2026年6月発行

患者さん・医療者向け
がん患者のアピアランスケア(外見ケア)情報

動画集

国立がん研究センター中央病院 アピアランス支援センターで週2回行っているグループプログラムの内容が、動画集として公開されています。

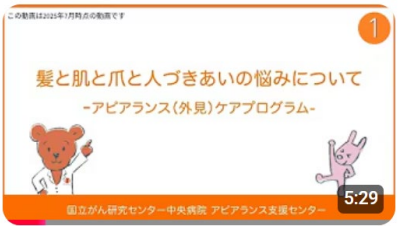
これからがん薬物療法（抗がん薬など）や放射線治療を行う患者さんは、慌てずまずは「髪と肌と爪と人づきあいの悩みについて」をご覧ください。各対処方法についての説明を聞くことができます。他のプログラムは、順番に見てもよいですし、気になるところから見ることもできます。

医療者にとっても、患者さんへのケアや説明の際に参考になる動画になっています。

【プログラム内容】

- 髪と肌と爪と人付き合いの悩みについて
- 脱毛のはなし　①脱毛はどんな感じですすむ？
- 脱毛のはなし　②脱毛が進行している時のケア方法
- シャンプーの話
- 脱毛のはなし　③事前に髪を切るか、切らないか問題
- ウィッグのはなし　①ウィッグってどうやって選ぶ？
- ウィッグのはなし　②医療用？人毛？人工毛？
- ウィッグのはなし　③ウィッグを買おうとおもったら
- ウィッグのはなし　④ばれない・とばない・変じゃない？
- 帽子のいろいろ
- まゆ毛やまつ毛の脱毛について
- 肌のケア
- 顔色のはなし
- 手足や爪のケア
- 言うか言わないか問題
- 無理しない
- 爪囲炎、テーピングについて（番外編）

まずはこちらから



どれも4分程度で
わかりやすい



QRコードを読み取ると、国立がん研究センター中央病院アピアランス支援センターのページに掲載されているYouTubeが視聴できます。

この他にも、国立がん研究センター中央病院アピアランス支援センターのホームページには、男性患者さん向け情報や気軽に参加できる患者さん向け講座など、外見ケアに関する有用な情報が掲載されています。

<情報掲載元>
国立がん研究センター中央病院
アピアランス支援センター
E-mail：ap-kenshu@ml.res.ncc.go.jp

国立がん研究センター アピアランス支援センター

オレンジクローバーは、「輝く患者さんを支えるハートの集まり」自分らしく生きることへの支援を致します！

神戸大学医学部附属病院
がん診療連携拠点病院機能強化事業アピアランスケアチーム・がん相談室（がん相談支援センター）
問合せ先：がん相談室（がん相談支援センター）　TEL 078-382-5830