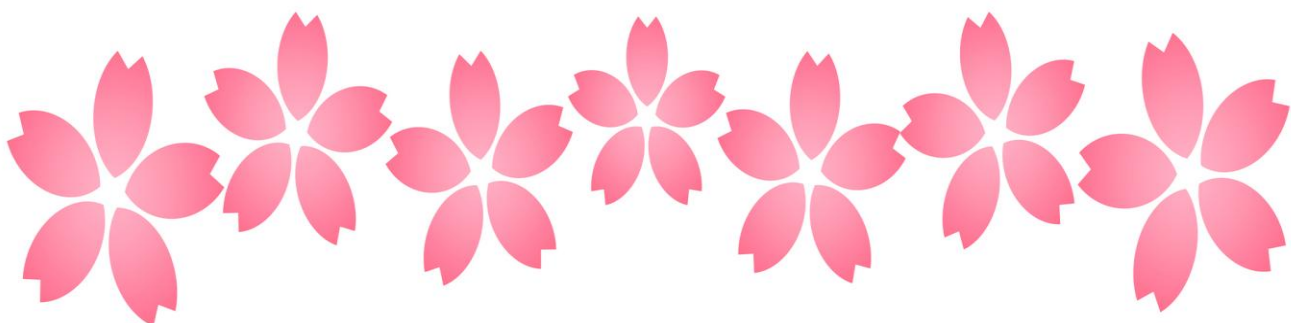


地域医療連携とは

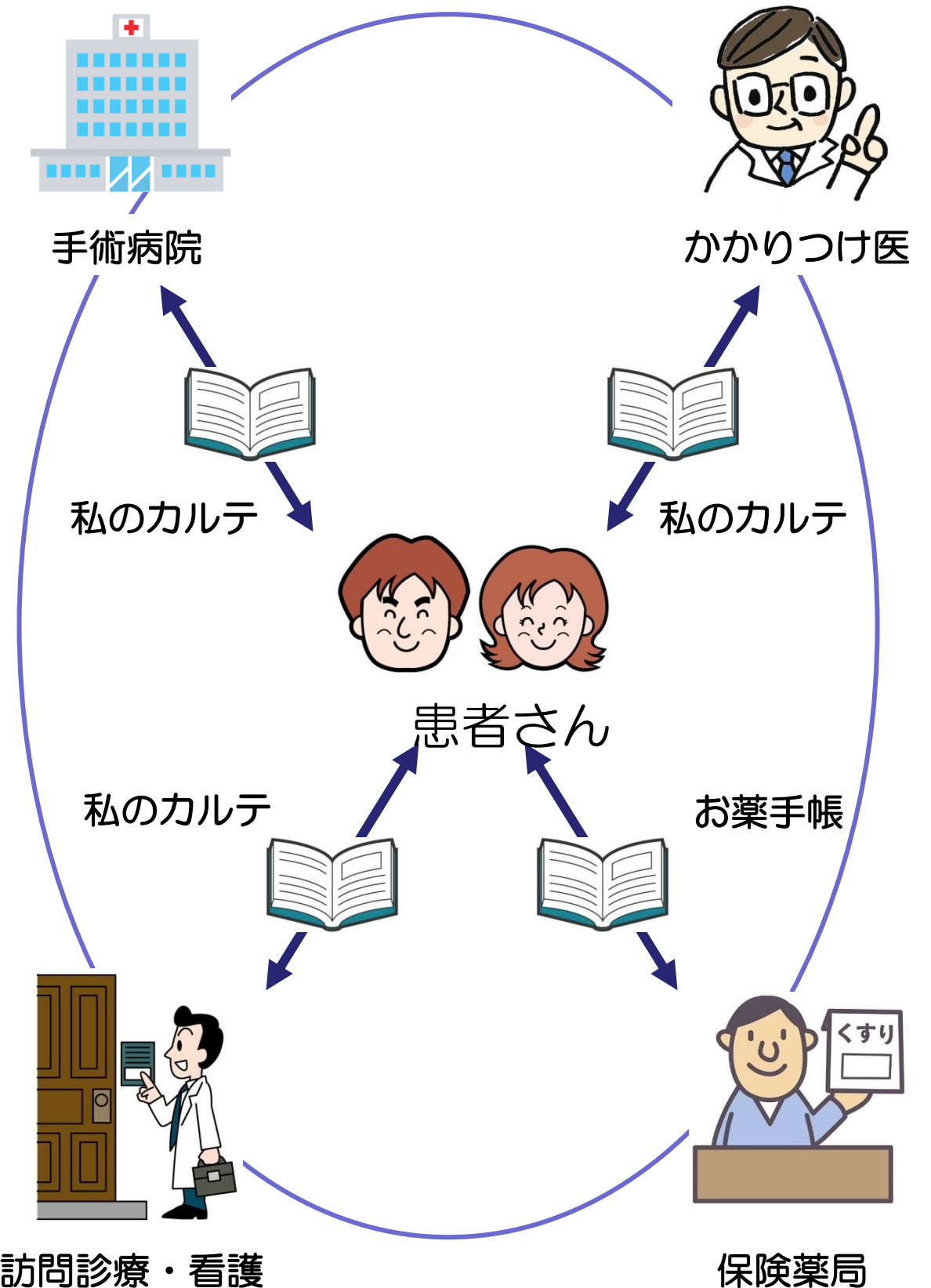


この手帳は、手術病院と地域のかかりつけ医が協力し、患者さんの視点にたった安心で質の高い医療を提供する共同診療体制を構築することを目的に作成されました。

内容には、①患者さんの診療情報、②退院後の生活について、③今後の診療予定表、④通信欄などが含まれています。

この手帳を活用し、かかりつけ医と手術病院の医師が協力して患者さんの治療を行います。

病状が落ち着いているときの投薬や日常の診療はかかりつけ医が行い。専門的な治療や大きな検査は手術病院が行います。何か心配なことがあるときには、まずかかりつけ医に相談して下さい。適宜必要に応じ手術病院を受診していただきます。また、緊急を要する場合は、手術病院までご連絡下さい。



連携手帳とお薬手帳を持っていれば安心です。医療機関受診時にお忘れなく。

ふりがな
お名前

生年月日 明・大・昭・平____年____月____日

身長 _____cm 体重（退院時）_____ kg

手術病院

TEL

ID

担当医

退院日 _____年 ____月 ____日

かかりつけ医療機関(1)

医師名

TEL

かかりつけ医療機関(2)

医師名

TEL

かかりつけ医療機関(3)

医師名

TEL

かかりつけ薬局

TEL

既往歴および現在治療中の病気

アレルギー

内服薬（お薬手帳がある場合は記入不要）

手術日（治療日）

①平成 ____年 ____月 ____日
②平成 ____年 ____月 ____日

病変①

U M L E G その他 _____
形態分類 _____型 大きさ _____cm
T _____ N _____ M _____
Stage IA IB IIA IIB IIIA IIIB
IIIC IV
組織 腺癌 _____ その他 _____

病変②

術式①

開腹・腹腔鏡（補助）下
幽門側胃切除 胃全摘 噴門側胃切除
幽門保存胃切除 部分切除
その他 _____

術式②

郭清 D0 D1 D1+ α D1+ β D2 D3

再建

幽門側胃切除後
B-I B-II Roux en Y PPG
胃全摘後
空腸間置 Roux en Y 食道残胃吻合
噴門側胃切除後空腸間置
その他 _____

術前CEA値 _____ng/ml 正常値（ _____以下）
術前Ca19-9値 _____U/ml 正常値（ _____以下）

退院後の食生活について

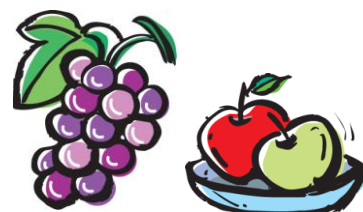


食事について

手術後に一番大きく変化するのは食生活です。食事を一時的にためておく胃の動きが失われるために、手術前と同じような量や速さで食事を食べることは困難になります。

食べ方の基本

- ✦ 食事を食べるときは、必ず座って食べましょう。
- ✦ 一口ずつよく噛むようにして、30分以上かけてゆっくり食べてください。
- ✦ 食事の後はすぐに横にならず、30分以上座っていきましょう。
- ✦ 食事と食事の間は、散歩など体を動かすようにしましょう。
- ✦ 入院中は5～6回食になっていますが、手術前の5割～6割くらい食べられるようになりましたら、通常の3回食にもどしてかまいません。退院後はお粥ではなく普通のご飯を召し上がってもかまいません。
- ✦ 基本的には食べてはいけないものはありませんが、消化の悪いものや刺激物、偏った食事、暴飲、暴食、早食いは避け、消化の良いものを中心としたバランスのとれた食事をゆっくり楽しく食べるよう心がけてください。



手術後の後遺症について



胃手術後の後遺症について

胃の手術後には下記に示すような合併症があります。それぞれについて説明致します。

- 腸閉塞（ちょうへいそく）
- ダンピング症候群
- 貧血
- 骨粗鬆症（こつそしょうしょう）
- 逆流性食道炎
- 胃手術後胆石症
- 小胃症状

腸閉塞について

腹部の手術後、腸と腹壁、腸どうしの癒着が起こります。この癒着の部分を中心に腸がおれまがったり、ねじれたりして腸がつまった状態を腸閉塞といいます。

症状としてお腹の張り、腹痛、吐き気、嘔吐などが起こります。お腹が張るのに、おならも便も全く出ないことが最初の兆候です。腹痛の特徴としては、時々差し込むような痛みと腹痛を感じないときが周期的に何回も繰り返すのが特徴です。特に痛みが強いときは、我慢せずかかりつけ医の先生に連絡を取り、指示を仰いでください。

多くの場合には、絶食していると自然に治るのですが、ときには手術が必要になることがあります。



ダンピング症候群について

胃を切除すると、いままで胃の中で攪拌（かくはん）されて少しずつ腸に移動していた食物が、一度に急に腸へ流れ込む状態になります。そのために起きる様々な症状がダンピング症候群といわれるものです。早期ダンピング症候群と後期ダンピング症候群があります。

早期ダンピング症候群

食事中や食後30分の間に、「冷汗がでる」「胸がどきどきする」「めまいがする」「お腹がぐるぐる鳴る」「下痢をする」などの症状が出現します。

安静により数分から数十分で改善します。症状が現れた時には、食事を中断し腸を安静にしてください。投薬が必要になる場合もあります。

予防するためには、食べ始めに注意して、少しずつ食べるように心がけてください。

後期ダンピング症候群

食後2～3時間後に、「全身の力が抜ける」「冷汗が出る」「めまいがする」「胸がどきどきする」などの症状が出現します。

症状が出た時には、甘いもの（氷砂糖、あめ玉、砂糖ビスケットなど）を食べてみてください。

予防するためには、長時間空腹にしないこと、食後2時間あたりにおやつを食べてください。また、食事の際の糖質（ごはん、うどんなど）を少なめにしてみましょう。



貧血について

胃を切除すると、鉄分やビタミンB12が吸収されにくくなるため徐々に貧血が進行します。鉄欠乏性貧血、巨赤芽球性貧血といいます。「めまい」「立ちくらみ」「ふらつき」「息切れ」などの症状が出現する場合があります。ヘモグロビン量や鉄、ビタミンB12の量を定期的に検査する必要があります。



鉄欠乏性貧血

手術後数ヶ月から出現することがあります。治療は鉄剤の補充を行います。



巨赤芽球性貧血

手術後4～5年以降に出現することがあります。治療法は、ビタミンB12の注射による補充です。



骨粗鬆症について

胃の手術をすると、カルシウムの吸収が悪くなるため骨のカルシウムが減少して骨が弱くなります。

定期的に骨のカルシウムの濃度（骨塩量）を測定し、必要であればカルシウムや、ビタミンDの投与が望ましいとされています。普段からカルシウムの補給には十分気を付けましょう。



逆流性食道炎について

胃を切除すると、胃の内容（胃液や十二指腸液、食物）が逆流しやすくなる場合があります。「苦い水や酸っぱい水が口の方にあがってくる」「胸やけがする」などの症状が出現します。

予防するためには、就寝時に上半身を20度くらい高くして寝るようにしてください。症状が強い場合には薬が必要になる場合があります。



胃手術後胆石症について

胃を切除すると、胆のうの動きが悪くなりあとで胆のう内に石ができたり（胆のう結石）、炎症（胆のう炎）を起こしたりすることがあります。腹痛、熱などが出現します。症状が強い時は、入院治療や手術が必要になる場合があります。

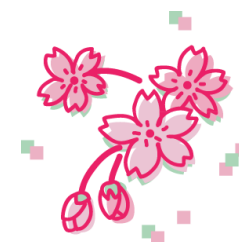


小胃症状について

胃を切除したために胃が小さくなり、あるいはなくなることによって起こる症状を小胃症状といいます。

食欲があっても食事が少ししか入らない、あるいはすぐにお腹がいっぱいになるといった症状が最も一般的です。胃の手術を受けられたほとんどの方が経験される症状です。

「食べ方の基本」を守って食事をするのが大切です。



日常生活について



運動について

体力回復や筋力低下の防止には適度な運動が必要です。散歩など軽い運動を日課に取り入れ規則正しい生活を送るようにしていきましょう。また、激しい運動に関しては医師に確認してください。

入浴について

お風呂は手術前と同様に入ってかまいません。傷はふつうに石鹸できれいに洗ってください。温泉は場所によってお湯の強さがあり、体に悪影響をおよぼす場合もあります。医師にご相談ください。

退院後のお仕事について

体の回復には個人差があり、お仕事を再開する時期も人それぞれです。体の回復状況と仕事量を考慮して判断することが重要です。初めは短時間労働から始めたり、仕事量を制限して始めるとよいでしょう。これらについて対処する産業医がお勤め先にいれば、産業医にご相談ください。

たばこ、酒について

たばこは腸の血流を悪くし運動を抑えますので、禁煙してください。飲酒に関しては医師に相談してください。



定期検査について



胃の手術を受けられた方は、通常5年間、定期検査を受けていただく必要があります。

次のページ以降に「診察・検査予定表」として定期検査の予定をまとめました。

手術後はかかりつけ医と手術を施行した病院の両方で診察を受けていただき、定期的に検査を行ってもらい、体調の変化や再発の有無のチェックをしていただきます。

表に示すとおりの間隔で病院を受診していただき、検査予定欄に示す検査を受けていただきます。3年以降の受診間隔はかかりつけ医の判断で行います。胃内視鏡検査と腹部超音波検査は可能であればかかりつけ医で行います。不可能な場合は手術病院で行います。胸腹部X-Pと腹部超音波検査は必要時に行います。

緊急時や入院治療が必要な時は、かかりつけ医の指示で、手術病院を受診していただくこととなります。体調などでお困りの時にも、まずかかりつけ医にご相談ください。

なお、胃以外（大腸、肺、肝臓、乳腺、子宮、卵巣、前立腺など）の病気に関しては検査の対象外となります。かかりつけ医の先生に診ていただくか、地域の健康診断などをご自身で必ず受けてください。



内服薬について

病院で処方された薬は、消化剤や化学療法剤で、手術後の状態を安定させるためや手術の治療効果を高めるために必要なものです。薬は飲み忘れずに、時間を守って飲むようにしましょう。

下剤は、排便状況をみて調節してください。

薬の副作用や気になることがあれば、医師、看護師または薬剤師にお気軽にご相談ください。



緊急時の連絡について

まず、かかりつけ医にご連絡ください。手術病院での診察や治療を要する場合は手術病院を受診していただきます。夜間や休日などでかかりつけ医に連絡がとれない場合は、手術病院にご連絡ください。

胃術後連携パス（1ヶ月～6ヶ月）



			かかりつけ医	かかりつけ医	手術病院
			1ヶ月	2ヶ月	3ヶ月
			毎月受診	毎月受診	月 日
診察	問診	腸閉塞症状の有無	○	○	△
		ダンピング症状の有無			
		食道逆流症の有無			
		貧血症状の有無			
		小胃症状の有無			
		一般的内科的診察の異常			
	視触診	△	△	△	
採血		血算・生化学	△	△	△
		CEA・CA19-9	△	△	△
検査		胸腹部X-P			△
		胸腹部CT			△
		腹部超音波検査			
		内視鏡的検査			
投薬		一般薬	○	○	△
		補助化学療法薬（1年間）	▲	▲	▲
自己検診	腹部のチェック	体重			
		腹部の症状はないか			
		ダンピング症状はないか			
		便通の異常はないか			
		創部の異常はないか			
	抗がん剤の副作用チェック	吐き気・嘔吐はないか			
全身倦怠感はないか					
口内炎はないか					
	その他				



受診前に自分の健康状態をチェックし、この欄に記入してください。





胃術後連携パス（7ヶ月～1年）



かかりつけ医	かかりつけ医	手術病院
4ヶ月	5ヶ月	6ヶ月
毎月受診	毎月受診	月 日
○	○	△
△	△	△
▲	▲	△
△	△	△
		△
		△
○	○	△
▲	▲	▲

～メモ～

		(術後)	かかりつけ医	かかりつけ医	手術病院
			7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月
			毎月受診	毎月受診	月 日
診察	問診	腸閉塞症状の有無	○	○	△
		ダンピング症状の有無			
		食道逆流症の有無			
		貧血症状の有無			
		小胃症状の有無			
		一般的内科的診察の異常			
	視触診	△	△	△	
採血	血算・生化学	▲	▲	△	
	CEA・CA19-9	△	△	△	
検査	胸腹部X-P			△	
	胸腹部CT			△	
	腹部超音波検査				
	内視鏡的検査				
投薬	一般薬	○	○	△	
	補助化学療法薬	▲	▲	▲	
自己検診	腹部のチェック	体重			
		腹部の症状はないか			
		ダンピング症状はないか			
		便通の異常はないか			
	抗がん剤の副作用チェック	創部の異常はないか			
		吐き気・嘔吐はないか			
	全身倦怠感はないか				
	口内炎はないか				
その他					

○は必須項目 △は必要時に行います
▲は補助化学療法施行時に実施



受診前に自分の健康状態をチェックし、この欄に記入してください。



通信欄 (1年目)(手術病院→かかりつけ医)



年月日

サイン

胃術後連携パス (1年1ヶ月～6ヶ月)



		(術後)	かかりつけ医	かかりつけ医	手術病院
			1年1ヶ月 毎月受診	1年2ヶ月 毎月受診	1年3ヶ月 月 日
診察	問診	腸閉塞症状の有無	○	○	△
		ダンピング症状の有無			
		食道逆流症の有無			
		貧血症状の有無			
		小胃症状の有無			
		一般的内科的診察の異常			
	視触診	△	△	△	
採血	血算・生化学	▲	▲	△	
	CEA・CA19-9	△	△	△	
検査	胸腹部X-P			△	
	胸腹部CT			△	
	腹部超音波検査				
	内視鏡的検査				
投薬	一般薬	○	○	△	
	補助化学療法薬				
自己 検 診	腹部の チェック	体重			
		腹部の症状はないか			
		ダンピング症状はないか			
		便通の異常はないか			
		創部の異常はないか			
	抗がん剤 の副作用 チェック	吐き気・嘔吐はないか			
全身倦怠感はないか					
口内炎はないか					
その他					



受診前に自分の健康状態をチェックし、この欄に記入してください。



通信欄(2年目)(手術病院→かかりつけ医)



年.月.日

サイン

胃術後連携パス (2年1ヶ月~6ヶ月)



		(術後)	かかりつけ医 2年1ヶ月 毎月受診	かかりつけ医 2年2ヶ月 毎月受診	かかりつけ医 2年3ヶ月 毎月受診
診察	問診	腸閉塞症状の有無	○	○	○
		ダンピング症状の有無			
		食道逆流症の有無			
		貧血症状の有無			
		小胃症状の有無			
	一般的内科的診察の異常				
	視触診	△	△	△	
採血	血算・生化学	△	△	△	
	CEA・CA19-9	△	△	△	
検査	胸腹部X-P				
	胸腹部CT				
	腹部超音波検査				
	内視鏡的検査				
投薬	一般薬	△	△	△	
	補助化学療法薬				
自己検診	腹部のチェック	体重			
		腹部の症状はないか			
		ダンピング症状はないか			
		便通の異常はないか			
		創部の異常はないか			
抗がん剤の副作用チェック	吐き気・嘔吐はないか				
	全身倦怠感はないか				
	口内炎はないか				
その他					



受診前に自分の健康状態をチェックし、この欄に記入してください。



通信欄(4年目)(手術病院→かかりつけ医)



年.月.日

サイン

胃術後連携パス (4年1ヶ月~6ヶ月)



		(術後)			
		かかりつけ医 4年1ヶ月	かかりつけ医 4年2ヶ月	かかりつけ医 4年3ヶ月	
診察	問診	腸閉塞症状の有無	○	○	○
		ダンピング症状の有無			
		食道逆流症の有無			
		貧血症状の有無			
		小胃症状の有無			
		一般的内科的診察の異常			
	視触診	△	△	△	
採血	血算・生化学	△	△	△	
	CEA・CA19-9	△	△	△	
検査	胸腹部X-P				
	胸腹部CT				
	腹部超音波検査				
	内視鏡的検査				
投薬	一般薬	△	△	△	
	補助化学療法薬				
自己 検 診	腹部の チェック	体重			
		腹部の症状はないか			
		ダンピング症状はないか			
		便通の異常はないか			
		創部の異常はないか			
抗がん剤 の副作用 チェック	吐き気・嘔吐はないか				
	全身倦怠感はないか				
	口内炎はないか				
その他					



受診前に自分の健康状態をチェックし、この欄に記入してください。





秋田県医師会
秋田県がん診療連携協議会
秋田県健康福祉部