



## 移植を受ける患者さん

### ① 初期治療

寛解（症状の軽減・消失）をめざして、2～3種類の薬剤（抗がん剤など）を併用する導入療法を行います。

### ② 移植

導入療法が有効な場合、さらに強力な治療を行います。大量の化学療法（抗がん剤治療）を行い、腫瘍を根絶させます。その後、「自家造血幹細胞移植<sup>\*1</sup>」を行うことで造血機能を回復させます。

### ③ 経過観察または維持療法

造血機能の回復を観察するとともに、場合によっては症状の再燃<sup>\*2</sup>（再発）を予防するために薬剤の投与を継続します。

### ④ 救援療法または再移植

症状が再燃<sup>\*2</sup>（再発）した場合や導入療法で寛解しなかった場合、救援療法として導入療法と異なる薬剤を用いた治療を検討します。あるいは初回の移植が長期間有効で、移植可能な状態の場合、2回目の移植を検討します。

## 移植を受けない患者さん

### ① 初期治療

推奨されるいくつかの薬剤（抗がん剤など）を併用する導入療法を一定期間継続します。

### ③ 経過観察または維持療法

導入療法の後、寛解（症状の軽減・消失）した場合には経過を観察します。場合によっては一定期間初期治療に用いた薬剤の投与を継続します。

### ④ 救援療法

症状が再燃<sup>\*2</sup>（再発）した場合や導入療法で寛解しなかった場合、救援療法として導入療法と異なる薬剤を用いた治療を検討します。

#### \*1 「自家造血幹細胞移植」とは

患者さん自身の造血幹細胞（血球のもととなる細胞）を採取して凍結保存し、大量の抗がん剤治療後に解凍して体内に戻す治療方法です。

#### \*2 「再燃」とは

再燃：治療により一旦おさまったがんの進行が再び増悪したこと

## 日常生活で知っておきたいことは？

### Q. 治療中の日常生活ではどんなことに気をつけたらいいですか？

- A. 多発性骨髄腫にかかると免疫力が低下し、感染しやすくなります。抗がん剤の治療中はさらに免疫力が低下しやすいため、「うがい、手洗い、マスクの着用」など、感染予防を心がけましょう。食生活では「生もの（生魚、生卵、生野菜）や発酵食品」を控えたり、「作りたてのものを食べる」「加工食品は開封したらすぐに食べる」ことを心がけましょう。また、骨に病変ができると、骨折しやすくなります。「転倒に注意する」、「重いものを持たない」など、日頃の行動を心がけましょう。



うがい、手洗い、マスクの着用は感染予防の三原則！



転倒に注意！



重い荷物は自分で持たない

### Q. 抗がん剤の治療中に免疫力が低下すると、どのような症状が現れますか？

- A. 急な発熱や寒気、のどの痛み、排尿時の痛みなどの症状が現れることがありますので、その場合は主治医に相談しましょう。抗がん剤の種類や個人差もありますが、概ね投与2週間後くらいに最も免疫力が低下しやすく、その時期は感染のリスクが高いため、人混みへの外出は避けたほうが良いでしょう。

### Q. 抗がん剤の治療中にCOVID-19などのワクチンは接種しても大丈夫？

- A. 抗がん剤の治療中であってもCOVID-19などのワクチン接種は基本的に勧められますが、接種のタイミングを含めて主治医に相談しましょう。



### Q. 抗がん剤の治療中に起こりやすい便秘や下痢にはどのように対処したらいいですか？

- A. 便秘の予防には、水分や食物繊維を多く摂取して、適度な運動にも心がけましょう。便秘のときには多くの場合、主治医より緩下剤が処方されますので、指示に従って服用しましょう。下痢のときには、水分や経口補水液などを摂取するようにして、消化の良いものを食べるようにしましょう。下痢が続く場合には主治医に相談しましょう。



### Q. 吐き気や口内炎があり、食欲がないときはどんな食事がいいですか？

- A. 無理せず、食べられるものを少しずつでも良いので食べるようにしましょう。薄味にする、とろみをつける、やわらかくするなど、食べやすくなるように調理方法を工夫することも一つの方法です。栄養士に相談するのも良いでしょう。



### Q. 市販のサプリメントなどを使用したり、市販薬を服用しても構いませんか？

- A. 市販のサプリメントや健康食品の中には、治療中の薬剤の働きに影響を及ぼすものがあるので、使用したい場合は、主治医または薬剤師に相談しましょう。市販薬も同様に、主治医または薬剤師に相談してから服用してください。別の医療機関で薬剤を処方してもらうときには現在の治療の状況を医師に必ず伝えてください。

