コセルゴ®による治療を
受ける患者さんとご家族へ

皮膚症状ケアガイド

監修 清原 祥夫 先生
静岡がんセンター 支持医療科

作成協力 地子 愛佳理 先生
松本 舞実 先生
山本 直子 先生
スギ薬局 名古屋大学病院店

アレクシオンファーマ合同会社

ALEXION®
AstraZeneca Rare Disease

はじめに

神経線維腫症1型（レックリングハウゼン病、NF1）患者さんは叢状神経線維腫（そうじょうしんけいせんいしゅ）と呼ばれる良性腫瘍を発症することがあります。コセルゴ®（以下、コセルゴ）は、この腫瘍を小さくする、または腫瘍が現状より大きくなるのを防ぐことに期待して使うお薬です。

一方で、このお薬は副作用として皮膚のトラブル（皮膚症状）が起こる場合があります。「副作用」と聞くと不安になるかもしれませんが、適切なスキンケアを行うことで、皮膚症状の発症を予防したり、もし症状が出ても悪化を防いで神経線維腫症1型の治療を続けられる可能性が高まります[1-5)]。

治療を無理なく続けていくためにも、この冊子を通じてスキンケアへの理解を深め、できることから毎日の生活に取り入れていきましょう。

監修：清原 祥夫 先生　静岡がんセンター 支持医療科

体調・症状の変化や心配なことがあれば、遠慮せずに医師、薬剤師または看護師にご相談ください。

（例）

- 気になる症状が出てきた
- 市販の薬を使ってよいか聞きたい
- スキンケアがうまくできない



目次

皮膚症状の種類と症状の出やすい時期 …… p4
スキンケアの基本 …… p6
保清のポイント …… p8
保湿のポイント ……p14
保護のポイント ……p18
コセルゴで起こりうる爪囲炎への対処 ……p24

1) 日本がんサポーティブケア学会(編): がん治療におけるアピアランスケアガイドライン2021年版, 第2版. 金原出版, 東京: p42, 157, 2021
2) Lacouture ME. et al.: Support Care Cancer 19(8): 1079-1095, 2011
3) Lacouture ME. et al.: J Clin Oncol 28(8): 1351-1357, 2010
4) Kobayashi Y. et al.: Future Oncol 11(4): 617-627, 2015
5) Lacouture ME. et al.: Ann Oncol 32(2): 157-170, 2021 [COI:著者の中には、アストラゼネカ株式会社のコンサルタント又は諮問委員会のメンバー、研究の支援を受けた者が含まれる]

皮膚症状の種類と症状の出やすい時期

コセルゴを服用すると、皮膚症状として発疹、ざ瘡様皮膚炎（にきびのような炎症）、皮膚乾燥、爪囲炎（爪の周囲の炎症）などがあらわれることがあります。

ざ瘡様皮膚炎*



皮膚乾燥†



爪囲炎‡



＊ 症例写真ご提供：Dr. Angela C. Hirbe（Washington University）
† 症例写真ご提供：清原 祥夫 先生（静岡がんセンター 支持医療科）
‡ Dagher SH. et al.: Int J Womens Dermatol 7(5Part A): 615-624, 2021

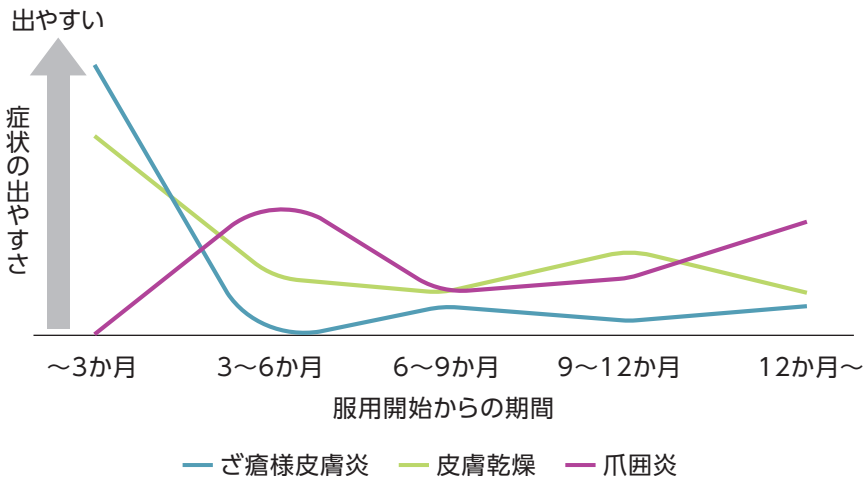
症状には段階がありますが、症状が悪化するほど、治るまでに時間がかかってしまいます。気になる症状があらわれたら、早めに医師、薬剤師または看護師に相談してください。

	軽症	中等症	重症
ざ瘡様皮膚炎	・顔を中心に、20個程度のにきびのような炎症がある	・顔や体幹に、50個程度のにきびのような炎症がある	・全身に、100個程度のにきびのような炎症がある
皮膚乾燥	・わずかな乾燥とうろこ状の皮膚片がある	・明らかな乾燥とうろこ状の皮膚片がある ・赤みやかゆみがある	・明らかな乾燥と多量のうろこ状の皮膚片がある ・赤みやかゆみがある
爪囲炎	・日常生活に支障がない程度の赤みや腫れがある	・日常生活の作業に差し支えるような赤みや腫れ、痛みがある	・日常生活の作業や歩行に支障をきたす ・赤みや腫れが明らかで強い痛みがある

日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会（編）：がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック，小学館クリエイティブ，東京：p30, 31, 33, 101, 2022 を参考に改変・作表

皮膚症状は、種類によって出やすい時期が違います。出やすい時期を知っておくことで、皮膚の小さな変化に早く気づくことができます。

コセルゴ:
皮膚症状が出やすい時期(イメージ)*



*疼痛や外観上の変形等の臨床症状を有し、重大な合併症のリスクを伴うことなく切除できない叢状神経線維腫を有する2～18歳の神経線維腫症1型患者50例にコセルゴを投与して、有効性と安全性を検討した試験(SPRINT試験第Ⅱ相-1[1])を参考に作成

ざ瘡様皮膚炎と皮膚乾燥は投与開始から3か月まで、爪囲炎は3～6か月で発症することが多かったと報告されています。



1) 社内資料:SPRINT試験第Ⅱ相-1(承認時評価資料)

スキンケアが必要な理由

① 皮膚症状が起きるのを防いだり、起こってしまった皮膚症状の悪化を予防で
② 自分の皮膚に触れることで、小さな異変にいち早く気づくことができます。
※コセルゴによる治療によって、どなたにも皮膚症状が起こる可能性があります。そのため、年齢や性別に

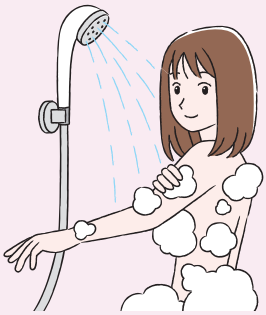
スキンケアのポイント

- 十分な睡眠、バランスのよい食生活、適度な運動など、規則正しい生活を心
- トラブルを未然に防ぐために、治療前からスキンケアを行いましょう。
- 以下の3点を毎日欠かさず行いましょう[6]。ご家族とも共有し、協力してもらい

スキンケアの3つの保 ＝

保清

汚れを洗い流す



刺激の少ない洗浄剤を使い、たっぷりの泡で包み込むようにして洗います。

……p8

×

1)日本がんサポーティブケア学会(編): がん治療におけるアピアランスケアガイドライン2021年版, 第2版. 金原出版, 東京: p43, 157, 2021
2)Lacouture ME. et al.: Support Care Cancer 19(8): 1079-1095, 2011
3)Lacouture ME. et al.: J Clin Oncol 28(8): 1351-1357, 2010
4)Kobayashi Y. et al.: Future Oncol 11(4): 617-627, 2015

きると考えられています[1-5]。

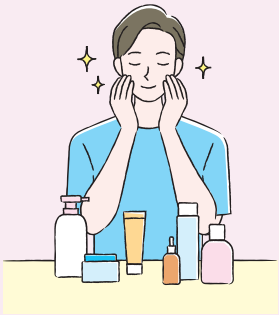
関係なく、誰にとってもスキンケアが重要になります。

がけましょう。

ましょう。

保湿

皮膚のバリア機能を高める



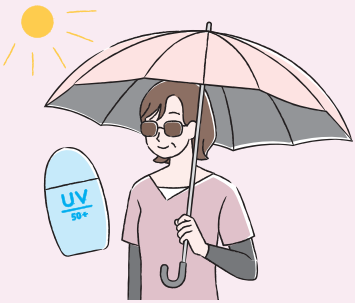
ムラなく肌に密着するように保湿剤をぬりこみます。

……p14

×

保護

紫外線や摩擦などの
刺激から皮膚を守る

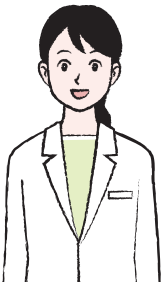


日焼け止めは、季節を問わずぬりましょう。

……p18

5)Lacouture ME. et al.: Ann Oncol 32(2): 157-170, 2021[COI:著者の中には、アストラゼネカ株式会社のコンサルタント又は諮問委員会のメンバー、研究の支援を受けた者が含まれる]
6)日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック,小学館クリエイティブ, 東京: p19, 2022

保清のポイント[1)]



できるだけ皮膚への刺激を少なくしながら、
汚れをしっかり落とすことが大事です。
刺激の少ない洗浄剤を使い、たっぷりの泡で
包み込むようにして洗いましょう。

洗浄剤（洗顔剤やボディソープ、シャンプー）の選び方

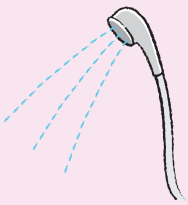
- 「弱酸性」、「乾燥肌用」、「敏感肌用」などと記載があるような、皮膚への刺激が少ないものを選びましょう。
- 体をこすらず洗えるように、泡タイプのものを選ぶとよいでしょう。



顔・体を洗う際の手順とポイント

①ぬるま湯で軽く洗う

- お湯の温度は**38〜40℃**に設定します。熱いお湯を使うと、皮脂が過度に洗い流されてしまい、皮膚が乾燥する可能性があります。
- 先に軽く洗うことで、皮膚に洗浄剤の成分が残りにくくなります。



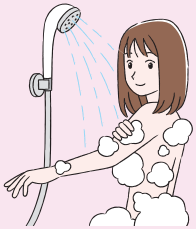
②こすらずになでるように洗う

- **たっぷりの泡で**、包み込むように洗いましょう。泡タイプの洗浄剤がなければ、p10を参考に、洗浄剤を泡立てましょう。
- なるべくタオルを使わず、手でやさしく洗いましょう。タオルを使う場合は、ナイロン製のものは皮膚の刺激になりますので、さけましょう。



③洗い流す

ワセリンなど軟膏をぬっている場合は、オイルなどが入ったボディソープを使い、しっかり洗い流すようにしましょう。



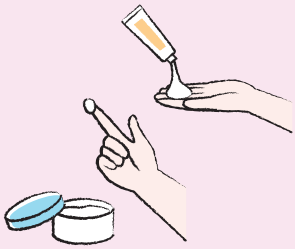
④柔らかいタオルで押さえるように水分をふきとる

こすらないことを意識して、タオルを軽く押し当てるようにしてふきましょう。



⑤十分に保湿する

洗顔や入浴後、なるべく早く保湿剤をぬりましょう。



1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p20, 2022

泡立て方

● 泡立てネットを使う方法



①ぬるま湯でぬらした泡立てネットに洗浄剤を付ける



②泡立てネットをもみこむようにして泡立てる



③できた泡を泡立てネットからしぼりとる

● ビニール袋を使う方法[2)]



①液体せっけんとお湯をビニール袋に入れる



②空気を入れて何度か上下に振り、泡立てる



③中の空気を1/3程に減らし、上下に素早く振る



④きめ細かい泡の完成

● ペットボトルを使う方法[2)]



①液体せっけんとお湯をペットボトルに入れる



②上下に激しく振る

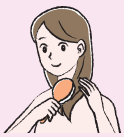


③出来上がった泡を洗面器に移して使用する

洗髪の手順とポイント

①髪を濡らす前にブラッシングを行う

抜け毛やごみなどを取り除きます。



②ぬるま湯で軽く洗う

ぬるま湯で髪をすすぎ、シャンプーをつける前に汚れを取り除きます。



③シャンプーをよく泡立て、やさしく洗う

シャンプーは、あらかじめ泡立ててから髪につけましょう。洗う際は、爪ではなく、指の腹を使って、やさしく洗います。



④シャンプーが残らないようによくすすぐ

刺激にならないように、弱めの水圧でしっかり洗い流しましょう。リンスやトリートメントを使用する場合は毛先のみにつけましょう。

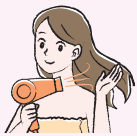


⑤頭皮をこすらず、タオルで押さえるように水分をふきとる



⑥ドライヤーで根元から乾かす

ドライヤーは、髪から15cmくらいはなして使いましょう。



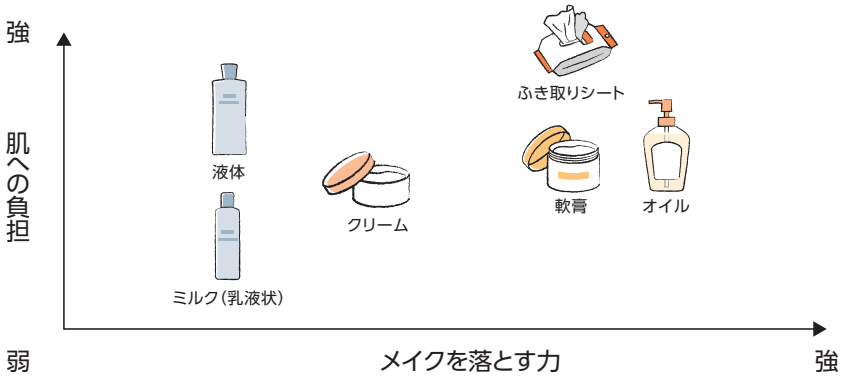
1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p84, 85, 2022
2) 独立行政法人 環境再生保全機構: 子どものアトピー性皮膚炎のための体の洗い方、外用薬・保湿剤の塗り方実践法, https://www.erca.go.jp/yobou/zensoku/sukoyaka/43/medical/medical02.html, 2026/03/02確認

クレンジングやひげそりのポイント

クレンジング[2)]

- 外出が終わったら、早めにクレンジング剤などを用いて、お化粧をしっかり落としましょう。
- ふき取りタイプのものではなく、洗い流すタイプのものを使用しましょう。
- メイクを落とす力が強いものは、肌への負担も大きくなります。常に強いものを使うのではなく、その日のお化粧や日焼け止めの強さによって、使う種類を変えましょう。日焼け止めのパッケージに、どういったクレンジング剤を使うべきか記載されている場合がありますので、そちらも参考に最適なものを選びましょう。

各クレンジング剤のメイクを落とす力と肌への負担のイメージ



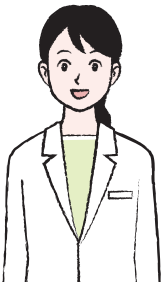
ひげそり

- ひげをそる前に、蒸しタオルなどでひげや皮膚をやわらかくしましょう。
- なるべく電動シェーバーを使用しましょう。かみそりに比べて皮膚へのダメージが少なくなります。
- かみそりを使う場合は、シェービングフォームなどをぬったうえで、切れ味のよいものを使用してください。
- ひげそりの後は保湿剤などで保湿しましょう。



1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p23, 2022
2) 静岡県立 静岡がんセンター: 抗がん剤治療と皮膚障害, https://www.scchr.jp/cms/wp-content/uploads/2016/01/hifu-shougai.pdf, 2026/03/04確認

保湿のポイント[1)]



保湿剤をムラなく肌に密着するようにぬりこむことが大切です。
実は普段使っている保湿剤の量は、本来使うべき量より少ないことが多いです。p15を参考に、たっぷりとぬりましょう。

保湿剤の選び方

- 保湿剤は、以下の表を参考に、今の皮膚の状態や使用感に合わせて選びましょう。
- アルコールなどを含んでいない、皮膚への刺激の少ないものを使うようにしましょう。

さっぱり

しっとり

保湿剤のタイプ	メリット	デメリット
 スプレー	・手の届きにくい部位や広範囲に簡単に塗布できる	・使用量がわかりづらい ・こまめなぬり直しが必要になる
 ローション	・広範囲にぬりやすい	・こまめなぬり直しが必要になる ・クリームや軟膏に比べると保湿力が落ちる
 泡	・たれにくい	・水で流されやすい
 クリーム	・軟膏よりも伸びが良く、べたつきが少ない	・軟膏に比べると保湿力が落ちる
 軟膏	・皮膚に密着する	・べたつきが強く、洗い流しにくい ・体毛がある部位には向かない

Mayba JN. et al.: J Cutan Med Surg 22(2): 207-212, 2018 より作図

保湿剤の適量

どれくらいの量をどれくらいの範囲にぬるかの目安として、フィンガーチップユニット(FTU)という単位を使った表を以下に示しています。こちらを参考に、保湿剤はたっぷり使いましょう。

1FTU= 手のひら2枚分の面積にぬる保湿剤の適量



使用量の目安

軟膏・クリーム



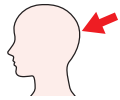
人差し指の先から
第1関節までの長さ

ローション



1円玉大(実物大)

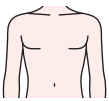
体の各部位に塗る量の目安



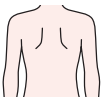
頭部:適量



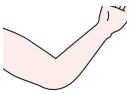
顔・首:2.5FTU



胸・お腹:7FTU



背中:7FTU



片腕:3FTU



両手(手の甲含む):2FTU



片脚:6FTU



片足:2FTU

Long CC. et al.: Clin Exp Dermatol 16(6): 444-447, 1991

1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p24, 2022

ぬり方の手順、ポイント

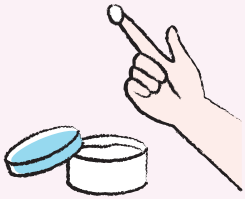
洗顔後や入浴後にぬることを心がけましょう。

朝 夜 1日2回以上

洗顔・入浴後なるべく早く

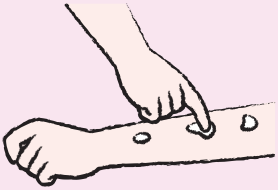
※忘れた場合は気づいた時点でぬりましょう。

①保湿剤を手にとる



②保湿剤をぬりたい箇所に点々と置く

一か所にまとめて置くのではなく、まんべんなくぬれるように、少しずつ置くのが重要です。



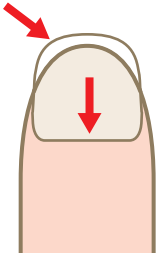
③こすらないように、てのひらでやさしくぬり広げる。



④ぬり薬がある場合は、保湿剤の上にぬる。

保湿剤をぬる際の注意点[2)]

- できるだけ皮膚のしわと同じ方向にぬりましょう。
- 表面に広げるだけではなく、皮膚と保湿剤が密着するように、やさしくぬり込みましょう。
- 爪にもしっかりぬりましょう。その際、表面だけでなく、爪と指の間、皮膚と爪の境目にも忘れずにぬりましょう。

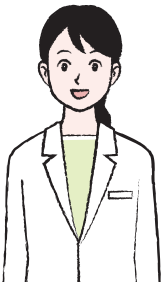




室内の湿度を保つことも皮膚への刺激を減らすうえで大事です。
加湿器などを使って、空気が乾燥しないようにしましょう。

1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p20, 21, 2022
2) 静岡県立 静岡がんセンター: 抗がん剤治療と皮膚障害, https://www.scchr.jp/cms/wp-content/uploads/2016/01/hifu-shougai.pdf, 2026/03/04確認

保護のポイント[1)]

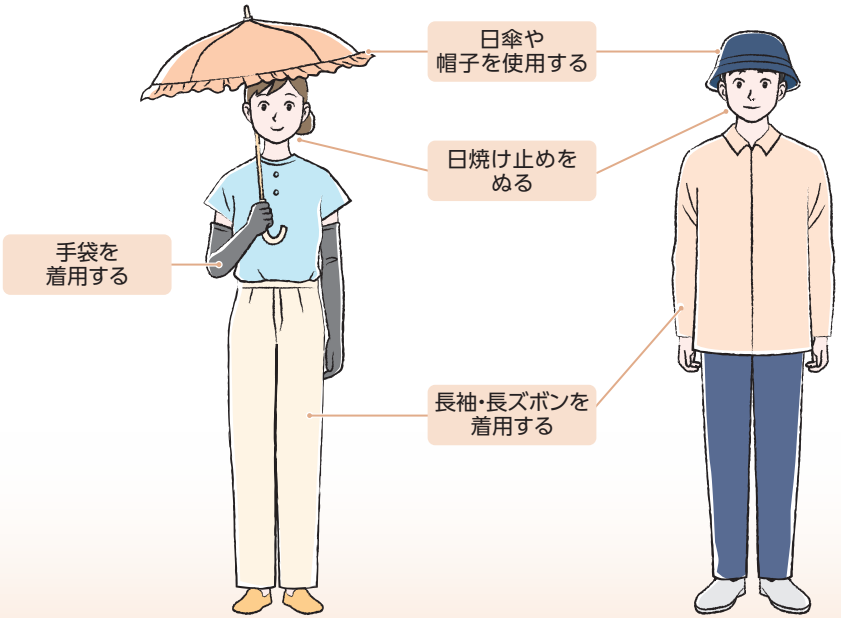


できるだけ皮膚に負担を与えないように、日常生活を過ごすことが大事です。
特に外出時の日焼け対策は、季節を問わず行いましょう。室内であっても、日光が入ってくる場所で長時間過ごす場合は対策をしましょう。

日焼け対策

太陽光に含まれる紫外線は、皮膚に刺激を与えるため、対策が必要です。

- 長袖・長ズボンに加えて、日傘や帽子、手袋などを着用し、皮膚の露出を避けてください。
- 上記に加えて、日焼け止めを使用しましょう。日焼け止めは、アルコールなどが含まれていないものを選びましょう。



日焼け止めの選び方

- パッチテストを行って、肌に合うか確かめたものか、普段使っていて肌トラブルがないものを選びましょう。
- 日焼け止めを落とす際は、各製品に記載のある指示に従って洗浄剤を選びましょう。
- 日焼け止めは種類によって防御効果の強さが異なります。以下を参考に、状況に応じて使い分けましょう。



日常生活

SPF:5
PA: +



軽い屋外活動、ドライブなど

SPF:10
PA: ++



晴天下のスポーツ、海水浴など

SPF:20
PA:+++

耐水性のあるものがよい



熱帯地方での屋外活動

SPF:30以上
PA: ++++

耐水性のあるものがよい

弱　紫外線の強さ　強

公益社団法人 日本皮膚科学会: 皮膚科Q&A, https://qa.dermatol.or.jp/qa2/q13.html より作図

※SPF:肌に炎症を起こす紫外線を防ぐ効果の指標です。1～50+までの数値であらわされ、数値が大きくなるほど防御効果が高くなります。
PA:肌を黒くし、しわやたるみの原因となる紫外線を防ぐ効果の目安です。4段階の「+」マークであらわされ、「+」の数が多いほど防御効果が高くなります。

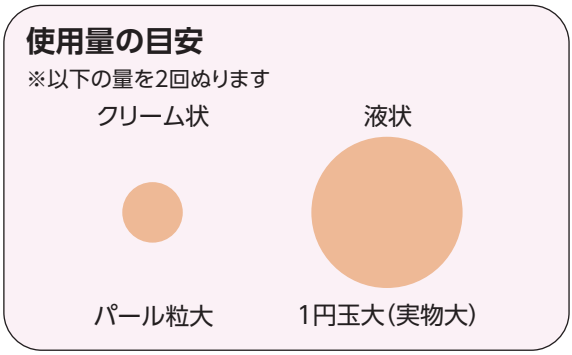
お手持ちの日焼け止めが活動シーンに対する目安(SPF・PA)に合わない場合でも、まずは紫外線から肌を守ることが大切です。何も塗らないよりも、手元にあるもので対策を行うことを優先しましょう。

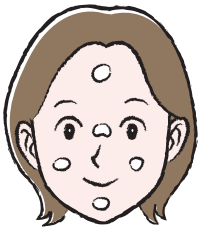


1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p21, 2022

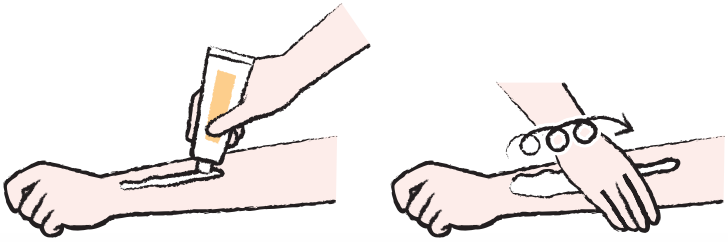
日焼け止めのぬり方の目安[2)]

- 顔に使用する場合、クリーム状のものはパール粒1個分、液状のものは1円玉大の量を手に取り、額、鼻の上、両頬、あごに分けて置き、ムラなく顔全体にぬり込みます。その後、同じ量をもう一度ぬりましょう。





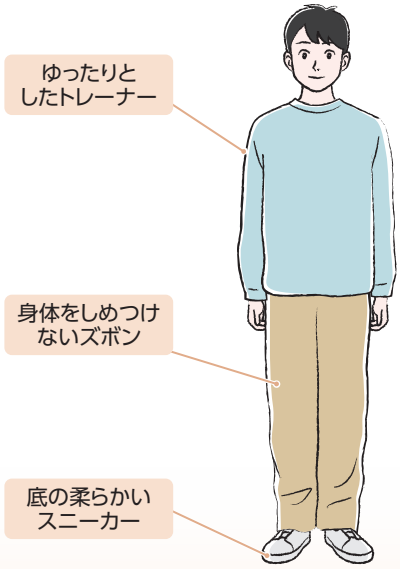
- 腕や脚に使う場合は、容器から直線を描くようにつけて、円を描くようにぬり込みましょう。腕・脚ともに表と裏の両面に、それぞれ同じように丁寧になじませるのがポイントです。



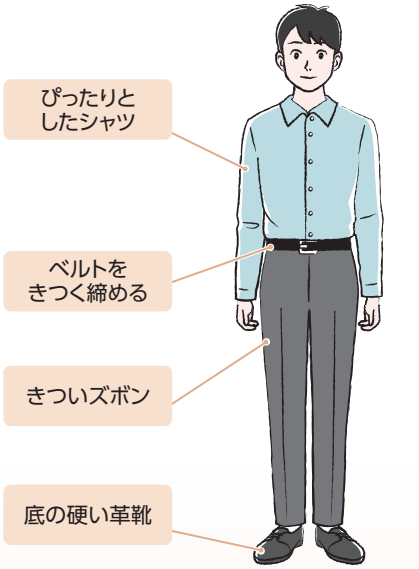
衣類の選び方

- 皮膚に負担がかからないように、ブラウスやトレーナーなど、しめつけのない、ゆったりとした服を着用するようにしましょう。
- 下着など肌に直接触れる衣類は、できるだけ化学繊維を避け、肌への刺激が少ないものを選びましょう。
- 足先をカバーできないサンダルや、底の硬い革靴などは避け、スニーカーなどの、つま先が丸く、底にクッション性のある柔らかい靴をはくようにしましょう。
- 靴ひもは、強く締めすぎないようにしましょう。
- 腕時計やアクセサリーを付けたときに、皮膚が赤くなってしまう場合は、外しましょう。

○ 好ましい衣類・靴の例



× 好ましくない衣類・靴の例



1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p22, 2022
2) 環境省: 紫外線環境保健マニュアル2020, https://www.env.go.jp/content/900410650.pdf, 2026/03/02確認

虫刺され対策

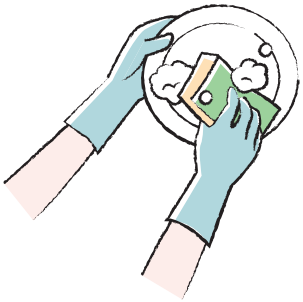
虫刺されは皮膚への刺激になります。また、患部をかいてしまうと皮膚を傷つける原因になるので、対策が必要になります。

- 長袖・長ズボンを着用しましょう。
- もし虫に刺されてしまったら、刺された部位を洗い流し、腫れている場合は保冷剤などで冷やしましょう。かゆみがある場合は、かかずにかゆみ止めを使用しましょう。



水仕事のやり方

- 短時間で終わらせることを意識しましょう。
- ゴム手袋を使用しましょう。
- ゴム手袋がない場合は、台所用洗剤は薄めて使用しましょう。



睡眠時の注意点

- 肌触りが良く、吸湿性の高い綿素材の枕や布団を使用しましょう。
- 就寝時にも皮脂や汗は出ています。寝間着や枕カバーは毎日洗濯をして、衛生的な状態を維持することを心がけましょう。

1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p21, 22, 2022

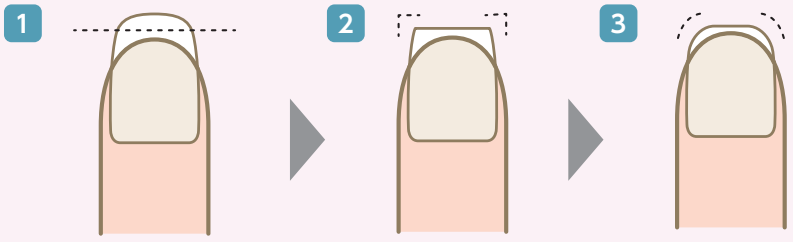
コセルゴで起こりうる爪囲炎への対処

爪囲炎【爪の周囲の炎症】を予防するためのポイント[1)]

- ひび割れなどを防ぐため、爪切りは、爪が柔らかくなる入浴後に行うようにしましょう。
- 爪と指先の間、爪と皮膚の境目も忘れずに洗い、清潔を保ちましょう。もし炎症（赤くはれたり、熱をもったりした状態）が起きても、その部分をやさしく洗って清潔にすることが大切です。
- 手足の指はもちろん、爪も忘れずに保湿しましょう。特に乾燥しやすい爪と皮膚の境目や指先との間には、保湿剤を丁寧にぬり込むようにしてください。
- 硬い靴など、爪の刺激になるものは避けましょう。
- 赤みや痛みを感じた場合は、ひどくなる前に医師、薬剤師または看護師に相談しましょう。

爪囲炎を予防するための爪の切り方

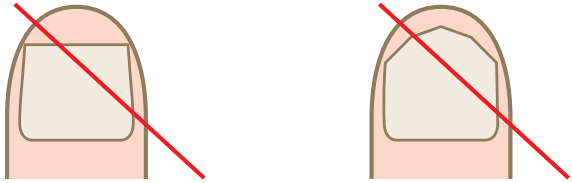
爪が伸びると、皮膚に食い込み、炎症や感染を起こすリスクが高まります。一方で皮膚よりも爪が短い状態もまた、できた角が皮膚を傷つける要因となります。そのため、爪切りの際は、指先から爪が1～2mm出る程度にしましょう。



四角になるように真っすぐカット
※先端を指先より短くしない

やすりで角をなめらかにする

不適切な例



皮膚よりも爪が短い

角が残る切り方

日本がんサポーティブケア学会(編): がん治療におけるアピアランスケアガイドライン2021年版, 第2版. 金原出版, 東京: p158, 2021
四国がんセンター化学療法委員会皮膚障害アトラス作成ワーキンググループ(編): メディカルレビュー社, 東京: p48-51, 2014

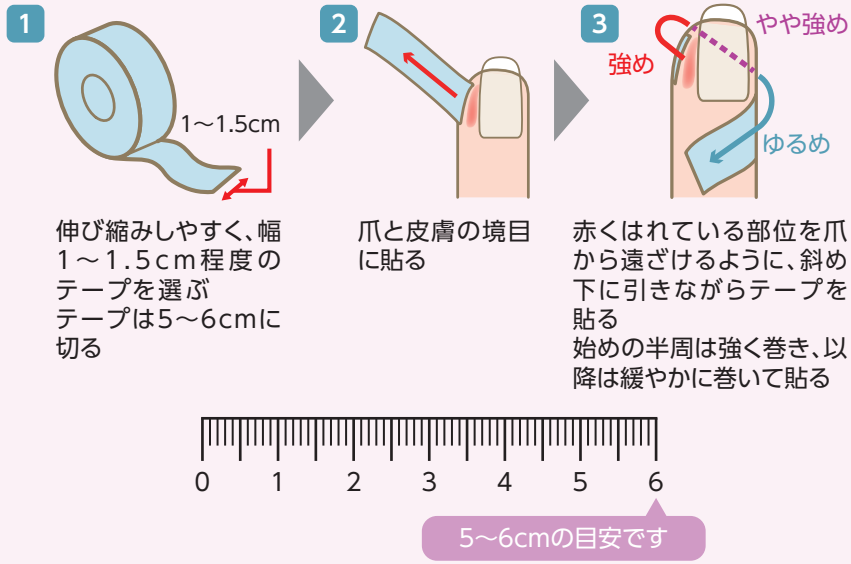
1) 日本がんサポーティブケア学会 Oncodermatology部会(編): がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック, 小学館クリエイティブ, 東京: p102, 103, 2022

爪囲炎が起きてしまった場合の対策

症状の悪化予防や痛みを減らすため、次のようなテーピングを行い、爪と皮膚の間に隙間を作りましょう。
テーピング用のテープは、ドラッグストアなどで購入できます。

※自分で行うのが難しいときは、家族に手伝ってもらいましょう。

テーピングの方法①（スパイラルテープ法）



伸び縮みしやすく、幅1〜1.5cm程度のテープを選ぶ
テープは5〜6cmに切る

爪と皮膚の境目に貼る

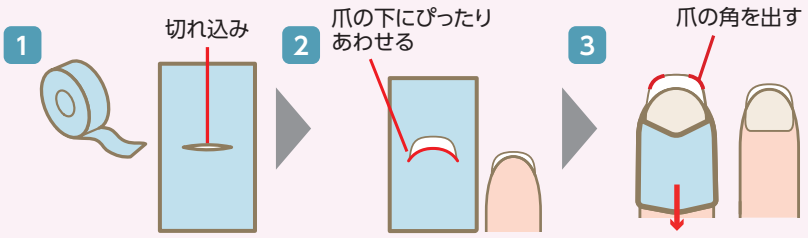
赤くはれている部位を爪から遠ざけるように、斜め下に引きながらテープを貼る
始めの半周は強く巻き、以降は緩やかに巻いて貼る

日本がんサポーティブケア学会（編）：がん治療におけるアピアランスケアガイドライン2021年版．第2版，金原出版，東京：p158，2021

爪囲炎が起きた場合は、まずは医師、薬剤師または看護師に相談してください。



テーピングの方法②（ウィンドウ法）



伸び縮みしやすいテープを選ぶ。爪の幅より少し短い切れ込みを、中央に入れる

切れ込みから爪先が出るようにテープをあわせ、指の腹側のテープを爪の下にぴったりあわせて貼る

指の背側のテープを手首の方向へ引き、爪の角が出るように貼る この際、爪の両サイドに圧がかかるように貼る

静岡がんセンター 清原 祥夫 先生ご監修

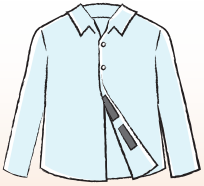
爪囲炎が起きてしまった場合の日常の工夫

爪囲炎が起きると、痛みのために指先を使った作業が難しくなることがあります。その場合には、以下のような工夫を取り入れ、なるべく負担を減らしましょう。ぜひ医師、薬剤師または看護師にもご相談ください。

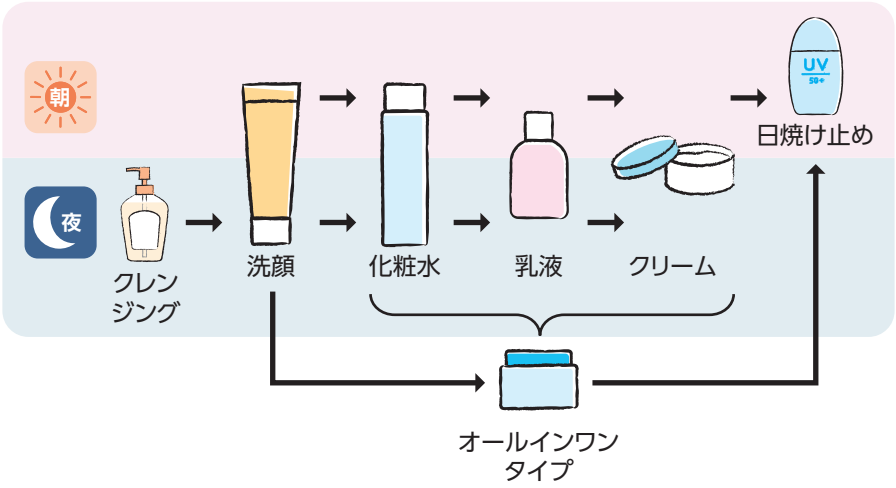
- ネクタイはフック式やワンタッチ式などの取り付けが簡単なものを使用する。



- ボタンを触らずに着脱ができるよう、マジックテープがついている衣服を使用する。



スキンケア製品の使用順序のイメージ



静岡がんセンター 清原 祥夫 先生ご監修

NF1コールサポートセンターのご案内

神経線維腫症1型やコセルゴに関する気になること、不安やお悩みについて専任看護師にお電話でご相談いただけます。お気軽にご利用ください。

フリーダイヤル　0120-267-360

受付時間 9:00 ～ 17:00（土、日、祝日を除く）

E-mail: nf1.support@cmic.co.jp

※医学的判断が必要なご相談にはお答えできませんので、主治医にご相談ください。

KOSMA015-2608-1
2026年8月改訂