

# 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



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、最良の状態での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



# 耳下腺浅葉切除術を 受けられる方へ

\_\_\_\_\_さま

主治医

受け持ち看護師

## 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 2枚
- フェイスタオル 2枚
- ティッシュペーパー 1箱
- 歯磨きセット
- 紙おむつ（マジックテープ式） 1枚
- コップ、曲がるストローまたは吸い飲み

「CSセットのご案内」冊子を参考にしてください

「入院される方へ」のパンフレット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）

**※同意書などは忘れずにお持ちください**



### 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



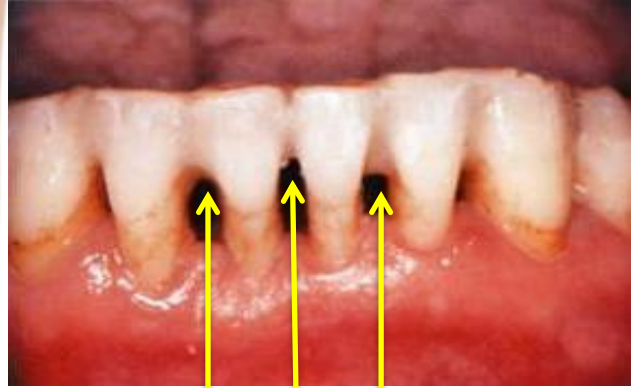
手術時、手術後のトラブルを防ぐために歯科受診が必要です

## 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

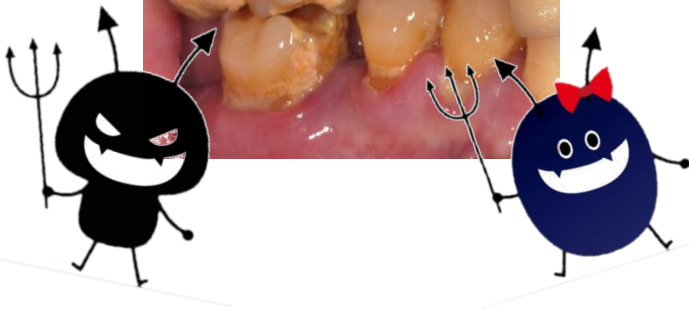
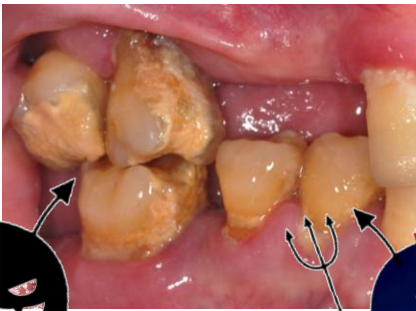


歯と歯の間を接着固定

## 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

## 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  
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

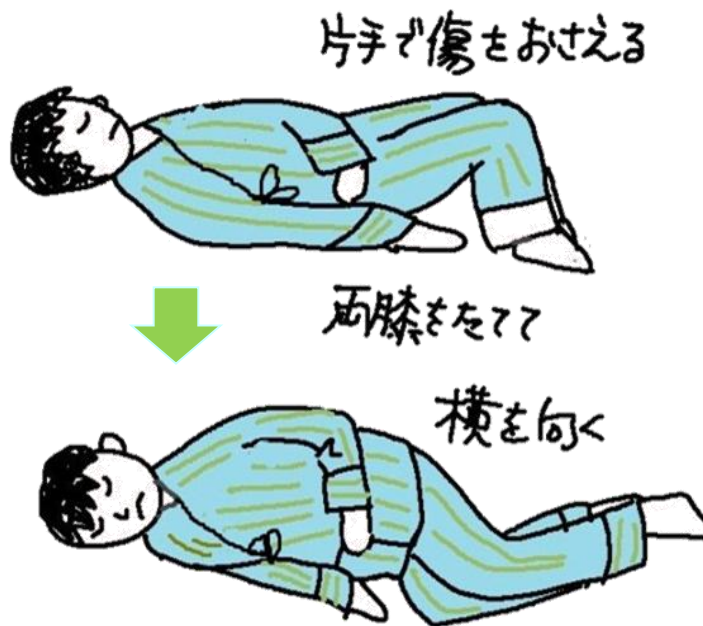
手術後に体を動かすことは、痛みをともないつらいと思いますが

- (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

## 顔面神経麻痺について

治療によって、顔面神経に障害を受けると顔面神経麻痺になります  
麻痺が起きても一過性のことがほとんどですが、なかには持続する場合があります  
治療前から、ご自身で左右の筋肉の動きを確認しておきましょう  
また、顔面の皮膚と筋肉のマッサージ方法を知っておくことも大切です



〈表情の確認ポイント〉

- ① 眉毛  
眉毛があがらない  
(下がりっぱなしや左右差がある)
- ② 目元  
目が閉じられない  
(涙がこぼれる 目が乾く)
- ③ 口元  
口角が下がる  
(笑いにくい 汁物をうまく飲めない)

## 顔面神経麻痺のときに自分でできること

- ① マッサージ (次のページに詳しく説明しています)  
手の指先や手のひらを使って1回数分、1日数回行いましょう
- ② 温める  
温めたタオルを顔にあてて血液循環をよくしましょう  
お風呂でゆっくりするのも効果的です
- ③ 顔の運動  
鏡を見ながら、ゆっくり顔を動かします  
額にしわを寄せる、目を大きく開く、目を軽く閉じる、まばたきをする、  
イーと歯を見せる、口をへんの字に曲げる等の軽い運動が良いでしょう
- ④ 日常生活  
話すとき、食事をするとき、目を大きく開くようにしましょう

## 顔面のマッサージ

マッサージの目的は、動かなくなった筋肉をほぐして固くなるのを防ぐことと、筋肉に刺激を与えることです。

マッサージは、手の指先や手のひらを使って1回数分、1日数回行いましょう  
治療側だけでなく、両側を左右対称に行います

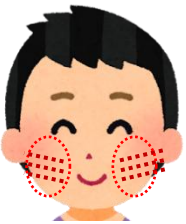
マッサージは頑張りすぎず、強くやりすぎないように気をつけましょう



- ① おでこのマッサージ  
人差し指・中指・薬指で上下にマッサージする



- ② 上下の瞼（眉の上と下）のマッサージ  
人差し指と中指で左右にマッサージする



- ③ 頬のマッサージ  
口角と耳を結ぶ線を意識する  
人差し指と中指で線の上をマッサージする  
頬全体を縦や円を描くようにマッサージする



- ④ 鼻周囲のマッサージ  
人差し指と中指で鼻にそって、縦にマッサージする



- ⑤ 口のマッサージ  
人差し指と中指で唇の周囲を、左右にマッサージする



- ⑥ 円を描くようにマッサージする

# 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

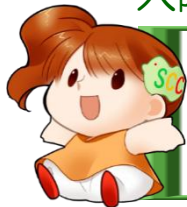
また、よりよい状態で退院を迎えられるように患者さんご自身の目標と医療スタッフの目標をあげています

入院は約2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>・診察後、医師より手術の説明があります</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> </ul> <p>&lt;活動&gt; 活動に制限はありません</p> <p>&lt;手術前の準備&gt;  <ul style="list-style-type: none"> <li>・手術に必要な物品の確認</li> <li>・手術前の機能訓練</li> <li>・シャワー浴をしましょう</li> </ul> <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; display: inline-block;">手術室の看護師から説明があります</div> </p>
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お薬は、一度お預かりします</li> <li>・医師に確認後、続けるか、中止するかをお伝えします</li> <li>・手術前日の21時頃に、安定剤を服用することができます</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> <li>・手術前日の21時以降の飲食の制限については、看護師から説明があります</li> </ul>

### 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





## ご家族の方へ

手術当日は予定時間の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**

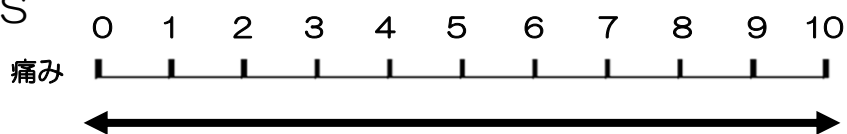
手術後、主治医から手術の結果について説明があります

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



0

1

2

3

4

5

痛みがない

少しだけ  
痛い

もう少し  
痛い

もっと  
痛い

かなり  
痛い

もっとも  
痛い

## MEMO

気になることや症状など書き留めておきましょう



### 手術後の目標

- ・痛みを我慢せず、医療スタッフに伝えることができる
- ・手術後4時間後よりトイレに歩いて行くことができる

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、1時間、2時間、3時間、4時間、19時に行います（これ以外も必要なときに測定します）

#### 心電図モニター・酸素濃度測定器

- ・4時間ほどは、状態を安全に管理するために装着します

#### 酸素吸入、深呼吸

- ・4時間ほど酸素吸入を行います
- ・麻酔が完全に覚めるのを助け、手術後の呼吸状態を安定に保ちます
- ・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、翌朝10時まで点滴があります

#### 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
- ・体を横向きにするときは、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）
- ・首は無理に動かさないようにしてください

#### 尿の管

- ・手術中に尿をとる管が入ります
- ・4時間経過し、トイレに歩いて行くことができれば尿の管を抜きます（夜間の場合は翌朝に行います）

#### 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

#### 排液のための管

- ・溜まった血液などを出すために、手術をした部位に管（ドレーン）が入ります

#### 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）

### 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
- ・床ずれの予防に努めます





### 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
- ・食事をむせなく食べることができる
- ・病棟内を歩くことができる
- ・ドレーンの取り扱い方法がわかる

<時間>

<予定>

6:00	起床 検温、血圧測定 病棟内の歩行に制限はありません	
7:30	洗面、うがいをしましょう 歯磨き	看護師が7時頃 排液の計測に伺います
9:00	診察	順番になりましたら看護師が呼びます 病棟の処置室まで歩いておいでください
10:00	検温、血圧測定	
12:00	昼食（5分粥） 歯磨き	食事が始まります
14:00	検温、血圧測定  体を拭き、着替えをしましょう 看護師が手伝います	
18:00	夕食（全粥） 歯磨き	ドレーンが入っている間は腕を高く上げたり 腕を回したりする運動は避けましょう また、着替えをする際などはひっかけたり しないよう十分に注意してください ドレーンのバッグがふくらんでいる場合は すぐに看護師までお知らせください
19:00	検温、血圧測定	
21:30	消灯	

### 医療スタッフの目標

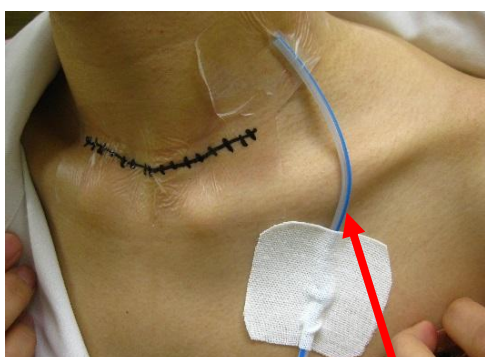
- ・手術後の合併症の早期発見に努めます
- ・床ずれの予防に努めます



- \*ドレーンが入っている間は、腕を高く上げたり腕を回したりする運動は避けましょう
  - \*排液バッグは袋に入れて持ち運びましょう袋に入れることでドレーンにゆとりができますつっぱらないようにしましょう
  - \*着替えをする際は、ひっかけたりしないよう十分に注意してください
- ドレーンが入っている間は看護師がお手伝いします

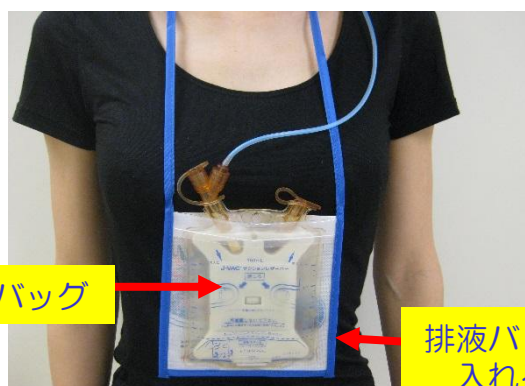


創部の近くに入っています



ドレーン（貯留液を抜く管）

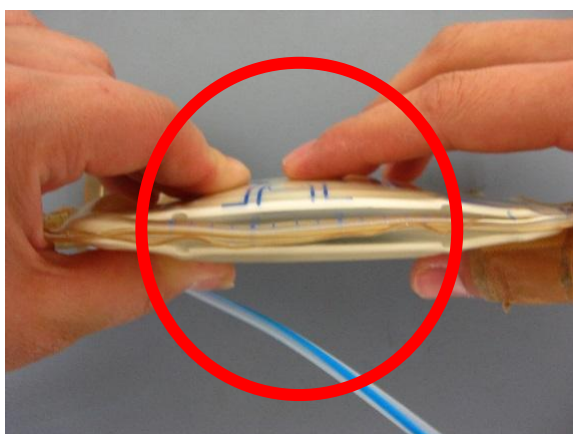
袋に入れて持ち運びましょう！



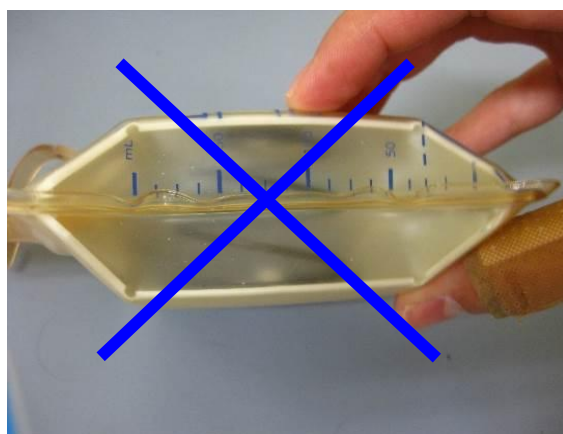
排液バッグ

排液バッグを入れる袋

○ 正常：平らな状態



× 異常：膨らんでいる状態



※膨らんでいたら看護師にお知らせください



### 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
- ・ドレーンの取り扱い方法がわかる

<時間> <予定>

6:00	起床 検温、血圧測定 活動に制限はありません	
7:30	朝食（常食）  歯磨き	看護師が7時頃 排液の計測に伺います
9:00	診察	普通食が食べにくい場合は お粥に変更することができます 看護師にお伝えください
10:00	検温、血圧測定	
12:00	昼食（常食） 歯磨き	
14:00	検温、血圧測定  下半身のシャワー浴ができます （ドレーンの管を引っ張らないよう注意して行ってください） 洗髪を希望される方はお手伝いします（看護師にお声かけください）	
18:00	夕食（常食） 歯磨き	ドレーンが入っている間は腕を高く上げたり 腕を回したりする運動は避けましょう また、着替えをする際などはひっかけたり しないよう十分に注意してください ドレーンのバッグがふくらんでいる場合は すぐに看護師までお知らせください
19:00	検温、血圧測定	
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





### 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
- ・ドレーンの取り扱い方法がわかる

<時間>	<予定>
6:00	起床 検温、血圧測定 活動に制限はありません
7:30	朝食 歯磨き
9:00	診察 ドレーンからの排液量が少なくなり、色が薄くなったら 診察時にドレーンを抜きます（手術後3～7日目）
10:00	検温、血圧測定
12:00	昼食 歯磨き
14:00	検温、血圧測定  下半身のシャワー浴ができます （ドレーンの管を引っ張らないよう注意して行ってください） 洗髪を希望される方はお手伝いします（看護師にお声かけください）
18:00	夕食 歯磨き
19:00	検温、血圧測定
21:30	消灯

看護師が7時頃  
排液の計測に伺います

普通食が食べにくい場合は  
お粥に変更することができます  
看護師にお伝えください



ドレーンが抜けたら  
全身シャワー浴ができます

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





### 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
- ・ドレーンの取り扱い方法がわかる

<時間>	<予定>
6:00	起床 活動に制限はありません
7:30	朝食 歯磨き
9:00	診察 ドレーンからの排液量が少なくなり、色が薄くなったら 診察時にドレーンを抜きます（手術後3～7日目）
10:00	検温、血圧測定
12:00	昼食 歯磨き  下半身のシャワー浴ができます （ドレーンの管を引っ張らないよう注意して行ってください） 洗髪を希望される方はお手伝いします（看護師にお声かけください）
18:00	夕食 歯磨き
19:00	検温、血圧測定
21:30	消灯

看護師が7時頃  
排液の計測に伺います

普通食が食べにくい場合は  
お粥に変更することができます  
看護師にお伝えください

ドレーンが抜けたら  
全身シャワー浴ができます

### 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





### 今日の目標

- ・テーピングの方法がわかる
- ・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 活動に制限はありません
7:30	朝食 歯磨き
9:00	診察 ドレーンからの排液量が少なくなり、色が薄くなったら 診察時にドレーンを抜きます（手術後3～7日目） 抜糸をします
10:00	検温、血圧測定
12:00	昼食 歯磨き
	下半身のシャワー浴ができます （ドレーンの管を引っ張らないよう注意して行ってください） 洗髪を希望される方はお手伝いします（看護師にお声かけください）
	退院後の日常生活について看護師より説明があります 気になることは遠慮なくお尋ねください
18:00	夕食 歯磨き
19:00	検温、血圧測定
21:30	消灯

ドレーンが入っている場合は、看護師が7時頃排液の計測に伺います



抜糸後は看護師からテーピング方法の説明があります  
退院までに一度ご自分でテーピングを試みましょう  
はじめは、看護師と一緒にテーピングを行います

ドレーンが抜けたら全身シャワー浴ができます



**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



## 抜糸後のテーピング

術後7日目の抜糸後、傷あとにテープを貼ることで、赤く盛り上がる状態（ケロイド）になったり、傷あとが幅広くなることを防ぐことができます

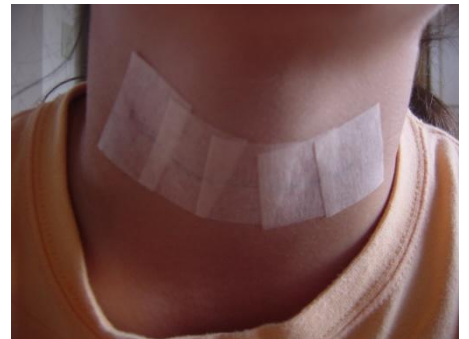
マイクロポアという幅25mmうす茶色のテープを2階「くろ～ば～」で、販売しておりますので、抜糸が済みましたらご準備ください

貼りは、看護師が説明します

（テーピング例）

《テープの貼り方・はがし方》

- テープを3～4cmの長さに切ったものを数本準備します
- 傷あとに直角になるように貼っていきま  
そのとき、隣のテープに少し重なるように傷の端から端まで貼っていきま
- 重なっているテープの一番下になっている方からはがすとつながってはがれていきま
- はがすときは、傷と平行に引っ張りもう一方の手で傷が引っ張られないように保護しながらはがしてください



テープの貼り替えは、3～4日です  
はがれがなくしっかり貼れているのであれば  
1週間までそのままでもかまいません  
入浴はテープを貼ったままでかまいません  
貼り替える日に入浴される場合は、全部はがして  
入浴をし、皮膚をきれいにしてから貼りましよう  
傷のまわりは優しく洗いましよう

※赤くなったり、痒くなったら、テープかぶれを  
おこしている可能性があります

そのまま、テーピングをしていると悪化してしま  
いますので中止してください





### 今日の日目標

- ・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 活動に制限はありません
7:30	朝食  歯磨き
9:00	診察
10:00	検温、血圧測定
12:00	昼食 歯磨き  シャワー浴をしましょう
18:00	夕食 歯磨き
21:30	消灯



退院後の日常生活について看護師より説明があります  
気になることは遠慮なくお尋ねください



### 医療スタッフの日目標

- ・退院後の日常生活に不安がないように支援します



退院日 月 日



### 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

7:30

朝食

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

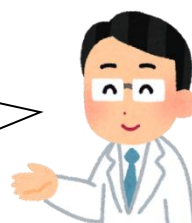
\* 外来受診時に検査のある場合は、事前に医師から説明があります

### 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

## ●食事

栄養のバランスに気をつけましょう  
原則的には食事の内容に制限はありません  
薄味を心がけましょう



## ●排泄

規則的な排便習慣をつけることが大切です  
朝食後、トイレに行く習慣をつけましょう  
軽い運動や水分をとるように心がけましょう

便秘気味の方は、退院までに医療スタッフと対処方法について相談しておきましょう

## ●活動

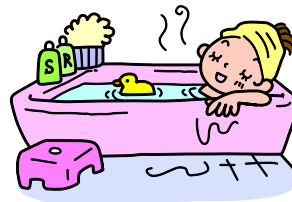
規則正しい生活をして、適度な運動をしましょう  
まずは軽い散歩や買い物から始めてみましょう  
徐々に活動量を増やしていき、疲れないように調節しましょう  
長時間の自転車やバイク・自動車の運転は十分に気をつけて  
徐々に慣らしていきましょう



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  
顔のマッサージは可能な範囲で続けましょう

## ●入浴

体を清潔に保つことが大切です  
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



## ●テーピング

退院後3か月間はテーピングをしてください

## ●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

重労働はしばらく避けるようにしましょう

仕事を開始する時期や内容については、医師と相談しながら決めていきましょう

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



## ●その他

定期受診は必ず受けるようにしましょう

声が出にくい、飲み込みにくいなどの  
気になること、心配なことがあれば  
何でもお尋ねください



## MEMO

気になることや症状など書き留めておきましょう



- 傷が赤くなったり、腫れたりしたとき
- 傷から出血があるとき

上記のような症状がある場合や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



耳下腺浅葉切除術を受けられる方へ