



## 手術と栄養

手術に栄養？どんな関係があるのでしょうか。  
栄養が不足すると何が起きるのでしょうか…

**栄養不足は菌に対する抵抗力が弱い！！**  
**抵抗力が弱まっている＝風邪をひきやすい状態と同じです。**

### ①手術の後に感染症を起こしやすくなる

創感染や呼吸器・尿路・カテーテル感染・腸炎等

### ②傷が治りにくくなる術後創部解離や縫合不全の要因

### ③消化管粘膜の萎縮が起こる消化管内のバクテリアの増殖

→④術後合併症や生存率への影響がでてしまう・・・

→⑤入院日数の延長につながってしまう・・・



## 栄養不足による合併症を予防するためには？

体重や筋肉量減少を防ぐためには、十分なエネルギーとたんぱく質の摂取は欠かせません。



**手術前の栄養失調の予防と、術前・中・術後を意味する周術期の管理が重要です。**

### 手術前に患者さんが出来る事は・・・

体力を落とさないこと  
術前身体機能の維持、増進を図ることで



**①体重・筋肉量の減少を引きおこさない** 体重減少は栄養不良の指標の一つです。同時に筋肉量も減少してしまいます。特に筋肉量が減ると合併症を起こしやすく、生存期間も短くなるという報告があります。筋肉量は術後の経過を左右するといっても過言ではありません。

(注) すべての方ではありませんまずは医師と相談しましょう。)

**②エネルギー・タンパク質の摂取を十分に！** 体重や筋肉量の減少を防ぐためには十分なエネルギーとタンパク質の摂取が必要です。



**③体力づくり・適度の運動** しっかりとエネルギー・タンパク質摂取して体力づくりをしましょう！



手術前に自分でもできる栄養管理を行い、栄養状態を上げておくことで術後のリスク軽減につながります。

(注) 栄養状態を上げる＝体重を増やすではありません。まずは医師と相談しましょう。