

# 吐き気・嘔吐



症状は人によりさまざまで、治療期間中に軽い吐き気を感じるだけの方や、投与終了数時間から24時間にわたり嘔吐する方もいますし、数日間続く方もいます。前回投与時の経験から、治療のことを考えただけで薬を投与する前から吐き気を感じてしまう方もいます。

## 症状

食欲が落ちたり、臭いに敏感になったり、胃が重く感じたりします。時々吐くこともあります。

## 予防

- ・吐き気止めの注射や飲み薬を使用して、強い吐き気を抑えます。
- ・抗がん剤を投与する日は、あっさりとして水分の少ない消化のよいもの（トースト・ヨーグルト・果物など）を召し上がって下さい。
- ・からだを締めつけない服や下着を着用してください。

## 対策

- ・音楽を聴いたりして、リラックスしてみましよう。
- ・キャンディをなめたり、冷たい水でうがいをしましろう。
- ・食事は、食事形態の変更・味付けの工夫をしてみましよう。
  - \* 食べやすいように流動的なもの（ミキサーを利用した果物野菜ジュースなど）、お茶漬け、一口大のおにぎりなど
  - \* 食欲をそそるために、ふりかけや、柚子、しそなどほのかな香りの利用、
- ・吐き気が強く食事ができない時は栄養や水分を点滴で補給します。

