がん治療継続のためのアピアランスケア

皮膚の変化や傷跡へのケア

がん治療中の皮膚の変化

化学療法や放射線治療により、色素沈着（皮膚が黒っぽくなること）、くすみ、シミ、黒褐色のそばかすのような色素斑（しきそばん）がたくさん現れるなど、皮膚の変化が現れることがあります。手術の傷跡が残ったり、ケロイド状になったりすることもあります。

見た目の変化に対する感じ方は、患者さんによって異なります。まわりにはそれほどでもない変化に見えても、患者さん自身は非常に気になり、行動が消極的になってしまうこともあります。

胸部や腹部など、普段は衣服に隠れている部位の傷であっても、旅行に行きづらいなどの原因ともなり、やりたいことをあきらめてしまう人がいます。

ケアのポイント

カバーメイクを利用してみましょう。

カバー効果の極めて高いファンデーションが、「カバーメイク用ファンデーション」として市販されています。ボディ用は、手術の傷跡などのカバーに便利です。耐水性の高いタイプは、ファンデーションを塗布したまま、入浴やプール浴も可能です。

がん治療に伴う皮膚障害のカバーメイク例

軽度な色素沈着やシミであれば、一般的なファンデーションでカバーできます。これまで使用していたカラーより1～2段階、明度の低いものを試してみましょう。症状が重度の場合は、カバーメイク専用の化粧品もあります。

肌の色や傷のカバーメイクの工夫

- **落ちにくいメイクでしっかりカバー**

夏場はとくに汗でメイクが落ちやすくなるので、落ちにくく皮膚への刺激が少ない日焼け止めを使用しています。ファンデーションの前にコントロールカラーを使うことで、肌全体が明るくなり、黒ずみをカバーしてくれます。（30代女性）

【いつもと違う症状があるときには、医師や看護師、薬剤師等に相談しましょう】

連絡先（医療機関名）

がん情報サイト Assist はこちら

https://oncology-assist.jp/public/

Copyright © 2022DAIICHI SANKYO ESPHA CO., LTD. All Rights Reserved.

ここが知りたい Q&A

● Q. 汗や水に強いファンデーションを使っても、大丈夫でしょうか?

A. 使用したい部位に、感染や炎症などがなければ大丈夫です。ただし、カバー用ファンデーションに限らず、すべての化粧品でアレルギーを起こす可能性がゼロではありません。

● Q. カバー用ファンデーションを使用する際に注意することはありますか?

A. 使用前に保湿を十分に行うとファンデーションのノリが良くなります。落とす際には、どうしてもこすりがちになるので、皮膚に刺激を与えないよう、摩擦を避けながらていねいに落としましょう。

ドクターからのアドバイス

治療中でも、特別な化粧品を使う必要はありません。
カバーメイク用の化粧品を使うことで、シミや傷跡などを手軽にカバーできる場合もあります。説明書やメーカーのウェブサイトを参考に利用してください。

この記事は2021年9月現在の情報となります。

【いつもと違う症状があるときには、医師や看護師、薬剤師等に相談しましょう】

連絡先（医療機関名）

がん情報サイト Assist はこちら

https://oncology-assist.jp/public/

Copyright © 2022DAIICHI SANKYO ESPHA CO., LTD. All Rights Reserved.