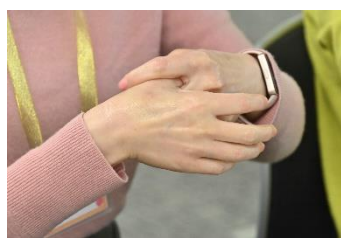


がん治療による肌トラブルに悩む患者さんのQOL向上への貢献を目指すセミナー
働く女性のがん患者さん向け「肌ケアセミナー」を開催
「自分を大切にする時間をもって、鏡を見る時間が楽しくなりそうで嬉しい」など
参加者が QOL 向上を実感

第一三共ヘルスケア株式会社（本社：東京都中央区）は、働く女性のがん患者さんを対象とした「肌ケアセミナー」を2月2日（日）に東京・日本橋で開催し、30名近くのがんの罹患者や経験者の方々が参加しました。

女性のがん罹患者数は特に現役世代である30・40代において男性よりも多く、仕事と治療の両立が課題となっています。そうした中、がん治療によって皮膚障害が生じるなど、肌の悩みを抱える方は少なくありません。本セミナーでは、がん治療中に起こりやすい皮膚症状や、肌のマッサージ方法などを実演しながら紹介し、日々の生活の中で取り入れたい肌ケアをご紹介します。

「肌ケアセミナー」は今回で8回目を迎えます。第一三共ヘルスケアは今後も本セミナーを通じ、がん患者さんのQOL（生活の質）向上に貢献してまいります。



■セミナー 開催概要

- ・ セミナー名：治療による肌トラブルに悩む 働く女性のがん患者さん向け「第8回 肌ケアセミナー in 東京」
- ・ 日時：2025年2月2日（日）11:00～12:00
- ・ 会場：AP日本橋（東京都中央区日本橋3-6-2）
- ・ 登壇者 / プログラム：
 - ✓ セミナー主催者ご挨拶（第一三共ヘルスケア 広報部 薬剤師 上吉川 奈央）
 - ✓ 抗がん剤治療中から取り入れたいスキンケアについて（看護師 東島愛美氏）
 - ✓ 肌ケア体験講義（アピランス・サポート東京 アピランス・サポート相談室 室長 村橋紀有子氏）

■ セミナー主催者ご挨拶概要 ＜セルフケア領域でがん患者さんの生活の質（QOL）向上に貢献する＞



第一三共ヘルスケア 広報部 上吉川 奈央

第一三共ヘルスケア 広報部 上吉川 奈央から本セミナーの趣旨と想いについて語りました。「2人に1人ががんになる今日、特に、治療と仕事の両立が課題となる30・40代では、男性よりも女性でがん罹患者数が多い」と、ミドル世代におけるがん罹患の実態を伝えました。また治療に伴う肌トラブルの影響として「がん患者さんの身体的不快感だけではなく、日常生活への不安やストレスにつながる可能性がある」と述べました。同社の調査結果から、「適切な肌ケアを実践している患者の多くが、心理面でもポジティブな変化を感じていることが明らかとなりましたが、具体的なケア方法がわからないという課題も浮き彫りになりました」と説明しました。この課題に対応するため、第一三共ヘルスケアでは適切な肌ケアの方法を広めることを目的としたセミナーを開催しており、「セルフケア領域でがん患者さんの生活の質（QOL）向上に貢献し、がん患者さんの生活に明るい光をもたらしたい」と想いを伝えました。

■ 抗がん剤治療中から取り入れたいスキンケアについて ＜肌ケアで重要な3つのポイント－保清・保湿・保護＞



看護師 東島 愛美氏

看護師の東島愛美氏から「がん治療中に日常から取り入れたいスキンケアについて」講義を行いました。皮膚の構造や抗がん剤治療による肌への影響として「抗がん剤で基底層がダメージを受けると、肌の新陳代謝が悪化して肌が乾燥しやすくなります」と説明しました。スキンケアの方法として「弱酸性、アルコールフリー、泡タイプなどの低刺激な洗浄料で『なで洗い』をして肌の清潔を保ちましょう」と肌に対する摩擦を少なくするなど、肌刺激を与えないようにケアをし、肌を清潔に保つことの重要性を伝えました。また、保湿剤で肌のバリア機能を考えたケアを日中や就寝前などこまめに続けることが重要と説明しました。最後に皮膚保護の観点から「一年を通した紫外線対策によって肌のバリア機能をサポートし、しみやシワの原因を防ぎましょう」とバリア機能が低下しがちな敏感肌向けの紫外線対策を促しました。肌ケアで重要な「保清・保湿・保護」の3つのポイントをセミナー参加者にアドバイスしました。

■ 肌ケア体験講座 ＜治療で頑張った自分をねぎらって、心地よい時間を過ごしてほしい＞



アピランス・東京 アピランス・サポート相談室室長 村橋紀有子氏

アピランス・サポート東京 アピランス・サポート相談室 室長 村橋紀有子氏による「肌ケア体験講座」が行われた。はじめに「がんの治療中は抗がん剤の副作用で肌のくすみ、痒みなど『お医者さんに相談するほどでもないけど、どうすればよいのか』と悩んでいる患者さんはとても多いです」と肌の悩みが患者さんからあがることを紹介しました。「日常的に肌ケアを取り入れることで肌の状態を健やかに保つことができます。こまめなケアが肌を守るカギとなります」と伝えました。講義の最後には「『肌ケア』は外見を整えることにとどまらず、自己肯定感の向上につながります。自分自身を癒やし、心に安らぎを与える貴重な時間です」「治療で頑張った自分をねぎらって、少しでも穏やかに心地よい時間を『肌ケア』を通して過ごしていただきたいと思います」と生活の質（QOL）向上のカギとなるがん治療中の肌ケアの重要性を村橋氏の想いととも語りました。そして、医学的知見に基づいた手順で静脈とリンパの流れを促し、顔や手足の浮腫を改善する“巡活マッサージ”のやり方を詳しく説明しました。マッサージをするときは「ベタベタするのを気にせず、乳液をたっぷり使用してください。肌に摩擦を起こさないように力を入れすぎず優しく流しましょう」と手の動かし方などをレクチャーしました。

■ 参加者のコメント

<「自分を大切にする時間をもって、鏡を見る時間が楽しくなりそうで嬉しい」>

セミナー終了後に参加者からの感想として、「がん治療で顔が暗くなり、むくんでパンパンになっていた顔を自分の手でメンテナンスする方法を教えてもらえた」や「肌の基本的なことを改めて知ることができた」「全てとても楽しく、肌を大切にしようと思った」などとトラブルに関する悩みに対してサポートができたと実感しました。そのほかにも、「自分を大切にする時間をもって、鏡を見る時間が楽しくなりそうで嬉しい」や「初めて参加したが、家庭的なセミナーで皆さんも病気を克服され元気で活躍しているところを見ると勇気をもらえる」と未来への自分に前向きになれたような声がありました。

■ 第一三共ヘルスケアについて

第一三共ヘルスケアは、第一三共グループ*の企業理念にある「多様な医療ニーズに応える医薬品を提供する」という考えのもと、生活者自ら選択し、購入できる OTC 医薬品の事業を展開しています。

現在、OTC 医薬品にとどまらず、スキンケアやオーラルケアへと事業領域を拡張し、コーポレートスローガン「Fit for You 健やかなライフスタイルをつくるパートナーへ」の実現に向けて取り組んでいます。

こうした事業を通じて、自分自身で健康を守り対処する「セルフケア」を推進し、誰もがより健康で美しくあり続けることのできる社会の実現に貢献します。

* 第一三共グループは、イノベーション医薬品（新薬）・ワクチン・OTC 医薬品の事業を展開しています。