



地域連携パス

わたしのカルテ

〇〇病院



〇〇病院〇〇科

担当医：

電話：

あなたのお名前

.....

かかりつけ医

.....

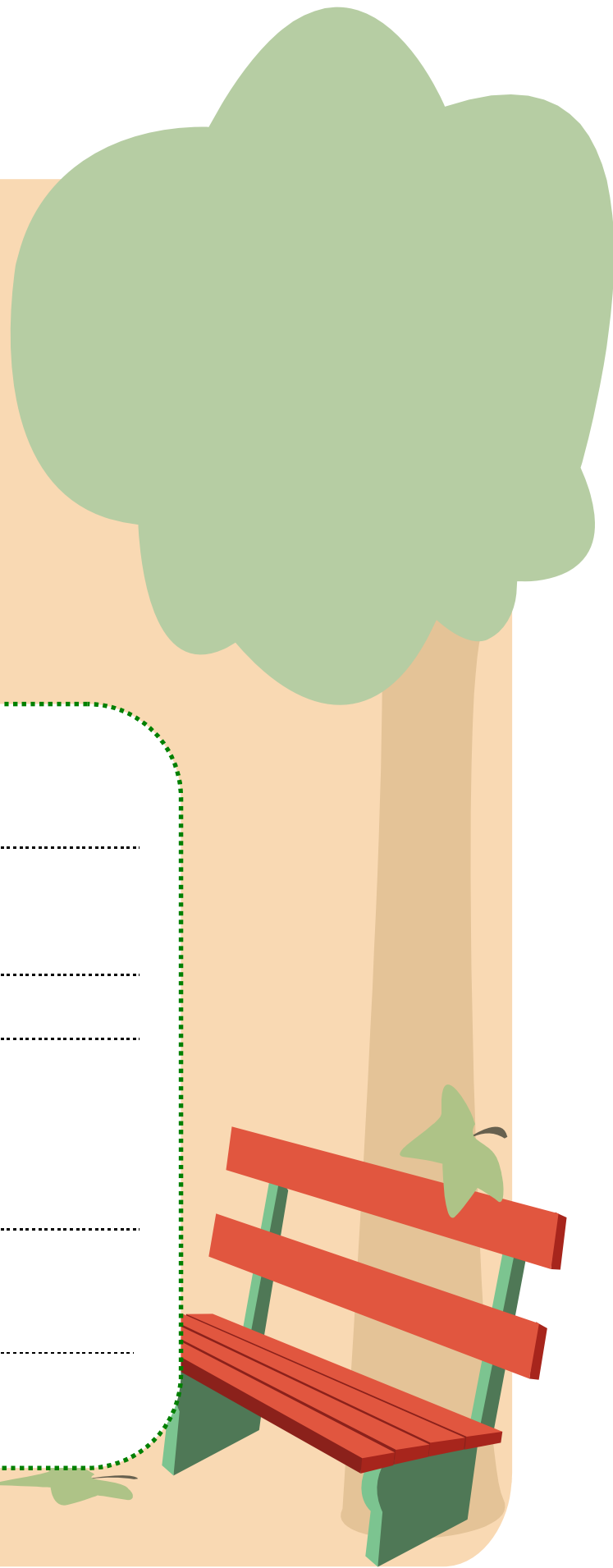
電話：

調剤薬局

.....

緊急時連絡先

.....



はじめに



「地域連携クリティカルパス」とは、地域のかかりつけ医と計画策定病院^{*}の医師が協力して治療にあたるための治療計画表です。この治療計画表を活用することにより、安心して質の高い医療を提供することを目指しています。病状が落ち着いているときの日常の診療は、地域のかかりつけ医がおこない、専門的な治療や定期的な検査は計画策定病院がおこないます。日常の相談などは、まずかかりつけ医にご相談ください。

* 計画策定病院とは、パス（治療計画表）を最初にお渡しする病院です。



もくじ



- 退院後の生活について
- 退院後もこれだけは忘れずに
- 大腸がん地域連携パス

～抗がん剤を服用される方へ～

- 術後補助療法について
- 抗がん剤による副作用について
 - ◇ゼローダを服用される方へ
 - ◇ゼローダの服用方法について
 - ◇ユーエフティ/ロイコボリンを服用される方へ
 - ◇ユーエフティ/ロイコボリンの服用方法について
 - ◇ユーエフティの服用方法について
- 連絡メモ



退院後の生活について



1. 手術後におこりやすい症状について

大腸を切り取ったために栄養吸収や食事量の低下、それらに伴う体重減少などのトラブルはほとんどありません。しかし、多くの場合術後1～2ヵ月でやや軟便の状態となることが多いですが、ときに便秘気味になることもあります。

直腸を切り取った場合には、便をためる能力と便を押し出す能力が低下するために、排便の回数が増加したり、1回の便量が減少したり、便が残っている感じなどの症状がでる場合があります。

また、小腸や大腸の癒着（炎症などのためにくっつくこと）により、内容物の通過不良が生じ、腹部の張りを感じたり、あるいはひどくなると腸の通過障害をおこす場合があります。

これらの症状は、多くの場合、食事療法や下剤や消化剤でコントロールすることができ、術後一定の期間がすぎると生じにくくなります。

2. 運動、職場復帰に向けて

適度な運動は、腸の血行を良くし働きを活発にします。散歩、体操などから体を慣らしていきましょう。疲れたら、無理をせず、休息をとりましょう。

仕事が可能となる時期については、担当医師とご相談ください。通常デスクワークであれば術後1ヵ月程度で、体力をつかう仕事であれば術後2～3ヵ月くらいが目安となります。

3. 食生活について

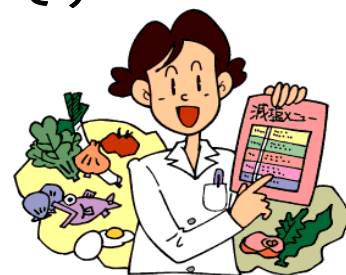
原則的には、食事の内容に制限はありません、栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。よく噛んで食べ、暴飲暴食は避けましょう。食物繊維が多く含まれる食品や消化しにくいものは、腸の通過障害の原因となることがあるので、術後3カ月は控えたほうがよいでしょう。

注意するおなかの症状についての対処方法

☆下痢や便秘に注意して、便通を整えるようにしましょう

下痢に対しては、

- 繊維の多い生野菜や果物を控えましょう
- 繊維が少ないもの（バナナやリンゴ等）は良いです
- 温かく消化のよいものを食べましょう
- 牛乳で下痢をする人は控えましょう
- 下痢止め薬の乱用はおやめください
- 脱水になりやすいため水分の補給をしましょう



便秘に対しては、

- 消化のよい食品の摂取、適度な運動、歩行を心がけましょう
- 冷たい牛乳・水は排便を促しますが、効果のない人もいます
- 腹部のマッサージ「の」の字を描くようにしましょう
- 下剤の乱用はおやめください
- 少量ずつの食事にして、回数を増やすようにしましょう

症状が長く続くようであれば、担当医師に相談をしましょう。



4. 嗜好物について

大腸に負担をかけるため、酒・ビール・カフェインを含んでいるコーヒー・紅茶・緑茶の過剰摂取は控えましょう。



5. 入浴について

傷が治れば、入浴は可能です。

傷の状態に不安があれば、担当医師に相談をして下さい。



退院後もこれだけは忘れずに



☆定期的な診察や検査に行きましょう

手術後5年をめぐり、定期的な診察や検査を行います。診察や検査の間隔は、担当医師の指示通り決められた日に診察や検査を受けるようにしてください。

☆自己チェックを続けましょう

どんな症状も早期発見して、早期に治療をすることが大切です。日を決めて、ご自分で症状をチェックしてください。気になるところがあったら、担当医師にご相談ください。



☆異常時の対処について

腹痛、嘔吐、腹部が張るなどの腸の通過障害の症状がみられたり、また激しい下痢が持続するとき等の異常がありましたら、ご連絡ください。

☆一人で悩まず、相談しましょう

安心して治療や検査を続けていくためには、この病気と付きあっていく気持ちをもつことが大切です。治療や生活、今後のことについて身近な人に話せることはあなたの大きな支えになります。病気の不安や悩みを一人で抱え込んでしまわずに、ご家族や担当医師、看護師にお話ください。

また、病院にはがん相談支援センターなどの相談室があり、あなたのお気持ちを支え、不安を和らげ、よりよい療養生活がおくれるようお手伝いをしますのでご利用ください。

このページからは
抗がん剤を服用される方へ

術後補助化学療法について



がんを手術で全部切除できたように見えても、その時点ですでに目に見えないがん細胞がほかの臓器に移動している可能性があります。時間がたってから再発として見つかることがあります。そこで、目に見えないがんを根絶することを目的として、抗がん剤の投与が行われることがあります。これを術後補助化学療法といいます。術後補助化学療法により、手術後になにもしない場合と比べ、再発の可能性を減少させることがわかっています。しかし、がん細胞だけでなく正常な細胞にも影響を与えてしまうことがあるため、あなた自身によくない影響（副作用）があらわれることがあります。治療を最後まで行うために、副作用を正しく理解することが大切です。

☆ゼローダ・ユーエフティ・ロイコボリン（又はユーゼル錠）って どんな薬？

抗がん剤の一つです。術後補助化学療法の目的で服用してもらいます。経口薬ですので、家庭や職場でいつもと同じ生活がおくれることが期待できます。



抗がん剤による副作用について



抗がん剤はがん細胞のように、はやく増える細胞を攻撃しますが、正常な細胞にも薬の影響がでてしまうため、内服される薬によりいろいろな副作用が現れます。

☆指示された薬は忘れずに服用しましょう

病院で処方された薬は、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。担当医師の指示通りに忘れずに正しく服用してください。

■ 飲み忘れた場合

飲み忘れた分をとばして（服用せず）、次の分からお飲みください

絶対に2回分を一度に飲まないでください

■ 飲んだか、飲まなかったかわからない場合

念のため飲まないようにしてください



■ まちがえて多く飲んでしまったり副作用が現れた場合は 担当医師に相談してください

◆一緒に服用してはいけない薬があります。

ゼローダとティーエスワンは同時に服用してはいけません。

ユーエフティとティーエスワンは同時に服用してはいけません。

- 副作用があらわれた場合は、お薬の量を減らしたり、一定の期間お休みすることもあります。十分な効果を引き出すためには、決められた期間服用を続けることが大切です。

ゼローダを服用される方へ



☆副作用について

手足症候群

手や足がヒリヒリ・チクチクする、赤く腫れるなどのほか、皮膚にひび割れや水疱が生じたりして、痛みが出るような状態がみられるものです。

また、皮膚に色素が沈着したり、爪の色が変化したり変形したりすることもあります。

ゼローダ服用中はハンドクリームなどで手足の乾燥を防ぐなどのセルフケアを行うことが必要です。



消化器症状

下痢・腹痛・吐き気・嘔吐・食欲不振・口内炎など

下痢がひどいとき



すぐに担当医師に連絡をしてください
(頻回におこる水のような便など)



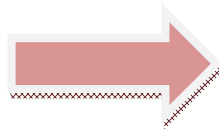


骨髄抑制

- 白血球数が著しく減少：感染症にかかりやすくなります
- 赤血球数が著しく減少：立ちくらみなどがおきやすくなります
- 血小板数が著しく減少：血が止まりにくくなります



38℃以上の発熱があるとき



感染がおこっている
可能性があります

すぐに担当医師に連絡をしてください



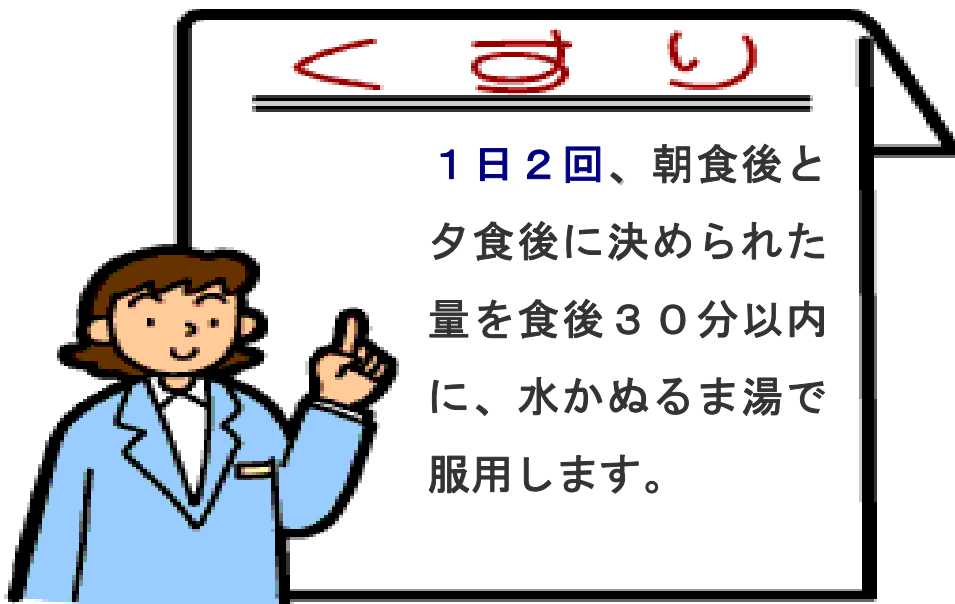
その他

肝機能障害、動悸や息切れ、頭痛、めまい、疲労感、脱力感などの症状があらわれることもあります。

いつもと明らかに違うな、変だなと感じたら担当医師に連絡をしてください。

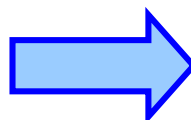
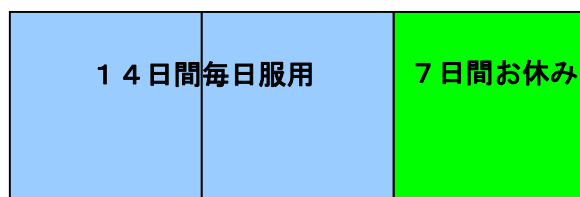


ゼローダの服用方法について



14日間 毎日続けて服用し、その後7日間お休み（休薬）します。これを1コースとして、8コース（約24週間）くり返します。

← 1コース →
1週目 2週目 3週目



6ヶ月間施行

ユーエフティ／ロイコボリン(又はユーゼル錠)を 服用される方へ



☆副作用について

消化器症状

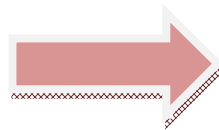
下痢・食欲不振・口内炎など



・下痢がひどいとき

(頻回におこる水のような便など)

・飲み始めて数日以内に口内炎と
同時に下痢が現れるとき



すぐに担当医師に連絡
をしてください

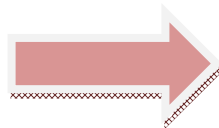
骨髄抑制



- 白血球数が著しく減少：感染症にかかりやすくなります
- 赤血球数が著しく減少：立ちくらみなどがおきやすくなります
- 血小板数が著しく減少：血が止まりにくくなります



38℃以上の発熱があるとき



感染が occurring
可能性があります

すぐに担当医師に連絡をしてください

その他

肝機能障害、発疹、色素沈着、疲労感、脱力感などの
症状があらわれることもあります。

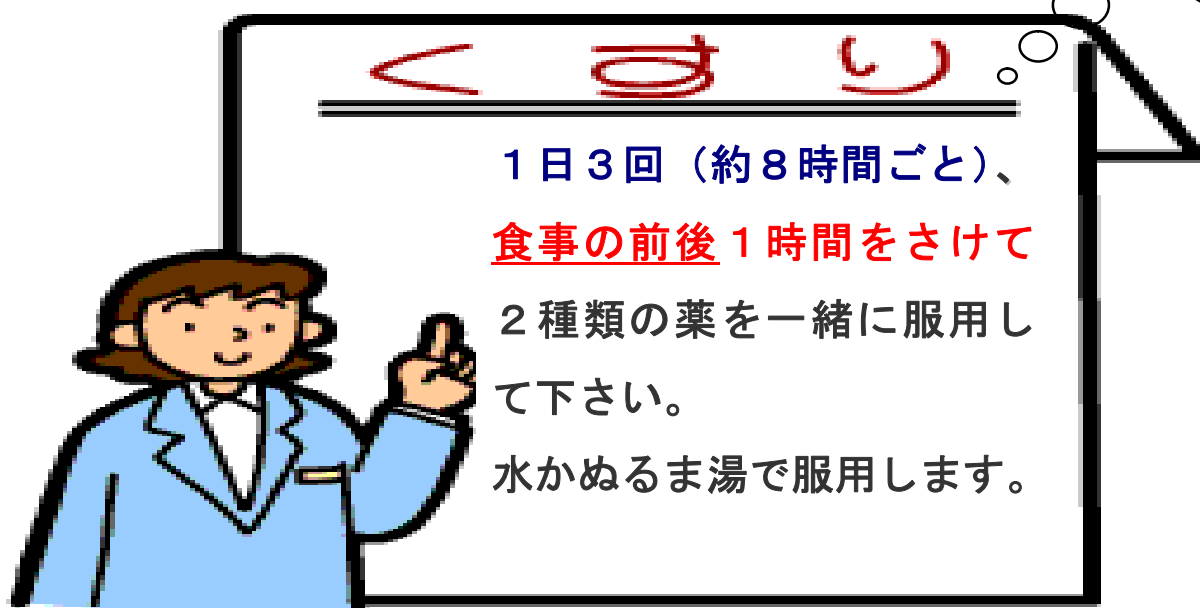
いつもと明らかに違うな、変だなと感じたら、担当
医師に連絡をしてください。

ユーエフティ／ロイコボリン(又はユーゼル錠)の 服用方法について

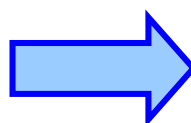
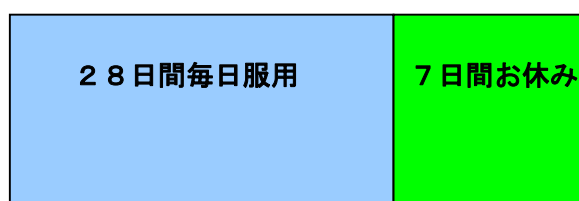
☆ユーエフティ：身長や体重、症状や体の状態により
投与量がきまります。

☆ロイコボリン：1回1錠です。

標準的な
飲み方



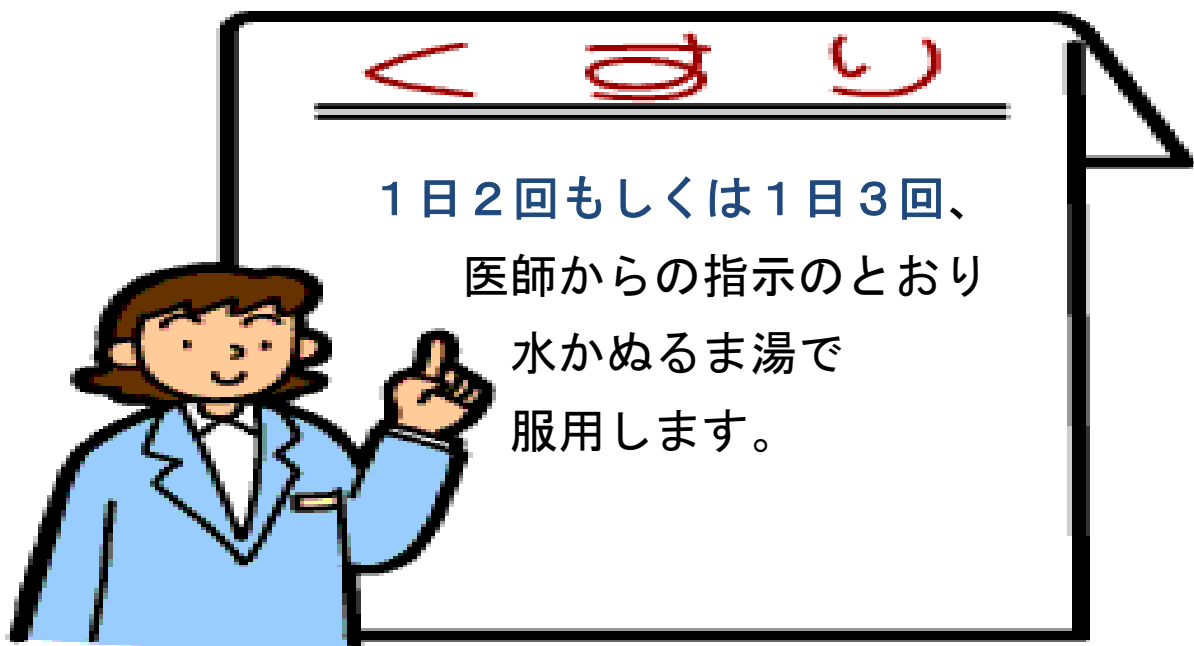
← 1コース →



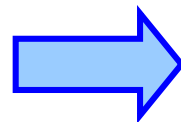
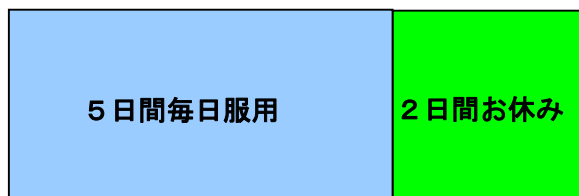
6ヶ月間施行

ユーエフティの服用方法について

☆ユーエフティ：身長や体重、症状や体の状態により
投与量がきまります。



← 1コース →



6ヶ月間施行

連絡メモ



A large, empty rectangular area with rounded corners, defined by a dashed black border, intended for writing the contact information.