

えひめ 私のカルテ



乳がん

手術後ホルモン療法

お名前：_____

発行病院：_____ 松 山 赤 十 字 病 院 _____

発行年月日：2 0 _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____

は じ め に

「連携パス」とは、手術等を行った施設の医師と地域のかかりつけ医、保険薬局、訪問看護ステーション等があなたの治療経過を共有できる「治療計画表」のことです。

「連携パス」を活用し、病状が落ち着いているときの投薬や日常の診療はかかりつけ医が担当し、専門的な治療や定期的な検査は拠点病院が担当することによって、患者さんは、

- 最良の医療が継続して受けられます。
- ゆとりのある診察が受けられます。
- 病院・診療所での待ち時間が短くなります。
- 重複した検査・投薬が避けられます。
- 遠い人は通院の費用も軽減されます。



「連携パス」について心配やご不安がある場合は、遠慮なくお尋ねください。



も く じ

はじめに／もくじ	1
患者基礎情報	3
連携医療機関の一覧	5
乳がんの治療について	7
内分泌療法とは、どんな治療法ですか？	8
内分泌療法が適応になる場合とは？	9
内分泌療法で使われる薬の種類とは？	10
どのような副作用がありますか？	11
内分泌療法中に注意することはありますか？	13
その他に日常生活で注意することはありますか？	15
ホルモン剤の服用方法は？	16
乳がん連携パス	17
自己チェックシート	21
アロマターゼ阻害剤／タモキシフェン	
患者さん用メモ	35
医療者用連絡メモ	37
がん相談支援センターのご案内	39

患者基礎情報

記載日 年 月 日

氏名			
生年月日	明・大・昭・平	年	月 日
住所			
電話	自宅 ・ 携帯	-	-
緊急連絡先			
(電話 -)			
血液型	型	身長	cm 体重 kg
アレルギー歴 あり ・ なし			

薬の副作用

薬の名称	症 状	いつ頃

今までにかかった病気

☐ アレルギー性疾患

☐ 心臓の病気

☐ 腎臓の病気

☐ 肝臓の病気

☐ 消化器の病気

☐ その他

その他

連携医療機関の一覧

がん診療連携拠点病院名（記載日： 年 月 日）

松 山 赤 十 字 病 院

乳 腺 外 科

担 当 医： 川口 英俊

電話： ０８９ － ９２４ － １１１１（代 表）

かかりつけ医（初回受診日： 年 月 日）

電話： — —

調剤薬局

電話： — —

居宅介護支援センター、訪問看護ステーション、支援事業所など

ケアマネ：

担当者：

電話： — —

メモ

乳がんの治療について

乳がんは、肉眼的には手術によってがんを取り切ることができですが、なかには再発してしまうこともあります。これは、目に見えないがん細胞がからだに残っているためと考えられています。

そこで、再発の可能性を少なくするために、抗がん剤やホルモン剤を用いて残っているがん細胞を攻撃して、やっつける治療を行います。手術の補助的な役割を担うことから、これを「術後補助化学療法」、「術後補助内分泌（ホルモン）療法」といいます。

術後補助化学療法を行うと、手術後に何もしない場合と比べ、再発の可能性を減少させることが分かっています。乳がんの術後補助化学療法に用いるお薬は、目に見えないがん細胞を攻撃して死滅させ、その増殖を防ぐ働きがあります。しかし、がん細胞だけでなく正常な細胞にも影響を与えてしまうことがあるため、副作用があらわれることがあります。一方で術後補助内分泌（ホルモン）療法は、同様の効果が期待できますが、副作用が軽いとされています。化学療法後に内分泌療法を行うこともあります。

内分泌療法とは、どんな治療法ですか？

女性ホルモン（エストロゲン）の作用を抑制して、がんの増殖を抑える治療法です。

乳がんの中には、女性ホルモン（エストロゲン）の働きでがん細胞が増殖する「ホルモン感受性乳がん」があり、全体の6～7割を占めています。

このようなホルモン感受性乳がんに対しては、エストロゲンの作用を抑えることで乳がんの増殖を抑制する、内分泌療法（ホルモン療法）が有効です。

内分泌療法は、副作用が比較的少なく身体への負担が軽いのが特徴で、術後に長期間治療を続けることで、乳がんの再発を予防する効果が期待できます。このため、内分泌療法は、ホルモン感受性乳がんの中心的な治療法に位置づけられています。

内分泌療法が適応になる場合とは？

がん細胞に、エストロゲン受容体、プロゲステロン受容体が一定量以上ある場合です。

内分泌療法に適しているかどうかは手術などで取り除いたがん細胞を調べることでわかります。

細胞内に女性ホルモンを感知するエストロゲン受容体（ER）やプロゲステロン受容体（PgR）のいずれかが一定量以上ある場合は「ホルモン受容体陽性」となり、内分泌療法の効果が期待でき、この治療の適応となります。化学療法をする場合もあります。

一方、これらの受容体の少ない「ホルモン受容体陰性」の患者さんでは、内分泌療法の効果はあまり期待できないため、化学療法が用いられます。

内分泌療法で使われる薬の種類とは？

エストロゲンが作られることを抑える

アロマターゼ阻害剤（毎日内服）

エストロゲンの働きを抑える

抗エストロゲン剤（毎日内服）

女性ホルモンの低下やエストロゲンの働きを抑える

プロゲステロン製剤（毎日内服）

女性ホルモンを作る指令を抑える

LH - RH アゴニスト製剤（4週または12週に1回皮下注射）

などの薬が使われます。

アロマターゼ阻害剤は主に閉経後の人に、LH - RH アゴニスト製剤は主に閉経前の人に使われる薬です。

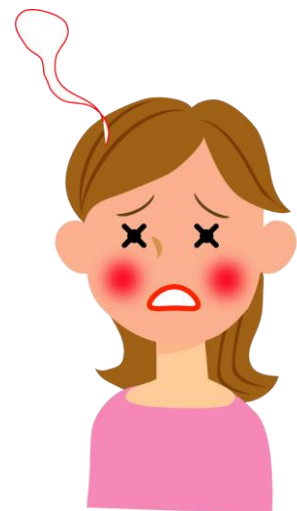
どの薬剤を使うかについては、年齢や閉経状態、治療歴などを考慮しながら選択します。

どのような副作用がありますか？

内分泌療法の副作用は比較的少ないといわれていますが、その症状の種類や程度には個人差があります。

よくみられる症状としては、低エストロゲン状態という更年期障害に似たほてり、発汗、めまい、関節痛、肝機能異常、性器出血、吐き気などです。また、エストロゲンは骨を健康的に保つ働きも持つため、低エストロゲン状態により、骨粗しょう症や骨折が起こりやすくなります。治療中は骨密度などの状態を定期的に観察することや、肝機能検査を定期的に行うことがすすめられていますので、医師の指示に従ってください。

つらい症状や気になる症状がある場合は、遠慮せず、医療スタッフに相談しましょう。



✓ ほてり・発汗

顔や身体が熱くなったり、部分的または全身的に汗をかきやすくなったりします。現在更年期症状がある方は、より強く症状が出る可能性があります。

✓ 吐き気

気持ちが悪くなったり、吐き気がしたりします。吐き気がひどい場合は、無理して食べずに医師に相談しましょう。

✓ 疲れやすい（疲労感）

✓ 発疹

✓ 性器からの出血、おりものが出る

✓ なかなか眠れない、寝ている時に何度も目が覚める

✓ めまい

✓ 身体の節々が痛い（関節痛）

✓ 手足のしびれ

内分泌療法中に注意することはありますか？

内分泌療法により、骨塩量（密度）が低下する場合があります。日頃から、カルシウムの多い食事や適度な運動を心がけてください。

●食事のバランスを考えてカルシウムを十分に摂る



日本人の1日のカルシウム必要量は 600mg といわれています。カルシウムは骨の形成には特に重要で、乳製品や大豆、小魚に多く含まれています。また、カルシウムだけでなく、ビタミンDやビタミンKも骨の形成に必要です。日頃からこれらの栄養素をバランスよく摂りましょう。

●カルシウムを多く含む食品

牛乳、乳製品、小松菜、チンゲン菜、大豆製品、小魚、干し海老、など



●ビタミンDを多く含む食品

きくらげ、サケ、ウナギ、サンマ、メカジキ、カレイ、など



●ビタミンKを多く含む食品

卵、納豆、ほうれん草、小松菜、にら、ブロッコリー、サニーレタス、キャベツ、など

●適度な運動を行う

適度な運動により、カルシウムが骨に蓄積されます。

特に歩くことは運動の基本ですので、1日 6000 歩ぐらいを目安に歩くようにしましょう。また、朝の手足のこわばりなどには、起き掛けに手足を動かすことが効果的だといわれています。

●日光浴をする

皮膚にあるビタミン D は紫外線により活性化されカルシウムの吸収が高まります。適度な運動とともに、日光にも当たるようにしましょう。



その他に日常生活で注意することはありますか？

基本的にこれまでの生活を変える必要はありません。

無理をせず、いつも通りに生活してください。

●食事、飲酒、喫煙のこと

バランスのとれた食事を心がけ、飲酒はほどほどに、喫煙は健康を害するおそれがあるのでやめましょう。

●ホルモン剤以外の薬のこと

他に薬を服用している人は、必ず主治医に伝えてください。また、市販薬を服用する場合は、服用前に医師の確認が必要です。作用の違う薬と一緒に服用するとホルモン剤や市販薬の効き目が強くなったり、また逆に弱くなったりすることがあります。

●性生活のこと

これまで通りで大丈夫ですが、タモキシフェンの使用中は避妊が必要です。治療中に膣の乾燥などが起こった場合には、潤滑ゼリーや潤滑剤付きのコンドームを使用するのもよいでしょう。

ホルモン剤の服用方法は？

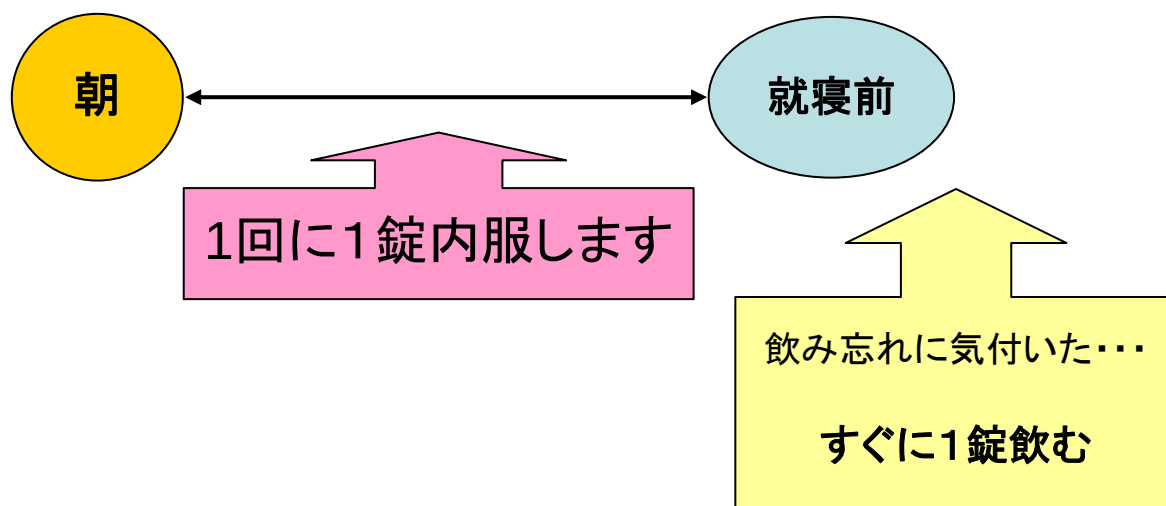
1日1回 服用します。

【飲み忘れ時の対応】

- 就寝前までに気づいた時：すぐに飲みましょう
- 翌日に2錠は飲まないでください。

＜標準的な飲み方＞

5～10 年間、毎日続けて飲みます



■副作用があらわれた場合は、一定の期間お休みすることもあります。十分な効果を引き出すためには、決められた期間服用を続けることが大切です。

乳がん手術後連携パス



■手術日 年 月 日 ■ホルモン療法開始日 年 月 日

診療場所		かかりつけ医	拠点病院	かかりつけ医	拠点病院	かかりつけ医		
経過			6ヶ月		1年		1年 6ヶ月	
月 日		/	/	/	/	/	/	/
問診	痛み、発熱、上肢のむくみの有無、その他の症状を確認します。	○	○	○	○	○	○	○
視触診	患部側の乳房、肩関節の運動障害、対側の乳房視触診して合併症や再発の有無を確認します。	○	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査（肝機能、腎機能をみます）		○		○		○	
	マンモグラフィー				○			
	超音波検査				(○)			
	CT（全身の転移の有無をみます）				(○)			
	骨シンチ（骨の転移の有無をみます）				(○)			
	子宮体癌検診（タモキシフェン内服の場合）				△			
	骨密度測定（アロマターゼ阻害剤内服の場合）		(○)		○			
投薬	薬を処方します。	○	○	○	○	○	○	○
	抗エストロゲン剤（TAM）	○	○	○	○	○	○	○
	アロマターゼ阻害剤（AI 剤）	○	○	○	○	○	○	○
説明	検査結果についての説明や副作用、合併症の対処方法を確認します。	○	○	○	○	○	○	○

5年間スケジュール



○は必須項目 ○印以外は必要時行うようになります

拠点 病院	かかりつけ医			拠点 病院	かかりつけ医			拠点 病院	かかりつけ医			拠点 病院
2年		2年 6ヶ月		3年		3年 6ヶ月		4年		4年 6ヶ月		5年
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○		○		○		○		○		○		○
○				○				○				○
(○)				(○)				(○)				(○)
(○)				(○)				(○)				(○)
(○)				(○)				(○)				(○)
△				△				△				△
○				○				○				○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

乳がん手術後連携パス



■手術日 年 月 日 ■ホルモン療法開始日 年 月 日

診療場所		かかりつけ医			拠点病院	かかりつけ医		
経 過			5年 6ヶ月		6年		6年 6ヶ月	
月 日		/	/	/	/	/	/	/
問診	痛み、発熱、上肢のむくみの有無、その他の症状を確認します。	○	○	○	○	○	○	○
視触診	患部側の乳房、肩関節の運動障害、対側の乳房視触診して合併症や再発の有無を確認します。	○	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査（肝機能、腎機能をみます）		○		○		○	
	マンモグラフィー				○			
	超音波検査				(○)			
	CT（全身の転移の有無をみます）				(○)			
	骨シンチ（骨の転移の有無をみます）				(○)			
	子宮体癌検診（タモキシフェン内服の場合）				△			
	骨密度測定（アロマターゼ阻害剤内服の場合）				○			
投薬	薬を処方します。	○	○	○	○	○	○	○
	抗エストロゲン剤（TAM）	○	○	○	○	○	○	○
	アロマターゼ阻害剤（AI 剤）	○	○	○	○	○	○	○
説明	検査結果についての説明や副作用、合併症の対処方法を確認します。	○	○	○	○	○	○	○

10年間スケジュール



○は必須項目 ○印以外は必要時行うようになります

拠点 病院	かかりつけ医			拠点 病院	かかりつけ医			拠点 病院	かかりつけ医			拠点 病院
7年		7年 6ヶ月		8年		8年 6ヶ月		9年		9年 6ヶ月		10年
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○		○		○		○		○		○		○
○				○				○				○
(○)				(○)				(○)				(○)
(○)				(○)				(○)				(○)
(○)				(○)				(○)				(○)
△				△				△				△
○				○				○				○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

自己チェックシート

自己チェックシートは、患者さんとかかりつけ医や、がん診療連携拠点病院の担当医の連絡表です。

薬の副作用や、がんの術後に予想される症状を箇条書きにしておりますので、該当する症状がある場合は○、△で記入してください。

該当する症状が箇条書きにない場合は、メモのページに具体的に記入してください。



記入例

乳がん自己チェックシート

症状（異常）がある方は「有」に○印をつけ、下記項目に○、△でお答えください。

■ 記入方法 はい・・・○ ときどき・・・△

自己チェック項目		術後 ヶ月目			
		7 / 1	/	/	/
症状（異常）の有無 ※何らかの症状がある場合は、下記項目に印をつけてください。		有・無	有・無	有・無	有・無
副作用	関節の痛みがある（アロマゼ 阻害剤）	○			
	不正出血がある（タキソール）				
	おりものが増え、かゆみがある（タキソール）				
	ほてり、発汗がある				
	発疹があり、かゆみがある				
	吐き気がある				
	体重増加がある				
自己検診	患側の腕にむくみがある	△			
	腕があがらないことがある	○			
	腕を上げると痛みがある	△			
	手術の傷の周囲に赤み、熱感がある				
	乳房にしこりがある				
	乳房の痛みがある				
	わきの下に硬いものが触れる				
その他					

乳がん自己チェックシート



■記入方法 はい・・・○ ときどき・・・△

自己チェック項目		術後 ヶ月目			
		/	/	/	/
症状（異常）の有無 ※何らかの症状がある場合は、下記項目に印をつけてください。		有・無	有・無	有・無	有・無
副作用	関節の痛みがある（アロマゼ 阻害剤）				
	不正出血がある（タキソール）				
	おりものが増え、かゆみがある（タキソール）				
	ほてり、発汗がある				
	発疹があり、かゆみがある				
	吐き気がある				
	体重増加がある				
自己検診	患側の腕にむくみがある				
	腕があがらないことがある				
	腕を上げると痛みがある				
	手術の傷の周囲に赤み、熱感がある				
	乳房にしこりがある				
	乳房の痛みがある				
	わきの下に硬いものが触れる				
その他					



●アロマターゼ阻害剤/タモキシフェン

[illegible]

乳がん自己チェックシート



■記入方法 はい・・・○ ときどき・・・△

自己チェック項目		術後 ヶ月目			
		/	/	/	/
症状（異常）の有無 ※何らかの症状がある場合は、下記項目に印をつけてください。		有・無	有・無	有・無	有・無
副作用	関節の痛みがある（アロマゼ 阻害剤）				
	不正出血がある（タキソール）				
	おりものが増え、かゆみがある（タキソール）				
	ほてり、発汗がある				
	発疹があり、かゆみがある				
	吐き気がある				
	体重増加がある				
自己検診	患側の腕にむくみがある				
	腕があがらないことがある				
	腕を上げると痛みがある				
	手術の傷の周囲に赤み、熱感がある				
	乳房にしこりがある				
	乳房の痛みがある				
	わきの下に硬いものが触れる				
その他					



●アロマターゼ阻害剤/タモキシフェン

[illegible]

乳がん自己チェックシート



■記入方法 はい・・・○ ときどき・・・△

自己チェック項目		術後 ヶ月目			
		/	/	/	/
症状（異常）の有無 ※何らかの症状がある場合は、下記項目に印をつけてください。		有・無	有・無	有・無	有・無
副作用	関節の痛みがある（アロマゼ 阻害剤）				
	不正出血がある（タキソール）				
	おりものが増え、かゆみがある（タキソール）				
	ほてり、発汗がある				
	発疹があり、かゆみがある				
	吐き気がある				
	体重増加がある				
自己検診	患側の腕にむくみがある				
	腕があがらないことがある				
	腕を上げると痛みがある				
	手術の傷の周囲に赤み、熱感がある				
	乳房にしこりがある				
	乳房の痛みがある				
	わきの下に硬いものが触れる				
その他					



●アロマターゼ阻害剤/タモキシフェン

[illegible]

乳がん自己チェックシート



■記入方法 はい・・・○ ときどき・・・△

自己チェック項目		術後 ヶ月目			
		/	/	/	/
症状（異常）の有無 ※何らかの症状がある場合は、下記項目に印をつけてください。		有・無	有・無	有・無	有・無
副作用	関節の痛みがある（アロマゼ 阻害剤）				
	不正出血がある（タキソール）				
	おりものが増え、かゆみがある（タキソール）				
	ほてり、発汗がある				
	発疹があり、かゆみがある				
	吐き気がある				
	体重増加がある				
自己検診	患側の腕にむくみがある				
	腕があがらないことがある				
	腕を上げると痛みがある				
	手術の傷の周囲に赤み、熱感がある				
	乳房にしこりがある				
	乳房の痛みがある				
	わきの下に硬いものが触れる				
その他					



●アロマターゼ阻害剤/タモキシフェン

[illegible]

乳がん自己チェックシート



■記入方法 はい・・・○ ときどき・・・△

自己チェック項目		術後 ヶ月目			
		/	/	/	/
症状（異常）の有無 ※何らかの症状がある場合は、下記項目に印をつけてください。		有・無	有・無	有・無	有・無
副作用	関節の痛みがある（アロマゼ 阻害剤）				
	不正出血がある（タキソール）				
	おりものが増え、かゆみがある（タキソール）				
	ほてり、発汗がある				
	発疹があり、かゆみがある				
	吐き気がある				
	体重増加がある				
自己検診	患側の腕にむくみがある				
	腕があがらないことがある				
	腕を上げると痛みがある				
	手術の傷の周囲に赤み、熱感がある				
	乳房にしこりがある				
	乳房の痛みがある				
	わきの下に硬いものが触れる				
その他					



●アロマターゼ阻害剤/タモキシフェン

[illegible]

乳がん自己チェックシート



■記入方法 はい・・・○ ときどき・・・△

自己チェック項目		術後 ヶ月目			
		/	/	/	/
症状（異常）の有無 ※何らかの症状がある場合は、下記項目に印をつけてください。		有・無	有・無	有・無	有・無
副作用	関節の痛みがある（アロマゼ 阻害剤）				
	不正出血がある（タキソール）				
	おりものが増え、かゆみがある（タキソール）				
	ほてり、発汗がある				
	発疹があり、かゆみがある				
	吐き気がある				
	体重増加がある				
自己検診	患側の腕にむくみがある				
	腕があがらないことがある				
	腕を上げると痛みがある				
	手術の傷の周囲に赤み、熱感がある				
	乳房にしこりがある				
	乳房の痛みがある				
	わきの下に硬いものが触れる				
その他					

●アロマターゼ阻害剤/タモキシフェン

[illegible]

患者さん用メモ

年 月 日	気になることがあれば自由にご記載ください。

患者さん用メモ

年 月 日	気になることがあれば自由にご記載ください。

医療者用連絡メモ

年 月 日	連絡事項等あればご記載ください。	サイン

医療者用連絡メモ

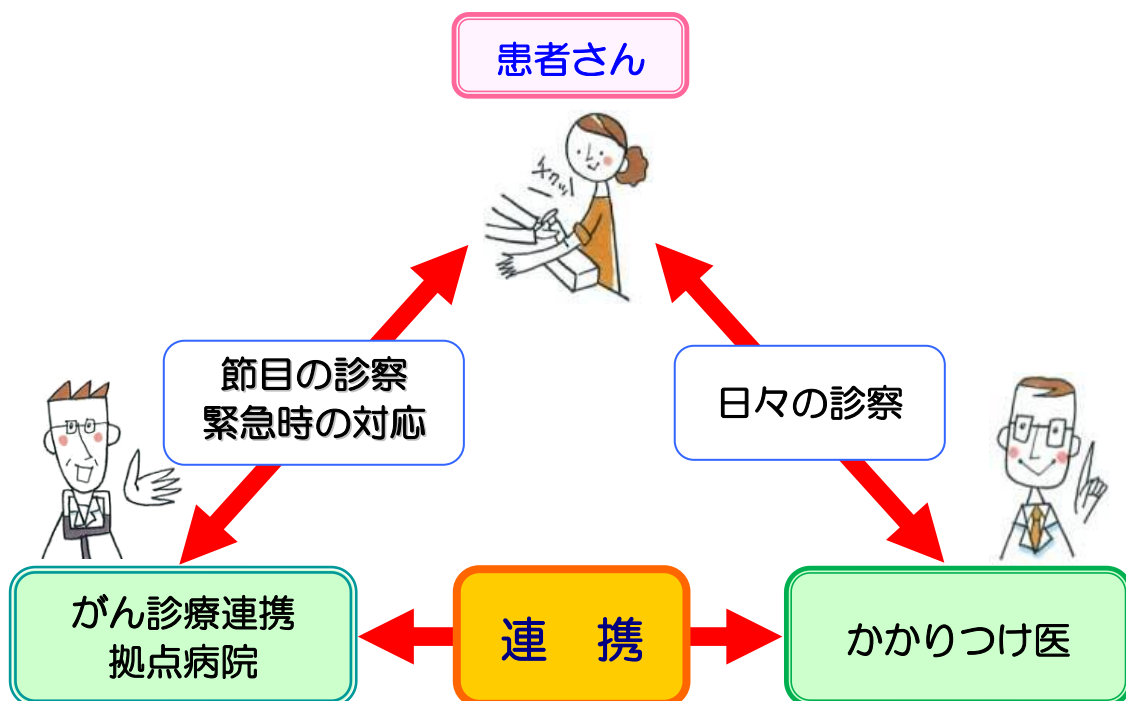
年 月 日	連絡事項等あればご記載ください。	サイン

がん相談支援センターのご案内

がん診療連携拠点病院の「がん相談支援センター」では、専任の看護師、医療ソーシャルワーカーががんに関するあらゆる相談に応じています。

- がんの痛みや不安について
- がん治療の費用について
- 家族の方の不安について
- 一般の方のがんに関するご質問・・・など。

退院後の生活に必要なサポートについても、主治医、病棟の看護師、地域の医療・福祉関係者と考えていくとともに、かかりつけ医とがん診療連携拠点病院とのスムーズな連絡・連携の窓口としての役割も果たしています。



ご心配な点があれば、まずはかかりつけ医にご相談ください。

かかりつけ医に連絡がつかない場合は、以下にご連絡下さい。

● がん診療連携拠点病院： **松山赤十字病院**

● 窓口名：がん相談支援センター

● 平 日 8：30 ～ 17：10

がん相談支援センター

（直 通）089-926-9630

● 平日時間外及び土、日、祝祭日（緊急時）

日直／夜間当直（※看護師）

（代 表）089-924-1111

がん治療連携計画策定料、指導料
算定 ☐ なし ☐ あり



みかんの花



かかりつけ医

病院名： _____

担当医： _____ 先生

電 話： _____

※拾った方は上記にお届け下さい。

