



# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.1）

氏名		診療科	消化器外科		
		入院予定期間	月	日	から
			月	日	まで

月日	/	/
入院日数	入院日（手術2日前）	2日目（手術前日）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・病状や手術、入院生活について理解しましょう。</li> <li>・手術に必要な処置を行い、物品の準備をしましょう。</li> <li>・転倒予防について理解しましょう。</li> </ul>	
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お薬を内服している方は持参薬をお預かりし、継続して内服するか確認します。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・指示通りに内服を継続します。</li> <li>・寝る前に下剤を内服します。</li> </ul>
検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特にありません。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・午後に麻酔科と口腔科の診察があります。</li> </ul>
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特にありません。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お腹周りの不要な毛を処理します。</li> <li>・おへその掃除をします。</li> </ul>
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特にありません。</li> </ul>	
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特にありません。</li> </ul>	
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・制限はありません。歩行時の転倒や、ベッドからの転落に十分気を付けてください。</li> </ul> 	
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>・制限はありません。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夕食から流動食に変更になります。</li> <li>・夜9時以降は、食事などは食べることは出来ません。</li> <li>・水分は手術当日の朝6時まで飲むことができます。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シャワーを浴びることができます。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お腹の毛の処理とおへその掃除の後に、シャワーや入浴をしましょう。</li> </ul>
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・看護師から、手術前後の処置や経過、手術に必要な物品、転倒予防などについて説明します。</li> <li>・術後は集中治療室へ入室します。入室時の注意点や必要物品について説明します。</li> </ul> <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block; text-align: center;"> <p><b>手術の必要物品</b>                      浴衣(1枚)、腹帯(1枚)、                      T字帯(1枚)、バスタオル(1枚)</p> </div> 	

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。  
 なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

## 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.2）

月日	/
入院日数	入院3日目（手術当日術前）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>術前処置を受け、手術室に入る準備をしましょう。</li> </ul>
治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>血栓予防のため、弾性ストッキングを着用します。</li> </ul>
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>医師の指示で内服薬がある場合は、起床後（6時ころ）に内服します。</li> </ul>
検査	
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>朝、浣腸を行います。</li> </ul>
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術室に向かう前に、体温、脈拍、血圧を測ります。</li> </ul>
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術室に向かう10分前までにトイレは済ませてください。</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>特に制限はありませんが、病室を離れる場合には看護師に声をかけ、所在がわかるようにしてください。</li> </ul>
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>食べることはできません。</li> <li>朝6時以降は、水分も飲むことができません。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>起床後、洗面、歯磨き、髭剃りを行いましょう。</li> </ul>
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術室に向かう前までに浴衣に着替え、弾性ストッキングを着用してください。</li> <li>手術室に向かう際には、以下のものは外してください。（入れ歯、湿布類、コンタクトレンズ、指輪、ピアスなどの貴金属類、腕時計など。）</li> <li>眼鏡は手術室までかけて行くことができます。</li> <li>貴重品類は指定の場所に施錠して管理するかご家族に預けて下さい。（鍵がある場合は、ご家族に預けてください。）</li> <li>手術中のご家族の待機場所を看護師にお伝えください。一度病院から離れる場合は看護師へお知らせください。</li> </ul>

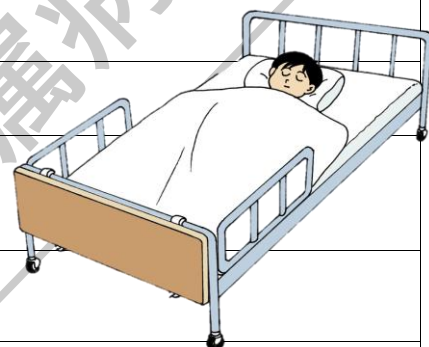


このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.3）

月日	/
入院日数	入院3日目（手術後 SHCU へ入室）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 身体の苦痛がある時には我慢せずに看護師に伝えましょう。</li> <li>• 麻酔から覚めたらベッドの上で足を動かしましょう。</li> <li>• 床ずれ予防のため定期的に体の向きを変えましょう。</li> </ul>
治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 弾性ストッキングに加え、血栓予防の機械を足に装着します。</li> </ul>
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 24 時間点滴をします。</li> <li>• 痛み止めは背中に入っている管から注入されています。</li> <li>• 背中に管が入っていない場合は、点滴の痛み止めを使用します。</li> </ul>
検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病室で採血、レントゲン撮影を行います。</li> </ul>
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 尿道や背中、お腹に管が挿入されています。</li> </ul>
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 時間ごとに、体温、脈拍、血圧を測ります。</li> <li>• 手術の傷の状態や痛みがないか観察していきます。</li> </ul>
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 尿の管は、入れたままで過ごします。</li> <li>• 違和感や痛みがある場合は、お知らせください。</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 手術後はベッド上安静になりますが、膝の曲げ伸ばし、足首の屈伸は行っていきます。</li> <li>• 体の向きを変えることができます。看護師がお手伝いします。</li> </ul>
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 食べたり、飲んだりすることはできません。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 口の中が乾いたときは、うがいをすることが出来ます。</li> </ul>
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 痛みが強い、吐き気がする、眠れないなどの苦痛があればナースコールで遠慮なく伝えてください。</li> <li>• 手術後は、麻酔や痛み止めの影響で思うように体が動かせなかったり、点滴や背中の管が誤って抜ける可能性があるため、体の向きを変える際は、ナースコールで伝えてください。</li> </ul> <p>《ご家族の方》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 手術中は本館5階の家族控え室に移動します。</li> <li>• 病棟看護師が日中に案内します。</li> </ul>

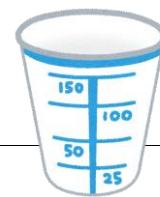
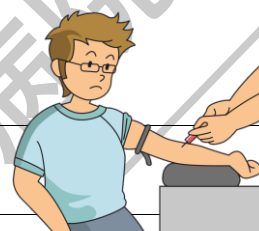


このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.4）

月日	/
入院日数	4日目（術後1日目/S-HCU退室→一般病棟）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・痛みは我慢せず、看護師に伝えましょう。</li> <li>・看護師の介助のもと、病室内や廊下を歩きましょう。</li> </ul>
治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歩行ができれば血栓予防の機械をはずします。</li> </ul>
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>・24時間点滴をします。</li> <li>・痛み止めは背中に入っている管から注入されています。</li> </ul>
検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝、採血があります。</li> <li>・午前中にレントゲンの撮影を行います。</li> </ul>
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口腔科の診察があります。</li> </ul>
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手術の傷の状態や痛みがないか観察していきます。</li> </ul>
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歩行の状況を確認した後、尿を出す管を抜きます。</li> <li>・その後の排泄は、トイレで行います。</li> <li>・尿をコップにとって溜めてください。</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・看護師の介助のもと、歩く練習を行います。</li> </ul>
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べたり飲んだりすることはできません。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>・看護師の介助のもと、洗面や身体拭き、着替えなどを行います。</li> </ul>
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・管が抜けないようにしましょう。               <ol style="list-style-type: none"> <li>① ベッドの柵に管が引っかからないように気をつけましょう。</li> <li>② 衣類の着脱時などに管が引っ張られないように気をつけましょう。</li> </ol> </li> <li>・腹痛や吐き気、お腹が張るなど気になる症状があれば、看護師にお伝えください。</li> <li>・傷の痛みが強い時は、遠慮なく看護師にお伝えください。</li> <li>・医師の診察後、一般病棟へ移動します。 詳細については看護師がお伝えします。</li> </ul>

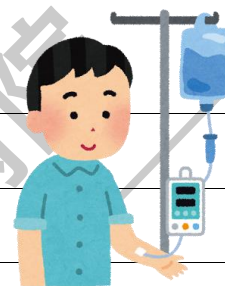


このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.5）

月日	/
入院日数	5日目（術後2日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・看護師と一緒に、トイレまで歩きましょう。</li> <li>・痛みがあるときや気分が悪いときは、看護師に伝えましょう。</li> <li>・食事の摂り方の注意点を理解しましょう。</li> </ul>
治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎回トイレまで歩くことができれば、弾性ストッキングを脱ぎます。</li> </ul>
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>・24時間点滴をします。</li> <li>・痛みがあるときは、痛み止めを使用することができます。</li> </ul>
検査	
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>・医師の診察後、背中に入っている管を抜きます。</li> </ul>
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手術の傷の状態や痛みがないか観察していきます。</li> </ul>
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一日の尿量を測定するため、尿をカップにとって溜めてください。</li> <li>・ガスが見られたら看護師へお伝えください。</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・制限はありませんが、安全のため看護師と一緒に歩きましょう。</li> </ul>
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べたり飲んだりすることはできません。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>・看護師の介助のもと洗面や身体拭き、着替えなどを行います。</li> </ul>
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養士からの栄養指導があります。（全2回） 1回目：幽門保存胃切除術後の食事の進め方について</li> <li>・手術後は、痛みや筋力低下などによって転倒しやすくなっています。歩行する際には、看護師を呼んでください。</li> <li>・傷の痛みが強い時は、遠慮なく看護師にお伝えください。</li> </ul>

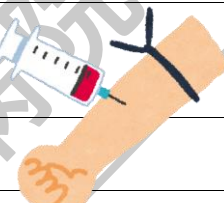


このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。



# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.6）

月日	/	/
入院日数	6日目（術後3日目）	7日目（術後4日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術後の水分・食事開始についてと、食事の摂り方について理解しましょう。</li> <li>ダンピング症状について理解しましょう。</li> </ul>	
治療		
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>日中点滴があります。</li> <li>痛みがあるときは、痛み止めを使用することができます。</li> </ul>	
検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>朝、採血があります。</li> <li>朝食前にレントゲン撮影をします。</li> </ul>	
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>医師の診察後、ガーゼを外します。</li> </ul>	
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術の傷の状態や痛みがないか観察していきます。</li> </ul>	
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>一日の尿量を測定するため、尿をカップにとって溜めてください。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>尿をカップにとって溜めるのは今日で終了です。</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>看護師がふらつきがないか確認した後は、独りで歩いても大丈夫です。</li> </ul>	
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>経口補水液や飲料水を1日かけてゆっくり飲みましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>流動食が始まります。</li> <li>6回食になります。通常の3食に加えて、各食事の間に間食がきます。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>看護師の介助の元洗面や身体拭き、着替えなどを行います。</li> </ul>	
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>看護師が「胃の手術を受けた患者さまへ」にパンフレットを用いて、食事摂取方法について説明します。</li> <li>食事について分からないことや不安なことがあれば、遠慮なく看護師にお伝えください。</li> <li>経口補水液や飲料水は、売店や自動販売機で購入できます。</li> </ul>	

?



このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.7）

月日	/	/
入院日数	8日目（術後5日目）	9日目（術後6日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>よく噛んでゆっくり食べるように注意しましょう。</li> <li>食事のあとにお腹が張る、嘔気、嘔吐などの症状があればすぐに看護師に伝えましょう。</li> </ul>	
治療		
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>日中点滴があります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>今日で点滴が終了です。</li> <li>胃腸薬の内服が開始になります。</li> </ul>
検査		
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>傷の状態に応じて必要時処置をします。</li> </ul>	
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術の傷の状態や痛みがないか観察していきます。</li> </ul>	
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>前日の尿の回数と便の回数を看護師にお伝えください。</li> </ul>	
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>特に制限はありません。無理せず歩行しましょう。</li> </ul>	
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>流動食（6回食）がでます。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>五分粥（6回食）がでます。</li> <li>病院食以外は食べないでください。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>看護師の介助の元洗面や身体拭き、着替えなどを行います。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>シャワーを浴びることができます。</li> </ul>
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>ダンピング症状が出現することがあります。食べた後はすぐに横にならず、30分程度は座って安静にしましょう。</li> <li>シャワーの時は、傷は強くこすらず指の腹で優しく洗ってください。傷に貼ってあるテープは、自然に剥がれるまでそのままにしておきましょう。</li> <li>食事について分からないことや不安なことがあれば、遠慮なく看護師にお伝えください。</li> </ul>	



このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.8）


月日	/	/
入院日数	10日目（術後7日目）	11日目（術後8日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>よく噛んでゆっくり食べるように注意しましょう。</li> <li>食事のあとにお腹が張る、嘔気、嘔吐などの症状があればすぐに看護師に伝えましょう。</li> </ul>	
治療		
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>指示通りに内服してください。</li> </ul>	
検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>朝、採血があります。</li> <li>朝食前にレントゲン撮影をします。</li> </ul>	
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>傷の状態により、必要に応じて処置を行います。</li> </ul>	
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術の傷の状態や痛みがないか観察していきます。</li> </ul>	
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>前日の尿の回数と便の回数を看護師にお伝えください。</li> </ul>	
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>特に制限はありません。無理せず歩行しましょう。</li> </ul>	
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>五分粥（6回食）がです。</li> <li>病院食以外は食べないでください。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全粥食（6回食）がです。</li> <li>病院食以外は食べないでください。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>シャワーを浴びることができます。</li> </ul>	
説明指導		<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養士から栄養指導があります。</li> <li>2回目：退院後の食事について必要時、ご家族も参加をお願いします。</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>シャワーの時は、傷は強くこすらず指の腹で優しく洗ってください。</li> <li>傷に貼ってあるテープは、自然に剥がれるまでそのままにしておきましょう。</li> </ul>	

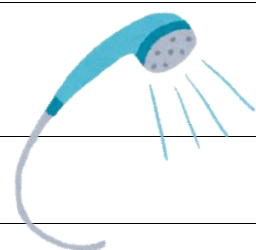
このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。



# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.9）

月日	/	/
入院日数	12日目（術後9日目）	13日目（術後10日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 食事のあとにお腹が張る、嘔気、嘔吐などの症状があればすぐに看護師に伝えましょう。</li> <li>• 退院後の生活をイメージしましょう。</li> </ul>	
治療		
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 指示通りに内服してください。</li> </ul>	
検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 朝食前にレントゲン撮影をします。</li> </ul>	
処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 傷の状態により、必要に応じて処置を行います。</li> </ul>	
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 手術の傷の状態や痛みがないか観察していきます。</li> </ul>	
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 前日の尿の回数と便の回数を看護師にお伝えください。</li> </ul>	
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 特に制限はありません。</li> </ul>	
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 全粥食（6回食）がです。</li> <li>• 病院食以外は食べないでください。</li> </ul>	
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>• シャワーを浴びることができます。</li> </ul>	
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 看護師と共にパンフレットの振り返りをしましょう。</li> <li>• シャワーの時は、傷は強くこすらず指の腹で優しく洗ってください。傷に貼ってあるテープは、自然に剥がれるまでそのままにしておきましょう。</li> <li>• 日常生活に関する注意点、心配や不安なことがある場合は、遠慮なく看護師にお尋ねください。</li> </ul>	



このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

# 幽門保存胃切除術（水、金曜手術）患者さんパスシート（No.10）

月日	/
入院日数	14日目（術後11日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>退院後の生活をイメージしましょう。</li> <li>退院後気を付けるべき症状を理解しましょう。</li> </ul>
治療	
薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>指示通りに内服してください。</li> <li>退院処方をお渡しします。</li> </ul> 
検査	
処置	
観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>退院前に傷の状態を最終確認します。</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>特に制限はありません。</li> <li>退院後は、無理せずゆっくりと元の生活に戻していきましょう。</li> </ul>
食事	<ul style="list-style-type: none"> <li>全粥食（6回食）がでます。</li> <li>病院食以外のものを食べたい時は医師や看護師に確認してください。</li> </ul>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>シャワーを浴びることができます。</li> </ul>
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>退院後の外来診察日について説明します。</li> <li>日常生活に関する注意点、心配や不安なことがある場合は、遠慮なく看護師にお尋ねください。</li> <li>退院時に忘れ物がないよう、荷物を整理しておきましょう。</li> <li>保険などの書類は、退院日に本館1階の中央受付Aブロックに提出してください。（ただし、日曜・祝日は受付できません。）</li> </ul> 

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。

なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

# 胃の手術を受けられた患者さんへ



# 1. 手術後の水分・食事開始について

手術後は手術前と異なるため、徐々に慣らしていく必要があります。一般的な食事開始時期について説明しますが、必ずしもその通りという訳ではなく、手術後のお腹の状況に合わせて食事を進めています。

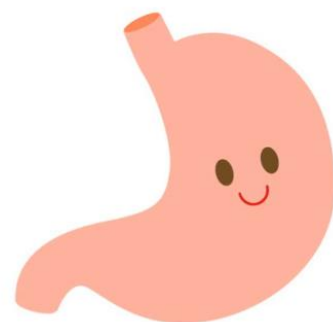
- ①術後 1 日目→絶食
- ②術後 3 日目→水分 500ml（※1：OS-1 などの経口補水液や飲料水）
- ③術後 4～5 日目→流動食（※2：6 回食）
- ④術後 6～7 日目→五分粥（※2：6 回食）
- ⑤術後 8 日目→全粥（※2：6 回食）

## ※1

経口補水液や飲料水の指定はありません。しかし炭酸水やお茶、ジュースなどは飲めません。術後 3 日目までに自動販売機や売店などで購入してください。

## ※2

6 回食：通常の 3 食を少量ずつにし、朝食と昼食の間（10 時）、昼食と夕食の間（15 時）、夕食後（20 時）に間食をします。



## 2. 手術後の胃の状態

手術が終わり、胃の大きさは今までの（     /     ）程度になっています。食べ物の入る量が今までより少なくなり、胃液の分泌も減少しています。胃の中に食べた物が止まる時間も短くなり、直接腸へ流れるようになります。そのため、手術前の習慣で「これくらい」と思って食べると、すぐに胃がいっぱいになって吐気・胃もたれ・胸やけなどを起こしやすくなります。

また※1 ダンピング症候群が起こる可能性があります。そこで、手術後は食事方法に気をつけていく事が大切です。

※1 ダンピング症候群とは・・・

### 【早期ダンピング症候群】

食物が十分に消化されずに急に腸に入る事で起こる症状です。食後 30 分以内に冷や汗・動悸・めまい・下痢・吐気などの症状が出る場合があります。

⇒対処方法としては、30 分～1 時間ほど横になって安静にしていると良くなります。

### 【晩期ダンピング症候群】

食後 2～3 時間後に血液の糖分が減ったため位に起こる症状です。身体がだるい・手指の震え・めまいなどの症状が出る場合があります。

⇒対処方法としては、アメやチョコレートなどを食べると良くなります。



### 3. 食事のとり方について

食事は1日3食と間食を含めた6回食になります。手術後6ヶ月くらいを目安にして、食事量やご飯の硬さなどを通常の食事に戻していきましょう。

- ・良く噛んでゆっくり（30分程度）食べましょう
- ・食べる量はお腹と相談しながら決めましょう
- ・お腹が張ってきたら、食べたり飲んだりするのをしばらく休みましょう。
- ・胃がもたれたら、一回量を減らしたり、1食抜いてみたり調節しましょう。



回復状況に応じて  
食事を徐々に元  
に戻していきましょう。

食べた後はすぐに横にならず座って安静にしましょう。

## 4. 食品の選び方について

少量でも、カロリー・栄養ともに豊富なもので、消化吸収の良い食品を選びましょう。味付けはなるべく薄味にし、塩辛いもの・香辛料は少なくしましょう。また、冷たすぎたり、熱すぎたり、酸っぱいものは少量にしましょう。

調理方法としては、煮る、蒸す、焼く、細かく刻む事がポイントです。

### ①消化に良い食品

タンパク質	ささみ、豚肉、皮なし鶏肉、レバー、魚類、豆乳、納豆、牛乳、ヨーグルトなど
糖質	お粥、軟飯、パン、マカロニ、うどん、イモ類（じゃがいも、さといも、長芋）、果物類（缶詰、リンゴ、桃、梨）など
脂質	植物油、バター、マーガリン、生クリームなど
ビタミン・ミネラル	煮た野菜（かぶ・かぼちゃ・キャベツ・トマト・白菜・大根・ナスなど）、梅干し

### ②食べ過ぎないように心がける食品（食べてはいけない物ではありません）

タンパク質	油の多い料理（カツ、ビーフステーキ）、脂肪の多い料理（バラ肉、ハム、ベーコン）、貝類、イカ、タコ、かまぼこ、塩辛、大豆、枝豆など
糖質	玄米、赤飯、ラーメン、チャーハン、焼きそば、こんにゃく、しらたき、パイナップル、柑橘類、揚げ菓子など
脂質	ラード、てんぷら、フライなど
ビタミン・ミネラル	繊維の多い食べ物（ごぼう、たけのこ、ネギ、れんこん、キノコ）、香りの強い食べ物（ニンニク、にら、みょうが）、固い漬物（たくあん、つぼ漬け）、わかめ、海苔、ひじき、昆布など

### ③外食時に注意する事

- 胃や腸に負担を掛けないように、刺激が強い料理は避け、消化に良いものを選ぶようにしましょう。
- 晩期ダンピング症候群の出現の可能性があるため、外出時にはチョコレートやアメなどの糖分を持ち歩くと良いでしょう。

### ④嗜好品について

- タバコやアルコールに関して、入院期間中は禁止です。ただし、退院後の摂取に関しては初回の外来で医師に相談してからにしましょう。
- コーヒー・紅茶・ココア・緑茶などは胃に負担がかかるので、控えめに飲むようにしましょう。

Clinical pass

日本医科大学付属病棟

## 5. 退院後の生活について

- ①内服は処方通りに内服してください。
- ②日常生活は特に制限はありません。
- ③発熱（38℃以上）、傷口の異常（傷口が熱を持っている、腫れている、出血している、膿が出ている、赤くなっているなど）がありましたら次の外来を待たず、早期外来受診をしてください。

退院後の分からない事や、相談したいこと事などは、**消化器外科外来**まで、ご連絡ください。

日本医科大学付属病院

〒113-8603 東京都文京区千駄木 1-1-5

TEL: 03-3822-2131(代表)

診療受付時間

平日：午前8時00分～午前11時00分／午前11時30分～午後3時00分

土曜：午前8時00分～午前11時00分／午前11時30分～午後2時00分

休診日

日曜・祝祭日、年末年始（12月30日～1月4日）、創立記念日

夜間・休日救急外来

TEL: 03-5814-6119

平日：午後4時00分～翌日午前8時00分

土曜：午後2時00分～翌日午前8時00分