



爪の変形・変色

□ 患者さんが感じる不便さには

「爪が湾曲し巻き爪となって痛い」
「爪が黒く変色し、スジがはいる」
「爪が薄くなり、割れやすい」

などがあります

□ 原因

抗がん剤の副作用

皮膚の基底細胞の細胞分裂や増殖が障害されたり、メラニンを生み出す細胞（メラノサイト）が活発になったり、爪の成長が障害されて起こると考えられています。

爪に障害を起こす可能性のある抗がん剤には、フルオロウラシル（5-FU）、TS-1、カペシタビン（ゼローダ）、ドセタキセル（タキソテル）、パクリタキセル（タキソール）、シタラビン（キロサイド）、一部の分子標的薬などがあります。

□ 生活の工夫

- ・手洗い後は皮膚が乾燥しないように、**ハンドクリーム**をぬり直しましょう。
- ・ハンドクリームやネイルオイルは爪を含む指先までしっかり使いましょう。
- ・爪を切るときは、**爪専用のやすり**を使うとよいでしょう。
爪切りを使うときは、入浴後の爪の柔らかい時にカットするようにし、深爪にならないように注意しましょう。
- ・爪が薄くなったり、割れやすくなったら**マニキュア**や**液体絆創膏**をぬって爪を保護しましょう。
爪の表面がでこぼこしたり、亀裂が入っていると、ひっかかたり傷をつけやすくなります。マニキュアやベースコートにぬると、ひび割れなどから爪を守ることができます。
除光液はどのタイプでも使用可ですが、使用後は手を洗ってハンドクリームをぬりましょう。
お湯で落とせるマニキュアもあります。
薄い綿の手袋や靴下で、爪を保護するのもよいでしょう。