

# 患者さんパンフレット

四国がんセンター  
頭頸科・甲状腺腫瘍科



# 顕微鏡下喉頭微細手術を 受けられる方へ

\_\_\_\_\_さま

主治医

---

受け持ち看護師

---

私たち医療スタッフは

- I 入院や手術に対する不安を軽減し、最良の状態で治療が受けられるようにお手伝いします
  
- II 手術後の苦痛を軽減し、合併症を起こさず順調に回復され安心して退院を迎えられるようにお手伝いします



## 手術までに準備していただきたいこと

- 他の病院で処方され服用している薬がある方は、入院時に必ずお持ちください（原則、入院中は他の病院の受診ができないため、余裕をもってお持ちください）
- **お薬手帳をお持ちの方は、入院時に必ずお持ちください**
- サプリメントを飲んでいる方は必ずお申し出ください
- 爪の装飾（マニキュア、ペディキュア、マグネットネイル、ジェルネイル、スカルプネイルなど）は入院前に落とし、爪は短く切っておいてください
- まつげのエクステーションをされている方は、お知らせください

<以下のものは病院で貸し出し、購入もできます>

- 衣類（パジャマタイプ/ゆかたタイプ）
- バスタオル 1枚
- フェイスタオル 1枚
- ティッシュペーパー 1箱

「CSセットのご案内」冊子を  
参考にしてください

<ご自宅からお持ちください>

- ビニール袋 3枚  
(靴、ねまき、下着などを入れるために使います)
- 筆記用具、メモ帳などコミュニケーションの手段となるもの  
(手術後、沈黙療法が必要となる場合に使用します)

「入院される方へ」の  
パンフレットを  
参考にしてください



**※同意書がお手元にある方は忘れずお持ちください**

### 医療品ショップ くろ〜ば〜

場所 2階 中央処置室前  
営業時間 8:30~17:00  
定休日 土・日・祝日・年末年始  
電話 (089) 999-1129



## 手術前の機能訓練

体を動かすことにより、痰を出しやすく血液循環を良くして傷の治りを早めます  
また、腸の動きを良くして、ガスを出すなど回復を早めることができます

### ●深呼吸

- ①仰向けに寝て全身の力を抜きます
- ②鼻から大きく息を吸います
- ③口からゆっくりと息を吐き出します  
吸う息より吐く息の方を長めにしましょう



### ●痰の出し方

- ①傷口を手で押さえる、あるいは脇をしめて  
小さな咳を2～3回して、徐々に痰を  
上に上げていきます
- ②最後に少し大きな咳をすると楽に痰を出せます

### ●うがい

うがいをすることにより、口の中を清潔にしましょう  
痰も出しやすくなります

- ①寝たままで顔を横に向けて、うがいをします
- ②静かに舌で流しだすようなイメージで水を吐き出します  
このとき飲み込まないように注意しましょう

## ●体の動かし方

麻酔がさめたら、横向きになってみましょう

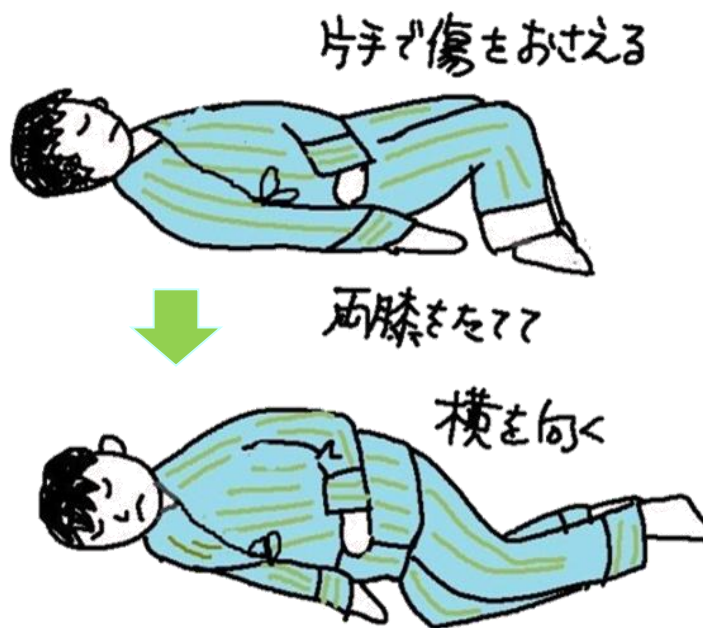
手術後に体を動かすことは、痛みをともないつらいと思いますが

- (1) 痰を出しやすくする
- (2) 血液循環を良くして傷の治りを早める
- (3) 腸の動きを良くしてガスを出す

など、回復を早めることができますので、積極的にがんばりましょう

### —横の向き方—

- ①傷口を片手で押さえ、両膝を立ててお腹の筋肉をゆるめます
- ②腰を浮かせて体を向ける反対側へ腰の位置をずらします
- ③ゆっくりと体を横に向けます



### —起き上がり方—

- ①ベッドのリモコンを操作して、ゆっくり90度まで起こします
- ②足をベッドから下ろします
- ③手をベッドについて、ゆっくりと体を起こします

# 手術前の歯科受診について



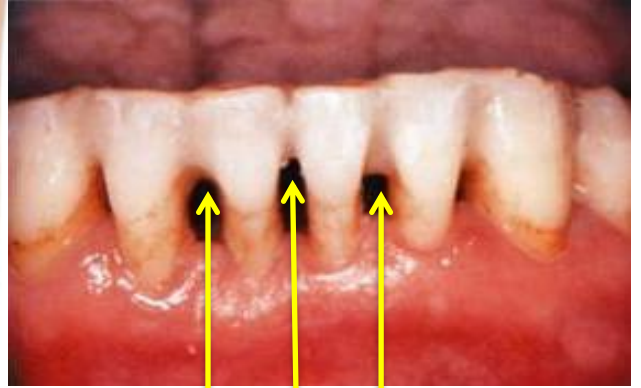
手術時、手術後のトラブルを防ぐために歯科受診が必要です

## 1. ぐらつきのある歯への対応

→全身麻酔の際、気管にチューブを入れるときに、歯が欠けたり抜けたりすることを予防します



マウスピース作製

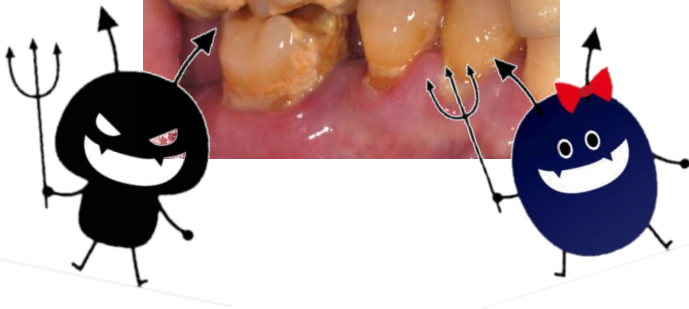
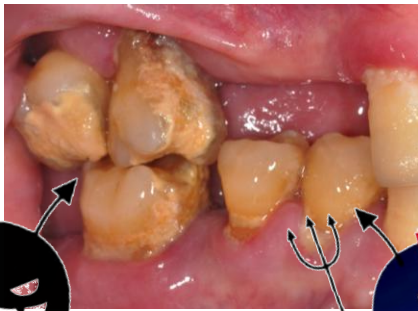


歯と歯の間を接着固定

## 2. 口の中の清掃（歯石取り、入れ歯のチェック）

→ばい菌が体に悪影響を及ぼすリスクを避けることができます

手入れの行き届いていない口の中



手入れの行き届いていない口の中は  
ばい菌でいっぱいです

手術後のトラブルを防ぐためにも「かかりつけ歯科医院」をもつようにしましょう

これまで歯科受診をされていない方は、ご相談ください

# ダイアリー

このパンフレットには、当院での標準的な治療や日常生活で注意していただきたいポイントなどを記載しています

また、よりよい状態で退院を迎えられるように患者さんご自身の目標と医療スタッフの目標をあげています

入院は約1週間の予定です

手術後の回復は、個人差があり、体の状態によっては予定どおりにすすまないこともあります。その都度対応していきますので、ご安心ください

私たち医療スタッフは、これからの入院生活を不安なく送れるように支援させていただきます





### 今日の目標

- ・入院生活や手術について医療スタッフの説明が理解できる
- ・手術の準備をすすめることができる

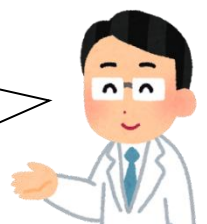
<時間>	<予定>
11:00	入院 【入院後に以下のことを予定しています】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・看護師から病院内、病棟内、入院生活の説明（テレビの病院案内も参考にしてください）</li> <li>・検温、血圧測定、身体測定</li> </ul>
12:00	昼食 <ul style="list-style-type: none"> <li>・連絡先、既往歴、生活習慣などの聞き取り</li> <li>・頭頸科診察（病棟の診察室で行います）</li> <li>・医師より手術の説明があります ご家族の方も一緒に説明をお聞きください</li> <li>・サインをした同意書は看護師にお渡しください</li> <li>・わからないことやもう少し詳しく説明を聞きたいことなどがありましたら、遠慮なくお尋ねください</li> <li>・手術室の看護師から説明があります</li> </ul>
18:00	夕食 <p>&lt;お薬&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・他の病院で処方された薬は、一度お預かりします 医師に確認後、続けるか、中止するかをお伝えします</li> </ul>
21:30	消灯 <p>&lt;食事&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食物アレルギーのある方は医療スタッフにお知らせください</li> <li>・基礎疾患（糖尿病・高血圧等）がある方は、治療食になる場合があります</li> </ul> <p>&lt;手術前の準備&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・シャワー浴をしましょう</li> <li>・手術に必要な物品の確認</li> </ul>

### MEMO

気になることや症状など書き留めておきましょう

### 医療スタッフの目標

- ・入院生活や手術に対する不安がないように支援します
- ・手術の準備をすすめられるように支援します



～手術前日 月 日～ 月 日



### 今日の目標

- ・入院生活や手術について医療スタッフの説明が理解できる
- ・手術の準備をすすめることができる

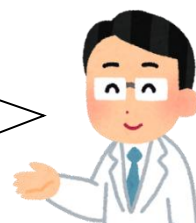
<時間>	<予定>	
6:00	起床	<b>&lt;手術前の準備&gt;</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・手術に必要物品の確認</li><li>・手術前の機能訓練</li><li>・必要時、毛そりをします</li><li>・シャワー浴をしましょう</li></ul>
7:30	朝食 歯磨き	
10:00	検温 血圧測定	
		手術室の看護師から説明があります
12:00	昼食	<b>&lt;食事&gt;</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・21時以降の食事制限については、看護師から説明があります（手術前日）</li></ul>
18:00	夕食	<b>&lt;お薬&gt;</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・手術当日に服用する薬がある場合は、看護師よりお知らせします</li><li>・眠れない場合は、安定剤を服用することができます（手術前日）</li></ul>
21:30	消灯	

### MEMO

気になることや症状など書き留めておきましょう

### 医療スタッフの目標

- ・安心して入院生活を送れるように支援します
- ・手術の準備をすすめられるように支援します





## ご家族の方へ

手術当日は手術開始予定時刻の1時間前までに病棟にお越しください  
手術中は、必ず院内でお待ちください（2階フロア・4階家族控え室など）  
必ず所在を明らかにし、連絡が取れるようお願いいたします

手術後、主治医から手術の結果について説明があります

他の患者さんの手術の関係で手術後すぐに説明できない場合は、お待ち  
いただくことをご了承ください

## 手術後の痛みについて

手術後の痛みについては、痛みの程度を看護師が数字でお聞きします（NRS）  
数字での表現が難しいときは、フェイススケールでお答えください

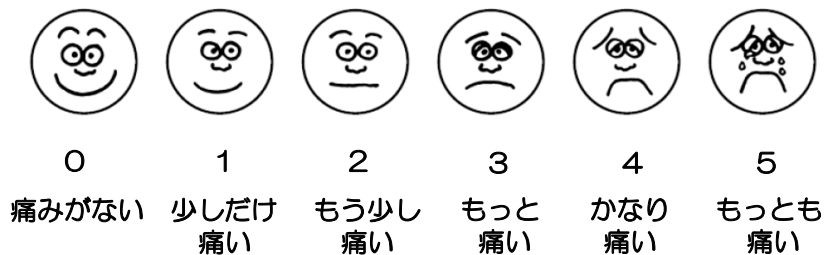
### 1) NRS



全く痛くない

これ以上耐えられないほど  
ひどい痛み

### 2) フェイススケール



## MEMO

気になることや症状など書き留めておきましょう



### 今日の目標

- ・痛みを我慢せず、医療スタッフに伝えることができる
- ・沈黙療法が必要な方は、声を出さずに過ごすことができる

手術後は時間を決めて以下のことを行います

#### 検温、血圧測定、状態観察

- ・帰室時、帰室後15分、30分、60分、120分に行います  
（これ以外にも必要なときに測定します）

#### 心電図モニター

- ・4時間は状態を安全に管理するために心電図モニターを装着します

#### 酸素吸入、深呼吸

- ・4時間酸素吸入を行います  
目が覚めたら、大きく深呼吸をしましょう

#### 点滴

- ・手術のあとは飲んだり食べたりできないため、点滴があります

#### 痛み

- ・痛みが強い場合は、追加で痛み止めを使います
- ・痛みがある場合は、看護師にお知らせください

#### 活動

- ・ベッドの上で安静にしましょう
- ・足首の屈伸や膝立、腕の運動は無理のない程度に自分で行いましょう
- ・体を横向きにする時は看護師がお手伝いします
- ・4時間経過すれば歩くことができます  
（最初に歩くときは看護師と一緒にいきます）

#### 水分摂取

- ・4時間経過し、お腹がよく動いていれば、水分摂取ができます  
（最初に水を飲むときは、医療スタッフが付き添います）

#### 沈黙療法

- ・のどの傷を安静に保つために沈黙療法をしていただく場合があります  
沈黙療法が必要な場合は、一週間は筆談でコミュニケーションをとるようにしてください

#### 医療スタッフの目標

- ・手術後の合併症の早期発見に努めます



# 手術後1日目 月 日



## 今日の目標

- ・痛みを我慢せず、医療スタッフに伝えることができる
- ・吸入ができる
- ・沈黙療法が必要な方は声を出さずに過ごすことができる

<時間>

<予定>

6:00

起床、洗面  
検温、血圧測定

のどの腫れや炎症をおさえるために  
吸入をしていただきます

7:30

吸入をしましょう  
看護師が使用方法を説明します  
朝食（全粥）



9:00

診察

順番になりましたら看護師が呼びいたします  
病棟の処置室までおいでください

10:00

検温、血圧測定

吸入

12:00

昼食（全粥）

シャワー浴ができます

14:00

検温、血圧測定

吸入

18:00

夕食（全粥）

19:00

検温、血圧測定

21:00

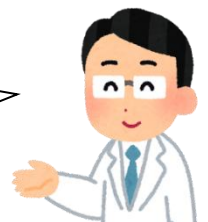
吸入

21:30

消灯

## 医療スタッフの目標

- ・手術後の合併症の早期発見に努めます
- ・看護師と一緒に吸入が行えるように支援します



## 吸入の方法



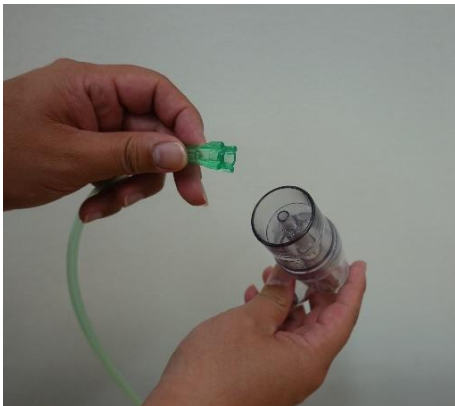
### <必要なもの>

- ハンドネブライザー吸入器、チューブ
- ネブライザーキット
- 生理食塩水
- リンデロン液



### <吸入の方法>

- ①吸入器のコンセントをさします
- ②ネブライザーキットに生理食塩水を10ml入れ、リンデロン液を5滴入れます



- ③ネブライザーキットとチューブを接続します
- ④吸入器のスイッチを入れます



- ⑤蒸気が出始めたらネブライザーキットから吸入をします
- ⑥吸入は5分間行ってください  
吸入液は残っていても終了してかまいません  
残った吸入液は、次回行う際に使用してください  
\*眠前の吸入が終了したら、看護師がネブライザーキットを消毒します  
消毒後、翌朝お部屋にお持ちします



### 今日の目標

- 痛みを我慢せず、医療スタッフに伝えることができる
- 吸入ができる
- 沈黙療法が必要な方は、声を出さずに過ごすことができる

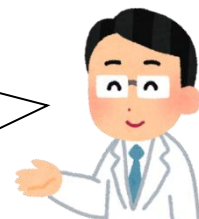
<時間>

<予定>

6:00	起床 検温、血圧測定 吸入
7:30	朝食
9:00	診察
10:00	検温、血圧測定  吸入
12:00	昼食
14:00	検温、血圧測定  シャワー浴ができます  吸入
18:00	夕食
19:00	検温、血圧測定
21:00	吸入
21:30	消灯

### 医療スタッフの目標

- 術後合併症の早期発見に努めます
- 一人で吸入が行えるように支援します





### 今日の目標

- 吸入ができる
- 沈黙療法が必要な方は、声を出さずに過ごすことができる
- 退院後の日常生活の注意点について理解できる

<時間>	<予定>
6:00	起床 吸入
7:30	朝食
9:30	診察
10:00	検温、血圧測定 吸入
12:00	昼食 シャワー浴ができます
	吸入
18:00	夕食
19:00	検温、血圧測定
21:00	吸入
21:30	消灯

退院前日には、退院後の日常生活について説明します



### 医療スタッフの目標

- 術後合併症の早期発見に努めます
- 退院後の日常生活に不安がないように支援します





### 今日の目標

- ・退院後の日常生活の注意点について理解できる
- ・退院できる

<時間>

<予定>

6:00

起床  
検温、血圧測定  
吸入

- ・吸入は本日で終了です
- ・沈黙療法は、本日で終了です  
(大きな声を出すのは控えましょう)

7:30

朝食

9:30

診察

お預かりしている薬、退院の薬がある場合はお渡しします  
次回外来予約票をお渡しします

10:00

退院  
退院前に忘れ物がないようにご確認ください  
「入院診療費料金連絡票」を病室にお届けしますので、  
2階でお支払ください



次回外来受診は

月 日 ( ) 時の予定です

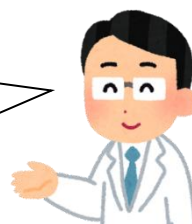
\* 外来受診時に検査のある場合は、事前に医師から説明があります

### MEMO

気になることや症状など書き留めておきましょう

### 医療スタッフの目標

- ・退院後の日常生活に不安がないように支援します



# 退院後の日常生活について

## ● 会話

沈黙療法は手術後1週間で終了です

日常の会話は普段どおりしていただいてかまいません

大きな声を出すのは、手術後2週間が経過するまで控えましょう

学校の先生など、大きな声を出す仕事をされている方は、手術後3週目頃から少しずつ（1週間ほどかけて）声を出していくようにしましょう

## ● 食事

栄養のバランスに気をつけましょう

食事の内容に制限はありません



## ● 活動

活動に制限はありません

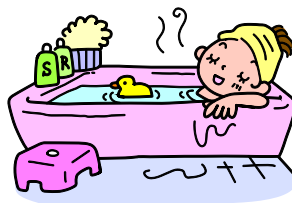
今までどおりでかまいません

活動について迷うことがあれば、医療スタッフにご相談ください

## ● 入浴

入浴は、特に制限はありません

今までどおりでかまいません



## ● お薬

薬の処方がある方は、医師の指示どおりに服用してください

他の病院の薬を服用する場合は、医師に相談してください

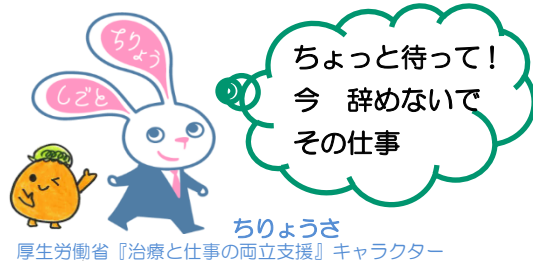


## ● 仕事

これから先、安心して働き続けるためには  
体の状態に合わせた休み方や働き方が必要に  
なることもあります

病院では、患者さんの「働きたい！」を  
サポートしています

ご相談は、がん相談支援センターへお問い合わせください



ちりょうさ  
厚生労働省『治療と仕事の両立支援』キャラクター

## ● その他

禁煙は必ず守りましょう

定期受診は必ず受けるようにしましょう



- 喀血（咳と一緒に血が出る）が続くとき
- 息苦しさがあるとき

上記のような症状がある場合やその他ご心配なことがある場合は  
がん相談支援センターにご連絡ください

◆四国がんセンターの連絡先◆

【平日】 8：30～17：15  
四国がんセンター がん相談支援センター  
（直通番号） 089-999-1114

【平日上記時間外および土・日・祝日】  
日直/夜間当直師長  
（代表番号） 089-999-1111

翌日以降の外来受診日や検査予約日の変更  
【平日】 13：00～17：00  
四国がんセンター 予約センター  
（直通番号） 089-999-1112



顕微鏡下喉頭微細手術を受けられる方へ