

Q24

味やにおいを 感じにくくなること がありますか？

抗がん剤治療で味やにおいが感じにくくなることはあります。味覚低下と嗅覚低下に分けて説明します。

1) 味覚低下

人間の細胞は時間とともに分裂し、1つから2つ、2つから4つと増殖します。抗がん剤の多くはこの分裂スピードがはやい細胞を傷害することで効果を発揮します。したがって、“がん細胞”のような分裂(=増殖)のはやい細胞を殺すことができるのです。しかしながら、同時に正常細胞でも分裂スピードが速いと傷害されてしまいます。味覚を感じる細胞(味細胞)は比較的分裂が速いため、抗がん剤の影響を受けやすく、味を感じにくくなる場合があります。また、味細胞の感覚を脳へ伝える神経への影響や、唾液量低下による口腔乾燥や、口内炎、栄養不良も関係します。最近では、体内の微量元素量と味覚の関連が解明されていて、抗がん剤治療でとくに亜鉛量が低下し、味覚障害をきたす可能性も考えられています¹⁾²⁾。

抗がん剤治療をうけている患者さんは体調を整えなくてははいけません。食事はそのための重要な栄養の源になります。味覚が低下す

ると食事量が低下し、栄養不良となり、味覚も戻りにくくなり、悪循環となります。栄養不足による体調不良はがん治療にも影響しますので、注意が必要です。

味覚の改善には、まず口腔内の清潔が重要です。舌や粘膜に細菌やカビによる苔が付着することで、味覚細胞の働きが落ちるだけでなく、味の物質が味細胞までとどかずに味を感じにくくなります。歯磨き、うがいをしっかりと行ってください。口内炎のある方、舌に白い苔がついている方は、消炎剤やカビの薬を使用したほうが良いこともあります。

もともと口が渇きやすい方や口の中やくびに放射線治療を受けている方は、唾液の量が低下している可能性があります。口の渇きは味細胞の働きを弱めるだけでなく、先に述べた口内炎や感染の原因になります。こまめに水分を補給したり、ガムをかむことで唾液腺を刺激するのも1つの方法です。口内保湿ジェル(ペプチサルなど)も効果的です。レモン水(市販のポッカレモン1ccを水100ccに混ぜる)でのうがいは、唾液分泌を促すだけでなく、味細胞の働きを回復させる効果があります³⁾。

抗がん剤は特に塩味を鈍くすることが多いので、高血圧などで塩分制限がなければ一時的に献立を濃い味付けに変えてみても良いかもしれません。また、香味で味に変化をつけるのも一法です。口内炎で痛みを感じる方は逆に刺激の少ないものを選んでください。献立については病院の管理栄養士に相談に乗ってもらえます。食事量が低下すると、胃や腸の働きも悪くなり、さらに食欲が低下します。朝、昼、晩と時間を決めなくてよいですから、気分の良いとき、食欲

のあるときに少しずつでも食べるようにしてください。

薬剤による治療としては、ビタミンB12、代謝賦活剤（ATP製剤など）、亜鉛を多く含む胃薬（プロマック）などが試されています。

2) 嗅覚低下

においを感じる鼻の嗅細胞は比較的分裂が速いため、味細胞と同じ理由で抗がん剤治療により影響を受けます。においを感じにくくなると、味にも影響してしまいます⁴⁾。

嗅細胞の傷害された期間が長いと、嗅細胞は本来の働きを失い、もとの正常細胞には戻りにくくなります。可能であれば、抗がん剤の中止、変更が望まれます。しかしながら、変更した薬剤でも、嗅覚低下をきたす可能性もあり、本来の腫瘍に対する治療効果も含めて、主治医とよく相談して判断しなくてはなりません。ビタミンB12、代謝賦活剤（ATP製剤など）、漢方薬（柴苓湯^{さいれいとう}）などが治療に用いられます。まず3カ月程度使用して効果を確認し、改善傾向があれば継続し、効果がなければ回復の可能性が低いため、中止することになります⁵⁾。

以上、抗がん剤による味覚、嗅覚低下について述べました。残念ながら、治療により必ずしも回復するとは限りません。しかし、早めの対応や日常的なケアで対処できることもありますので、あきらめずにがんばってください。（村上大造）

[参考文献]

- 1) 大路貴子：薬物有害反応のマネジメント-食欲不振・味覚障害、月刊ナーシング26:44-48、2006
- 2) 百合草健圭志 他：がん患者の口腔トラブルと発生機序、看護技術52:11-14、2006
- 3) 竹内枝美子 他：化学療法により生じる味覚障害に対するレモン水含嗽の効果、成人看護136:235-237、2006
- 4) 山岸益男 他：テガフル嗅覚障害患者嗅粘膜の観察、耳展33:149-153、1990
- 5) 平野剛 他：フルオロウラシルによる嗅覚脱失、月刊薬事40:167-169、1998