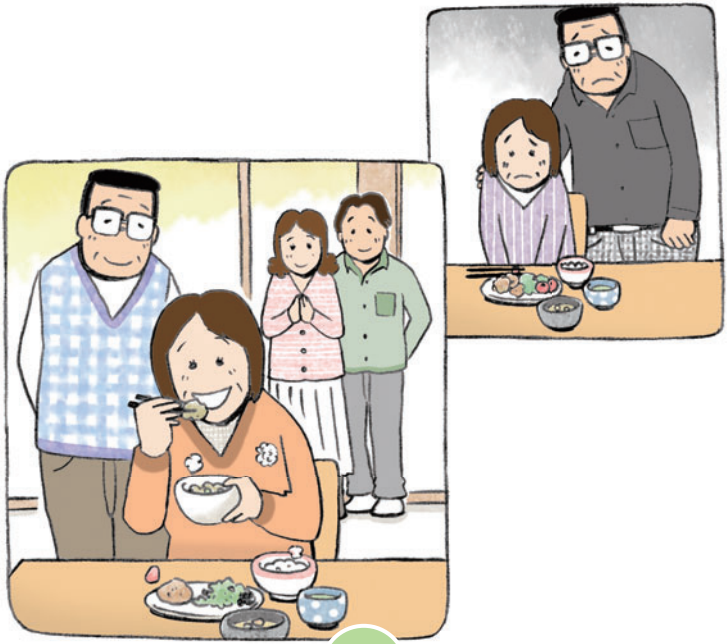
食事をおいしく食べられていますか？

まんがでわかるがん悪液質の話



監修

京都府立医科大学大学院 医学研究科 呼吸器内科学 教授
髙山 浩一 先生

小野薬品工業株式会社

食事をおいしく食べられていますか?

まんがでわかるがん悪液質の話

もくじ

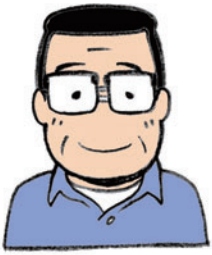
主な登場人物 …… 3
食欲がない …… 4
仲間からの電話 …… 6
コーラス仲間と会う …… 8
長女と通院 …… 10
長男と長女 …… 10
夫の秘密 …… 12
がん悪液質 …… 16
がん悪液質の解説 …… 18

主な登場人物

春野さん夫婦

陽子（66）

がんの治療中。
専業主婦として
多忙な夫を支え
ながら、一男一女
を育てた。



太（ふとし）（68）

家のことは全て
妻に任せっきりの
典型的な仕事人間。
定年後も関連会社
で働いていたが、
昨年、完全に退職。

長男一家

光一（36）

妻

長男

次男

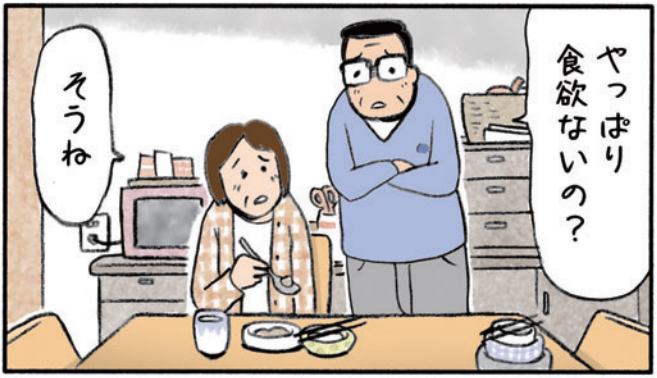
長女一家

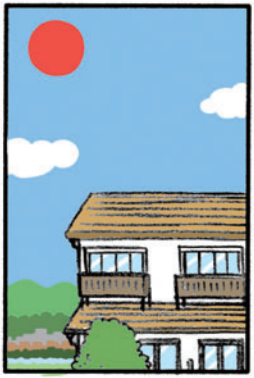
あかり（38）

夫

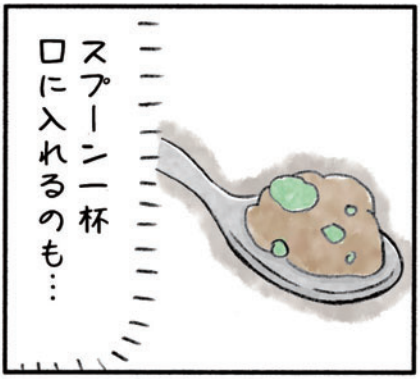
娘

食欲がない


やっぱり食欲ないの？
そうね



朝ごはんも食べてないのに食欲がわかない


スプーン一杯口に入れるのも…

少しは、お腹に入れておかないと…
うんわかってる

がんばってガンに勝たなきゃね

夫は、いつも通り
ごはん食べるから
夕飯がんばって
作らなきゃ
トン
トン

なにか手伝うこと
ないかな？
いつもいいって
言ってるでしょ

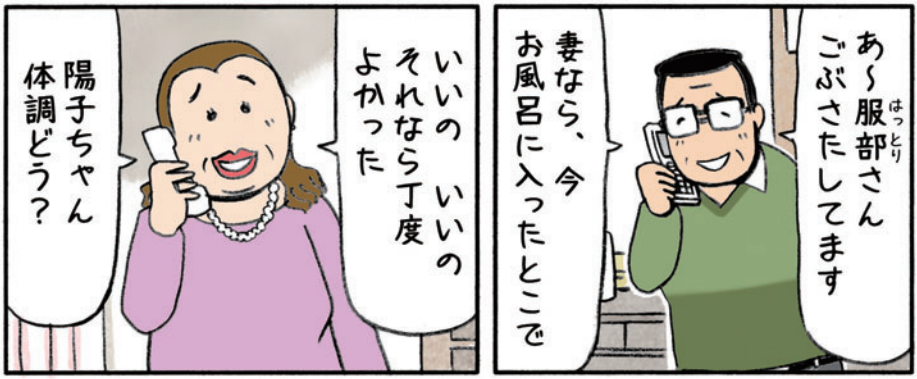
夫は目玉焼き一つ
上手に作れない
しんどかったら
いつでも言ってね

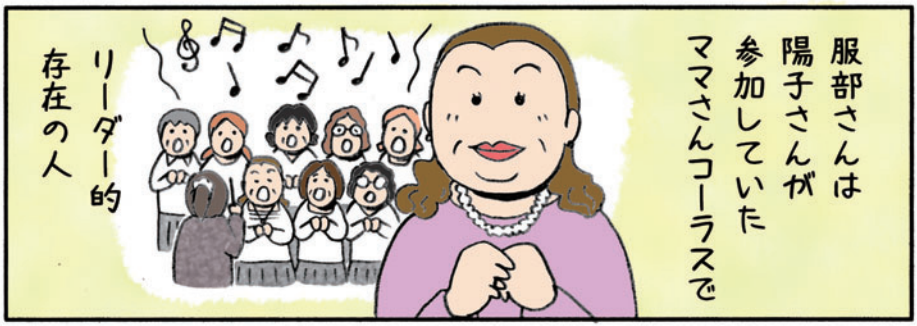
夫に頼むくらいなら
私が、やったほうが
てっとり早い
体力的には、しんどくても
気持ちは、そのほうが
楽だ
夫の思いは
ありがたいけれど…

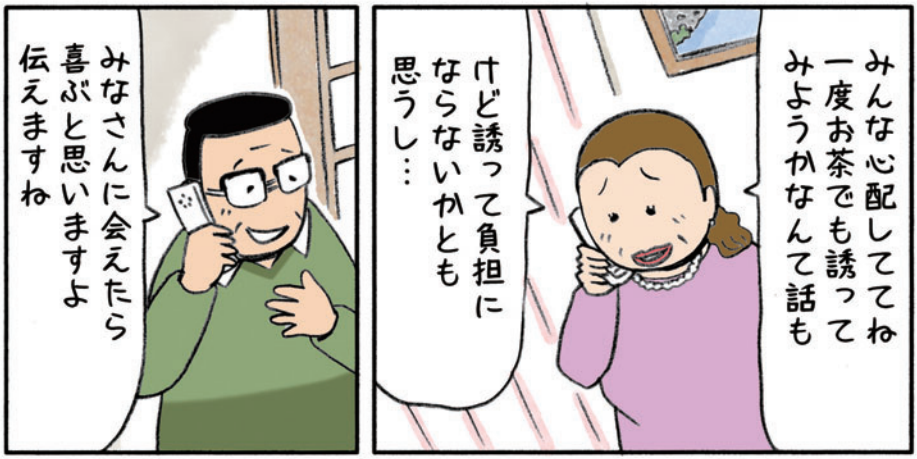
あ～食欲さえ戻れば
体力もついてもう少し
楽になるのに…

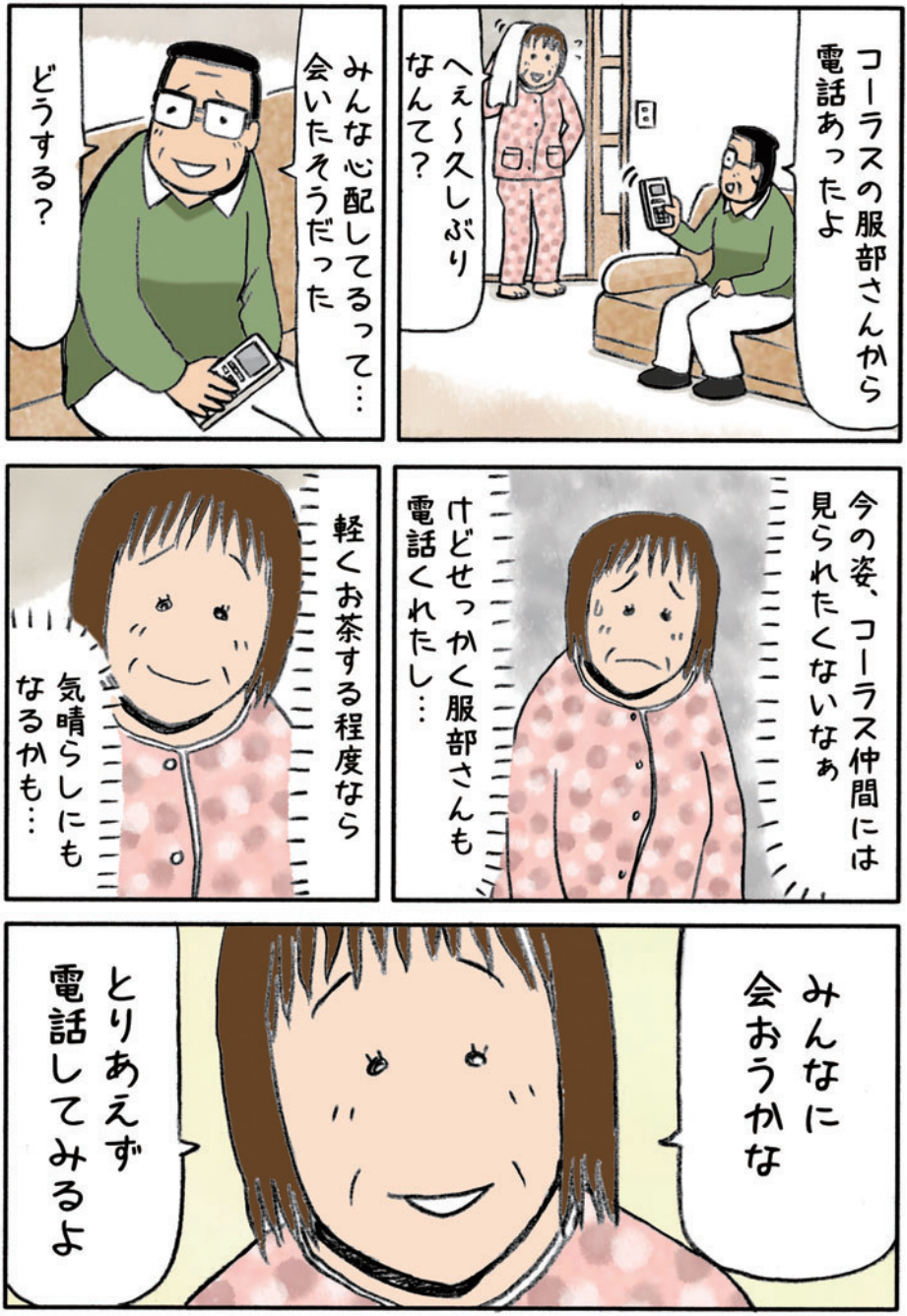
グツ
グツ
ガンなんだから
食欲がないのは
しょうがないか…

仲間からの電話

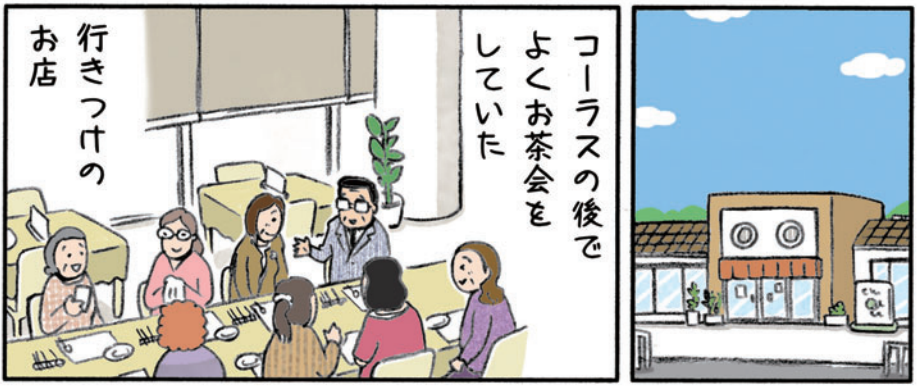

あ～服部さん
ごぶさたしてます
妻なら、今
お風呂に入ったとこで
いいの いいの
それなら丁度
よかった
陽子ちゃん
体調どう？

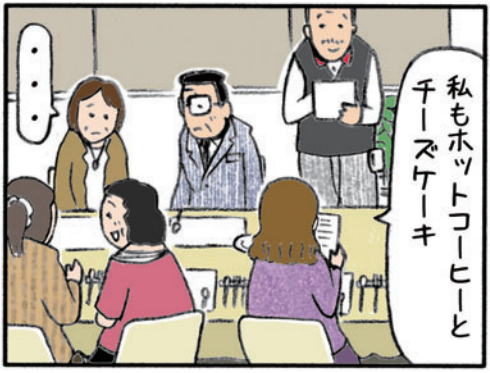

服部さんは
陽子さんが
参加していた
ママさんコーラスで
リーダー的
存在の人


みんな心配してててね
一度お茶でも誘って
みようかなんて話も
けど誘って負担に
ならないかとも
思うし…
みなさんに会えたら
喜ぶと思いますよ
伝えますね


コーラスの服部さんから電話あったよ
へぇ～久しぶりなんて？
みんな心配してるって…会いたそうだった
どうする？
今の姿、コーラス仲間には見られたくないなぁ
けどせっかく服部さんも電話くれたし…
軽くお茶する程度なら気晴らしにもなるかも…
みんなに会おうかな
とりあえず電話してみるよ

コーラス仲間と会う

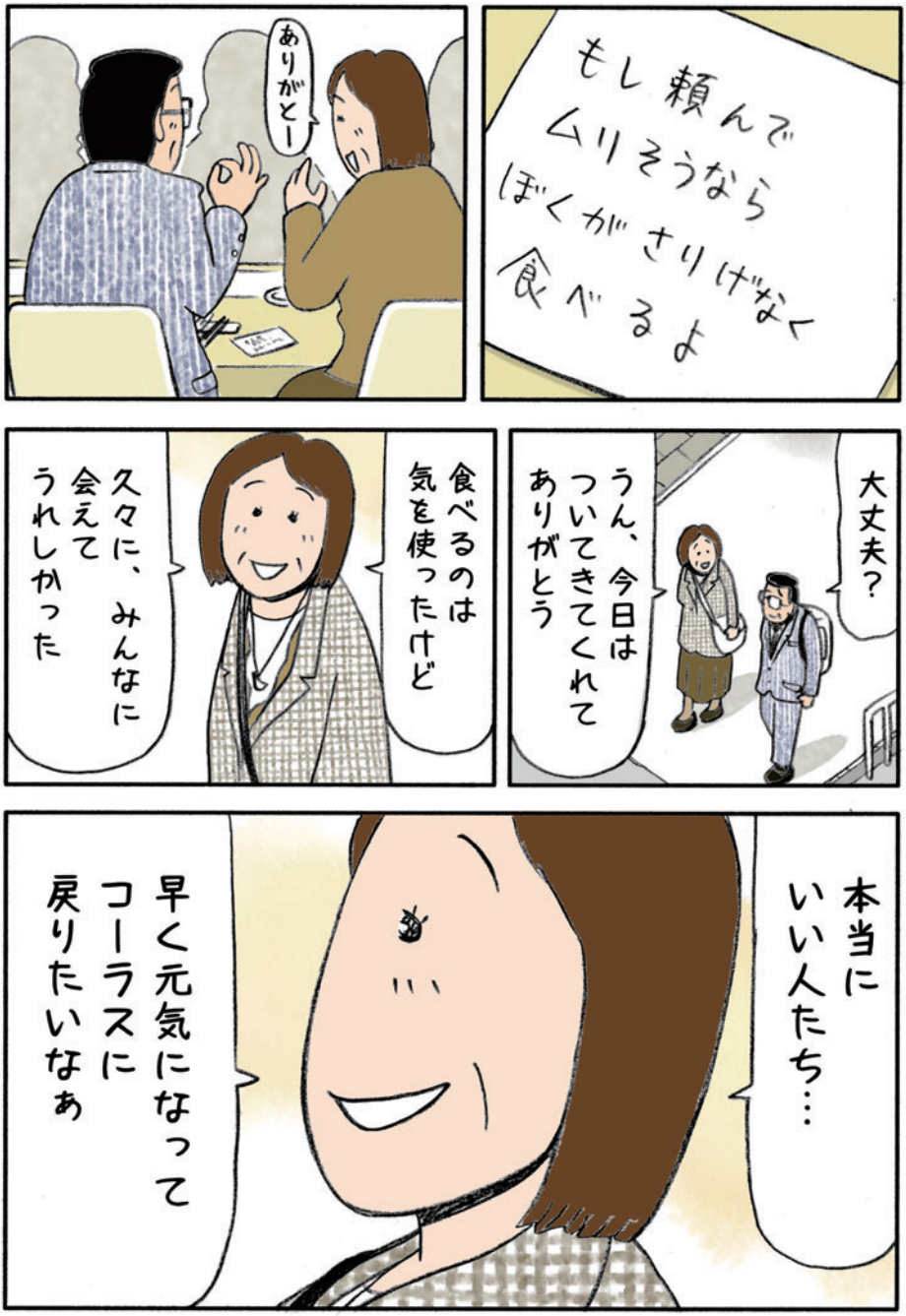

コーラスの後でよくお茶会をしていた
行きつけのお店


私もホットコーヒーとチーズケーキ
・・・

はぁ〜デザートでもきついなぁ
とりあえず一番小さいのにしよ…

ここで私がデザート断ったらみんなも頼みにくいだろうなぁ…

ん!?
サラサラ


もし頼んで
ムリそうなら
ぼくがさりげなく
食べるよ
ありがとー
大丈夫？
うん、今日は
ついてきてくれて
ありがとう
食べるのは
気を使ったけど
久々に、みんなに
会えて
うれしかった
本当に
いい人たち…
早く元気になって
コーラスに
戻りたいなぁ

長女と通院

○○総合病院

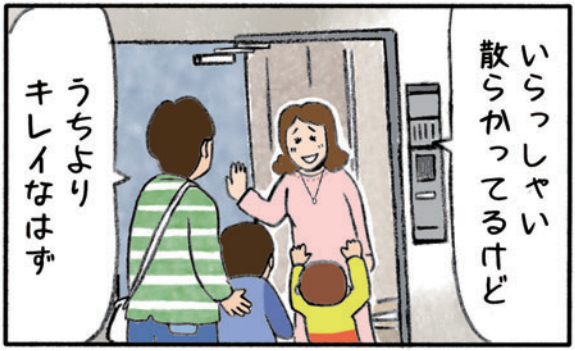
外来
父さん、私の通院付きそい皆勤賞だったのに
父さんだって自分の用事くらいあるわよ

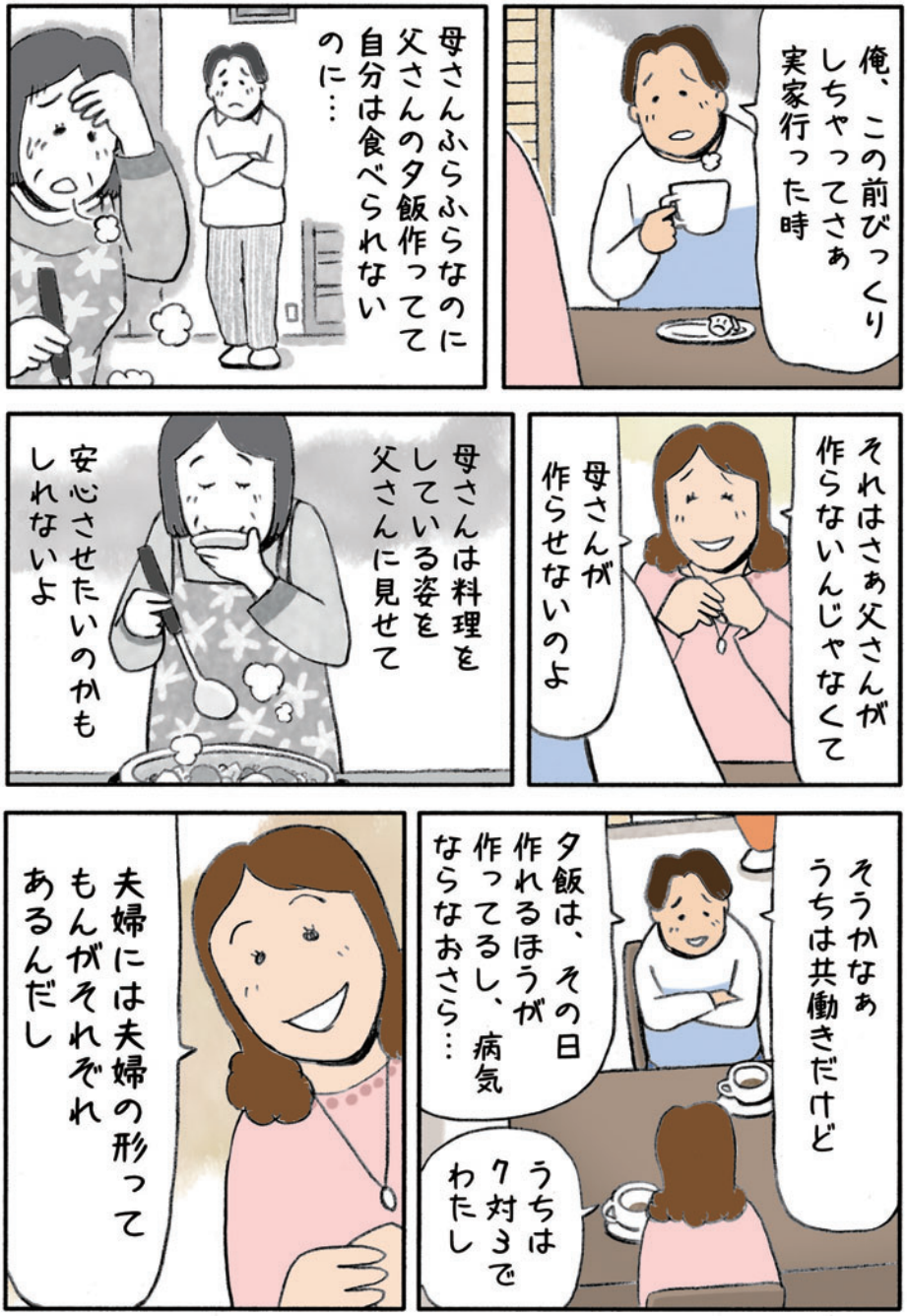
そうね私が病気になってから付き人みたいだし…

たまには息抜きさせてあげないと…

長男と長女

遊びに来たよー


いらっしゃい散らかってるけど
うちよりキレイなはず

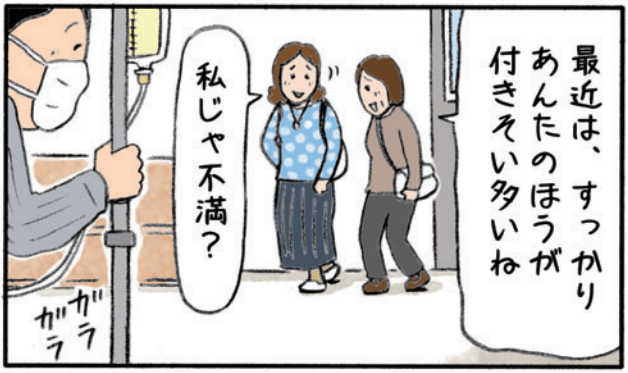

俺、この前びっくりしちゃってさぁ実家行った時
母さんふらふらなのに父さんの夕飯作ってて自分は食べられないのに…
それはさぁ父さんが作らないんじゃなくて
母さんが作らせないのよ
母さんは料理をしている姿を父さんに見せて安心させたいのかもしれないよ
そうかなぁうちは共働きだけど
夕飯は、その日作れるほうが作ってるし、病気ならなおさら…
うちは7対3でわたし
夫婦には夫婦の形ってもんがそれぞれあるんだし

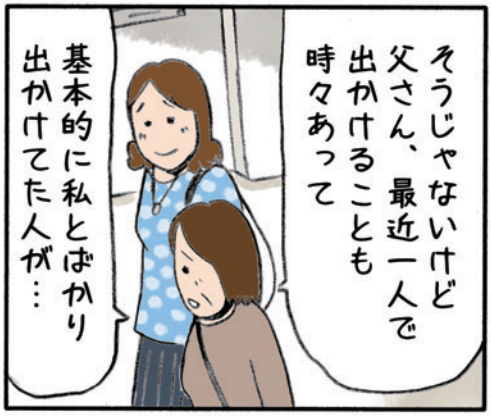
お父さんは
お父さんで色々
考えてるのよ

？

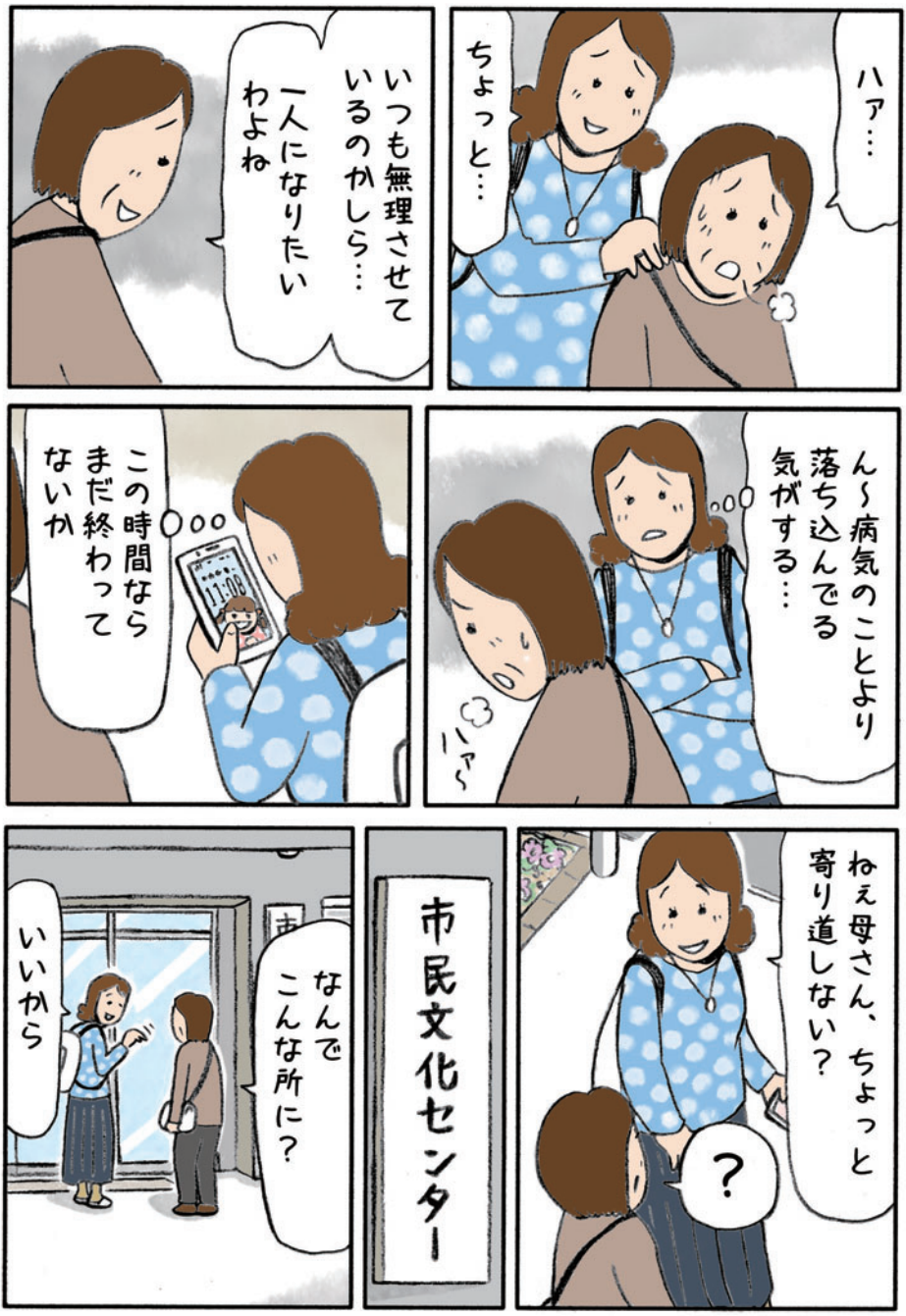
夫の秘密

○○総合病院

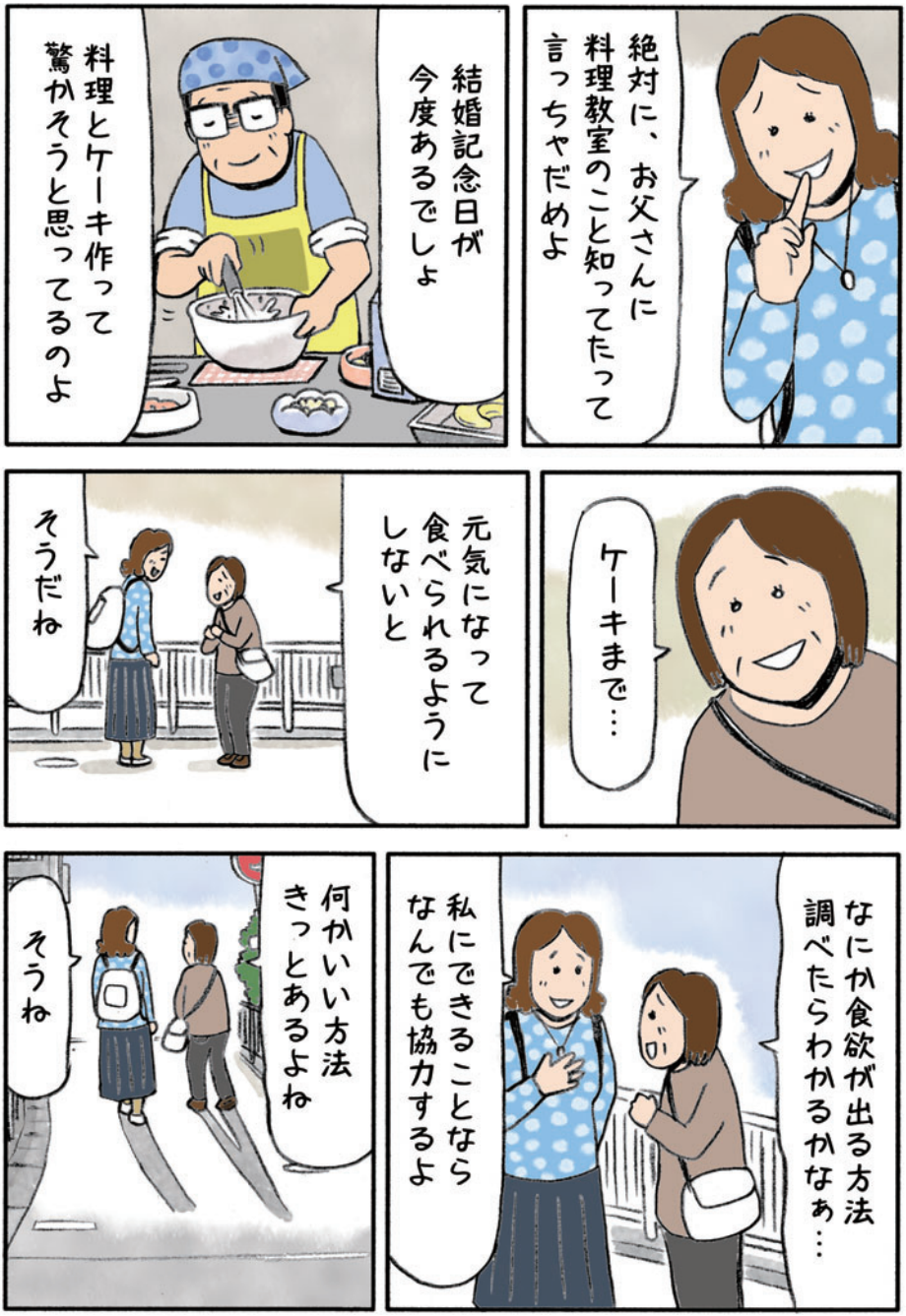

最近は、すっかり
あんたのほうが
付きそい多いね
私じゃ不満？
ガラ
ガラ


そうじゃないけど
父さん、最近一人で
出かけることも
時々あって
基本的に私とばかり
出かけてた人が…

散歩
行ってくる
ちょっと
買い物に


ハァ…
ちょっと…
いつも無理させているのかしら…
一人になりたいわよね
ん〜病気のことより落ち込んでる気がする…
ハァ〜
この時間ならまだ終わってないか
ねぇ母さん、ちょっと寄り道しない？
？
市民文化センター
なんでこんな所に？
いいから

ここからそっと向こう見て
なによ、なに？
あ…
え？なんで父さんが…
料理してる…？
父さんには黙っててくれって言われてるんだけど
最近の母さん見てられないから


絶対に、お父さんに料理教室のこと知ってたって言っちゃだめよ
結婚記念日が今度あるでしょ
料理とケーキ作って驚かそうと思ってるのよ
ケーキまで…
元気になって食べられるようにしないと
そうだね
なにか食欲が出る方法調べたらわかるかなぁ…
私にできることならなんでも協力するよ
何かいい方法きっとあるよね
そうね

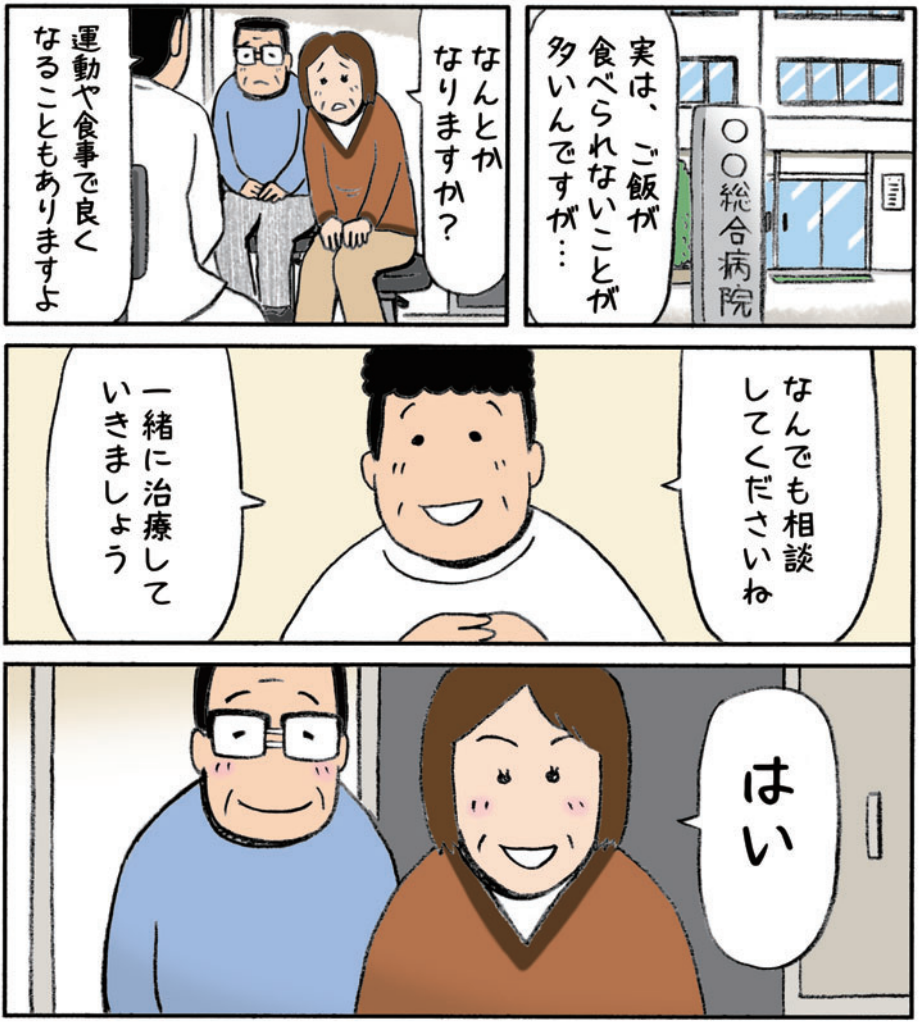
がん悪液質
あく えき しつ

市民講座

がんセミナー

『正しく知ろう
がん悪液質
～食欲不振や
体重減少への対策～』

場所：市民交流会館
日時：12月17日(土)



ご自分の症状を伝えることは
なかなか難しいことです。
医療従事者からの問いかけに答えられるように、事前にご自分の状態を振り返っておきましょう。

がん悪液質の解説

がん悪液質とは?

がんによる
新陳代謝の異常によって、
栄養の消費量が激しく増加し、
筋肉までも生命維持のために
使ってしまっている状態をいいます。
その結果、体重(特に筋肉量)が
減少します。[1)2)]

こんな症状に心あたりはありませんか?

- ☐ 食欲がなくなってきた
- ☐ 体が疲れやすくなってきた
- ☐ 歩くのがしんどい、わずかな段差に足が引っかかるようになってきた
- ☐ 体がだるいと感じる
- ☐ 体重が減ってきた

1つでも当てはまる方は、
「がん悪液質」という状態かもしれません。

医療従事者に相談しましょう。

3)乾　明夫. 癌と化学療法. 2005; 32: 743-9.
4)Takayama K, et al. Support Care Cancer. 2016; 24: 3473-80.

がん悪液質（あくえきしつ）がもたらす悪循環

食欲がなくなってくる

「食べる」という楽しみが奪われてしまう

体重が減ってくる

だるい、疲れやすくなってくる

足腰が弱ってくる

外出したくなくなる

外見の変化
本人・家族のストレス増加

寝たきり状態

うつ等の併発

気力の低下

体重が減ってきたり、食欲がなくなってくることは生活の質に影響したり、抗がん剤の効果を弱めることもあります。[3)4)]

心あたりがある場合は、近くの

1）EPCRC. Clinical practice guidelines on cancer cachexia in advanced cancer patients with a focus on refractory cachexia: European Clinical Guidelines 2011.
2）特定非営利活動法人 日本緩和医療学会 緩和医療ガイドライン委員会. 終末期がん患者の輸液療法に関するガイドライン 2013年版.

「普通に食事をしているのに痩せてきてしまう」「どうしても食欲が湧かない…」

がん悪液質という状態をご存知ですか？

多くのがん患者さんが抱える「食欲不振」「体重減少」の原因はがん悪液質かもしれません。がん悪液質.jpでは、動画やコラムなどでがん患者さんの抱える食事の悩みを取り上げ、がん悪液質とは?の疑問にお答えします。

がん悪液質.jp のコンテンツはこちら

- がん悪液質とは
- がん患者さんやご家族のためのコラム
- がん患者さん向けレシピ
- セルフチェック

がん悪液質.jp

がん悪液質.jp　検索

小野薬品のがん悪液質.jp に遷移します。

小野薬品工業株式会社

2025年2月作成
ADM-F10603B