

胃・十二指腸術後の食事療法

胃は摂取した食事を一時貯え、消化し少量ずつ小腸に送りだすように調節されています。また、蠕動運動により胃壁から分泌される胃液と食物を混合する働きを持っているため、手術での切除がなされれば機能は著しく低下します。

栄養障害は手術の部位や範囲によっても異なりますが、組織の損傷部の修復と体力の回復のため、高エネルギー・高たんぱく質食の食事が必要である。また、個々によって非常に差があり、一部の人には、めまい、動悸、腹部膨満感、腹痛、悪心、嘔吐などのダンピング症候群、貧血、消化吸収障害などが発生しますが、多くは年月とともに少しずつ症状は消失します。

1) 部位による栄養障害について

* 十二指腸

胆のう、総胆管、膵臓の一部も切除することになり、膵臓から分泌される消化酵素の分泌低下により消化能力は著しく低下する。

* 空腸および回腸
各栄養素の吸収障害。

* 小腸上部

ミネラル、無機質および水溶性ビタミンの吸収障害。

* 小腸中部

脂質、たんぱく質および脂溶性ビタミンの吸収障害。

* 小腸下部

胆汁酸およびビタミンB12の吸収障害。

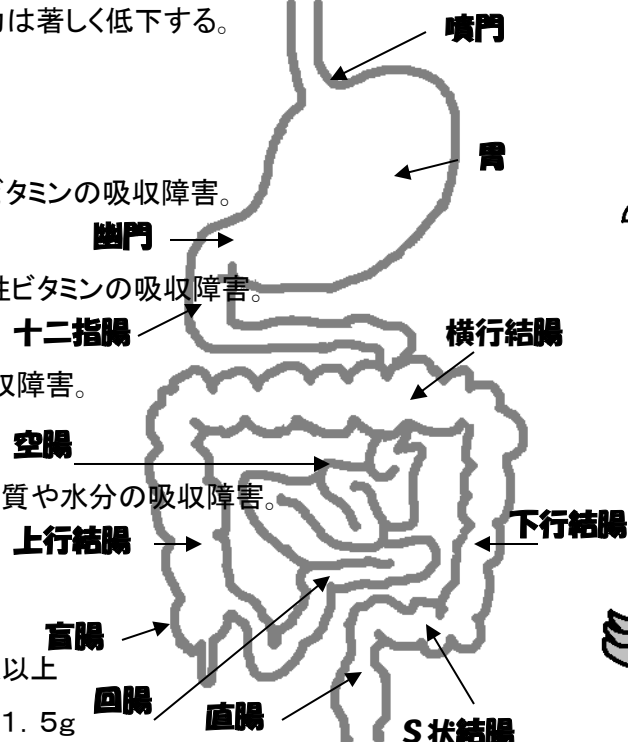
* 大腸(盲腸、結腸、直腸)

ナトリウムやカリウムなどの電解質や水分の吸収障害。

2) 栄養目標設定について

* エネルギー 標準体重 × 30kcal以上

* たんぱく質 標準体重 × 1.2~1.5g



3) 食事療法について

- 1) 消化がよい料理を選ぶ。
- 2) ゆっくり、よくかんで食べる。
- 3) 食事は何回にも分けて食べる(1日5~6回)。
- 4) 食事時間を規則的にする。
- 5) 少量で栄養価の高い食品を選ぶ。
- 6) 炭水化物を控え、たんぱく質を中心に食べる。
- 7) 繊維の多い食品は避ける。
- 8) 香辛料は控える。
- 9) コーヒー、炭酸飲料、アルコールは避ける。
- 10) 当初は生ものを避け加熱調理する。
- 11) 食後は安静を保つ。



4) 食材について

