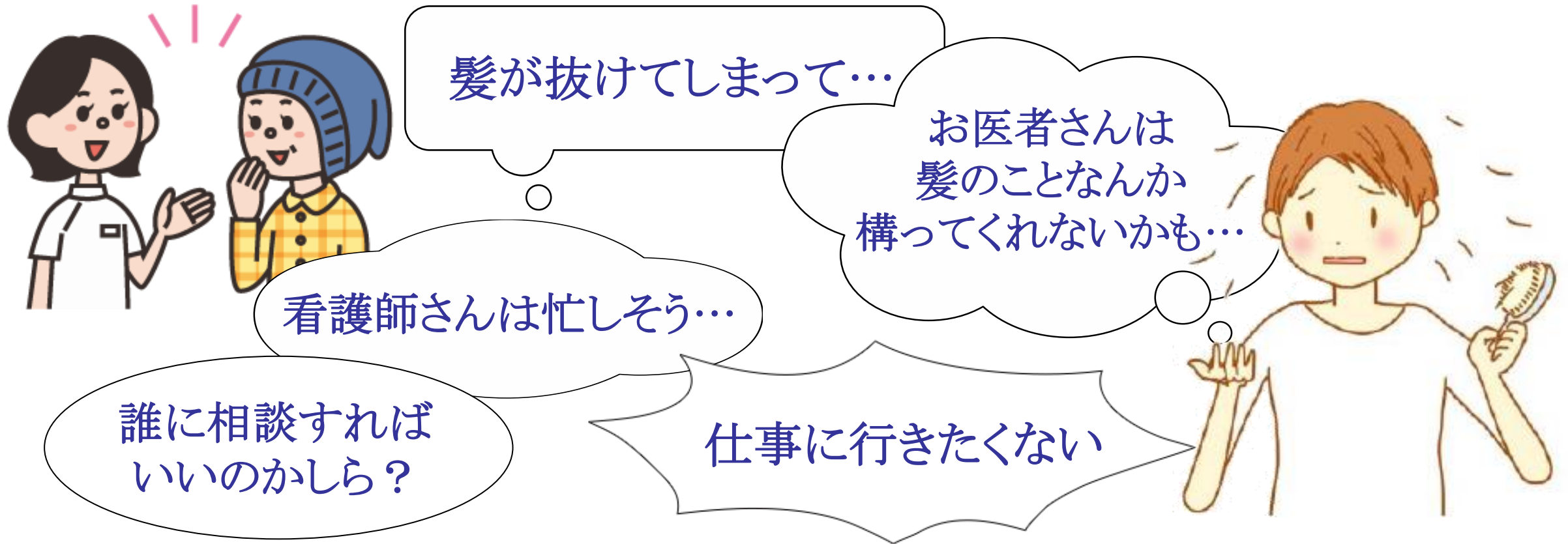
Rank	Sympton	Degree
1	髪脱毛	3.47
2	乳房切除	3.22
3	吐き気・嘔吐	3.14
4	手足のしびれ	2.84
5	全身の痛み	2.82
6	まゆげの脱毛	2.77
7	まつげの脱毛	2.76
8	体表の傷	2.76
9	手の爪割れ	2.75
10	手の二枚爪	2.75
11	便秘	2.75
12	足爪のはがれ	2.71
13	だるさ	2.71
14	口内炎	2.70
15	発熱	2.70
16	足のむくみ	2.64
17	手爪のはがれ	2.61
18	味覚の変化	2.61
19	顔のむくみ	2.58
20	しみ・くま	2.57



資料/国立がん研究センター
アピアランス支援センター
(Nozawa et al, 2013)



でも、つらいんです！



髪が抜けてしまって...

お医者さんは
髪のことなんか
構ってくれないかも...

看護師さんは忙しそう...

誰に相談すれば
いいのかしら？

仕事に行きたくない

外に出たくない、誰にも会いたくない



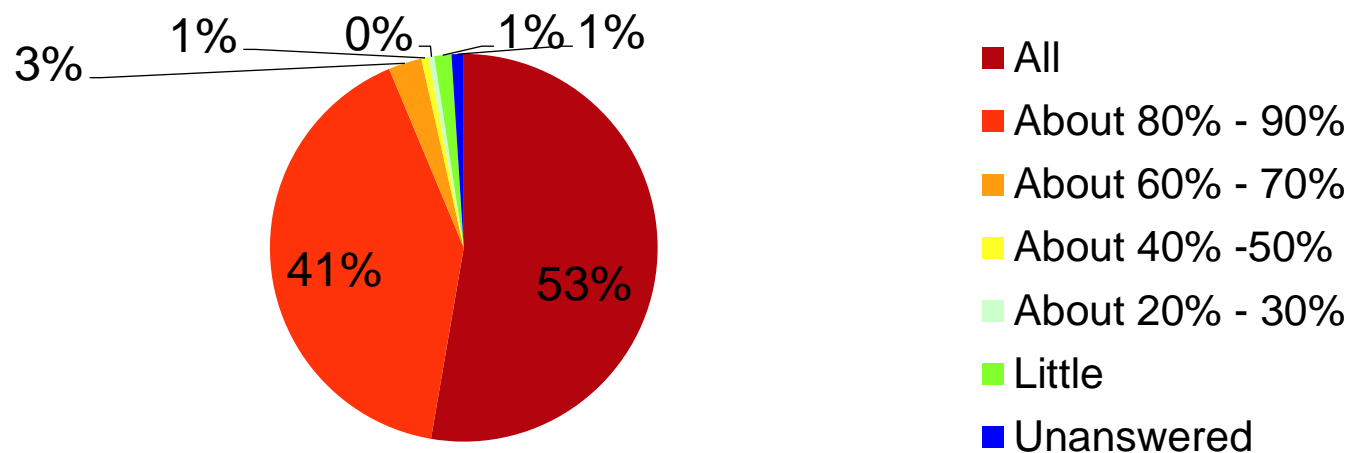
脱毛の悩みについて

Q: 脱毛しましたか?

■ Yes 1,474 (99.9%)
 ■ No 1
 ■ 思い出せない 1
 (2例は回答なし)

初回点滴後抜け始めまでの日数(n=1389) 18.0(+/-12.7)日
 化療後発毛開始(認識)までの月数(n=1158) 3.4(+/-4.9)月

Q: 治療中に
どの程度脱毛しましたか?



乳がん患者1511名から回答

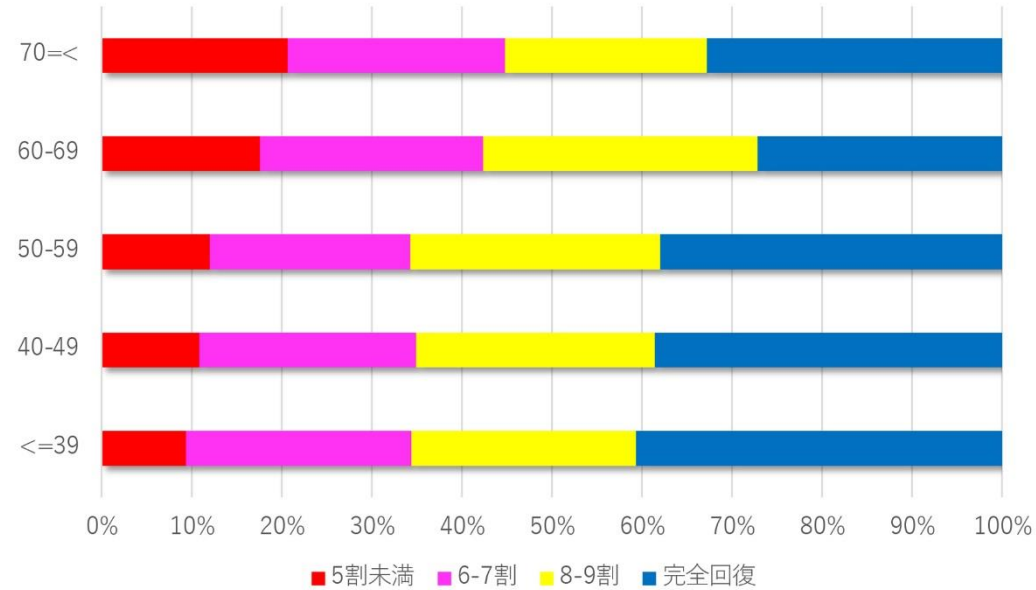
(33名は適確基準外 1478名のアンケートを対象に解析)

Watanabe T, et al. A multicenter survey of temporal changes in chemotherapy-induced hair loss in breast cancer patients. PLoS One.2019 Jan 9;14(1):e0208118.



再発毛の程度

化学療法時の年代と再発毛の程度(化療から2年以上経過した症例(n=682))



- ほぼ元通りになるのは4割程度でわずかに若年者でやや多い？
- 5割以下の回復は全体の10-20%で高齢者ほど回復の程度が悪い？
- 60歳以下は年代にかかわらず1/3程度は7割以下の回復

Watanabe T, et al. A multicenter survey of temporal changes in chemotherapy-induced hair loss in breast cancer patients. PLoS One.2019 Jan 9;14(1):e0208118.



新たな取り組み 「頭皮冷却療法」



画像提供/
株式会社毛髪クリニックリーブ21



一般社団法人
日本がんサージアピアランスケア協会

がん患者の生存率は上がっている がんが治る人が増えている

副作用を軽減する治療（支持療法）の進歩により
治療をしながら働く人、通学する人、
子育てや介護をする人……

健康な人の中で社会生活を送る人が
増えているのが現状

だからこそ外見の問題がおこる。



抗がん剤による顔の変化



治療前

眉毛抜けちゃった！
描いてみたけど不自然で…



まゆげの脱毛

まつ毛も抜けちゃった！

つけまつ毛は
自分のまつ毛の上に乗せるのね
抜けたらつけられなかった…



まつ毛の脱毛

シミだらけで
黒ずんだ顔になっちゃった！

ファンデーションを重ねたら
厚化粧で余計黒く見えちゃった…



肌のくすみ

こんな顔になってまで生きていたくない！頑張れない……



誰か助けて！

外見の変化が壊したのは人との関係性でした

わざと顔を見ないようにした
友達！

席を譲られたとき
バスから降りたかった！

はれものに触るように
接する家族！

気持ち悪そうに遠巻きにして
懐かなくなった
保育園の子供たち！



アピアランスケア

アピアランス＝外見

見た目を自然にして 職場、家庭、学校、社会で
これまでと変わらない生活を送れるようにしたい。

人間関係が良くなると
自分の顔を見ても悲しくならないと

治療を頑張ろう！元気になるろう！

と思えます。

頑張れると治療効果も上がります



日本キヤンサーアピアランスケア協会は

外見の変化に苦しんでいるすべてのがん患者さん

どの病院で
治療を受けて
いても

都会でも
山間部でも

男性でも
女性でも

大人でも
子供でも

若い人でも
高齢者でも

皆さんに情報が届くように、今回の設立に踏み切りました



日本がんアピアランスケア協会の シンボルマーク



中央の花は全がんのシンボルカラーであるラベンダーカラーで美しく保たれた『アピアランス』（外見）をシンボリックに表現。その花を守るように配置した手は、患者さんご本人と、治療に携わる人、ご家族など周りの方を表しています。

がん患者さんのアピアランスが保たれ、QOLの向上が叶うようにとの思いを込めています。



抗がん剤開始からの脱毛例

乳がんの場合



41日後



2ヶ月半後



2ヶ月後



3ヶ月半後



4ヶ月後



5ヶ月後



9ヶ月後

乳がん患者の調査より

髪質：6割が細くなった
6割がくせ毛になった

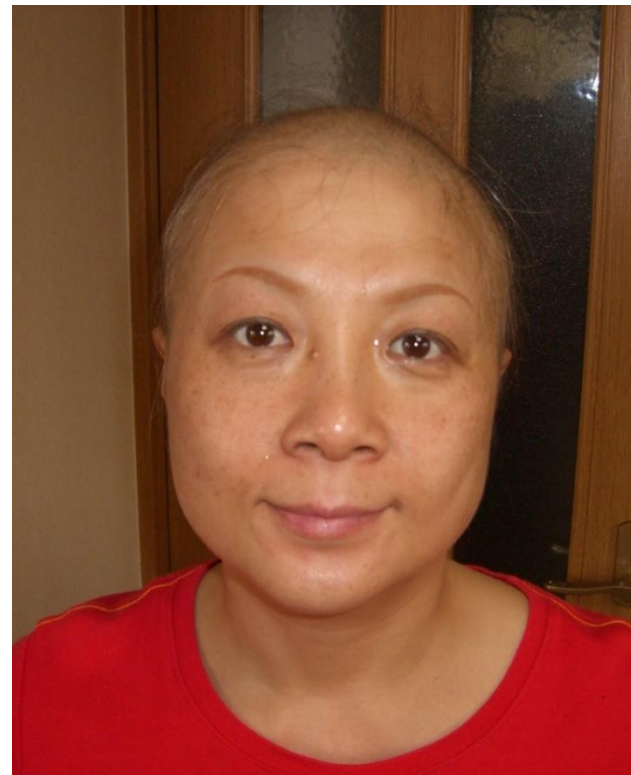
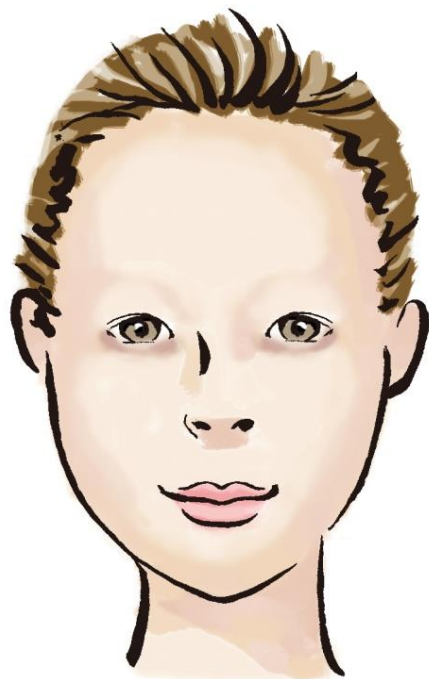
量：4割の患者は70%以下の回復

10%程度は5年たってもかつらが必要

Watanabe T, et al. A multicenter survey of temporal changes in chemotherapy-induced hair loss in breast cancer patients. PLoS One.2019 Jan 9;14(1):e0208118.



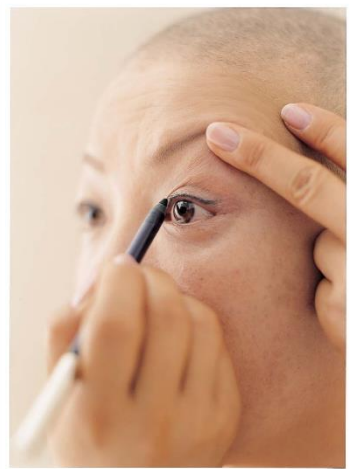
体調が良い日でも顔は重病人



鏡に映る自分の顔を見て、「周りには私を死にそうと思うかな」
「可哀想」「怖い」「不気味」って思うかな。どれも嫌だな。と思った。



メイク法でリカバー



撮影／小泉佳春



がん患者の外見の変化



外見の問題は「心の問題」「社会の問題」

アピアランス（外見）支援≠美容ケア

医療、美容、コミュニケーション…
多方面からの支援が必要

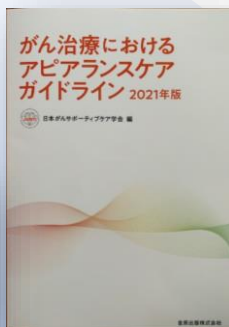
患者、医療者、企業、一般…
社会で認識し
支えないと解決しない



行政

がん対策基本法
「第3期がん対策推進基本計画」に
アピアランスケアの文言が
盛り込まれた

医療の
取り組み



2013年国立がん研究センター
アピアランス支援室開設
2021年医療者向け
ガイドライン発行



キャンアピの活動 1

調査研究事業 がん経験者ニーズの可視化



キャンアピの活動 2

がんサアピアランスケアに関する 情報収集及び公開



最新情報を集めたイベント 2022年5月WEB開催



今後の活動

1. 医療者とがん経験者の意識調査
双方のニーズから解決策を探る
2. 調査結果を踏まえ国に政策提言をする



私たちのミッション

**患者さん、ご家族、医療機関、団体、企業
サポートができる人々を“つなぎ”
がん治療のアピアランスの変化に悩んでいる方を
“社会で支える” 活動をしてまいります**

**多くの立場の方々のご支援、
ご協力をお願い申し上げます**

