

# 胃術後の食事について

title

大阪労災病院 栄養管理部  
がん病態栄養専門管理栄養士

subtitle

吉持 奈津子



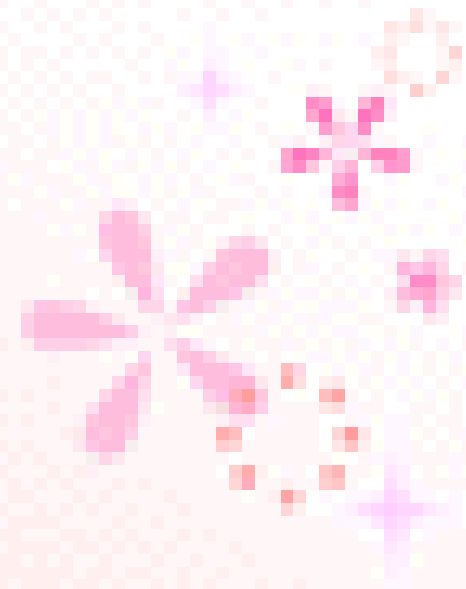
胃を全部切ったら何日目から食べられるの？



3日目開始。2日目に栄養士が説明に伺います

# 食事の開始のスケジュール

- 術後3日目：流動8
- ↓
- 術後5日目：胃術後3分粥菜
- ↓
- 術後6日目：胃術後5分粥菜分割/胃術後7分粥菜分割
- ↓
- 術後7日目：胃術後全粥菜分割



# 手術後3日目 最初の食事 流動食



液体だけのお食事です

牛乳でも嚙むように  
してお口の中で温め  
てからゆっくりとごっく  
んと飲んで下さい



胃術後5日目

胃切3分菜

野菜類は消化が良いように裏ごしした状態です



少量で栄養価が高い栄養剤がついています

# 5分菜と胃術後5分菜は量の違い？



5分菜



胃術後5分菜  
主食は 1/3

主菜は半分

野菜は 1/3

量が少ない

# 胃術後5粥菜分割食の1日のメニュー

朝食



昼食



夕食



分割食

10時



15時



夕食時にも分割食がついています

朝・昼・夕と分  
割食が3回合計  
6回の食事

# 分割食とは

- 間食として食べていただく軽食のことです。
- 1食の量を少なくして、食事の回数を増やして食べることで、消化管の負担が軽くなります。

subtitle



# 食べやすくする工夫 手が自由な方



持ち手がついて汁物をこぼさず飲めます

# 食べやすくする工夫

リウマチ等の手が不自由な方にはゴムのついた滑りにくい食器で提供します



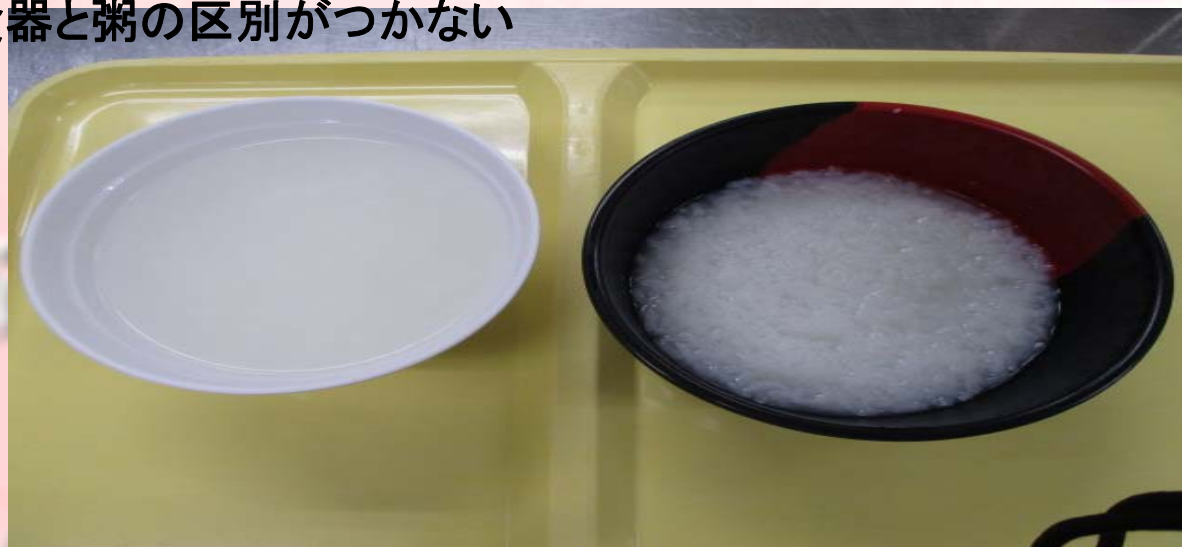
骨のない魚を一口大に切り食べやすく

**自助食器**といいます

食べやすくする工夫

目が見えにくい方

食器と粥の区別がつかない



病院は白い器に主食を入れていますが、白い食器の中のお粥は見えにくいので  
主食を黒い器に入れるとわかり易くなります

食べやすくする工夫

目が見えにくい方



弁当箱使用により料理の位置わかりやすくなる

# 食べやすくする工夫 歯が悪い方



刻み



あら刻み

患者さんが食べやすい大きさに提供



一口大

# 食欲がない時は麺類をリクエスト



温かいうどん



煮麺



口内炎の方には  
味噌味がしみにくい



吐き気がある時は冷たい麺がお勧め



少しの量で食べやすく

食欲がない時  
おにぎり 1個分のエネルギーがとれます



コーンスープ味の栄養剤  
冬は温かくして提供します



さっぱりとした味です



ゆず味でさっぱり

# 食欲がない時に食べやすい分割食

少量でもエネルギーが確保できる物が患者さんに人気です





# 入院患者さんの栄養状態について毎週カンファレンス実施



医師

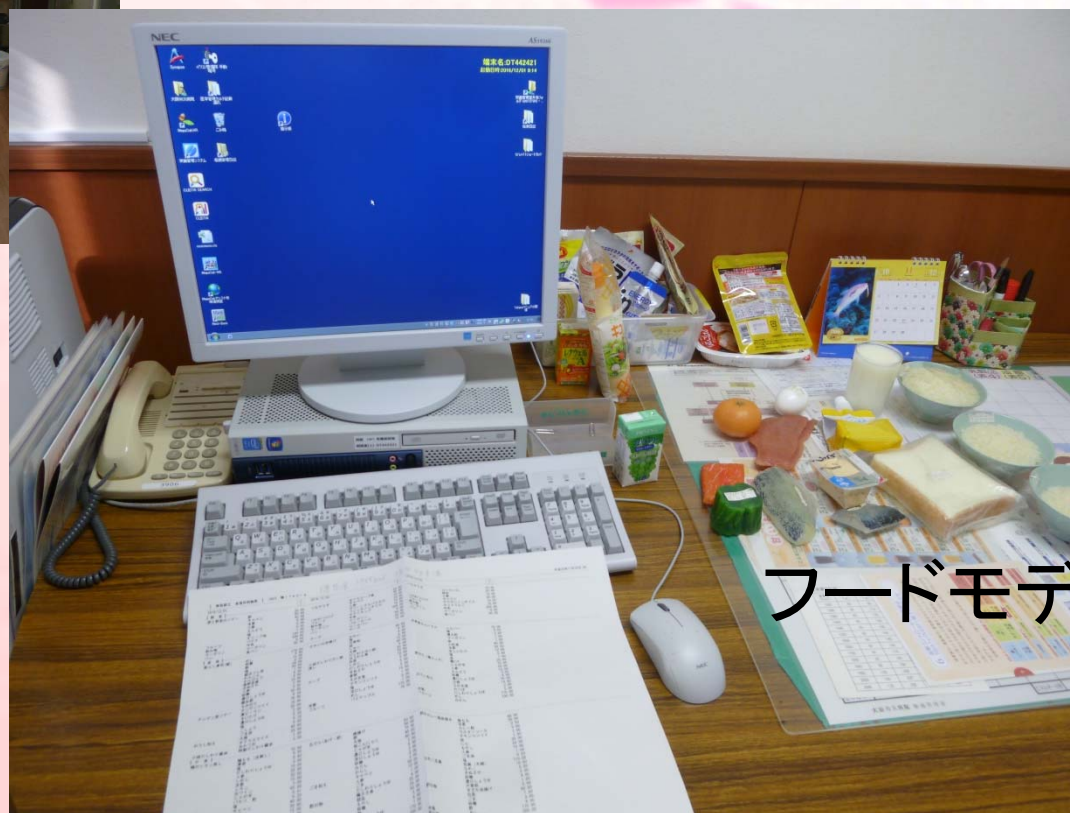
看護師

吐き気で食べれない  
みたいです

チームで入院患者さんの栄養改善をサポートしています

退院前には家での食事について説明をします

個人相談を栄養相談室



フードモデル

参考文献立

栄養指導時に多い質問です

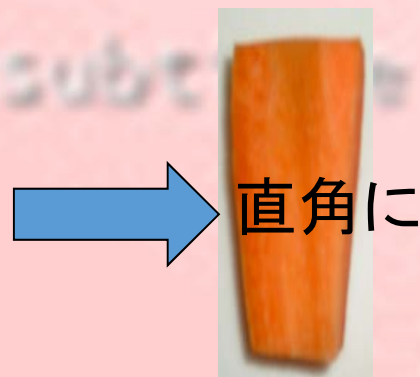
## 結局、何を食べたらいいか分かりません

- **食べてはいけないものは何もありません。**

但し、油もの(天ぷら・フライ・から揚げ)は術後しばらくは下痢や腹痛を起こしやすく、食べにくいこともあります。少量ずつ徐々に慣らしていきましょう。

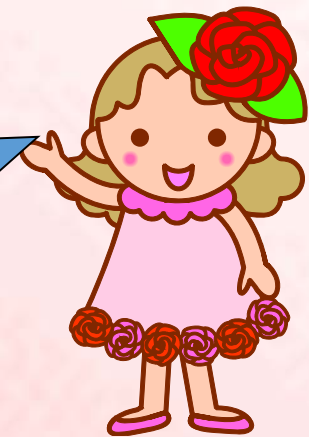


- また、きのこ類・海藻類・たけのこ・ごぼうなど繊維の多い野菜や消化しにくいイカ・タコ・貝類・などは一度に大量に食べず、繊維を切って調理し、よく噛んで食べるようにしましょう。



繊維を断ち切るように切りましょう

1番大切な事は  
ゆっくり良く噛んで  
消化をよくする



退院前に多い質問です

# アルコールはいつから飲んでもよいですか？

退院後1ヶ月を目途に禁酒しましょう。

アルコールが急に小腸に入ると、すぐに吸収され血液中のアルコール濃度が急にあがるようになります。以前より、よ  
いやすくなっていることに留意し、少量から始めて下さい。

但し、肝疾患などで禁酒が必要な場合は禁酒継続。

ゲップがうまくだせない場合は、ビールは控えましょう。





**私達栄養士は食事を通して患者さんの栄養  
状態が改善するように取り組んでいます**

**ご静聴ありがとうございました**