

# 移植後の健康管理

## ～移植後の長期フォローアップ～

- 造血細胞移植を受けられて、時間が経過するとともに、もともとの病気の再発リスクは低くなります
- 一方で、抗がん剤や放射線などの治療による影響が、移植後数年以上経ってからあらわれることがあり、これを晩期合併症といいます

### 主な晩期合併症

- 生活習慣病（糖尿病、高血圧、脂質異常など）
- ホルモン異常（甲状腺ホルモン、成長ホルモンなど）
- 臓器の働きの低下（心臓、腎臓など）
- 二次がん（食道がん、皮膚がんなど）
- 妊よう性（子どもを授かる力）の低下
- 心理的・社会的の問題（学業や仕事など）

※ すべての問題が起こるわけではありませんが、移植を受けていない場合と比較すると、このような合併症や問題が起こる割合が増えることもわかっています

### 晩期合併症に対してできること

- ① 自分の病気や今までに受けた治療（抗がん剤、放射線、移植など）について理解する
- ② 生活習慣や体調のセルフケアによる合併症の予防
- ③ 検診による早期発見
- ④ 適切な治療を受ける、セルフケアを知る



今までの治療を理解するために、以下のような治療サマリーを活用することもできます（①）

- 造血細胞移植患者手帳
- 日本小児がん研究グループ FOLLOW UP DIARY（小児期移植の場合）

晩期合併症の予防と早期発見を目的とした検診や健康管理のために、以下のような医療機関を受診する方法があります（②③④）

- 移植施設の長期フォローアップ（LTFU）外来の受診
- 地域のクリニックの受診
- 職場・市町村のがん検診や定期健診

移植後は何も症状がない場合にも年1回などの定期的な健康チェックが有用です

## 移植後長期フォローアップ（Long-Term Follow-Up：LTFU）外来

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・ソーシャルワーカー・公認心理師・認定心理士・リハビリスタッフなどの多職種チームが患者さんを支えます

- 移植後の生活における情報提供（食事、日常生活、リハビリ、復職、アピアランスなど）
- 体調管理やセルフケア指導
- 心理面・社会面のサポート
- 晩期合併症の早期発見を目的とした検診



移植後LTFU外来ではいろいろなことを相談できたり、晩期合併症の予防に関する指導や検査を受けられたりするんだ

## 小児期に移植を受けた患者さんへ

- 成長期に治療を受けたことで、大人になってから晩期合併症に対する治療が必要になることがあります
- 生涯にわたって健康を維持するために、小児科と大人の病気を専門にみる診療科が連携して、患者さんを支えます

## 移行期医療（トランジション）：小児科から成人診療科への橋渡し

- 小児科で移植などの治療を受け、大人になってからも小児科と成人診療科が情報共有をしながら健康管理や検診を進めていきます
- 造血器疾患や移植に限らず、小児期発症の慢性疾患全般に関して行われています
- 「成人移行」や「トランジション」とも呼ばれます

## スムーズな移行期医療のために・・・

- 今までの病気や治療・現在の健康状態について理解しましょう
- 自分の困っていることや心配なことは自分で伝えましょう
- どこ（オモテ面下部の医療機関など）でどのような検診や医療を受けることが適しているか、医療スタッフと相談していきましょう

→転居をした場合も含めて、継続して適切なフォローアップを受けられることが大切です

