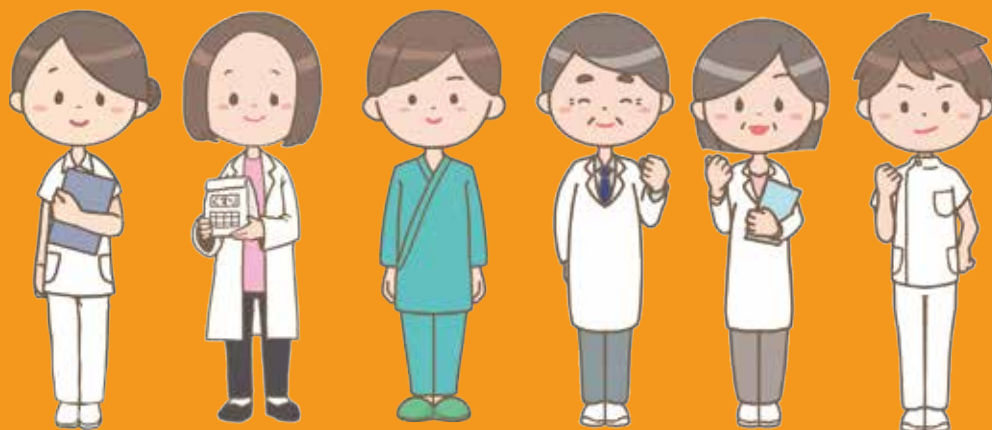




周術期管理センター

supporting health of you under admission

全身麻酔で 手術を受けられる皆様へ



この冊子は、手術前の準備や知っておいていただきたいことを中心に記載しています。ご家族と一緒に読みいただき、手術の準備を進めていきましょう。また、この冊子の内容をまとめた動画を公開しています。それぞれの二次元バーコードからご覧ください。



手術決定から入院・手術までの予定	p1
はじめに	p2
周術期管理センターとは	
術後回復力強化のために	p3
手術前に心がけていただきたいこと	
口腔ケアについて	p4
手術が決定したらまず禁煙	p5
手術前の薬の準備や注意点について	
手術に向けた食事について	p6-7
手術後の呼吸器合併症を予防するために	
静脈血栓症予防について	p8
せん妄の予防と対策について	p9
手術当日の流れ	p10-12
手術までに取り組んでいただきたいこと	p13
手術を受けるために必要なもの	p14



徳島大学病院 周術期管理センター「SHuu」は、
supporting health of you under admission
の文字からできた愛称です。

手術のために入院される患者さんの健康を支えるチームです。



手術決定から入院・手術までの予定

入院までチェック✓を入れていきましょう

受診科外来

- ☐ 医師より手術について説明を受け、入院が決まります。
- ☐ 外来看護師より、「入院予定の患者さんへ」口腔ケア依頼箋等の説明を受け、ピンクファイルを受け取り、口腔管理センター、患者支援センターへ行きます。



検査部・放射線部など

- ☐ 説明された術前検査を受けます。
- ☐ 医師より、術前検査結果の説明があります。



口腔管理センター

- ☐ 歯科医師の診察を受け、口腔ケア、マウスプロテクタ作製のための検査や処置を受けます。
- ☐ 口腔ケア、マウスプロテクタ作製の予約をとります。



患者支援センター

- ☐ クラークより、入院前オリエンテーション・各種必要書類の説明があります。
- ☐ 看護師より、患者さんの病歴など入院に必要な情報を伺います。
- ☐ 必要時、薬剤師より、薬(サプリメントも含む)についてお伺いします。
- ☐ 必要時、栄養士より、お食事についてお伺いします。



周術期管理センター

- ☐ 周術期コーディネーターより、手術予定の確認、連絡先などの確認があります。
手術までの準備物品、自宅での過ごし方、呼吸訓練や術後疼痛を軽減させる方法、全身麻酔の簡単な流れなどについての説明があります。

麻酔科診察

- ☐ 麻酔医の診察を受けます。
(外来の場合と入院してからの場合があります)





手術を受けることが決まり、いろいろ不安なことが多いと思います。当院では、患者さんに安心・安全に手術を受けていただけますようにこの冊子を作製しました。

患者さんご自身が手術前から準備していただくことで、合併症の予防に繋がり、手術後の状態も変わってきます。「病院(医師)にお任せします」でなく、患者さんご自身が手術に向き合い、万全の状態で安心して手術を受けていただけるよう一緒に取り組みましょう。

当院では、新生児から超高齢者まであらゆる手術に対応し、年間多数の全身管理を行っています。それらを安全に行うには、術前にしっかり患者さんの状態を把握し、各々の患者さんに最適な麻酔方法を選択する必要があります。そのため、術前外来にて患者さんとお話し、診察させていただくことは非常に重要と考えています。



周術期管理センターとは



「周術期」とは、手術を受ける患者さんの「手術前・手術中・手術後」の期間のことです。手術を安全に行うためには、外科医師だけでなく、麻酔科医師、内科医師、歯科医師、看護師(病棟・外来・手術室)、薬剤師、栄養士、社会福祉士、理学療法士、作業療法士、歯科衛生士、歯科技工士、臨床工学技士など、様々な職種が連携し、患者さんをサポートする必要があります。

周術期管理センターでは、この多職種の連携を円滑にし、患者さんに安心・安全に手術を受けていただけるよう、手術が決まった外来の時点からサポートします。

術後回復力強化のために手術前に心がけていただきたいこと



栄養バランスのよい食事と規則正しい食生活を心がけましょう

主食(ご飯やパン、麺)主菜(肉や魚、卵、豆腐など)副菜(野菜中心)の揃った食事が理想的です。**手術前の栄養状態は術後の回復に大きく影響します**。栄養状態が悪い方には、手術前に栄養指導を受けていただく場合があります。



体調管理に注意しましょう

風邪の予防のため、外出時や食事前は手洗い、うがいを心がけてください。人ごみはできるだけ避け、マスク着用をお願いします。入院中はそれまでの生活に比べ、ベッド上で過ごすことが多くなり、思った以上に筋力が低下します。手術前から体力の維持増進(貯筋)を心がけましょう。



身体は清潔にしましょう

普段より、シャワーや入浴で皮膚をきれいにして感染予防に努めましょう。皮膚が乾燥する場合は保湿クリームなどで保湿してください。皮膚のバリア機能を高め、皮膚トラブルが起こりにくくなります。



禁煙しましょう

タバコは痰を多くし肺合併症を増やします。心臓や血管、脳機能にも影響するリスクが高くなります。**完全禁煙**で術後の合併症を減らしましょう。



禁酒しましょう

過度の飲酒は肝臓にダメージを与え、手術や手術後の回復に影響を及ぼすことがあります。また、お酒はせん妄(一過性の意識の混乱)の発生要因といわれており、せん妄は入院期間の延長につながる場合があります。



歯磨きを1日4回しましょう

むし歯や歯周病があると口腔内の細菌により手術後の肺炎になる可能性が高まります。しっかり歯を磨きましょう(朝・昼・夜の食後、寝る前)。



中止するよう指示された薬やサプリメントは、必ず中止しましょう

血液をサラサラにする薬は中止になる可能性は高いですが、手術の内容や薬の種類により対応が異なります。**薬は自己判断で中断しないよう、医師の指示に従ってください**。サプリメントや健康食品、市販薬の中にも手術に影響があるものもあります。中止するよう指示された薬が中止できていなかった場合、**手術が延期**になることがあります。



予防接種に注意しましょう

予防接種から全身麻酔までの期間は、生ワクチン(ポリオ、麻疹、風疹、BCG、おたふくかぜ、水痘)は4週間、不活化ワクチン(ジフテリア、百日咳、破傷風、日本脳炎、インフルエンザ、肺炎球菌、B型肝炎)は1週間以上空けていただくようお願いします。



手術後合併症予防のため術前術後の口腔ケアは重要です！！

口の中には多くの細菌が棲んでいます。ご自分では気付いていなくても、むし歯や歯周病が見つかることも多く、これらは体の治療に影響を及ぼすことがあります。



全身麻酔では口または鼻から気管チューブを入れて呼吸を管理します

口の中が汚れていると、気管チューブと一緒に細菌が肺に侵入し、肺炎の危険性が高くなります



予防のため



歯垢・歯石を取り除き、口の中の細菌を減らします

揺れている歯や孤立した歯があると、抜けたり、かけたりすることがあります。まだ歯の根っこが完成していない小児も同様です

予防のため



マウスプロテクタを作製し、歯を守ります

重症のむし歯や歯周病の細菌があると、治療部位の感染症や肺炎を発生させることがあります



予防のため



手術前に口腔内の診査を行い、必要時は歯科疾患の治療をお勧めします

＊診療報酬の規定により「医科診療費」とは別に「歯科外来診療費」がかかります。

例) 周術期口腔ケア5000～8000円程度、マウスプロテクタ 5000円程度(ともに3割負担の方)、治療内容によって前後することがあります。

周術期口腔ケアについて

入院前

- 口腔内診査
- X線検査
- 歯周基本検査

入院後

- マウスプロテクタの型取り
- 必要な歯科治療(地域歯科への紹介)
- 専門的機械的歯面清掃
- 口腔衛生指導
- マウスプロテクタ装着(必ず病棟看護師にあずけてください)

手術後

- 専門的口腔ケア
- かかりつけ歯科医へ口腔管理の継続を依頼



タバコの煙には5300種類の化学物質(70種類の発がん性物質)が入っています。このため、気道や肺だけでなく体内の様々な細胞が傷つきます。

- **肺機能の低下**：酸素を取り込む力が弱くなり、手術や麻酔の危険性を高めます。
- **心血管系への影響**：血液の循環状態や血管の状態を悪化させ、**狭心症**や**血栓症**が起こりやすくなります。
- **呼吸器合併症**：気管の繊毛運動が弱くなり、痰が出にくくなり**肺炎**や**呼吸不全**を起こしやすくなります。タバコを吸わない人に比べ、2～3倍肺炎にかかりやすく、死亡率も上がります。
- **創傷治癒への影響**：ニコチンや一酸化炭素により細胞が酸素不足になります。コラーゲンの産生も低下するため、**傷の治りも悪くなり化膿しやすく**なったりします。



禁煙期間が長いほど手術後の合併症のリスクは低くなります。
今すぐ実践し、手術に臨んでください。



血液をサラサラにする薬や、一部の糖尿病薬、女性ホルモン薬など、薬の種類によっては手術前に中止が必要な場合があります。お薬を確認するためにも、病院を受診される際はおくすり手帳や薬の説明書などがありましたら必ずご持参ください。飲み薬だけでなく、目薬や貼り薬、自己注射製剤、定期的に病院で受けている注射、市販薬、サプリメント、健康食品なども確認します。種類によっては手術に影響がある場合があります。

適切な中止ができていなかった場合、手術が延期になることがあります。医師の指示に従ってください。また、食べ物や薬のアレルギーや副作用歴のある方はお知らせください。





術後の早期回復のため、日頃から栄養状態を整えておきましょう。

①生活リズムを整え1日3食食べる

3食規則正しく食事をすることで、
栄養不足を防ぐことができます。



②術前から積極的なたんぱく質摂取を心がける

たんぱく質は、免疫機能や筋肉の維持、
栄養不良の予防などに必要な栄養素です。

③体重をチェックする

● 主治医の先生に減量を指摘された場合
バランスのよい食事と適度な運動で、減量を目指しましょう。

● 食欲不振や痩せが気になる場合
必要な栄養素がバランスよく含まれている
『栄養補助食品』などの利用もおすすめです。

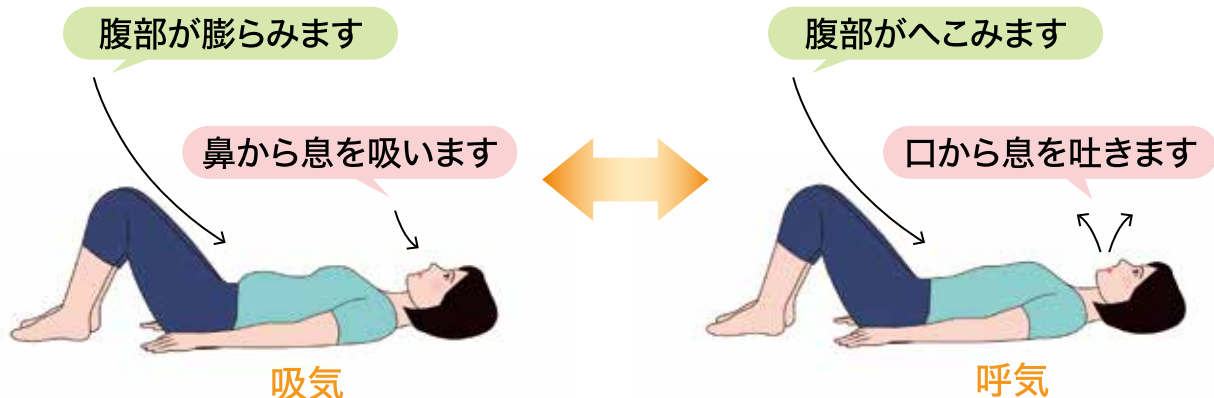


食事や体重、栄養について不安なことや、気になることがあれば、外来でも栄養指導が受けられますので、主治医やスタッフにお申し出ください。



● 手術前から運動や呼吸訓練を行うことで呼吸機能は高まります。

腹式深呼吸



- ① 仰向けになり両膝を立てる。
- ② ふくらみを感じるため、片手を胸に、片手をお腹に手を置く。
- ③ 鼻からゆっくり息を吸います。
お腹に置いた手が持ち上がるのを感じながら行ってください。
- ④ 口を軽くすぼめて、口からゆっくり息を吐きます。お腹の筋肉を使い空気を絞り出すイメージで、完全に空気を吐き出してください。

＊息を吸う割合と吐く割合は、1:2ぐらいでゆっくり長めに吐いてください。

＊1セット10回を目安に1日3回程度行いましょう。

痰を出しやすくする方法

- 手術後は、普段ほとんど痰が出ない方も痰の量が増加します。
また、傷の痛みや倦怠感により、十分な咳ができなくなります。
手術前から練習しておきましょう。



- ① 最初に 3～5 回ゆっくり深呼吸をします。
その後、鼻から大きく息を吸います。
- ② 息を止めて口を軽く開け、「ハッ！」と強く速く息を吐き出します。
3 回程度行くと痰がのど元に出てきやすくなります。
その後、咳をして痰を出します。
- ③ 創部を両手で押さえたり、寝返り、座るなど体勢を変えることも、
痰を出すのに効果的です。



手術中～手術後は、様々な要因で足の静脈に血栓(血の塊)が出来やすい状態にあります。血栓(血の塊)ができると血流にのり、肺の血管に詰まると、**突然の胸痛**や**息切れ**、**めまい**や**失神**などの症状が起こります。時に命に関わることもあるので、すぐに看護師にお知らせください。長い安静の後、急に立ち上がった時に起きやすく、手術後は注意が必要です。また、予防と早期発見が重要です。

① 弾性ストッキング(ハイソックス)の着用(病院で準備します)

歩けるようになり許可があるまで着用していただきます。

痛み・しびれ・かゆみがあれば、看護師にお知らせください。



② 水分摂取

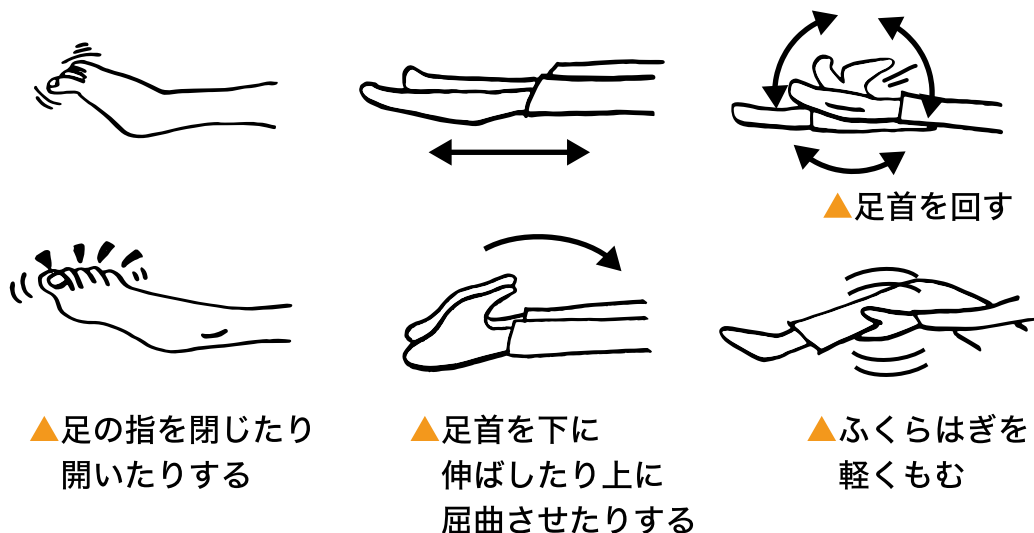
脱水になると血液が濃くなり血栓が出来やすくなります。

水分制限のある方は医師の許可が必要です。



③ 足の運動:手術前から練習しておいてください

● 深部静脈血栓症の予防対策: ベッドでの足の運動



④ 間欠的空気圧迫装置(フットポンプ)

手術中、手術後、ポンプで血液の流れを良くする装置をつけることがあります。

***突然の胸痛・息切れや足にしびれ、痛みを感じた場合はすぐに看護師にお知らせください。**





Q セン妄とは何ですか？

A 全身状態が悪い、痛みが強い、全身麻酔後などが原因で、一時的に脳機能の調整不良によって起こる心身の不適切な行動や反応をせん妄と言います。せん妄は、認知症と間違われやすいですが、全く異なるもので、多くの場合は改善します。

Q セン妄になりやすい人とは？

A 高齢の方、物忘れが目立ってきた方、脳卒中になったことがある方、アルコールをたくさん飲む習慣がある方、「せん妄」になったことがある方、睡眠薬を飲む習慣がある方などは、せん妄になりやすいと言われています。

せん妄の時は、このような変化が起こります 人により、症状や程度は異なります。

時間や場所の感覚が鈍くなる	● 月日、時間が分からない ● 入院していることが分からない
幻覚がある	● 天井や壁の模様が動いて見える ● いない人が見える
睡眠のリズムが崩れる	● 寝ている時間と起きている時間が不規則 ● 昼間眠って、夜起きている
落ち着きがない	 ● 繰り返しベッドや部屋から出てソワソワしている ● 荷物を出したり、片づけたりする
怒りっぽくなる	● 口調が荒くなる ● 暴言や時には暴力をふるう
話のつじつまが合わない	● 現実とは違うことを言う ● 昔のことを今のこのように話す
その他	● 治療のためについている管を抜いてしまう ● 夜になると症状が激しくなる

せん妄のリスクが高い方や、せん妄症状がある患者さんには、このようなことが有効です。

▶ 環境、睡眠と活動のリズムを整える

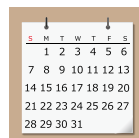
昼間はブラインドを開け、日光を取り入れる
昼間に活動を促す など

▶ 痛みを取り除く、便秘を予防する、脱水を予防する

適切に痛み止めや下剤を使用する
水分を取るように促す など

ご家族にお願いしたいこと

カレンダーや時計をベッドサイドにご準備下さい。眼鏡や補聴器など、いつも使っているものをご準備ください。
ご家族とお話することで、安心されます。



病室から手術室に入る前の準備です

- 朝ご飯を食べなくても歯を磨きましょう。
- 手術室に入る15分前までに、手術衣に着替えましょう。この時、下着は紙パンツ等とし、上半身は下着をつけなくてください。
- 弾性ストッキング(ハイソックス※病院で準備)を着用しましょう。
- 靴下を着用し、上着を羽織っていただいてかまいません。
- 装着物は、はずしましょう(ヘアピン等貴金属類、ピアス、指輪、コンタクトレンズ、時計、湿布、磁気治療薬、まつ毛エクステンション)。
- 化粧、マニキュア、ペディキュア、ジェルネイルは除去してきてください。爪も短くしておきましょう(顔色や爪の色は重要です。また、検査測定値に支障がでます)。
- 入れ歯(部分入れ歯含む)は必ず外しておいてください。歯を保護するマウスプロテクタのある方は病棟看護師が気づかり、手術室で装着します。
- 眼鏡や補聴器が必要な方は、着けたまま手術室へ行っていただけますが、麻酔がかかった時点で外させていただきます。保管容器があれば持っていくこともできます。
- **内服薬、飲食・飲水時間は指示に従って下さい。**
今一度、確認をお願いします。



具体的には
入院後説明が
あります。

手術室入室時のことです

- 必要により車椅子やストレッチャー(寝台車)で行くことになりますが、基本的には病棟から**病棟看護師とともに歩いて手術室に入ります。**
- 手術室到着後、手術室看護師がお名前(患者さん自身に名乗っていただきます)とリストバンドを確認し、アレルギーの有無や貴金属、入れ歯(部分入れ歯含む)、コンタクトレンズ等の外し忘れがないかももう一度確認します。
- 手術室内のベッドに仰向けになっていただき、その後心電図や血圧計等モニターをつけ、点滴を行います。口に酸素マスクをあててから麻酔が始まります。



手術中～手術終了までのことです

- 麻酔がかかった後に尿の管を入れます。手術の内容によっては入れない場合もあります。トイレの心配はありません。
- 下肢の静脈血栓の予防に間欠的空気圧迫装置(フットポンプ)をつけます。
- 手術の体勢をとります(体勢により手術後に肩や腰が痛くなることがあります)。
- 手術が終わったら、麻酔をさします。お名前を呼び、声をかけますので聞こえたらその指示に従ってください。麻酔からさめたら練習した腹式深呼吸をお願いします。
- 状態が落ち着きましたら、病室または集学治療病棟に帰る準備をします。

硬膜外麻酔について(手術によってはしない場合もあります)

- 主に手術後の鎮痛目的で行います。モニター類をつけ、点滴が入った後、イラストのように横向きになり膝をかかえて丸くなります。処置が終わるまで動かないようにお願いします。



- 処置中や手術後に背中痛みや足のしびれ、吐き気など気になることがありましたら早めにお知らせください。
- 手術室では常に看護師がそばにいます。ご安心ください。

手術前の心身の準備について



- 全身麻酔の手術が決まった外来の時点から、患者さん自身が手術に向けて心身の準備をしていただくことで、術後の合併症の予防や早期回復につながります。万全の状態安心して手術をうけていただけるよう一緒に取り組みましょう。
- 手術当日の流れがイメージしやすいように写真を使っの説明や、入院・手術の準備物についても看護師が説明しています。お気軽にご相談ください。



- 手術後は切ったり縫ったりした傷の痛みと、手術の間同じ体勢でいることによる体の痛みがあります。手術後24時間以内をピークに出現し2～3日で軽減してきます。
- 痛みを我慢すると、血圧が上がって脈がみだれたり、深呼吸ができにくくなります。痛みを感じたら早目に看護師に伝えてください。
- 痛みは自分で言わなければ、他の人に伝わりません。痛みの種類「ズキズキ」「ジーン」「チクチク」や程度「10段階で4」というように伝えましょう。
- 手術後は、早めに体を動かすと、色々な合併症の予防に繋がります。
- 痛み止めには点滴、内服薬、座薬など組み合わせて使用することもできます。まれに副作用（吐き気、血圧低下、眠気、気分不良、しびれ）もありますので、我慢せずお知らせください。

痛みの強さを教えて下さい

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
無	軽 度			中 等 度			強 度			



ご家族の方へ

- 手術中ご家族の方には、手術が終わるまで待機していただきますようお願いいたします。待機場所は病棟看護師の指示に従ってください。
- 手術が終了したら連絡が入ります。医師の説明があり、面会もできます。

どの段階でも気分が悪くなったり、気になること、変わったことがある場合は遠慮なく申し出てください。

- ☐ 禁煙 ☐ 禁酒
- ☐ 腹式深呼吸の練習 10 回/セットを 3セット/日
- ☐ 痰を出す練習
- ☐ 血栓予防のための足の運動
- ☐ 体力作りと柔軟体操
- ☐ 歯磨き 4 回/日 (朝・昼・夜の食後、寝る前)
- ☐ 中止する薬・サプリメントを確実にやめる
 - ☐ () 月 日より中止
 - ☐ () 月 日より中止
- ☐ 指示された薬は確実に飲む
- ☐ 風邪をひかない
 - ☐ 手洗い・うがいをしっかりとしてください
 - ☐ 外出時はマスクをしてください
- ☐ マニキュア・ジェルネイル・まつ毛エクステンションを除去してください
- ☐ 爪を短くきってください
- ☐ _____
- ☐ _____

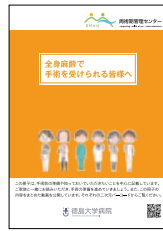
以上の項目に取り組み、より良い状態で手術に臨めるように頑張りましょう。

手術を受けるために必要なもの

☐ 同意説明書類
(説明書も含む
書類一式)



☐ この冊子



☐ 上着
(前あきのもの)



☐ マウスプロテクタ
(術前に作製されて
いる方)



☐ 入院生活に必要な物は、「入院のご案内」の冊子3ページに記載しています。

※CSセットをご利用の方は、プラン内容をご確認のうえご準備ください。ただし、手術後、集学治療病棟に入室予定の方は、CSセットの利用をお願いしています。

※ 内は必要時購入をお願いしています。

☐ 紙パンツ1枚

☐ 腹帯

☐ 紙おむつ(テープ式)1枚

☐ 胸帯

☐ 術前補水食(アルジネードウォーター又はOS-1)

当院、売店 bontaで
揃えることができます

☐ 持ち物には、氏名の記入をお願いします。

詳しくは、診療科からのパンフレットを
ご参照ください。



- 入院までの期間は慌ただしく、いろいろな準備で大変な時期であると思いますが、この冊子をご活用いただき、一緒に手術に臨みましょう。
- 質問等ございましたら、以下までご連絡ください。

この冊子に関する内容・・・周術期管理センターTel.088-633-7723
(受付／平日8:30～17:00)

手術や病気についての内容は各診療科へお問い合わせください。

説明年月日

説明者