

# 大腸ポリープを切除された方へ

※大腸ポリープ切除は手術の一つです。最初の1週間は出血しやすい状態にあります。  
出血を防ぐために、下記の生活スケジュールに沿ってお過ごしください。

	当日検査後	翌日	2日目	3日目→6日目	7日目以降
食事	十分な水分と軟らかい食事を 軽めに摂ってください ※お腹の張る際は水分・ゼ リー・ヨーグルト程度にしてくだ さい	軟らかい食事に してください		徐々に通常の食事に 戻してください	食事制限なし
内服	医師の指示に従ってください	特別の指示がなければ通常通り			
嗜好品	アルコール・タバコは禁止です (血管の収縮や拡張が起き、出血の原因になることがあります)				通常通り
生活	安静に過ごしてください (排便時あまり息まないように)	日常生活 可(ただし、重いものを持ったり、 お腹に力を入れる動作は控えてください)			特に制限なし
入浴	入浴は禁止です	シャワー可	入浴可 (熱い風呂は控える)		入浴制限なし
仕事	禁 止	デスクワーク 可			
		力仕事 不可			力仕事 可
車の運転	禁 止	なるべくしないでください	運転可		
運動	禁 止	散歩可(ウォーキング不可)			ウォーキング・水泳 可 (激しいスポーツ不可)

★軟らかい食事は裏面を参考にしてください  
★裏面の注意事項も読んでください

★激しいスポーツは2週間後から  
★国内旅行は1週間後から、海外旅行は2週間後から

# ポリプ切除後の食事について

脂っこいもの、香辛料を含むもの(カレー等)、刺激物(コーヒー等カフェインを含むもの)は避けましょう

	好ましい食品	好ましくない食品
穀物	焼いたパン、お粥、うどん	お寿司、ラーメン
芋類	じゃがいも、ながいも、さといも	さつまいも、コンニャク
肉類	脂肪の少ない肉(ひれ肉、鶏肉)	脂肪の多い肉 ハム・ベーコン
魚介類	白身魚、カニ、 エビ、ハンペン	イカ、タコ、貝類
野菜	柔らかく煮た野菜、 カブ、ほうれん草、 ニンジン、カリフラワー	生野菜 繊維の多い野菜 (タケノコ・ごぼう、など) 海藻類・きのこ類
果物	バナナ、リンゴ、もも、 種が入っていない果物	レモン、梨、柿、パイナップル

◆排便後少量の血液が紙に着くのは問題ありません

以下の症状が見られたら、当院に連絡、もしくは受診してください

- ・便器が真っ赤になるほどの出血
- ・持続する強い腹痛
- ・発熱を伴う腹痛

まきの消化器内科・外科クリニック

TEL 0480-91-1234