

手術後病院食の国際比較

【スライド1】

私が今勤めておりますのは、都立大久保病院というところで、明治の初頭くらいにでき、歴史は古いのですが、6年くらい前に完全にリニューアルオープンいたしまして、そのときに派遣されて行きました。新宿の歌舞伎町の真ん中で、新宿コマ劇場の真横にありますので、歌舞伎町に来てお遊びの際に、もし体調が崩れたら、是非寄っていただきたいと思います。親切な病院でございます。



東京都立大久保病院
外科医長
丸山 道生

【スライド2】

今回は、世界の術後食ということで、今までほとんど研究されていないテーマを取り上げてみました。病人がとる食事というのは、栄養学的な要素から考えられているのと同時に、その国・地域の食文化と深くかかわっているものと考えられます。米を主食とする我が国では、米のお粥を中心とした病院食のシステムになっておりますが、世界の国々ではどのような術後食があったり、病院食があるか、どのようなシステムになっているか、ということは一切今まで調べられておりません。米を主食とする東アジア・東南アジアにおいては、果たして日本と同様の、お粥のステップアップの術後食があるのか、また米文化ではない欧米ではどのような術後食が存在するか、というのは非常に興味があるところでありまして、科学的な側面と文化人類学的側面を併せ持つ、幅広い研究テーマであります。

【スライド3】

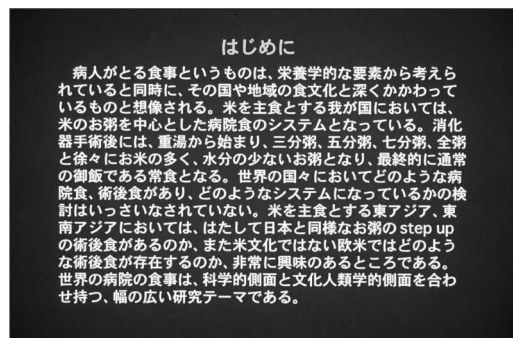
私がこの研究をしようと思いついた理由を述べさせていただきます。

スライドにStoke on Trent, Englandと書いてありますが、イギリスの中部にStoke on Trentという町がありまして、そこはウッジウッドやロイヤルダルトンなど大きな陶磁器（便器を写してありますが）の工場があり、ミュージアムもあって、スライドの写真の様な煙突などからもくもくと煙が出るという場

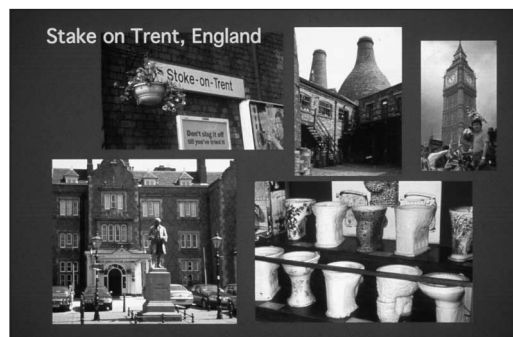
スライド1



スライド2



スライド3



所で、以前は非常に大気汚染が進んでいた。そのためか、イギリスでも特に胃ガンが多い地区であります。

【スライド4】

そういう理由で、私の専門でありますので、時々行って手術をしたりということがありまして、

【スライド5】

手術後を見てみますと、手術後第1食目に、日本だと重湯を恐る恐る飲んだりとか、あまり無理しなくてもいいですよという時期に、バターとか、トースト、コーヒーを始めから大口で食べているということがありました。イギリスではどうなっているんだろうなということが、まず一番始めにこの研究をするにあたって考えついたところです。

実は、助成をいただいた研究期間の後にもイギリスに行き、もう一度調べ直しましたけれども、世界の今まで調べた国の中では、唯一イギリスは術後食という概念が無い国でありまして、手術直後から、サンドイッチを食べたりとか、バターを食べたりということをしている国なのです。

今日はイギリスのことはおいておきまして、

【スライド6】

実際に外国の病院を訪ねて、術後食・病院食を実際に食して調べたということでして、ファイザーヘルスリサーチ振興財団から助成をいただいて、非常に良い研究ができたと自負しております。

【スライド7】

日本の場合どうなっているかというところ、皆さんもお聞きになったことがあるかと思いますが、重湯というのがございまして、これは米を炊いた上澄みです。これが三部粥から五分粥、七部粥、全粥、常食という形でステップアップしています。日本の場合は大体1ステップが1日とか2日かかかりますので、大体10日から2週間前後で普通の食事になる。特に消化器の術後はそういうふうになっております。

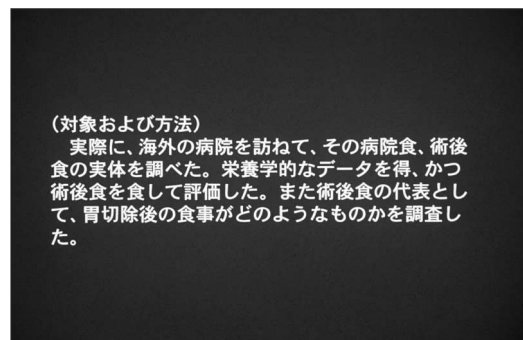
スライド4



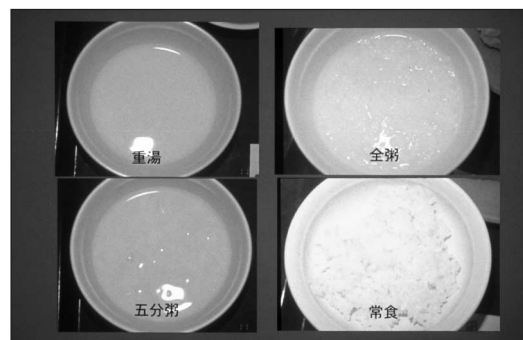
スライド5



スライド6



スライド7



【スライド 8】

これは、日本の我々の病院ですが、大体始めは重湯というのがございまして、牛乳等もついたり、アイスクリーム等もつきます。脂質もある程度入っていて、約500～800カロリー。これが一番始めの食事で、これから2日ぐらいすると、三部粥で1,100カロリーくらいになります。

【スライド 9】

次に五分粥というお粥になり、このあたりになるとヌードルが出てきたりしますし、お米も少し入ってくるという状態で、食事のおかずはほとんど普通になってきます。このあとに七部粥というのが一般的にあります、我々の病院では七部粥は使わなくなっております。

【スライド 10】

この次に、全粥といわれる普通のお粥になります。1,600カロリーくらいです。そして常食になりますと、1,900～2,300カロリーになっております。

【スライド 11】

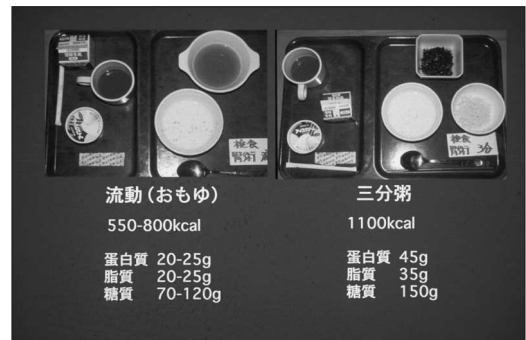
東アジアではどうなっているのかということ調べてみますと、日本の場合は6ステップになっておりますが、韓国の場合は3ステップしかありません。一番始めがミューム、次がジュ（いわゆるお粥です）、次にregular dietということです。胃や大腸などの手術の後には、日本ではだいたい2日間くらいかかるものを、1日で飛ばしてジュにしてしまう。そして退院になりますので、退院の段階のジュに至るまで1日～2日しかかからないということで、日本とはまるっきり違うスピードです。ステップアップも少ない。

そして、中国では、流質、半流質、軟食、普食という4ステップになりまして、日本よりステップ数も少ないですし、胃の術後も早めにステップアップがされていく。カロリー的には非常に似かよったものでございまして、内容も比較的似ています。

【スライド 12】

韓国では、このような2箇所のソウルの病院と、春川（チュンチョン）というところと

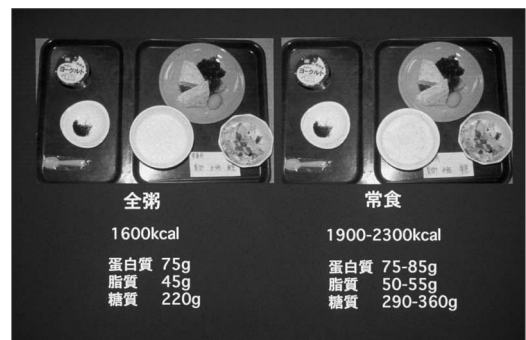
スライド 8



スライド 9



スライド 10



スライド 11

東アジアの術後食の比較

日本	韓国	中国
重湯 (500-800)	ミューム (216-840) (米炊)	流質 (800)
3分粥 (1000-1100)		半流質 (1600)
5分粥 (1100-1300)	ジュ (1800-2000) (粥)	
7分粥 (1200-1500)		軟食 (1800-2200)
全粥 (1300-1700)		普食 (2000-2400)
常食 (1600-2300)	regular diet (1900-2000)	

水源（スイゲン）を回って調べました。

【スライド 13】

これはSamsung病院（ソウルの大病院）での食事を見せてもらったところです。大体、朝、昼、夕、他に分食として、真ん中に食事も入ります。ここでの特徴として、ミュームというものがございます。これは非常に面白いもので、日本での重湯にあたるのですが、黄色をしております。これは粟の重湯みたいなのですが、粟を大量の水で煮て、それを裏漉ししたものです。従って香ばしい香りがし、おいしいものなのですが、日本の重湯とは全く違う。日本では米の重湯なのに、何故隣の韓国では粟を使ったものがあるのかというのが、非常に不思議です。

どこの病院でも粟は必ず使っておりまして、胡麻も入れたミューム、松の実のミュームというような形で、日本の重湯との対比がなされております。

また韓国では、この重湯の段階から水キムチというものが出てくる。これは非常に面白いです。

そして特徴的には、経腸栄養剤といわれる商品ですが、グリーンビアーといわれているものも飲ませたりしているということでありまして、ここに見ていただくように、大体水分が1,600cc、Fatが32gくらい含まれている。日本の重湯と、非常に成分は似ている状態です。

近くの国で全く知らない食事があったということです。

【スライド 14】

これは色々な病院のミュームなのですが、いずれにせよ粟は使っております。そこに粉ミルクを入れたりして、カロリー数を上げているところもございます。

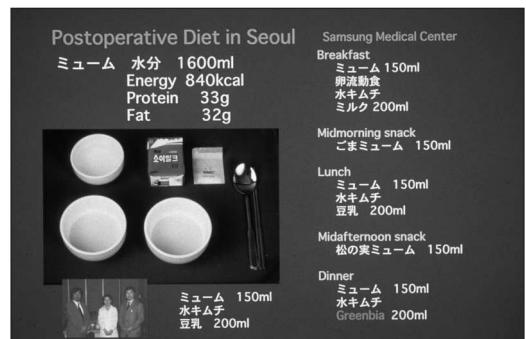
【スライド 15】

次にジュの段階になりますと、カロリー数がぐっと上がります。ここで見ていただくように、分食とって、この病院では2つに分けて出しております。そして、見て分かるように、韓国の食事というのは非常に副食が

スライド 12



スライド 13



スライド 14



スライド 15



多いのです。それがこの時点でかなり特徴的に現われているということです。

必ず水キムチをつけております。辛いキムチは病院ではつかないのです。食べたことがある方もいらっしゃると思いますが、どの病院でも、大体自分の病院で漬けているということです。これがないと、どうもいけないようであります。

【スライド 16】

色々な病院のジュの段階を見てみましても、日本の食事に比べると、副食がかなり多いという特徴があります。

スライド 16



【スライド 17】

中国に移ります。

今回は、上海の2つの大きな病院を回って調べてまいりました。

スライド 17

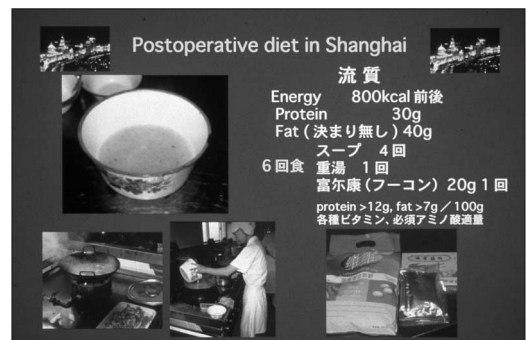


【スライド 18】

中国では流質、半流質、軟食、普食と言われている4段階になっております。

流質という段階はということかというのと、体力が弱って一番始めの食事ですから、6回に分けて食べさせているわけですね。スープが4回、重湯が1回、フーコンという経腸栄養剤（スライドのようなパックに入ったものをお湯に溶かして飲ませるもの）が1回ということで、スープに非常に頼っている。日本のように重湯にはそれほど頼っていないんですね。スープもおいしい中華スープであります。

スライド 18

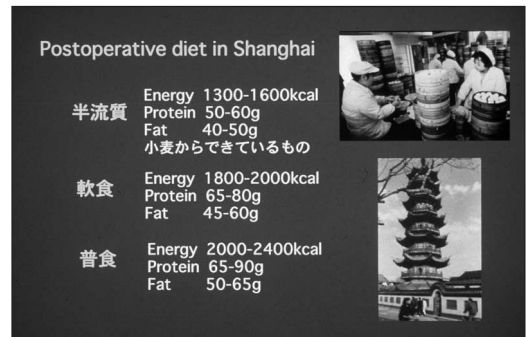


重湯は1回ということで、中国に比べると、日本の方がよっぽど米に頼っているという感じがいたします。

【スライド 19】

その次に半流質になりますと、中国の揚子江の北では元々から小麦でできているものが主食になっているわけですが、そうした小麦でできている饅頭だとかヌードルとかいうものが、この半流質に入ってきます。

スライド 19



その次に軟食、普食ということで、段々に段階が上がっていきます。この軟食という段階では、もうほとんど水気のないお粥という、常食に近いものが出てまいります。

そして、柔らかいご飯、次に普通のかたいご飯という段階になってまいります。

そういうことで、近くの東アジアでも、日本よりも、ステップアップ数も少ないスピードも早くあがっていくということが分り、それぞれの国の特徴があるということが分りました。

【スライド 20】

タイのバンコクではどうかということで、2つの病院を回って調べました。

【スライド 21】

タイでもレオサイ、オーヨガイ、オーカウトン、アールンタマダーの4段階になっております。

レオサイは、スライドでわかる通り、タイ米の重湯でして、米の粉が下に沈んでいて上が上澄になっているということで、日本の重湯と随分感じが違います。あとはジュースなどがついていて、まあ日本と感覚的には似ています。

その次の段階になりますと、オーヨガイというソフトダイエットになります。非常に繊維分の少ないもので構成された食事が出されて、次の段階になりますと、繊維分が入ってまいります。スライドのような鶏の肉でも、皮がないのとあるのというだけの差で、繊維分が少なくされているものと繊維分があるものになっています。

その次の段階に行きますと、レギュラーダイエットということで、スライドを見ていただくと分る通り、もうこの第3段階目で、非常にタイ料理の一般食に近い感じになっております。

【スライド 22】

タイ自体はあまりお金がない国でございますから、自分達の病院で、先ほどあったような経腸栄養剤を作っております、手術後の患者さんに始め飲ませたりしています。卵をわざわざ割って、ショ糖を入れて、ビタミンのタブレットを砕いて、これを作っております。バンコクの中で一番大きな病院でもこうやっております、とても製品になったものは高く買えないということで、自分達で自前で作っているわけです。この卵も、元々イモで作っていたということですが、暖い国なので非常に管理が難しくすぐ腐敗してしまうが、卵の方が腐敗しにくいということが分ったようで、こちらに乗り換えているという状況です。

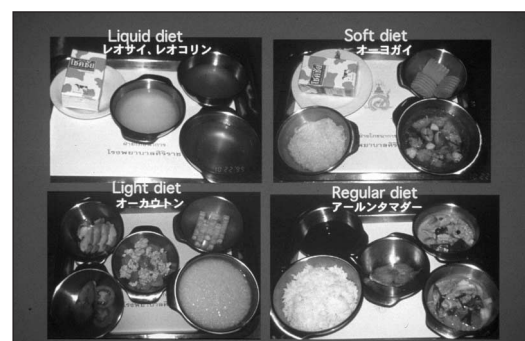
【スライド 23】

あとは、色々なトロピカルなジュースが重

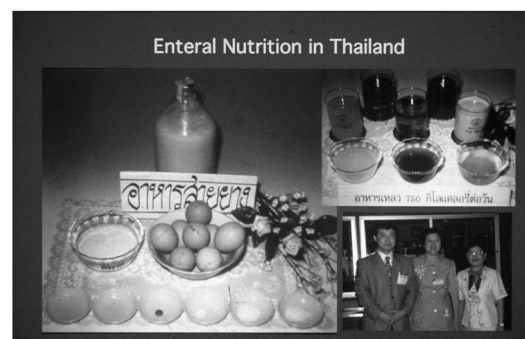
スライド 20



スライド 21



スライド 22



湯の代わりに役目をしているというのが、この国の特徴です。

そういうことで、フルーツなども豊富に出されて、また常食の段階になると、タイでよく見られる唐辛子のレモン汁などが付けられているということで、それぞれの国柄が、病院の中でも非常に明らかになっているという状況です。

【スライド 24】

アメリカではどうなっているかということになりますと、これが流動食です。ソフトドリンクがボンと1個乗っかっているのですけれども、病院の中で流動食に使うものは、コカ・コーラだとかこういうものが出てくるんですね。私もアメリカに行ってたことはあって、外科をやっていたのですが、そのときは気が付かなかった。どなたも、留学していて案外盲点で分らないんですね。

【スライド 25】

さて、アメリカでも clear liquid diet、full liquid diet、soft diet、regular というように、4段階になっております。

この clear liquid diet というのは、非常に精密にできているもので、どうもヨーロッパ（特にイギリス）からアメリカに渡った段階で、最終的に新しく作られたというような感じのする、人工的な食事であります。

スライドで見ていただくとわかりますけど、これはチキンブロスといわれているコンソメみたいなものです。ほとんど塩気はないです。また、グレープジュースがあって、Resouse という経腸栄養剤があります。あとはホットティーです。だいたい1,000kcal。それが full liquid diet になると急に2,000kcal。

一番始めにはノー・ミルク、ノー・クリーム、ノー・ペッパー、ノー・マーガリン、ノー・ケチャップということになって、非常に厳しいのですが、あとでもう少し詳しくお話しますが、full liquid diet となると、もうほとんど何を食べてもいいし、柔らかければいいでしょうというような状況になります。

【スライド 26】

それが soft diet になると、ほとんど普通に

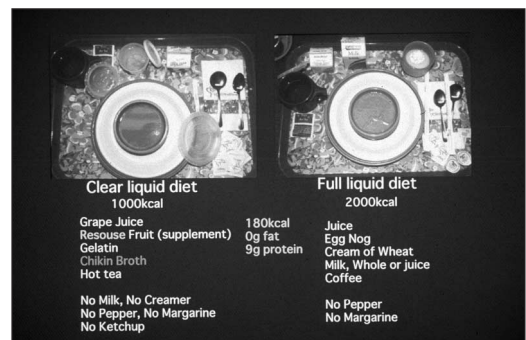
スライド 23



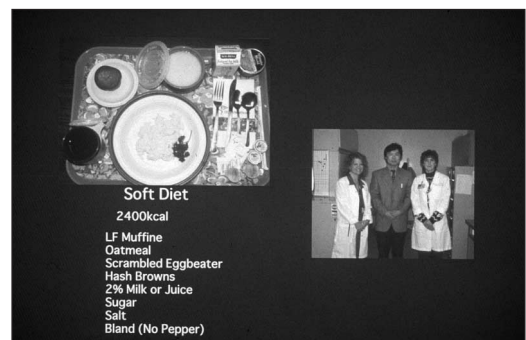
スライド 24



スライド 25



スライド 26



近いマフィンやオートミールなどが出てくる。

【スライド 27】

ここでアメリカの clear liquid die という第 1 食目を見てみますと、ミルクやミルクの類似のものはだめです。ミートもだめ、ブレッドやシリアルもだめ、ベジタブルもだめということになります。飲むのはスープぐらいです。Fat はなしということで非常に厳しい。ところがジンジャーエールやコココーラはいい。コーヒーもいいということになっております。このへんがひじょうに人工的な感じがいたします。

【スライド 28】

まとめです。

日本の術後食は 6～5 ステップアップですが、米国、中国、タイ、トルコ（これは他で調べました）は 4 ステップ、韓国、バングラディッシュでは 3 ステップでありまして、英国では術後食の概念がない。日本は病院術後食のステップアップが最も多い国である。

それから、胃切後のステップアップの速度も、胃ガンの多い東アジアの国々ではある程度スタンダードができていますが、その他の国々では症例も少なく、個々の症例毎に食事のオーダーがなされています。

韓国においては、日本よりも非常に早く全粥の状態になりますが、中国、台湾においても 3 日～1 週間ぐらいで全粥状態になるので、日本よりも早いということがわかりました。

【スライド 29】

日本の術後食は、長い間をかけて日本人の体質や体格・食欲などに合ったようになっていと考えられ、このシステムをむやみに変えるのは問題ではありましようが、他の国の状況や入院期間の短縮といった医療経済上の課題を考えた上で、食事のステップアップの数や食事を上げていくスピードを考え直すということ、試してみる必要もあるだろうということでございます。

スライド 27

Postoperative diets in United States		Clear Liquid Diet	
Milk and Milk Products	None	Beverage	Carbonated beverages (gingerale or cola type) regular or decaffeinated coffee, tea synthetic beverages (Gatorade or Kool-ade)
Meat and Alternates	None	Miscellaneous	Hard candy Sugar, Dextrose, Lemon juice, Salt
Bread and Cereal	None	Supplements	Glucose Products (Polycose) Complete nutrient products (Resource, Tolorex, Citrotein)
Vegetable	None	Dessert	Fruit flavoed ices, popsicles, flavored gelatin
Fruit	Apple, cranapple, cranberry, and grape juice	Fat	None
Soup	Fat free Broth, Bouillon(regular or salt free)		

スライド 28

まとめ(1)

1) 日本の術後食は 6(or5) ステップである。米国、中国、タイ、トルコでは 4 ステップで、韓国、バングラディッシュでは 3 ステップ、英国では術後食の概念がない。日本は術後食のステップ数が最も多い国。

2) 胃切除後のステップアップの速度は、胃癌の多い東アジアの国々ではある程度スタンダードができていますが、その他の国々では症例数も少なく、個々の症例ごとに食事のオーダーがされている。韓国においては、日本より非常に速く全粥と同等の段階にまであがる。中国、台湾においては、3 日から 1 週間ぐらいで全粥程度の食事にあがる。日本では 5 日から 10 日程度で全粥に上がるのが一般的であり、日本よりやや速い。日本の術後食は、ステップアップ速度も遅い。

スライド 29

まとめ(2)

3) 日本の術後食は長い間かけて、日本人の体質、体格、食欲などにあったようになっていと考えられる。このシステムをむやみに変えるのは問題ではあるが、他の国の状況や、入院期間短縮といった医療経済上の課題も考えた上で、食事のステップの数や食事をあげてゆくスピードを考え直し、試験的に施行し、その結果を出してみる必要があると考えられる。

質疑応答

座長： 日本では6つの段階があるということですが、入院している患者さんにとっては、重湯から始まって段々普通食になっていくというのは、客観的に回復しているということと同時に、心理的に自分は回復しているんだという気持ちを持つという効果があると思いますが、そのへんはどういう印象を持っておられますか。

A： そのとおりだと思います。

まず、重湯というものは、日本では病人の食事だということがありますので、一つは、自覚として病人になったんだという感じを受けさせるのと同時に、段階が上がってくると良くなってきたというのが、非常に患者さんにとっては希望にもなっているわけです。ですから、始めからイギリスのように術後食が無いというのも、やはり病人に対する社会の考え方とか個人の考え方が違うのではないかなということも、非常に感じます。我々のところでも、欧米型のいわゆる経腸栄養を中心とした術後食を与えてみることはあるんですけども、やはり日本の重湯の方が患者さんには合っているということで、非常に不評になりますので、現段階では、やはり今のシステムが日本人には合っているのではないかなと考えております。