



患者様と介護者様のための教育支援

膵尾部切除術について

このガイドは、MSKでの膵尾部切除術の準備のために役立てていただくものです。また、回復に向けて何をすべきかについて学んでいただくためにもお役に立つでしょう。

手術までの数日間、このガイドを情報源としてご活用ください。また、このガイドは手術当日にもご持参ください。患者さんとケアチームは、患者さんの回復についてより深く理解するために、このガイドを活用します。

膵尾部切除術について

膵尾部切除術は、膵臓体部または尾部から腫瘍を取り除く手術です。膵臓は腹部（お腹）の後ろ、胃の後ろ、小腸の上にあります（図1参照）。

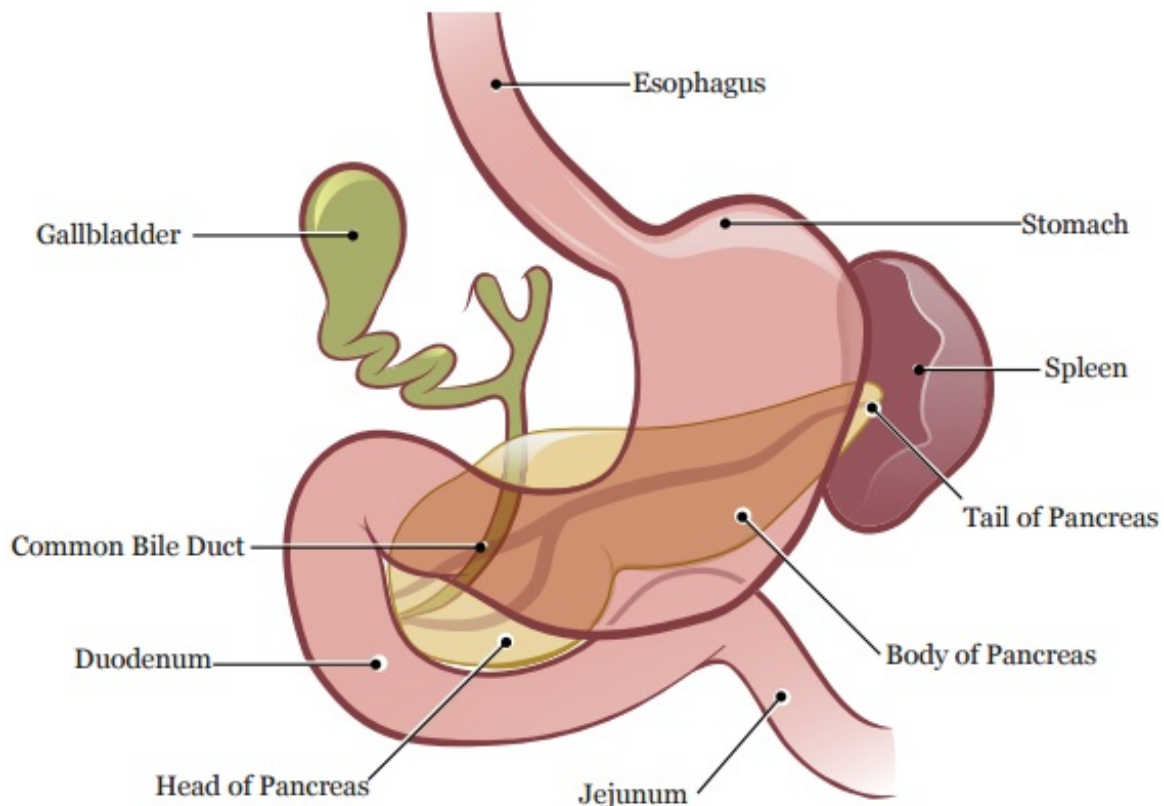


図1 膵尾部切除術前の膵臓

膵臓と脾臓について

膵臓は、脂肪を含む食べたものの消化を助ける酵素を作ります。また、血糖値を調整するホルモンであるインスリンとグルカゴンを作ります。膵臓には頭部・体部・尾部の3つの部分があります。

手術中に膵臓の一部が摘出されるとはいえ、術後にはホルモン（インスリンとグルカゴン）や酵素を作るのに十分な膵臓が残っているのが普通です。

- 手術後、膵臓で消化酵素が十分に作られないと、下痢になることがあります。その場合は、食事の際に酵素の錠剤を飲む必要があるかもしれません。
- 手術後、膵臓でインスリンが十分に作られないと、高血糖になることがあります。これは珍しいことです。手術後に高血糖になった場合は、医療チームがサポートしてくれます。

脾臓は膵臓の隣にあります。脾臓は、白血球を作り、身体が感染症と闘うのを助けます。また、血液をろ過し、血球を貯蔵し、古い血球を破壊します。腫瘍が脾臓に血液を送る血管に浸潤している場合は、脾臓を摘出する必要があります。

手術中

膵切除術はさまざまな方法で行うことができます。外科医が、どれがあなたに適しているか相談にのってくれるでしょう。手術の種類にもよりますが、外科医は1カ所以上の切開を行います。

手術中、外科医は膵臓と脾臓を調べ、どの程度摘出するかを決定します。残った膵臓の部分は、縫合糸（ステッチ）またはホチキスで閉じられます（図2参照）。

手術には2～4時間かかります。

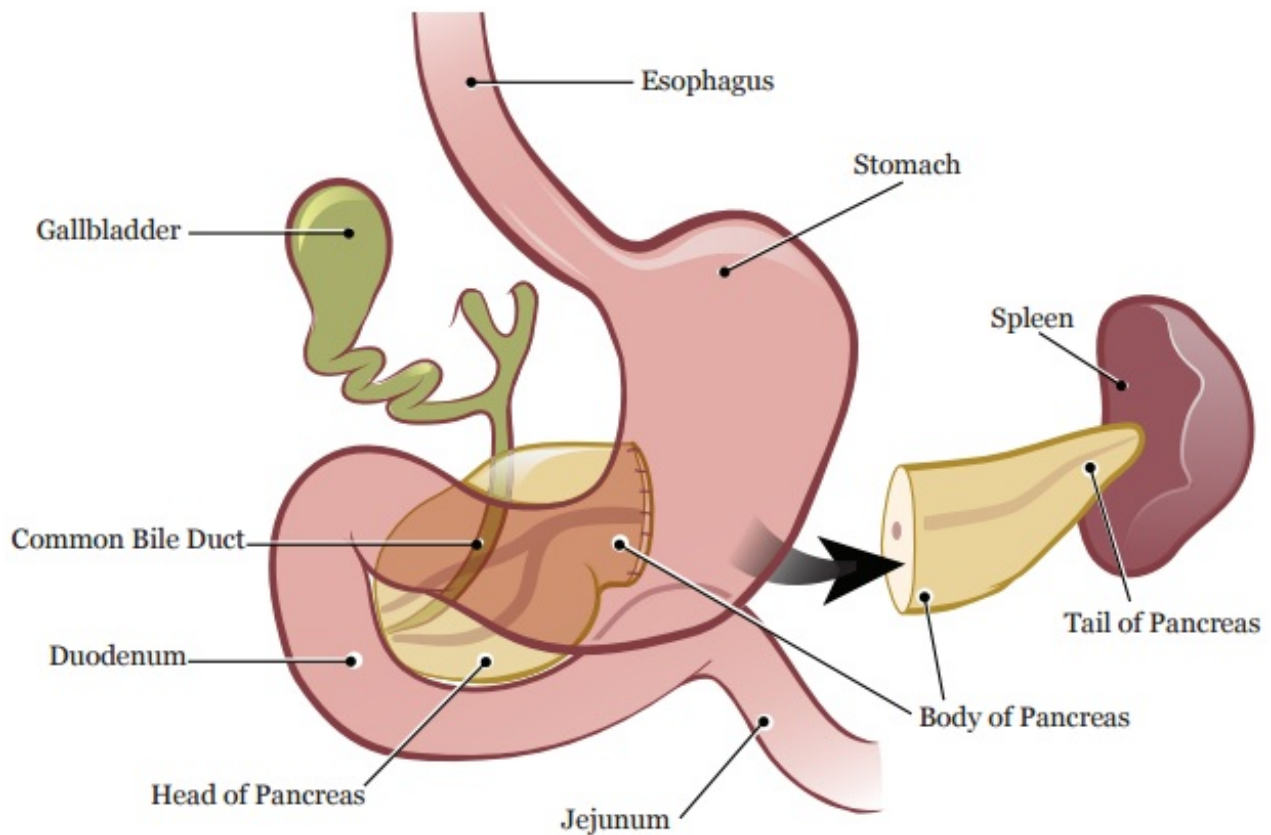


図2 膵尾部切除術後の膵臓

膵尾部切除術前

This section will help you get ready for your surgery. Read it when your surgery is scheduled. Refer to it as your surgery gets closer. It has important information about what to do to get ready.

As you read this section, write down questions to ask your healthcare provider.

Getting ready for surgery

You and your care team will work together to get ready for your surgery. Help us keep you safe by telling us if any of these things apply to you, even if you're not sure.

- I take any prescription medicines. A prescription medicine is one you can only get with a prescription from a healthcare provider. Examples include:
 - Medicines you swallow.
 - Medicines you take as an injection (shot).
 - Medicines you inhale (breathe in).

- Medicines you put on your skin as a patch or cream.
- I take any over-the-counter medicines, including patches and creams. An over-the-counter medicine is one you can buy without a prescription.
- I take any dietary supplements, such as herbs, vitamins, minerals, or natural or home remedies.
- I have a pacemaker, automatic implantable cardioverter-defibrillator (AICD), or other heart device.
- I have had a problem with anesthesia (A-nes-THEE-zhuh) in the past. Anesthesia is medicine to make you sleep during a surgery or procedure.
- I'm allergic to certain medicines or materials, including latex.
- I'm not willing to receive a blood transfusion.
- I use recreational drugs, such as marijuana.

Always be sure your healthcare providers know all the medicines and supplements you're taking.

You may need to follow special instructions before surgery based on the medicines and supplements you take. If you do not follow those instructions, your surgery may be delayed or canceled.

GLP-1ダイエット内服薬

GLP-1薬を服用している場合は、医療従事者にその旨を伝えることが重要です。手術や処置の前に、食事や飲み物に関する特別な指示に従っていただく必要があるからです。これらの指示に従うことは非常に重要です。これらに従わない場合、手術や処置が遅れるか、または中止になる場合があります。

- 手術や処置の前日には、透明な液体食を摂取してください。固形物は一切食べないでください。詳細については *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet) をお読みください。
- 到着予定時刻の8時間前から何も飲まないでください。この時間以降は、透明な液体を含め、何も食べたり飲んだりしないでください。お薬は、少量の水と一緒に飲みください。

詳細については、*Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)をお読みください。

GLP-1薬の例をいくつか挙げます。他にもありますので、ケアチームが患者さまが服用している薬をすべて把握していることを確認してください。場合によっては、糖尿病やその他の病気の管理を助けるために処方されることがあります。また、減量のために処方されることもあります。

- セマグルチド（ウェゴビー®、オゼンピック®、ライベルサス®）
- デュラグルチド（トゥルーリシティ®）

- ティルゼパチド（ゼプバウンド®、ムンジャロ®）
- リラグルチド（サクセンダ®、ビクトーザ®）

About drinking alcohol

It's important to talk with your healthcare providers about how much alcohol you drink. This will help us plan your care.

If you drink alcohol regularly, you may be at risk for problems during and after your surgery. These include bleeding, infections, heart problems, and a longer hospital stay.

If you drink alcohol regularly and stop suddenly, it can cause seizures, delirium, and death. If we know you're at risk for these problems, we can prescribe medicine to help prevent them.

Here are things you can do before your surgery to keep from having problems.

- Be honest with your healthcare providers about how much alcohol you drink.
- Try to stop drinking alcohol once your surgery is planned. Tell your healthcare provider right away if you:
 - Get a headache.
 - Feel nauseous (like you're going to throw up).
 - Feel more anxious (nervous or worried) than usual.
 - Cannot sleep.

These are early signs of alcohol withdrawal and can be treated.

- Tell your healthcare provider if you cannot stop drinking.
- Ask your healthcare provider questions about drinking and surgery. All your medical information will be kept private, as always.

About smoking

If you smoke or use an electronic smoking device, you can have breathing problems when you have surgery. Vapes and e-cigarettes are examples of electronic smoking devices. Stopping for even a few days before surgery can help prevent breathing problems during and after surgery.

Your healthcare provider will refer you to our [Tobacco Treatment Program](#) if you smoke. You can also reach the program by calling 212-610-0507.

About sleep apnea

Sleep apnea is a common breathing problem. If you have sleep apnea, you stop breathing for short lengths of time while you're asleep. The most common type is obstructive sleep apnea (OSA). With OSA, your airway becomes fully blocked during sleep.

OSA can cause serious problems during and after surgery. Tell us if you have or think you might have sleep apnea. If you use a breathing device, such as a CPAP machine, bring it on the day of your surgery.

Using MSK MyChart

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) is MSK's patient portal. You can use it to send and read messages from your care team, view your test results, see your appointment dates and times, and more. You can also invite your caregiver to make their own account so they can see information about your care.

If you do not have an MSK MyChart account, you can sign up at mskmychart.mskcc.org. You can also ask a member of your care team to send you an invitation.

If you need help with your account, call the MSK MyChart Help Desk at 646-227-2593.

They are available Monday through Friday between 9 a.m. and 5 p.m. (Eastern time).

About Enhanced Recovery After Surgery (ERAS)

ERAS is a program to help you get better faster after your surgery. It's important to do certain things before and after your surgery as part of the ERAS program.

Before your surgery, make sure you're ready by:

- **Reading this guide.** It will help you know what to expect before, during, and after your surgery. If you have questions, write them down. You can ask your healthcare provider at your next visit or call their office.
- **Exercising and following a healthy diet.** This will help get your body ready for your surgery.

After your surgery, help yourself recover more quickly by:

- **Reading your recovery pathway.** This is an educational resource your healthcare provider will give you. It has goals for your recovery. It will help you know what to do and expect each day.
- **Starting to move around as soon as you can.** The sooner you get out of bed and walk, the quicker you can get back to your usual activities.

手術後30日以内

Presurgical testing (PST)

You'll have a PST appointment before your surgery. You'll get a reminder from your surgeon's office with the appointment date, time, and location. Visit www.msk.org/parking for parking information and directions to all MSK locations.

You can eat and take your usual medicines the day of your PST appointment.

It's helpful to bring these things to your appointment:

- A list of all the medicines you're taking, including prescription and over-the-counter medicines, patches, and creams.
- Results of any medical tests done outside of MSK in the past year, if you have them. Examples include results from a cardiac stress test, echocardiogram, or

carotid doppler study.

- The names and telephone numbers of your healthcare providers.

You'll meet with an advance practice provider (APP) during your PST appointment. They work closely with MSK's anesthesiology (A-nes-THEE-zee-AH-loh-jee) staff. These are doctors with special training in using anesthesia during a surgery or procedure.

Your APP will review your medical and surgical history with you. You may have tests to plan your care, such as:

- An electrocardiogram (EKG) to check your heart rhythm.
- A chest X-ray.
- Blood tests.

Your APP may recommend you see other healthcare providers. They'll also talk with you about which medicine(s) to take the morning of your surgery.

Identify your caregiver

Your caregiver has an important role in your care. Before your surgery, you and your caregiver will learn about your surgery from your healthcare providers. After your surgery, your caregiver will take you home when you're discharged. They'll also help you care for yourself at home.

For caregivers



Caring for a person going through cancer treatment comes with many responsibilities. We offer resources and support to help you manage them. Visit www.msk.org/caregivers or read *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers) to learn more.

医療委任状の記入

医療委任状をまだ記入していない方は、今すぐご記入されることをお勧めします。すでに記入されている場合や、その他の事前指示書をお持ちの場合は、次回の診察時にご持参ください。

医療委任状は法的文書です。もしご自分の意思を伝えることができない場合は、誰がご自身の代弁者になるのかが書かれています。この人物を医療代理人と言います。

- 医療委任状やその他の事前指示書については、*Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)をお読みください。
- 医療代理人についての詳細は、*How to Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)をお読みください。

医療委任状の記入についてご質問等がある場合は、ケアチームのメンバーにご相談ください。

Do breathing and coughing exercises

Practice taking deep breaths and coughing before your surgery. Your healthcare provider will give you an incentive spirometer to help expand your lungs. To learn more, read *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

Do physical activity

Doing physical activity will help your body get into its best condition for your surgery. It will also make your recovery faster and easier.

Try to do physical activity every day. Any activity that makes your heart beat faster, such as walking, swimming, or biking, is a good choice. If it's cold outside, use stairs in your home or go to a mall or shopping center.

Follow a healthy diet

Follow a well-balanced, healthy diet before your surgery. If you need help with your diet, talk with your healthcare provider about meeting with a clinical dietitian nutritionist.

Buy a 4% chlorhexidine gluconate (CHG) solution antiseptic skin cleanser, such as Hibiclens®

4% CHG solution is a skin cleanser that kills germs for 24 hours after you use it. Showering with it before your surgery will help lower your risk of infection after

surgery. You can buy a 4% CHG solution antiseptic skin cleanser at your local pharmacy without a prescription.

手術の7日前

Follow your healthcare provider's instructions for taking aspirin

Aspirin can cause bleeding. If you take aspirin or a medicine that has aspirin, you may need to change your dose or stop taking it 7 days before your surgery. Follow your healthcare provider's instructions. **Do not stop taking aspirin unless they tell you to.**

To learn more, read *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

Stop taking vitamin E, multivitamins, herbal remedies, and other dietary supplements

Vitamin E, multivitamins, herbal remedies, and other dietary supplements can cause bleeding. Stop taking them 7 days before your surgery. If your healthcare provider gives you other instructions, follow those instead.

To learn more, read *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

手術の2日前

Stop taking nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs)

NSAIDs, such as ibuprofen (Advil® and Motrin®) and naproxen (Aleve®), can cause bleeding. Stop taking them 2 days before your surgery. If your healthcare provider gives you other instructions, follow those instead.

To learn more, read *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

手術の1日前

Note the time of your surgery

A staff member will call you after 2 p.m. the day before your surgery. If your surgery is scheduled for a Monday, they'll call you the Friday before. If you do not get a call by 7 p.m., call 212-639-5014.

The staff member will tell you what time to get to the hospital for your surgery. They'll also remind you where to go.

場所は以下の通りです。

6階のPresurgical Center (PSC)

1275 York Avenue (East 67th StreetとEast 68th Streetの間)

New York, NY 10065

「B」エレベーターで6階へ

駐車場情報とMSKの全拠点への行き方については、www.msk.org/parkingをご覧ください。

4%クロルヘキシジングルコン酸塩 (CHG) 溶液入りの皮膚消毒剤 (Hibiclens®など) を使ってシャワーを浴びます。

手術前の夜、寝る前に4%クロルヘキシジングルコン酸塩 (CHG) 溶液入りの皮膚消毒剤を使ってシャワーを浴びます。

1. Wash your hair with your usual shampoo and conditioner. Rinse your head well.
2. Wash your face and genital (groin) area with your usual soap. Rinse your body well with warm water.
3. Open the 4% CHG solution bottle. Pour some into your hand or a clean washcloth.
4. Move away from the shower stream. Rub the 4% CHG solution gently over your body from your neck to your feet. Do not put it on your face or genital area.
5. Move back into the shower stream to rinse off the 4% CHG solution. Use warm water.
6. Dry yourself off with a clean towel.

Do not put on any lotion, cream, deodorant, makeup, powder, perfume, or cologne

after your shower.

食事について

重要：GLP-1薬を服用している場合は、これらの指示に従わないでください。代わりに、*Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)の指示に従ってください。



手術や処置前の深夜（午前0時）以降は何も食べないでください。これには、固いキャンディーやガムも含まれます。

食べるのをやめるタイミングについては、医療提供者から別の指示があるかもしれません。指示があった場合は、その指示に従いましょう。人によっては、手術や処置の前にもっと長い時間絶食（食事をしないこと）する必要があります。

手術当日

飲み物について

重要：GLP-1薬を服用している場合は、これらの指示に従わないでください。代わりに、*Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)の指示に従ってください。

深夜（午前0時）から到着時刻の2時間前までは、以下のリストにある水分のみを摂取することができます。それ以外のものは食べたり飲んだりしないでください。到着予定時刻の2時間前から何も飲まないでください。

- 水。
- 透明なアップルジュース、透明なグレープジュース、透明なクランベリージュース

ス。

- GatoradeまたはPowerade。
- ブラックコーヒーまたはストレートティー。砂糖は加えても構いません。他には何も加えないでください。
 - 牛乳やクリームは一切加えないでください。これには植物性ミルクやクリームも含まれます。
 - フレーバーシロップは加えないでください。

糖尿病の方は、飲み物に含まれる砂糖の量にご注意ください。砂糖不使用、低糖質、砂糖無添加の飲み物を取り入れると、血糖値をコントロールしやすくなります。

手術または処置の前に水分を補給しておくことは有効なので、のどが渴いたら飲んでください。必要以上に飲まないでください。手術や処置の間は点滴が行われます。



到着予定時刻の2時間前から何も飲まないでください。これには水も含まれます。

禁酒のタイミングについては、医療提供者から別の指示があるかもしれません。指示があった場合は、その指示に従いましょう。

Take your medicines as instructed

A member of your care team will tell you which medicines to take the morning of your surgery. Take only those medicines with a sip of water. Depending on what you usually take, this may be all, some, or none of your usual morning medicines.

Shower with a 4% CHG solution antiseptic skin cleanser, such as Hibiclens

Shower with a 4% CHG solution antiseptic skin cleanser before you leave for the hospital. Use it the same way you did the night before.

Do not put on any lotion, cream, deodorant, makeup, powder, perfume, or cologne after your shower.

留意事項

- 着心地がよく、ゆったりした衣服を着用しましょう。
- コンタクトをしている人は、代わりにメガネをかけてください。手術中にコンタクトレンズを装用すると、目を傷つけることがあります。
- 金属製のものは身につけないでください。ピアスを含むすべての宝飾品は外してください。手術中に使用する器具が金属に触れると、やけどをすることがあります。
- 貴重品は自宅に置いてきてください。
- 月経（毎月の生理）がある場合は、タンポンではなく生理用ナプキンを使いましょう。必要であれば、使い捨ての下着とパッドをお渡しします。

持参品

- 靴紐のスニーカー。手術後は足が腫れることがあります。靴紐のスニーカーは、この腫れでもフィットします。
- 睡眠時無呼吸症候群用の呼吸装置（CPAP装置などをお持ちの場合）。
- インセンティブ・スパイロメーター（お持ちの場合）。
- 医療委任状およびその他の事前指示書（記入されている場合）。
- 携帯電話と充電器。
- 新聞など、ちょっとした買い物に必要なお金だけ。
- 身の回り品を入れるケース（お持ちの場合）。身の回り品の一例として、眼鏡、補聴器、入れ歯、補装具、かつら、宗教用品などがあります。
- 本ガイド。手術後のケア方法を学ぶためにご利用いただきます。

病院に着いたら

病院に着いたら、Bエレベーターで6階に移動します。PSC待合室の受付でチェックインしてください。

スタッフが、患者さんの名前と生年月日を述べるように、また、その正しいスペルについて尋ねます。これは患者さんの安全のためです。同じ名前や似た名前の患者さんが同じ日に手術を受けるかもしれないからです。

手術のために着替える時には、病院用のガウン、ローブ、滑りにくい靴下をお渡しします。

For caregivers, family, and friends



Read *Information for Family and Friends for the Day of Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery) to help you know what to expect on the day of your loved one's surgery.

Meet with a nurse

You'll meet with a nurse before surgery. Tell them the dose of any medicines you took after midnight (12 a.m.) and the time you took them. Make sure to include prescription and over-the-counter medicines, patches, and creams.

Your nurse may place an intravenous (IV) line in one of your veins, usually in your arm or hand. If your nurse does not place the IV, your anesthesiologist (A-nes-THEE-zee-AH-loh-jist) will do it in the operating room.

看護師が手術後の痛みを和らげる薬を処方することがあります。その場合は、服用前に薬に関する情報を教えてください。

Meet with an anesthesiologist

You'll also meet with an anesthesiologist before surgery. They will:

- Review your medical history with you.
- Ask if you've had any problems with anesthesia in the past. This includes nausea (feeling like you're going to throw up) or pain.
- Talk with you about your comfort and safety during your surgery.
- Talk with you about the kind of anesthesia you'll get.
- Answer questions you have about anesthesia.

主治医または麻酔科医は、硬膜外カテーテル（細くて柔軟なチューブ）を背骨（背中）に入れることについても相談することがあります。硬膜外カテーテルは、手術後に痛み止めを投与するもう一つの方法です。

Get ready for surgery

When it's time for your surgery, you'll take off your eyeglasses, hearing aids, dentures, prosthetic devices, wig, and religious articles.

You'll either walk into the operating room or a staff member will bring you there on a stretcher. A member of the operating room team will help you onto the operating bed. They'll put compression boots on your lower legs. These gently inflate and deflate to help blood flow in your legs.

Once you're comfortable, your anesthesiologist will give you anesthesia through your IV line and you'll fall asleep. You'll also get fluids through your IV line during and after your surgery.

手術中

患者さんが完全に眠りについた後、ケアチームが呼吸チューブを口から気道に挿入します。呼吸に役立ちます。また、膀胱に尿道（フォーリー）カテーテルを留置します。手術中に尿（おしっこ）を排出するためです。

外科医は手術が終わると、切開した部分をホチキスか縫合糸で閉じます。また、ステリストリップス（Steri-Strips™）（薄いサージカルテープ）を切開部に貼ることもあります。切開した部分を包帯で覆います。

通常、ケアチームが、手術室にいる間に呼吸チューブを抜いてくれます。

腓尾部切除術後

This section will help you know what to expect after your surgery. You'll learn how to safely recover from your surgery both in the hospital and at home.

As you read this section, write down questions to ask your healthcare provider.

In the Post-Anesthesia Care Unit (PACU)

You'll be in the PACU when you wake up after your surgery. A nurse will be keeping track of your temperature, pulse, blood pressure, and oxygen levels. You may get oxygen through a tube resting below your nose or a mask over your nose and mouth. You'll also have compression boots on your lower legs.

鎮痛剤

PACU（麻酔後ケアユニット）にいる間、硬膜外鎮痛薬または点滴による鎮痛薬が処方されます。

- 硬膜外鎮痛薬を使用する場合は、硬膜外カテーテルを通して硬膜外腔に注入します。硬膜外腔とは、脊髄のすぐ外側にある背骨の空間のことです。
- 点滴で鎮痛薬を投与される場合は、点滴ラインから血液中に注入されます。

自己調節鎮痛法（PCA装置）と呼ばれるボタンで鎮痛薬をコントロールできるようになります。詳しくは*Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)をお読みください。

チューブとドレイン

以下のようなチューブやドレインが1つ以上あります。主治医または看護師が、どのようなことが予想されるかについてお伝えします。

- 尿道から膀胱に尿道（フォーリー）カテーテルを挿入します。このチューブで膀胱から尿を排出することで、ケアチームは尿量を把握することができます。尿道（フォーリー）カテーテルは通常、手術の1〜2日後に抜去されます。
- 鼻から胃に経鼻胃管（NGチューブ）が入っていることがあります。このチューブは、胃に自然に溜まる液体を排出します。これによって、嘔吐（吐くこと）を抑えてくれます。NGチューブがある場合、通常は手術後初日に抜去されます。
- 腹部から液体を排出するために、腹部に排液チューブが入っていることがあります。この排液チューブがある場合、通常は手術後数日で抜去されますが、退院時にまだ残っていることもあります。詳しくは「チューブとドレインのケア」のセクションをお読みください。

病室への移動

PACU（麻酔後ケアユニット）に数時間滞在する場合もあれば、経過観察のために一晩滞在する場合があります。医療チームが、何が期待されかについて教えてくれるでしょう。PACU（麻酔後ケアユニット）滞在后、スタッフが病室までお連れします。

病室にて

手術後の入院期間は回復具合によって異なります。腓尾部切除術の後、ほとんどの患者さんの入院期間は3〜4日です。

病室では、入院中にお世話を受ける看護師の一人に会います。看護師がベッドから椅子への移乗を手伝ってくれます。

ケアチームは、手術から回復するまでの間、患者さんご自身をケアする方法を教えてください。ご自身でより早く回復するには：

- 回復の道のりを読む。まだ回復のための道のりをお持ちでない方には、回復への道のりをお示しします。これは、回復期に毎日何をすべきか、何を期待するかをについて学ぶのに役立ちます。
- できるだけ早く動き始める。なるべく早くベッドから起き上がって歩けば、それだけ早く通常の活動に戻ることができます。

痛みの管理

手術後は多少の痛みがあります。最初は、硬膜外カテーテルまたは点滴ラインから鎮痛薬を投与します。自己調節鎮痛法（PCA装置）を導入して、鎮痛剤をコントロールできるようにになります。食事ができるようになったら、経口鎮痛剤（飲み込む鎮痛剤）をもらいます。

痛みについてよくお聞きし、必要に応じて薬をお出しします。痛みが緩和されない場合は、医療従事者に伝えてください。インセンティブ・スパイロメーターを使ったり、動き回ったりできるように、痛みをコントロールすることが大切です。痛みをコントロールすることで、回復を早めることができます。

低侵襲手術を受けた場合、肩に痛みがあるかもしれません。これは関連痛と呼ばれ、よくあることです。これは、手術中にお腹に入れられたガスが原因です。肩に痛みがある場合は、医療従事者に伝えてください。

退院前に痛み止めの処方箋がもらえます。起こりうる副作用については、医療従事者にご相談ください。いつから市販の鎮痛剤に切り替えるかを聞いておきましょう。

Moving around and walking

Moving around and walking will help lower your risk for blood clots and pneumonia (lung infection). It will also help you start passing gas and having bowel movements (pooping) again. Your nurse, physical therapist, or occupational therapist will help you move around, if needed.

To learn more about how walking can help you recover, read *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery).

To learn what you can do to stay safe and keep from falling while you're in the hospital, read *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall).

Exercising your lungs

It's important to exercise your lungs so they expand fully. This helps prevent pneumonia.

- Use your incentive spirometer 10 times every hour you're awake. Read *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer) to learn more.
- Do coughing and deep breathing exercises. A member of your care team will teach you how.

飲食

手術後1～2日間は固形物を食べることができません。清澄流動食に従っていただきます。その後、徐々にいつもの食事に戻していきます。詳細については、道のりを読み、ケアチームと相談してください。

入院中、臨床栄養士が病室を訪問し、退院前に一緒に食事計画を立てます。

チューブとドレインのケア

入院中は、看護師がチューブやドレインのケアをお手伝いします。

腹部に排液チューブがある場合、医療チームはチューブから排出される液体の量を記録します。十分な量になれば、チューブを外してくれます。通常は術後数日後に行われますが、退院時にまだ排液チューブが残っている場合もあります。医療チームが、何が期待されかについて教えてくれるでしょう。

退院時に排液チューブが残っている場合は、看護師が自宅でのケア方法を指導してくれます。また、必要な備品も提供してくれます。ケースマネージャーは、訪問看護師があなたの自宅を訪問するよう手配することもできます。

シャワー

ケアチームのメンバーが、シャワーを浴びても安全な時期を教えてくれます。手術後初日からシャワーを浴びることができるかもしれません。シャワーを浴びるのに3～4

日待つ必要がある患者さんもいます。ケアチームのメンバーがお手伝いします。

退院

退院の準備が整う頃には、切開した傷口は治り始めています。退院する前に、医療従事者の一人と一緒に切開部を確認してください。切開部がどのように見えるかについて学んでおけば、後で変化に気づくことができます。

退院当日は、午前11時頃の退院予定です。退院前に医療従事者が退院指示書と処方箋を書いてくれます。退院指示書も渡されます。退院する前に、医療従事者の一人と一緒に指示書を確認してください。

退院の際に迎えの車がまだ来ていない場合は、患者移行ラウンジでお待ちいただけます。ケアチームのメンバーが詳しい情報をお伝えします。

自宅

What You Can Do to Avoid Falling (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)を読んで、自宅やMSKでの診察中に転倒しないように安全に過ごすためにできることについて学びましょう。

手術後の初診は退院後10～14日後になります。この予約の取り方については、電話番号も含めて看護師から指示があります。

痛みの管理

痛みや不快感を感じる期間は人それぞれです。ご自宅に帰宅されてからも痛みが残るかもしれませんし、痛み止めを飲むことになるでしょう。回復するにつれ、切開部の周囲に痛みやつっぱり感、筋肉痛が出る患者さんもいます。これは何かが間違っているという意味ではありません。しかし、良くならない場合は、医師の診察を受けてください。

Follow these guidelines to help manage your pain at home.

- Take your medicines as directed and as needed.
- Call your healthcare provider if the medicine prescribed for you does not help your pain.
- Do not drive or drink alcohol while you're taking prescription pain medicine. Some prescription pain medicines can make you drowsy (very sleepy). Alcohol

can make the drowsiness worse.

- You'll have less pain and need less pain medicine as your incision heals. An over-the-counter pain reliever will help with aches and discomfort. Acetaminophen (Tylenol®) and ibuprofen (Advil or Motrin) are examples of over-the-counter pain relievers.
 - Follow your healthcare provider's instructions for stopping your prescription pain medicine.
 - Do not take too much of any medicine. Follow the instructions on the label or from your healthcare provider.
 - Read the labels on all the medicines you're taking. This is very important if you're taking acetaminophen. Acetaminophen is an ingredient in many over-the-counter and prescription medicines. Taking too much can harm your liver. Do not take more than one medicine that has acetaminophen without talking with a member of your care team.
- Pain medicine should help you get back to your usual activities. Take enough to do your activities and exercises comfortably. You may have a little more pain as you start to be more active.
- Keep track of when you take your pain medicine. It works best 30 to 45 minutes after you take it. Taking it when you first have pain is better than waiting for the pain to get worse.

オピオイドなどの処方鎮痛薬の中には、便秘を引き起こすものがあります。便秘とは、排便の回数がいつもより少ないか、排便がしにくいのか、あるいはその両方です。

便秘の予防と管理

便秘の予防と対処法について、医療従事者に相談しましょう。以下のガイドラインに従うこともできます。

- 毎日同じ時間にトイレに行く。身体はその時間に行くことに慣れていきます。でも、行かなければと思ったら、先延ばしにしないでください。
- できるなら、運動をする。ウォーキングは、便秘の予防と管理に役立つ素晴らしい運動です。
- できるなら、毎日コップ8~10杯（コップ1杯約230ml、全部で約2リットル）の水

分を摂る。水、ジュース（プルーンジュースなど）、スープ、ミルクセーキを選びましょう。コーヒーや炭酸飲料など、カフェインを含む水分を制限しましょう。カフェインは余分な液体を体外に出す作用があります。

2日間排便がない場合は、医療従事者に連絡してください。

下痢の管理

膵臓で食べ物を消化するのに十分な酵素が作られないと、下痢をすることがあります。このような場合は、医師の診察を受けてください。食事の際に酵素の錠剤を飲む必要があるかもしれません。医師または看護師が詳しい情報を教えてくれます。

切開部のケア

切開した下の皮膚のしびれはよくあることです。これは、手術中に神経の一部が切断されたために起こります。しびれは時間の経過とともに消えていきます。

手術後の最初の診察で、医療担当者が切開部のホチキスを抜きます。これは通常、退院後2週間程度です。ホチキスの針が切開部にある間は、切開部に沿って締め付けられるような感じや、引っ張られるような感じがあるかもしれません。これは正常です。優しくストレッチをすると、効果的です。

切開部にステリstriップを貼っている場合、緩んで剥がれたり、落ちたりします。10日経っても剥がれない場合は、剥がしても構いません。

切開部周辺が赤く腫れていたり、切開部からドレナージがある場合は、医師の診察を受けてください。

シャワー

毎日シャワーを浴びましょう。温かいシャワーを浴びるとリラックスでき、筋肉痛を和らげることができます。また、シャワーを浴びるときに切開した部分を洗浄します。

シャワーを浴びるときは、石鹸を使って切開した部分をやさしく洗ってください。シャワーを浴びたら、清潔なタオルで患部を叩くように乾かしましょう。切開した部分をこすらないでください。ドレナージがある場合を除き、切開部は覆わないようにします。

手術後の最初の診察で主治医に相談するまで、浴槽入浴はしないでください。

飲食

固形食を食べ始めたばかりの頃は、手術前と同じ分量（量）を食べることができないかもしれません。1日に4～6回の小食を心がけましょう。

水分をたくさん摂ることも重要です。毎日8～10杯（コップ1杯約230ml）の水分を摂るようにしましょう。医師または看護師に相談するまでは、飲酒は控えてください。

帰宅後に臨床栄養士に連絡する必要がある場合は、212-639-7312にお電話ください。

身体活動と運動

切開部は、退院時には外見上は治っているように見えるかもしれませんが、しかし、内面は治っていません。手術後8週間は以下に従いましょう。

- 5ポンド（2.3キログラム）以上の重いものを持ち上げない。
- ジョギングやテニスなど、エネルギーの高い運動はしない。
- フットボールなどのコンタクトスポーツはしない。

これらの活動を行う前に、医師または看護師に相談してください。

ウォーキングや階段昇降などの運動をすることで、体力がつき、気分も良くなります。お近くのショッピングモールやショッピングセンターでは、屋外でも屋内でも歩くことができます。徐々に歩く距離を伸ばしていきましょう。必要に応じて休んだり止まったりしながら、ゆっくりと階段を上りましょう。また、咳や深呼吸の練習を続けたり、インセンティブ・スパイロメーターを使用することもできます。

疲労感を管理する

疲労感とは、エネルギーが低下したり、いつもより疲れを感じたりすることです。手術後に疲労感を感じるのは普通のことです。この症状は手術後6～8週間続きますが、時間の経過とともに徐々に良くなっていきます。

疲労感を管理するために、毎日活動レベルを上げるようにしましょう。起きて、服を着て、歩きましょう。日中は昼寝が必要かもしれませんが、夜は眠れるようになるべくベッドで横にならないようにしましょう。

手術後は普段の生活に戻ることが大切です。活動を一日の間に分散させましょう。軽い家事をしてもよいでしょう。皿洗いや軽い食事の準備など、できる範囲でやってみ

ましょう。

あなたの身体は、やりすぎたときにそれを教えてくれる優れた目安となります。活動量を増やしたら、体の反応を観察しましょう。午前中や午後の方がエネルギーがあることに気づくかもしれません。1日のうちで、よりエネルギーがある時間帯に活動を計画しましょう。

運転

切開部が治っている間は、いつもと同じように体をひねることができないかもしれません。運転が困難になることもあります。また、眠気を催す可能性のある鎮痛剤を服用している場合は、運転すべきではありません。

手術後の最初の診察で、医師が運転を再開しても安全かどうかを教えてください。退院後はいつでも同乗者として車に乗ることができます。

Going back to work

Talk with your healthcare provider about your job. They'll tell you when it may be safe for you to start working again based on what you do. If you move around a lot or lift heavy objects, you may need to stay out a little longer. If you sit at a desk, you may be able to go back sooner.

旅行

長距離を移動している場合は、1時間に1回は立ち上がって歩き回るようにしましょう。こうすることで、血栓を防ぐのに役立ちます。移動中でも、毎日コップ8杯（コップ1杯約230ml、全部で約2リットル）程度の水分を摂ることを忘れないようにしましょう。

Managing your feelings

You may have new and upsetting feelings after a surgery for a serious illness. Many people say they felt weepy, sad, worried, nervous, irritable, or angry at one time or another. You may find that you cannot control some of these feelings. If this happens, it's a good idea to seek emotional support. Your healthcare provider can refer you to MSK's Counseling Center. You can also reach them by calling 646-888-0200.

The first step in coping is to talk about how you feel. Family and friends can help. We

can also reassure, support, and guide you. It's always a good idea to let us know how you, your family, and your friends are feeling emotionally. Many resources are available to you and your family. We're here to help you and your family and friends handle the emotional aspects of your illness. We can help no matter if you're in the hospital or at home.

医療従事者に連絡すべき場合

以下の問題が生じた場合は、医療従事者に連絡してください：

- 38°C（100.5 °F）以上の熱がある。
- 悪寒がする。
- 呼吸が苦しい。
- 切開部周辺の皮膚が通常より熱い。
- 切開部周囲の皮膚が赤くなってきた。
- 切開部周囲が腫れ始めたり、さらに腫れてきた。
- 膿のような（濃く乳白色の）ドレナージが見られる。
- 切開部が臭う。
- 急に痛みが増したり、新しい痛みが生じたりした。
- 吐き気と嘔吐がある。
- 下痢をしている。
- 2日間排便がない。
- 何か新しい、あるいは説明のつかない症状がある。
- 質問や不明な点がある。

連絡先

ご質問やご不明な点があるときは、医療従事者にお問い合わせください。月曜日から金曜日の午前9時から午後5時まで、ケアチームのメンバーが対応します。診療時間外の場合は、メッセージを残すか、他のMSK医療機関にご相談ください。医師か看護師が常時、待機しています。

医療従事者への連絡方法がわからない場合は、212-639-2000までお電話ください。

Support services

This section has a list of support services. They may help you as you get ready for your surgery and recover after your surgery.

As you read this section, write down questions to ask your healthcare provider.

MSK support services

Admitting Office

212-639-7606

Call if you have questions about your hospital admission, such as asking for a private room.

Anesthesia

212-639-6840

Call if you have questions about [anesthesia](#).

Blood Donor Room

212-639-7643

Call for information if you're interested in [donating blood or platelets](#).

Bobst International Center

www.msk.org/international

888-675-7722

We welcome patients from around the world and offer many services to help. If you're an international patient, call for help arranging your care.

Counseling Center

www.msk.org/counseling

646-888-0200

Many people find that counseling helps them. Our Counseling Center offers counseling for individuals, couples, families, and groups. We can also prescribe medicine to help if you feel anxious or depressed. Ask a member of your care team for a referral or call the number above to make an appointment.

Food Pantry Program

646-888-8055

We give food to people in need during their cancer treatment. Talk with a member of your care team or call the number above to learn more.

Integrative Medicine and Wellness Service

www.msk.org/integrativemedicine

Our Integrative Medicine and Wellness Service offers many services to complement (go along with) traditional medical care. For example, we offer music therapy, mind/body therapies, dance and movement therapy, yoga, and touch therapy. Call 646-449-1010 to make an appointment for these services.

You can also schedule a consultation with a healthcare provider in the Integrative Medicine and Wellness Service. They'll work with you to make a plan for creating a healthy lifestyle and managing side effects. Call 646-608-8550 to make an appointment for a consultation.

MSK Library

library.mskcc.org

You can visit our library website or email asklibrarian@mskcc.org to talk with the library reference staff. They can help you find more information about a type of cancer. You can also visit the library's [Patient Education Resource Guide](#).

Nutrition Services

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

Our Nutrition Service offers nutritional counseling with one of our clinical dietitian nutritionists. Your clinical dietitian nutritionist will talk with you about your eating habits. They can also give advice on what to eat during and after treatment. Ask a member of your care team for a referral or call the number above to make an appointment.

Patient and Community Education

www.msk.org/pe

Visit our patient and community education website to search for educational resources, videos, and online programs.

Patient Billing

646-227-3378

Call if you have questions about preauthorization with your insurance company. This is also called preapproval.

Patient Representative Office

212-639-7202

Call if you have questions about the Health Care Proxy form or concerns about your care.

Perioperative Nurse Liaison

212-639-5935

Call if you have questions about MSK releasing any information while you're having surgery.

Private Duty Nurses and Companions

646-357-9272

You can request private nurses or companions to care for you in the hospital and at home. Call to learn more.

Rehabilitation Services

www.msk.org/rehabilitation

Cancers and cancer treatments can make your body feel weak, stiff, or tight. Some can cause lymphedema (swelling). Our physiatrists (rehabilitation medicine doctors), occupational therapists (OTs), and physical therapists (PTs) can help you get back to your usual activities.

- **Rehabilitation medicine doctors** diagnose and treat problems that affect how you move and do activities. They can design and help coordinate your rehabilitation therapy program, either at MSK or somewhere closer to home. Call Rehabilitation Medicine (Physiatry) at 646-888-1929 to learn more.
- An OT can help if you're having trouble doing usual daily activities. For example, they can recommend tools to help make daily tasks easier. A PT can teach you exercises to help build strength and flexibility. Call Rehabilitation Therapy at 646-888-1900 to learn more.

Resources for Life After Cancer (RLAC) Program

646-888-8106

At MSK, care does not end after your treatment. The [RLAC Program](#) is for patients and their families who have finished treatment.

This program has many services. We offer seminars, workshops, support groups, and counseling on life after treatment. We can also help with insurance and employment issues.

Sexual Health Programs

Cancer and cancer treatments can affect your sexual health, fertility, or both. MSK's sexual health programs can help you before, during, or after your treatment.

- Our [Female Sexual Medicine and Women's Health Program](#) can help with sexual health problems such as premature menopause or fertility issues. Ask a member of your MSK care team for a referral or call 646-888-5076 to learn more.
- Our [Male Sexual and Reproductive Medicine Program](#) can help with sexual health problems such as erectile dysfunction (ED). Ask a member of your care team for a referral or call 646-888-6024 to learn more.

Social Work

www.msk.org/socialwork

212-639-7020

Social workers help patients, families, and friends deal with common issues for people who have cancer. They provide individual counseling and support groups throughout your treatment. They can help you communicate with children and other family members.

Our social workers can also help refer you to community agencies and programs. If you're having trouble paying your bills, they also have information about financial resources. Call the number above to learn more.

Spiritual Care

212-639-5982

Our chaplains (spiritual counselors) are available to listen, help support family members, and pray. They can contact community clergy or faith groups, or simply

be a comforting companion and a spiritual presence. Anyone can ask for [spiritual support](#). You do not have to have a religious affiliation (connection to a religion).

MSK's interfaith chapel is located near Memorial Hospital's main lobby. It's open 24 hours a day. If you have an emergency, call 212-639-2000. Ask for the chaplain on call.

Tobacco Treatment Program

www.msk.org/tobacco

212-610-0507

If you want to quit smoking, MSK has specialists who can help. Call to learn more.

Virtual Programs

www.msk.org/vp

We offer online education and support for patients and caregivers. These are live sessions where you can talk or just listen. You can learn about your diagnosis, what to expect during treatment, and how to prepare for your cancer care.

Sessions are private, free, and led by experts. Visit our website to learn more about Virtual Programs or to register.

External support services

Access-A-Ride

web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm

877-337-2017

In New York City, the MTA offers a shared ride, door-to-door service for people with disabilities who can't take the public bus or subway.

Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

Provides travel to treatment centers.

American Cancer Society (ACS)

www.cancer.org

800-ACS-2345 (800-227-2345)

Offers a variety of information and services, including Hope Lodge, a free place for patients and caregivers to stay during cancer treatment.

Cancer and Careers

www.cancerandcareers.org

646-929-8032

A resource for education, tools, and events for employees with cancer.

CancerCare

www.cancercare.org

800-813-4673

275 Seventh Avenue (Between West 25th & 26th Streets)

New York, NY 10001

Provides counseling, support groups, educational workshops, publications, and financial assistance.

Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org

Provides support and education to people affected by cancer.

Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org

800-896-3650

Provides education and support for people who care for loved ones with a chronic illness or disability.

Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

Offers free travel to treatment across the country using empty seats on corporate jets.

Good Days

www.mygooddays.org

877-968-7233

Offers financial assistance to pay for copayments during treatment. Patients must

have medical insurance, meet the income criteria, and be prescribed medicine that's part of the Good Days formulary.

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

Provides financial assistance to cover copayments, health care premiums, and deductibles for certain medicines and therapies.

Joe's House

www.joeshouse.org

877-563-7468

Provides a list of places to stay near treatment centers for people with cancer and their families.

LGBT Cancer Project

www.lgbtcancer.com

Provides support and advocacy for the LGBT community, including online support groups and a database of LGBT-friendly clinical trials.

LIVESTRONG Fertility

www.livestrong.org/fertility

855-744-7777

Provides reproductive information and support to cancer patients and survivors whose medical treatments have risks associated with infertility.

Look Good Feel Better Program

www.lookgoodfeelbetter.org

800-395-LOOK (800-395-5665)

This program offers workshops to learn things you can do to help you feel better about your appearance. For more information or to sign up for a workshop, call the number above or visit the program's website.

National Cancer Institute

www.cancer.gov

800-4-CANCER (800-422-6237)

National Council on Aging (NCOA)

www.benefitscheckup.org

Provides information and resources for older adults. Offers BenefitsCheckUp®, a free online tool that connects you to prescription assistance programs, including Medicare's Extra Help program.

National LGBT Cancer Network

www.cancer-network.org

Provides education, training, and advocacy for LGBT cancer survivors and those at risk.

Needy Meds

www.needymeds.org

Lists Patient Assistance Programs for brand and generic name medicines.

NYRx

www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm

Provides prescription benefits to eligible employees and retirees of public sector employers in New York State.

Patient Access Network (PAN) Foundation

www.panfoundation.org

866-316-7263

Gives help with copayments for patients with insurance.

Patient Advocate Foundation

www.patientadvocate.org

800-532-5274

Provides access to care, financial assistance, insurance assistance, job retention assistance, and access to the national underinsured resource directory.

Red Door Community (formerly known as Gilda's Club)

www.reddoorcommunity.org

212-647-9700

A place where people living with cancer find social and emotional support through networking, workshops, lectures, and social activities.

RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

Provides assistance to help people get medicines they have trouble affording.

Triage Cancer

www.triagecancer.org

Provides legal, medical, and financial information and resources for cancer patients and their caregivers.

Educational resources

This section lists the educational resources mentioned in this guide. They will help you get ready for your surgery and recover after your surgery.

As you read these resources, write down questions to ask your healthcare provider.

- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)
- *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)
- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

更なる資料については、www.mskcc.org/peにアクセスして、仮想図書館で検索してください。

About Your Distal Pancreatectomy - Last updated on April 2, 2026

著作権所有者 Memorial Sloan Kettering Cancer Centerにより、無断転載は禁じられています。