

お腹の手術をした後の腸閉塞を起こさないために

4B 病棟師長

ささき えつこ
佐々木 悦子

腸閉塞は、さまざまな原因で小腸や大腸に内容物が詰まってしまう病気です。腸管の内容物が通過できずに溜まっていくため、お腹の痛みや張り、吐き気や嘔吐を伴うことがあります。時には、緊急手術が必要になることもある病気です。

一般的に胃や大腸、産婦人科などのお腹の手術した人は、腸閉塞になりやすいとされています。手術をすると、傷が治っていく過程で癒着といって組織や臓器がくっついてしまうことがあり、そのため腸閉塞を起こし、繰り返し再発しやすい特徴があります。

腸閉塞を起こさないためにお腹の手術をされた方の退院後の生活では、食事が重要となります。食事に注意しても完全に防ぐことはできませんが、できるだけ発症しないように以下のポイントを押さえて注意していきましょう。

①一度に大量に食べないようにしましょう。

※一度に大量に食べると消化しきれずに腸が詰まってしまう。

②早食いをしない。食事は、30分以上かけましょう。

※早食いも腸に大量に食べたものが流れ込むため詰まりやすくなる原因となります。

食事はゆっくりとよく噛んで食べましょう。

③食物繊維が多い食品は多くとらないようにしましょう。

※便秘に効果的ですがお腹の手術をしているため要注意です。

繊維質は消化されにくいいため腸に詰まりやすくなります。

④便秘予防に水分をこまめにとりましょう。



そのほか、運動も効果的です。体を動かすと腸の動きもよくなります。ウォーキングなど適度な運動をとりいれましょう。

日頃から便秘しないように心掛け、もし腹痛、吐き気、嘔吐、お腹の張りの症状がある場合は、早めに受診しましょう。

＜健康診断の結果、「精密検査必要」と言われた方の受診予約（電話等）を受け付けています＞
待ち時間が少なく、スムーズに受診できます。特にお仕事をしている方、多忙な方はどうぞ地域医療連携室（下記）にご連絡ください。

電話 0765-22-1354（平日9：00～16：00）

FAX 0120-935-631

当院では24時間救急患者様の受け入れを行っております。症状を自覚した時は、我慢をせず、速やかな受診をお勧めします。

発熱等の症状のある方は、まずは電話で連絡をお願いいたします。

電話 0765-22-1280（病院代表）