

内服なし

# 私のカルテ (胃がん)



お名前

生年月日 (西暦)      年    月    日

## 私のカルテとは

- 「私のカルテ」の使い方
  - ・ 「私のカルテ」はあなたのことを地域の医療者にお伝えするために使うものです。病院やかかりつけ医を受診する際には、必ず持参しましょう。
  - ・ 受診後には説明内容や結果を診療日記に書いておきましょう。
  - ・ 日常生活の様子についても記録しておきましょう。
  - ・ かかりつけ薬局を利用する際には、お薬手帳と一緒に提出しましょう。
  
- 「私のカルテ」には、以下の内容が綴られています。
  - ① わたしの診療情報
  - ② 手術に関する情報
  - ③ がん地域連携パスとは
  - ④ がん地域連携における医師の役割分担
  - ⑤ わたしの担当者
  - ⑥ 緊急時の対処方法は
  - ⑦ 治療スケジュール
  - ⑧ 日常生活に関する情報
  - ⑨ 相談支援センターにご相談ください
  - ⑩ 患者同士の支え合いの場を利用しましょう
  - ⑪ わたしの診療日記



## わたしの診療情報

フリガナ 氏名		性別	男 ・ 女
生年月日	(西暦) 年 月 日	血液型	型
住所	〒 -		
電話番号	( ) -		
病名			
これまでの病気の経過			
アレルギー			
病気の説明をしてほしい人			
病気の説明をしてほしくない人			

## 手術に関する情報

手術日	(西暦) 年 月 日
手術時年齢	歳
手術内容	<input type="checkbox"/> 幽門側胃切除 <input type="checkbox"/> 胃全摘術 <input type="checkbox"/> 噴門側胃切除 <input type="checkbox"/> 幽門保存胃切除 <input type="checkbox"/> 胃部分切除 <input type="checkbox"/> その他 ( )
腹腔鏡補助下	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし
再建法	<input type="checkbox"/> B-I <input type="checkbox"/> B-II <input type="checkbox"/> Roux-Y <input type="checkbox"/> その他 ( )
合併切除	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 胆のう <input type="checkbox"/> 脾臓 <input type="checkbox"/> その他 ( )
診断	T ( ) N ( ) M ( )
Stage	<input type="checkbox"/> IA <input type="checkbox"/> IB <input type="checkbox"/> IIA <input type="checkbox"/> IIB <input type="checkbox"/> IIIA <input type="checkbox"/> IIIB <input type="checkbox"/> IIIC



## がん地域連携パスとは

がん地域連携パスとは、地域のかかりつけ医と病院の専門医とが、あなたの診療経過を共有できる診療計画書のことです。これを活用することにより、かかりつけ医と病院の専門医とが役割分担をして、同じ診療方針のもと手厚い診療を受けることができるようになります。

がん地域連携パスは患者さまの診療方針や在宅での療養生活を十分に考慮した上で利用した方が良いと判断された患者さまにだけお勧めします。もちろん、あなたが利用を中止したい場合にはいつでも対応可能です。

あなたも連携パスを活用して、かかりつけ医と病院の専門医の2人の主治医に診てもらいましょう。



## がん地域連携における 医師の役割分担

### ● かかりつけ医の役割

かかりつけ医は、がん治療が円滑に続けられるように、日頃の診療や療養指導を担当します。主な役割は以下の通りです。

- ・ 定期的な診察、血液検査など
- ・ 定期的なお薬の処方
- ・ 痛みや吐き気など各種症状の診察や治療
- ・ 併存する病気の治療



### ● 病院の専門医の役割

病院の専門医は、手術や放射線治療、化学療法、入院治療、定期的な精密検査などを担当します。主な役割は以下の通りです。

- ・ がんの手術、放射線治療、化学療法
- ・ 血液検査、超音波検査、CT検査、内視鏡検査など
- ・ がんに関する専門職の各種指導



## わたしの担当者

### ① 手術をした病院

医療機関名			
住所			
電話番号		担当医	

### ② かかりつけの病院・診療所

医療機関名			
住所			
電話番号		担当医	

### ③ 処方薬局

薬局名			
住所			
電話番号			

### ④ ケアマネジャー

施設名			
電話番号		担当者名	

### ⑤ 訪問看護

施設名			
電話番号		担当者名	

## 緊急時の対処方法は

症状	対応方法
例) 吐き気が強く、食事が全く摂れない	6

### 【連絡】

No.	対応方法	連絡先
1	かかりつけ医に電話	TEL
2	訪問看護に電話	TEL
3	手術した病院に電話	TEL
4	夜間急病センターに電話	TEL

### 【受診】

No.	対応方法	連絡先
5	かかりつけ医を受診	TEL
6	手術した病院を受診	TEL
7	夜間急病センターを受診	TEL

## 治療スケジュール（1年目）

○・・・実施 △・・・必要時に実施

診療施設	手術した病院	手術した病院	かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院
経過	退院時	1か月後	2か月後	3か月後	4か月後	5か月後	6か月後	
受診日	/	/	/	/	/	/	/	/
診察・問診チェック	○	○	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査	○	○	○	○	○	○	
	腫瘍マーカー				○		○	
	腹部CT							○
	内視鏡							

診療施設	かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院
経過	7か月後	8か月後	9か月後	10か月後	11か月後	1年後	
受診日	/	/	/	/	/	/	/
診察・問診チェック	○	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査	○	○	○	○	○	
	腫瘍マーカー			○		○	
	腹部CT						○
	内視鏡						○

## 治療スケジュール（2～3年目）

○・・・実施 △・・・必要時に実施

診療施設	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院
経過	1年3か月後	1年後6か月		1年9か月後	2年後	
受診日	/	/	/	/	/	/
診察・問診チェック	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査	○	○	○	○	
	腫瘍マーカー	○	○	○	○	
	腹部CT			○		○
	内視鏡					○

診療施設	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院
経過	2年3か月後	2年後6か月後		2年9か月後	3年後	
受診日	/	/	/	/	/	/
診察・問診チェック	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査	○	○	○	○	
	腫瘍マーカー	○	○	○	○	
	腹部CT			△		○
	内視鏡					○

## 治療スケジュール（4～5年目）

○・・・実施 △・・・必要時に実施

診療施設	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院
経過	3年3か月後	3年後6か月後		3年9か月後	4年後	
受診日	/	/	/	/	/	/
診察・問診チェック	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査	○	○	○	○	
	腫瘍マーカー	○	○	○	○	
	腹部CT			△		○
	内視鏡					○

診療施設	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院	かかりつけ医	かかりつけ医	手術した病院
経過	4年3か月後	4年後6か月後		4年9か月後	5年後	
受診日	/	/	/	/	/	/
診察・問診チェック	○	○	○	○	○	○
検査	血液検査	○	○	○	○	
	腫瘍マーカー	○	○	○	○	
	腹部CT			△		○
	内視鏡					○

## 日常生活について

- 特に意識して気をつけることはありません。
- バランスのとれた食事や十分な休息など、規則正しい生活を心がけましょう。
- お仕事や運動は、体調と相談しながら行いましょう。



## 食生活について

- 食べてはいけないものはありませんが、刺激物は避け、消化の良いものを中心に選びましょう。
- 1回に食べられる食事量は少ないため、補食（間食）を摂ると良いでしょう。
- 栄養素をバランスよくとれるように意識しましょう。

### ① 消化のよい食品について

- ◆ 下記のものを中心に他の食品もすこずつ取り入れましょう。
- ◆ 食物繊維の多い食品や固い食品は小さく切ったり、柔らかく調理するようにすると良いでしょう。

#### 主食

おかゆ、軟飯、うどん、ソーメン、やわらかいパン など

#### 主菜

白身魚など脂肪の少ない魚、脂身や皮の少ない鶏肉や豚肉、豆腐、卵 など

#### 副菜

いも、大根、人参、ほうれん草、キャベツ、白菜の葉先、かぶなどの柔らかい野菜

### 調理方法では・・・

茹でる・蒸す・煮る



焼く



炒める



揚げる



順番に徐々に広げていきましょう。

## ② 刺激の多い食品について

- ◆ 少量であれば問題ない場合もありますが、過剰摂取には気をつけましょう。痛みがあったり、体調が優れない場合には控えたほうが良いでしょう。

アルコール飲料



炭酸飲料



酸味の強い食品



香辛料



カフェイン飲料



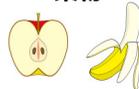
温度



## ③ 補食について

- ◆ 1日3回の食事だけで足りない栄養を補食（間食）することで補いましょう。食欲のないときは食べたいものを取り入れることも大切ですが、補食として以下のものもお勧めです。

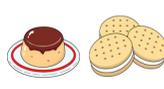
果物



乳製品



菓子類



新しい食品を試すときは少量ずつ様子を見ながら摂取しましょう。また、夏場は食中毒などにも注意が必要です。術後の食事のレベルアップには個人差があり、もとの食事レベルに近づける期間は様々です。不安や疑問がある場合は、医療者にご相談ください。

## 相談支援センターにご相談ください

「がん相談支援センター」は、全国各地のがん診療連携拠点病院にあり、がんのことや治療法、地域の医療施設、療養を支える仕組み等、がんに関するさまざまな情報を提供したり、質問や相談にお答えしています。

専門の相談員が患者さんや家族の方のお話にじっくり耳を傾け、一人一人に合った解決方法をともに探します。がんに関する相談ならなんでも構いません。また、かかりつけの病院かどうかも問いません。その病院にかかっていなくても誰でも無料で利用できます。

### 市立函館病院 がん相談支援センター

電話 0138-43-2000

相談時間 月曜日～金曜日（※祝日除く） 8:45～15:00

### 函館五稜郭病院 医療総合サービスセンター がん相談支援室

電話 0138-51-2295

相談時間 月曜日～金曜日（※祝日除く） 9:00～17:00  
土曜日 9:00～12:30

### 国立病院機構 函館病院 がん相談支援センター

電話 0138-51-0229

相談時間 月曜日～金曜日（※祝日除く） 8:30～17:15

## 患者同士の支え合いの場を 利用しましょう

同じ経験を持つ患者同士が語り合うことで、気持ちがずいぶん楽になったり、療養生活を快適に送る知恵を得られることがあります。かかりつけ医や病院の専門医の話とともに、うまく取り入れることをお勧めします。患者同士が会える場、支え合いの場としては、患者会、患者サロン、ピアサポートなどがあります。詳しくは、がん相談支援センターにお問い合わせください。

### 1. 患者会

患者会とは、同じ病気や障害、症状など、何らかの共通する患者体験を持つ人たちが集まり、自主的に運営する会のことです。

### 2. 患者サロン

患者サロンとは、患者やその家族など、同じ立場の人が、がんのことを気軽に本音で語り合う交流の場のことで、最近、患者会の少ない地域でも広がっています。

### 3. ピアサポート

がんにおけるピアサポートとは、患者や家族の悩みや不安に対して、がん経験者が自分の経験を生かしながら相談や支援を行うといった形での取り組みです。このような活動が始まったのは、ここ数年のことで、医療機関内で実施されています。

## わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



## わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



## わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



## わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



## わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



## わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



## わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



# わたしの診療日記

診察日	記録
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

診察を受けたときの記録や診察時に聞くことができなかったこと、  
医療スタッフに伝えたいことなどをご自由にお書きください。（任意）



イラスト：WANPUG

函館市がん地域連携パス協議会  
函館市医師会  
平成 24 年 ● 月 発行