



がんサロン結 便り

8月

がん治療による外見の変化で悩んでいませんか？

～脱毛やお肌、爪の対処について～

抗がん剤等の治療による副作用で、髪や眉毛・まつ毛の脱毛、爪割れや変色等外見の変化が伴います。見た目の変化によって気持ちの落ち込みや、常に病気を意識してしまう・相手にも意識させてしまうことで病人扱いされたり対等な関係でないような気がしてしまいます。普段通り役割を持ち生活ができるよう、無理なく対処(工夫)するポイントを化学療法室看護師よりお話ししました。

「美しくなければならない」、「こうしなきゃならない」という決まりはなく、ご自身がこれで良いかな、簡単にできるなという考え方で大丈夫です。ウィッグの選び方や爪の補強の仕方、元気そうに見えるチークの入れ方等をお伝えしました。

このようなお悩みのある方、女性ばかりでなく男性も 化学療法室やがん相談支援センター・緩和ケアセンター(130番)へお気軽にお声かけ下さい♪



● 次回予定 ●

日時：9月6日(水) 午後2時～4時

テーマ：「お食事のワンポイントサポート(仮)」

講師：栄養科 管理栄養士

場所：緩和ケアサロン (130番 がん診療・緩和ケアセンター内)

※参加費は無料です。申し込み不要ですのでお気軽に参加して下さい