

結(ゆい)日誌

胃がん内視鏡治療後地域連携パス



日常の注意—胃がん



幸せを呼ぶふくろう

結（ゆい）日記

あなたの健康・笑顔に「結」びつきますように・・・
そしてこの日記が、
あなたにとって役立つ情報となり、癒しの存在となることを願っています。



すずらん

花言葉：幸せが戻ってくる、訪れる

結（ゆい）日記 目次

緊急連絡先等
1 総論 パスについて、がんについて ステージについて
2 食事について
3 相談窓口

あなたの心の支え



このスペースは、(写真、絵、ことばなど) ご自由にお使い下さい。

あなたを支える治療チーム



かかりつけ医（連携医）：

緊急連絡先：



基幹病院緊急連絡先：

電話番号：

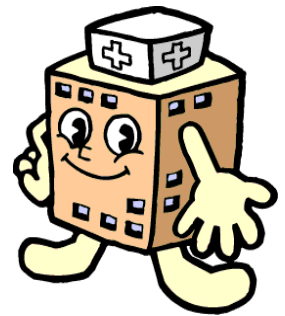
担当医：

パスについて



パスってなあに？

当院で治療を受けたあなたを、今後お近くの連携医（かかりつけ医）と当院との両方で連絡を取り合い、標準治療の継続とわかりやすい定期通院をおこなっていくために作られた一連の書式（パス）です。



パス=Pathはもともと「小道」という意味で、今後の治療方針を指し示した「道」です。これからのがんとの闘いの中で、道はずれて深い森の中をさまよわないための道しるべと考えてください。

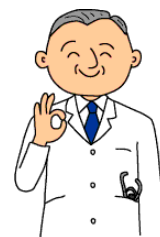


パスの実際

医療者用のパスと患者さん用のパスがあります。どちらにも今後の治療や通院スケジュールの表が入っています。このスケジュールに従って各病院、医院へ通院していただきます。また、この患者さん用パスには「データ記入用紙」が入っています。基幹病院の医師も連携医も、そのデータをもとに診療を続けていきます。どちらに通院する場合でも、この患者さん用パスを忘れずに持参してください。



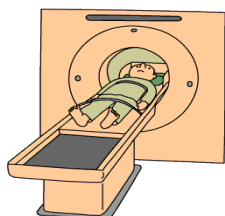
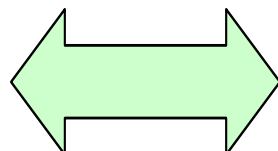
患者さん用
パス



医療者用
パス

パスの利点

当院への頻繁な通院が不要となり、通院の不便さや外来での長い待ち時間から開放されます。また、複数の主治医によるサポートを受けられる長所が生まれます。



病院と連携医の両方でサポートしてもらえるのね。パスがあれば安心ね。



費用負担

がん医療における「地域連携パス」を利用した診療は保険診療で認められています。このシステムでは、個別に策定される連携計画や診療情報提供書の作成と連携医からの情報提供に対して、費用をご負担いただくことがあります。

がんについて



がんってどんな病気？

体の中の細胞が何らかの異常を起こした結果生じる病気のことを言います。このがん細胞は、生体内の

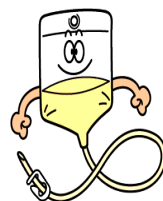


バランスを無視して増殖を続け、正常組織の働きを阻害したり、血流やリンパの流れに乗って肝、肺、脳、骨などの重要臓器に転移してその働きを低下させ、放置すれば生命を脅かすことになる病気です。



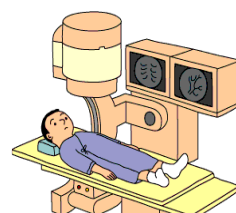
一口にがんと言っても・・・

同じ臓器にできたがんでも、きわめてゆっくり発育するものから進行の早いものまで、いろいろな種類があります。



発生した臓器によっても性質が異なり、手術治療が有効なもの、抗がん剤がよく効くもの、放射線

に感受性があるものなどさまざまです。あなたの病気に最も適した治療法を選択することが重要です。



いろいろあるのね。
先生とよく相談しないとね。



がんとうまく付き合っていくためには？

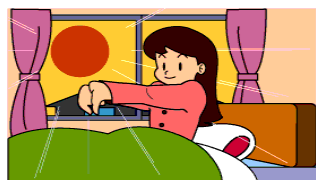
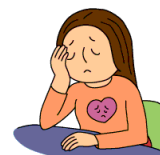
まずは、予防が大切です。次に重要なのは早期発見で、適切な治療でほぼ完治します。予防や早期発見が叶わなかった場合でも、それぞれのがんに適した治療を行い、継続した経過観察（通常は5年間）をおこなうことで十分に病気に太刀打ちできます。また、完治



を望めないような場合でも、適切な治療を継続することによりがんと共存しながら日常生活を過ごしていくことが可能です。

発想を変えましょう！

がんという診断は、あなたにとって悪い知らせではありません。ひどくショックを受けたのではないのでしょうか。でも、私たち命あるものには、いつか必ず死が訪れます。がんにかかったことも特別に不幸なことではありま



せん。大事なことはこの病気と闘い、あるいはうまく付き合っただけで天寿をまっとうするように努力することです。あなたやご家族が病気と向き合い、苦痛のない生活が送れるように、

私たち医療機関がお手伝いさせていただきます。あなたも強い意志を持って病気と立ち向かってください。



胃がんのステージについて

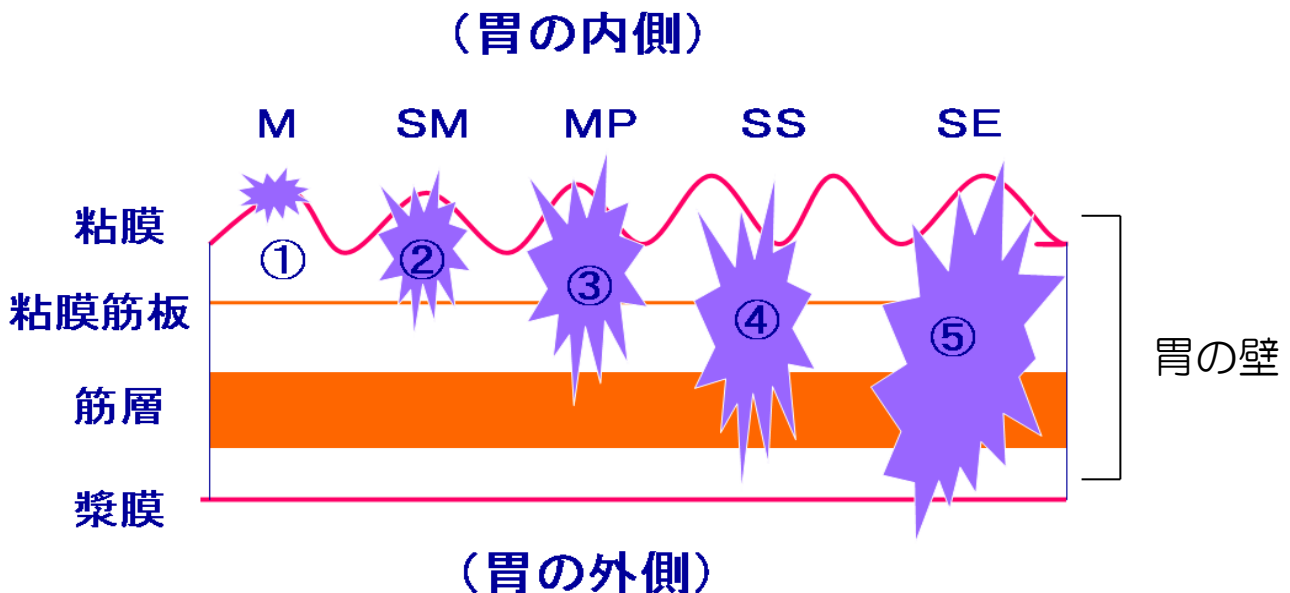


ステージとは？

がんの進行具合を表す言葉です。①がんの壁深達度、②リンパ節転移の状況、③遠隔転移の有無によりステージが決まります。

壁深達度とは？

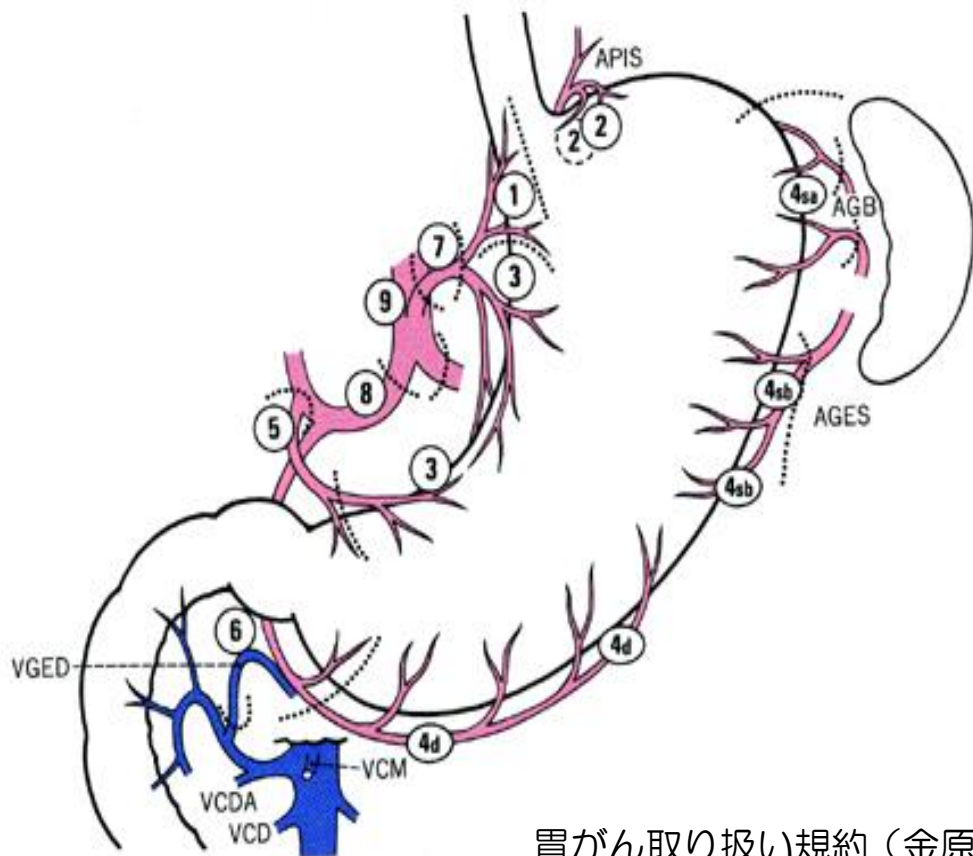
がんは粘膜から発生します。がんが、その成長とともに胃の壁のどこまで深くひろがっているかという分類です。



①②は早期がんです。⑤になると、腹膜播種の可能性があります。腹膜播種は腹腔内にがんがこぼれ落ちて広がる遠隔転移のひとつです。もちろん⑤でも、腹膜播種が現れず完治する人も大勢います。

リンパ節転移とは？

- * 胃の周囲にはたくさんのリンパ節があり、地図のように番号がつけられています。
- * リンパ節は病巣の近くから離れた部位まで、1～3群に分けられ、通常は2群までのリンパ節を切除するのが一般的です。
- * リンパ節にがんが転移しているかいないか、あるとすればどこに何個転移があるか、がステージを決める重要なポイントになります。転移個数によってN0～N3に分けられます。



胃がん取り扱い規約（金原出版）より引用

遠隔転移とは？

前述した腹膜播種や、肝臓、肺、骨などへの転移のことです。

ステージ分類

	N0	N1	N2	N3
	0	1~2	3~6	7~
M, SM	I A	I B	II A	II B
MP	I B	II A	II B	III A
SS	II A	II B	III A	III B
SE	II B	III A	III B	III C
SI	III B	III B	III C	III C
遠隔転移	IV			

- ・ 深達度のS I は、胃周囲の臓器までがんが浸潤した場合を示します。
- ・ N1 はリンパ節転移が 1~2 個、N3 はリンパ節転移が 7 個以上を表します。
- ・ 遠隔転移があれば、深達度やリンパ節転移に関係なくすべてステージIVとなります。

食事について



消化の良い食材は？

	消化の良いもの	消化の良くないもの
穀類	食パン、粥、軟飯	赤飯、寿司、ラーメン、玄米
魚類	右記以外の魚	めざし、干物、うなぎ、たらこ、たこ、いか、佃煮
貝類	カキ	カキ以外
肉類	脂肪の少ない部位	脂肪の多い部位、ベーコン
豆類	豆腐、高野豆腐	小豆、大豆
乳製品	チーズ、牛乳、ヨーグルト	
卵類	鶏卵	
油類	バター、植物性マーガリン、植物油	マーガリン
野菜類		ごぼう、たけのこ、れんこん にら、みょうが、セロリ、生野菜
果物類	バナナ、りんご、桃	干し柿、梨
飲み物	薄い茶、紅茶	コーヒー、炭酸飲料



消化の良いメニュー

- ・ 卵料理

卵豆腐、茶碗蒸し、だしまき卵、野菜の卵とじ、温泉卵、半熟卵

- ・ 魚料理

焼き魚、照り焼き、煮魚、ムニエル、ホイル焼き、カキのシチュー、シーチキンと茹で野菜のサラダ

- ・ 肉料理

ハンバーグ、うす切り肉のピカタ、冷しゃぶ大根おろし添え、茹で鶏ごまドレッシング、肉団子と野菜の煮物

- ・ 豆腐料理

冷奴、湯豆腐、そばろ味噌かけ

- ・ 野菜料理

青菜の煮浸し、芋の煮ころがし、焼き茄子、トマトのサラダ

- ・ ご飯料理

雑炊

あくまで一例です！



間食にすると良いもの

ヨーグルト、牛乳、チーズ、アイスクリーム、カステラ、トースト、エッグサンド、クッキー、ウエハース、バナナ、カロリーメイト、プリン など



鉄含有量の多い食材

数字は 100 g 中に含まれる鉄分のmg 数です。

ひじき	55.0	丸干しうるめいわし	5.0
天然アユのはらわた	38.0	わかさぎ	5.0
養殖アユのはらわた	14.0	赤貝	5.0
豚レバー	13.0	うなぎ肝	4.6
しじみ	10.0	卵黄	4.6
ばか貝（あおやぎ）	10.0	さんま	4.0
鶏レバー	9.0	牛レバー	4.0
あさり	7.0	ほうれん草	3.7
赤みそ	6.8	カキ	3.6
はまぐり	5.1	煎りごま	9.9



相談窓口



<がん相談支援センター>



「がん診療連携拠点病院」の指定を受けている医療機関には、がんについていろいろな相談ができる「相談支援センター」があります。

その他の治療法（セカンドオピニオン）について、医療費の相談、がん就労支援、自宅での療養、介護保険制度、遺伝相談についてはがん拠点病院の主治医やがん相談支援センターにお問い合わせください。

会計窓口



お問い合わせは、がん相談支援センターへ