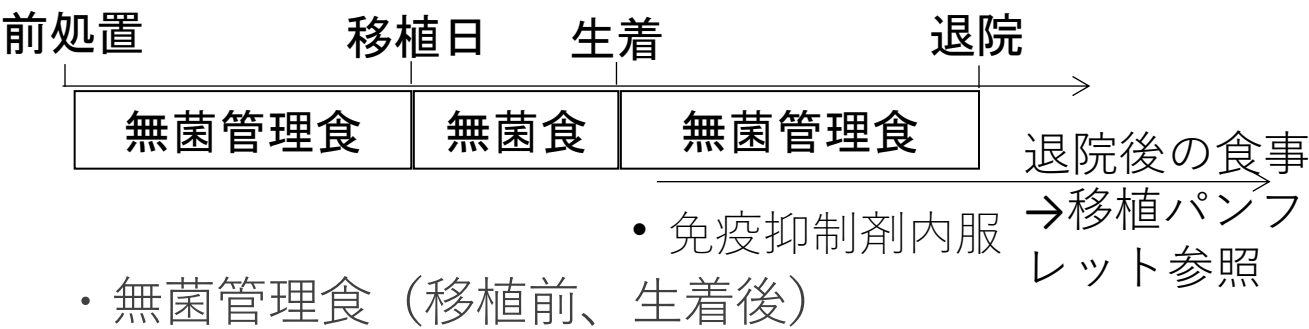


# 生活環境について 食事の衛生管理について



| 食 種                | 常食(無菌管理食)                                                   |
|--------------------|-------------------------------------------------------------|
| 病院食での対応            | 料理にふたやラップ,生野菜,生果物可<br>温かい料理65℃以上,冷たい料理5℃以下<br>で保管           |
| 個別対応               | 適宜                                                          |
| 食品衛生レベル            | 生もの,かび・菌が多い食品(納豆,未加工<br>のはちみつ,生クリーム等)不可<br>発酵食品(ヨーグルト,漬物等)可 |
| 持ち込み品 包装形態         | 個包装(開封後24h以内)                                               |
| 弁当や総菜              | 個包装、冷蔵保管、開封後食べきり                                            |
| 手作りの持ち込み食          | 移植後不可                                                       |
| 院内アイス・コーヒー<br>ショップ | 移植後不可                                                       |

- ・移植後免疫抑制剤内服中グレープフルーツ禁止（病院食では免疫抑制剤に影響する食品を不使用）
- ・無菌食（移植日～生着日まで）



- ・料理は加熱殺菌(90℃90秒以上)
- ・生野菜、生果物、発酵食品不使用
- ・個別包装の加工品や調味料
- ・嗜好や症状に応じた個別対応

・移植～生着後

食事量が減少している時期です。必要栄養量を確保するために少量高カロリーの栄養補助食品を飲んでいただいたり、経管栄養や経静脈栄養を総動員して栄養管理を行います。If the gut works, use it（腸が使えるなら腸を使え）という有名な格言がありますが、経静脈栄養に比べて経腸栄養のほうが感染予防や血糖管理などに有利です。そのメリットゆえに、近年造血幹細胞移植後の栄養管理では、経管栄養を行うことが増えています。

＜腸を使用する栄養補給方法＞

経口栄養



・お食事と栄養補助食品  
一般的な栄養補給方法  
治療の副作用により栄養を  
必要量とることができない  
場合があります。

経管栄養



・胃や十二指腸、小腸まで  
差し込んだチューブから栄  
養をとります。  
栄養を必要量とることが  
できます。

＜腸を使用しない栄養補給方法＞

経静脈栄養



・中心静脈栄養→栄養を必要量  
とることができます。  
・末梢静脈栄養→栄養を必要量  
とることはできません。短期間  
の栄養補給用。

イラストはフリー素材集<https://www.irasutoya.com/>より引用

症状への対応 食事量が減少した時 栄養補助食品の使用

| 商品名   | ゼリー            | GFO                           | 栄養剤          |
|-------|----------------|-------------------------------|--------------|
| 画像    |                | <br>Gグルタミン<br>Fファイバー<br>Oオリゴ糖 |              |
| 容量    | 83g            | 10g                           | 125ml/100ml  |
| エネルギー | 150kcal/80kcal | 30kcal                        | 200kcal      |
| タンパク質 | 0/6.2g         | 3.6g                          | 7.5/8.0g     |
| その他   | カルシウム/亜鉛       | 100-150mlの<br>水に溶かす           | 栄養素をバランスよく配合 |
| 味     | フルーツ           | もも                            | 色々           |

## ●移植後の栄養状態の低下

移植前処置(化学療法や  
放射線治療)



摂取量低下



必要栄養量の充足困難



体重減少・栄養状態低下



消化管  
GVHD

食欲不振  
すぐに満腹になる

味覚がおかしい

吐き気がする  
吐く

口の中が痛い  
(口内炎)

臭いが気になる

胃がむかむか  
する

イラストはフリー素材集<https://www.irasutoya.com/>より引用

## 症状への対応 病院食での対応

| 病院食の対応         | 常食(無菌管理食)                                   | 特別対応食(無菌管理食)                                                                     |
|----------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 食 種            | 常食(A,B,C)・ハーフ常食                             | エネルギーコントロール(EC)食<br>3分粥食・やわらか食・ペースト食・ミキサー食・口内炎食等                                 |
| 主食量            | 米飯・パン・おにぎり(昼タのみ)<br>米飯A190g・B140g・C,ハーフ100g | お粥・米飯・パン(毎食)<br>おにぎり・麺(温・冷)(昼タのみ)<br>主食半量・主食大盛                                   |
| メニューの変更<br>副食量 | 選択メニュー(朝夕)<br>ハーフ食:半量                       | 選択メニュー(朝)→EC食のみ<br>肉類・魚介類禁止対応,<br>食種の変更により硬さを調整<br>味付け(薄味,味なし,しみるもの禁)<br>ハーフ食:半量 |
| 栄養補助食品         | ハーフ食のみ:必要量提供                                | 必要量提供                                                                            |
| その他食<br>緩和ケア食  | —                                           | 主食,果物,栄養補助食品,乳製品単品<br>緩和ケアチーム介入者のみ                                               |
| 食物アレルギー        | 非対応                                         | 対応                                                                               |

北大病院血液内科12-2病棟 選択メニュー 人気TOP3

★1位



チャーハン

2位



ドライカレー  
あんかけやきそば

3位



シーフードカレー  
のりまきいなり  
冷やしたぬきうどん

食事量が少しでも増えるように、病院食や購入品など色々試して、自分が食べやすいものを見つけます。また、水分摂取も大切です。飲むこと、食べることが重要な時期です。退院後も意識してとるようにしましょう。