

How to eat

食道を切除された方の食事について

手術後は、「むせ」などに気を付けましょう。自分の身体の状態にあわせて、じょうずに栄養をとることが大切です。食べられない時は、主治医・看護師・栄養士に相談してください。

食事について

手術後の食事

食事が始まるまでは点滴などが処方されます。原則は流動食から始め、段階を追うことにかたくしていきます。特に食べてはいけないものはありませんが、食べ方に注意する必要があります。あせらず、少量を小分け(分割)にして食べるようにしましょう。食べ方の注意点は、良くかむこと、一度にたくさん食べすぎないこと等の工夫が必要となります。



* 食べられない時は主治医・看護師・栄養士に相談してください。



重湯期

食事が始まって間もないときは、無理せずに食べられるだけにしてください。流動食でも噛むように、ゆっくりと時間をかけて食べます。



術後の食事はこのような順に進みます(主食)

重湯 → 3分粥 → 5分粥 → 7分粥 → 全粥 → 軟飯

* 身体の状態によって変わることもあります。



3分粥～7分粥

病院で付くカステラなどの菓子類は、食間(10:00、15:00 頃)に食べていただく為に、提供しています。病院では汁物なども出ますが、先に栄養価の高い主菜(おかず)を食べてから食べるなど、水分でお腹がふれないように工夫することも大切です。

全粥～軟飯

食事は段階ごとにかたくなっていきます。食事も選択メニューになります。原則として食べてはいけない食品はありませんが、しばらくは消化のよい食品を選ぶようにしましょう。水分が少ない分、栄養価も増えますが、消化をよくする為にも、よく噛んでゆっくり食べるようにします。

手術後は、このような症状が出る可能性があります。

<誤嚥>

胃内の貯留能力や消化能力が低下しているため、消化の良いものを、少しずつ、無理せず、慌てず、ゆっくりと咀嚼し飲み込んでいくようにしましょう。

誤嚥は、消化管に入るべき飲み物や食べ物が誤って気管に入ってしまうことをいいます。肺炎などの原因となってしまうので、「むせ」が強い場合には、水分にとろりみをつけたりすると誤嚥の予防となります。



<逆流>

食後すぐによこになると食べ物が逆流してしまう事があります。食事をたべる場合にも食べ物が通りやすいように上半身を起こし、食後30～1時間程度は、横にならず上半身を起こしましょう。