

Q18

## 下痢になったときは どうしたらいいですか？

下痢は抗がん剤治療の副作用のなかでも特に注意が必要な症状です。長期化すると、苦痛をとまなうだけでなく、場合によっては生命に関わることもあります。セルフケアの方法を知り、早期に対処しましょう。

### 1) 下痢の原因

抗がん剤が原因となる下痢は、早期性と遅発性にわけられ、多くの抗がん剤では遅発性の下痢が問題になります。

#### (1) 早期性の下痢（コリン作動性の下痢）

抗がん剤により自律神経（副交感神経）が刺激を受け（これをコリン作動性の作用といいます）、腸の動きが活発になっておこる下痢です。抗がん剤を投与してから数時間以内におこります。

#### (2) 遅発性の下痢（腸管粘膜障害による下痢）

抗がん剤によって腸が刺激を受け、腸の粘膜が傷ついておこる下痢です。この種類の下痢がおこった場合、腸が傷つくために感染症を引き起こすこともあり注意が必要です。抗がん剤を投与してから数日～10日後頃におこります。

下痢がおこりやすい抗がん剤として表1のような薬剤が知られています。

表1 副作用として下痢がおこりやすい抗がん剤（ ）内は薬の商品名

薬効分類	薬剤名
トポイソメラーゼ阻害剤	塩酸イリノテカン（イリノテカン、カンプト、トポテシン）、エトポシド（エトポシド）
代謝拮抗剤	フルオロウラシル（フルオロウラシル、ユーエフティ、ティーエスワン）、メトトレキサート（メソトレキセート）、シタラビン（キロサイド）
抗がん性抗生物質	塩酸ドキシソルビシン（ドキシソルビシン）、アクチノマイシンD（コスメゲン）
分子標的薬	セツキシマブ（アービタックス）、パニツムマブ（ベクティビックス）、ゲフィチニブ（イレッサ）、エルロチニブ（タルセバ）

### 2) セルフケアのポイント

普段から排便回数や便の状態を記録しておくこと、下痢の程度を評価する手がかりになります。

下痢が出現したら、普段の生活では次のことに気をつけましょう。

- (1) 水分を十分に摂りましょう。冷たい飲み物は避け、常温にもどしたり温めてから飲みましょう。下痢になると身体の電解質（ミネラル）のバランスが崩れるため、水だけでなくスポーツ飲料などを飲みましょう。水が飲めないほど体調が悪い場合には、点滴が必要になります。
- (2) 腹部を冷やさないようにしましょう。
- (3) 腸を刺激するような食べ物（牛乳・乳製品、野菜やイモ類などの

食物繊維の多い食物、揚げ物や辛い食べ物、カフェインを含むコーヒーなどは避け、加熱した消化のよいもの（おかゆやうどんなど）を摂るようにしましょう。1回の食事の量は少なくして、回数を増やしましょう。

- (4) 下痢と白血球低下の時期が重なると、肛門周囲の炎症から感染症を起こしてしまうため、ウォシュレットなどで肛門周囲を清潔にしましょう。

### 3) 下痢に対して使用する薬剤

下痢の回数や量に応じて、表2にあげる薬剤を用い症状を和らげます。一般に、早期性の下痢に対しては副交感神経に作用する抗コリン薬が有効です。遅発性の下痢に対しては、腸の動きをおさえる作用がある塩酸ロペラミドがよく使用されます。

表2 下痢に対して使用される薬剤 ( )内は薬の商品名

薬効分類	薬剤名
抗コリン薬	ロートエキス散、臭化ブチルスコポラミン (ブスコパン)
腸管運動抑制薬	塩酸ロペラミド (ロペラミド、ロペミン)、リン酸コデイン散
収斂薬	タンニン酸アルブミン (タンナルビン)
吸着薬	天然ケイ酸アルミニウム (アドソルビン)
整腸薬	ビフィズス菌製剤 (ラックビー) 乳酸菌製剤 (ビオフェルミン、エンテロノン-Rなど)

最も下痢を起こしやすい抗がん剤のひとつである塩酸イリノテカン (カンプト、イリノテカンなど) を使用する場合には、腸内が酸性になると下痢を起こしやすいことが分かっているため、酸性の飲食物 (ヨーグルトなどの乳酸菌食品) の摂取や腸内を酸性にする薬剤 (整腸薬) の服用は避けなければいけません。

下痢の程度によっては、抗がん剤の量を減らしたり、中止する必要があります。特に経口抗がん剤を服用中の場合には、内服を継続するか病院に連絡して確認して下さい。下痢が激しく水分の経口摂取が困難な場合には、入院し点滴を行います。

排便回数が1日につき3回以上増加した場合、水様性の下痢になった場合、刺し込むような腹痛をともなう場合、便に血が混じった場合など、普段と異なる症状があれば早めに医師や看護師、薬剤師に相談してください。 (宮本英明)

#### [参考文献]

- 1) 大石了三ほか 編:がん化学療法セーフティマニュアル 72-75、じほう2007
- 2) 古河洋ほか 監修:がん患者ケアQ&A 37-43、じほう2007
- 3) 佐々木常雄 監修:がん化学療法のベストケア 98-101、照林社2006
- 4) Benson AB, 3rd, Ajani JA, Catalano RB et al.:Recommended guidelines for the treatment of cancer treatment-induced diarrhea. J Clin Oncol 2004; 22: 2918-2926