

症状の生活への影響

- 食べたいものが、思い浮かばない
- 食事がのどを通らない
- 食事の楽しみがない
- 食べられないことに、不安を感じる



こんな原因があります

- 痛みなどの苦痛
- 高カルシウム血症（血液中のカルシウムが高くなる）
- 肝腫大（肝臓の腫れ）や腹水で胃が圧迫される
- 口内炎や味覚の低下
- 便秘
- 嚥下障害（ものがうまく飲み込めない）
- 胃や腸のどこかが細くなっている（腸閉塞）
- 胃潰瘍など胃や十二指腸に異常がある
- 腫瘍から食欲を低下させる物質が出る
- がんの治療の影響（抗がん剤、放射線治療）
- 気持ちのつらさ、うつ状態

治療の目標は

- 食欲が改善する
- ご本人とご家族の考えに合った食事や栄養の治療を受けられる

こんな診察・検査をします

診察

以下のことがあれば教えてください

- ・食欲をなくす他のつらい症状（痛み、吐き気、便秘など）
- ・口の中の痛みや味覚の異常
- ・食欲はあるが、食べるとすぐにお腹がいつぱいになる
- ・みぞおちの痛み、胸やけ
- ・便に血が混じる、便が黒い

血液検査

腹部レントゲン

- ・胃や腸の状態を簡単に把握します

腹部超音波検査・CT（必要なとき）

治療は、

月 日

3～7日後に見直します

説明を受けた方

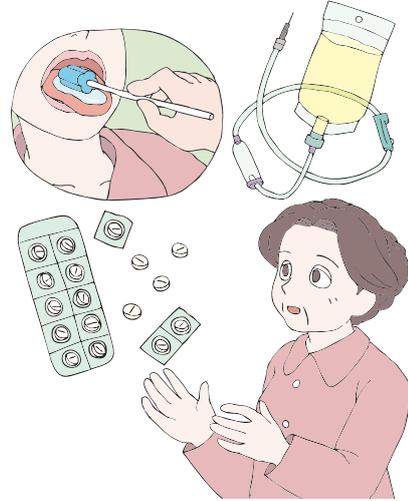
説明をした人

月 日

こんな治療をします

原因の治療をします

- 痛みなどの苦痛に対処します
- カルシウムを下げる点滴をします
- 口内炎，味覚障害の治療をします
- 腸閉塞の治療をします
- 胃潰瘍の治療をします
- うつ状態かどうかを専門の医師が診療します
- うつ状態を改善するくすりを使用します
-

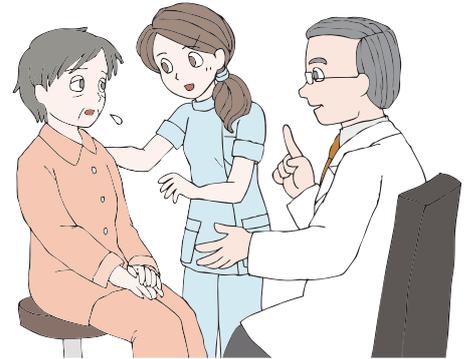


症状に対してはこのように対処します

- 胃腸の動きを強めるくすり
 - ・胃腸の動きを強めることで，食欲を刺激します



- ステロイド
 - ・食欲を回復させます
 - ・長期間使用することで，顔がまるくなる，胃潰瘍，血糖値が上がる，感染を起こすことがあります
 - ・口の中にカンジダという真菌が増えることがあるので，毎日歯みがきをしてください。舌に白いものがついてとれないときは，カンジダ症の可能性があるので医師に伝えてください
 - ・まれに不眠，いらいらを生じます。生じた場合，減量・中止しますので医師に伝えてください



医師にお伝えください

- ・糖尿病，肺結核，胃潰瘍の治療を受けたことがある方はお知らせください

こんなおくすりを使います

■定期的に使用するくすり

■症状が強いときに使用するくすり

時間間隔で 1日に、 回まで



こんなケア、工夫をします

食欲がないとき、
どのような工夫を
されていますか？

● 食事の工夫

- 食欲がないときには、患者さんは料理をすることが難しくなります。他の方が手伝ってください
- 少量でも食べられそうな量で準備しましょう
- おいしそうな盛りつけを工夫しましょう
- (入院中は) 使い慣れた食器を使うのもよいでしょう

〈食事の時間、回数のこと〉

- 規則正しく時間通りにではなく食べたいときに、食べたい量を食べるようにしましょう
- 胃の手術を受けた方、吐き気のある方には、少量の食事で回数を分けると(4回以上)よいでしょう
- 間食を活用するのもよい工夫です
 - ・パン、クラッカー、カステラ
 - ・アイスクリーム、フルーツなど

〈雰囲気〉

- ひとりで食べるよりも、親しい人たちと一緒にのほうがおいしく、楽しく食べられます



● 栄養相談

- 必要な栄養のことは栄養士も相談に応じることが出来ます
- 栄養のことを考えるのはとても大切ですが、「食べられるもの」を「おいしく」食べることも大切にしてください
- 食事の量だけが健康のバロメータではありません

● 調理の工夫

- このような料理、調理の工夫があります
 - ・ 消化がよい料理：おかゆ、うどん、雑炊
 - ・ 口あたりのよい料理：豆腐、茶碗蒸し、冷や麦、そうめん、プリン、ゼリー、アイスクリーム
 - ・ 調理の工夫：煮る、蒸す、ゆでると消化によい
 - ・ 極端に熱いもの、冷たいもの、油の多いものは避ける
- 味つけの工夫
病気により味覚が変化することがあります
「おいしい」と感じる味を探してください

● 口の荒れ

- 口の中の荒れを毎日確認します
- 荒れていれば、適切な処置をします

● 吐き気があるとき

- 食事のにおいが、吐き気を強めることがあります

医師や看護師にはこうお伝えください

①質問票に記入して伝えてください

- 食欲がないこと、食事のことで一番つらいこと、困っていることを教えてください

- 食欲不振の強さを10段階で教えてください

- この他に以下のことを教えてください

- ・召し上がられている食事の量… () 割
- ・吐き気・嘔吐 … なし あり
- ・便通 … () 回/週 硬い 普通 軟らかい

②口頭で上記のことを伝えてください

診察のときには、「生活のしやすさに関する質問票」「わたしのカルテ」を持ってきてください

こんな心配はありませんか？

Q 食事を食べられないときは、これからどうなるのだろうと、とても気持ちが落ち込みます



A がんに伴う食欲の低下はほとんどの方が経験しています。健康なときの食生活とは違って十分に食べられない、おいしくないと感じることはとてもつらいことだと思います

1. 食欲を増進するくすりを服用する
2. 料理の仕方を工夫する
3. 食事の「量」だけでなく、「質」や食事以外の楽しみになることや張り合いになることにも目を向ける

などで対応しましょう

こんなときは連絡してください

- 症状が強いため水分もとれない
- くすりを内服してから、胃が痛む、便が黒い、口が渇く、尿が多い、
- 口が荒れた、舌に白いものがついてとれない、眠れない、
- いらいらする、混乱する

