

清々しい好天が続く今日この頃です。虫たちの音色が聞こえる季節となりました。味覚の秋、芸術の秋、コロナ禍ではありますが、それぞれの楽しみ方で秋を満喫しましょう！！

今回は**悪液質**についてお伝えします。

悪液質は、終末期が近づいた患者さんに高確率で見られる症状です。

悪液質は、基礎疾患に関連して生じる複合的代謝異常の症候群です。中でも、がんの進行に伴う全身的炎症反応や代謝異常などの因子によって生じるものを**がん悪液質**といいます(図1)。通常の栄養サポートを行っても骨格筋量が持続的に減少し、**進行性の機能障害**となります。がん悪液質は、がん患者さんの50~80%に発症し、がん死亡の20%を占めると推定されています。一般的に、膵がん・肺がん・胃がんなどでは頻度が高く、乳がんや前立腺がんなどでは頻度は低いとされています。

図1 がん悪液質症状



がん悪液質は、前悪液質、悪液質、不応性悪液質の3つに分類されます(図2)。スクリーニング(体重減少・食欲不振の有無、筋肉量の測定など)を行って、早期に診断することが最も重要です。

特徴的な外見変化として、ヒポクラテス顔貌(目が落ち込み、頬がくぼみ、無気力な表情)、るい瘦がみられます。前悪液質~悪液質なら、積極的な介入が有効です。不応性悪液質は不可逆なので、苦痛緩和に重点をおいて対応します。



図2 悪液質ステージ

正常	前悪液質	悪液質	不応性悪液質	死亡
	体重減少 ≤ 5% 食欲不振 代謝の変化	体重減少 > 5% BMI < 20かつ体重減少 > 2% サルコペニアかつ体重減少 > 2% 摂取量の減少 全身性炎症	さまざまな程度の悪液質 異化の亢進が進行 PS不良 予後3ヶ月未満	

■前悪液質のケア：悪液質の進行を遅らせるために、全身状態に応じた軽い運動を行って筋肉量の減少を防ぐための**運動療法**、**栄養のサポート**、筋肉を増やすための**ステロイド投与**などが行われます。患者さん・家族への情報提供も大切です。

■悪液質のケア：食欲不振の原因治療を行います。苦痛症状の緩和も重要です。多職種で協働して運動療法や心理的ケアを行いましょ。

■不応性悪液質のケア：苦痛症状の緩和が中心です。**QOLを重視したケア**を選択し実施します。

●実践的なケア「コツ」と「ワザ」：がん悪液質による**日常生活動作への影響**を丁寧にアセスメントし、QOLの維持・向上につながる生活上の工夫を、患者さんや家族と一緒に考えていく姿勢で関与することが大切です。状況によっては、患者さん・家族の努力の問題ではなく、病態的に栄養摂取に限界があるとういうことへの理解を促すことも、QOLという視点から、必要なケアのひとつとなります。

マッサージや足浴など、リラックスできる方法を一緒に探して気分転換できるようなケアも良いと思います。