ウィルムスがん財団

ウィルムス腫瘍

# 保護者・介護者向け情報

## 治療中のお子さんの食事を支える



# 保護者・介護者向け情報：治療中のお子さんの食事を支える

## 今、食事が大切な理由

**食事は次のことに役立ちます。**

- 体力を維持する
- 体が治療に耐えられるよう助ける
- 合併症を減らす
- 回復を支える

注：少量の食べ物や飲み物にも大きな意味があります。

## 目標は「シンプルに考える」こと

完璧な食事でなくても大丈夫です。

**大切にしたいこと：**

- 何か少しでも食べる
- こまめに食べ物を勧める
- お子さんが楽に過ごせるようにする

注：何も食べないより、何か食べるほうがよいのです。

## お子さんの食事の進め方

**一度にたくさん食べるのではなく：**

- 2〜3時間ごとに食べ物を勧める
- 食事よりも、少量の間食と考える
- お子さんが食べたいものを食べられるようにする

**おすすめの食品：**

- ヨーグルト
- ピーナッツバターを塗ったトースト
- 卵
- スムージー
- チーズとクラッカー

## 水分は食事と同じくらい大切

**水分は次のことに役立ちます。**

- 腎臓を守る
- 治療薬の排出を助ける
- 脱水を防ぐ

**試してみましょう：**

- 水
- 牛乳
- スムージー
- スープ

注：一度に多く飲むより、一日中少しずつ飲みましょう。

## 食べたがらないときは

よくあることです。

**試してみましょう：**

- やわらかい食品（マッシュ、スープ、ヨーグルト）
- 冷たい食品（温かいものより食べやすいことも）
- 刺激の少ない食品（トースト、ご飯、バナナ）
- スムージーやシェイク

**避けたいもの：**

- においの強い食品
- 辛いものや脂っこい食品（気分が悪いとき）

注：無理なく食べられるものをお子さんに合わせて。

覚えておいてください：お子さんの体は、がんと闘い、
回復し、成長するために懸命に働いています。

## 食品の安全性（とても重要）

免疫力が低下している可能性があります。

**避けたいもの：**

- 生、または加熱が不十分な肉
- 生の魚
- 洗っていない果物や野菜
- 低温殺菌などの殺菌処理をしていない牛乳

**いつも心がけること：**

- 食事の前に手を洗う
- 食品を十分に加熱する

## 保護者の方へ

**大変なこともあります：**

よく食べる日も、食べない日もあります。

**それは自然なことです：**

完璧である必要はありません。

**いちばん大切なのは：**

- 食べ物を勧め続ける
- 水分をとれるようにする
- 楽に過ごせるようにする

注：あなたは、お子さんに必要なことをしています。

## 医療チームに連絡すべきとき

- 24時間、何も食べていない
- 水分を十分にとれていない
- 嘔吐が続く
- とても疲れている、または弱っている
- 唇の乾燥や脱水の徴候がある

注：直感を大切に。心配なときは連絡してください。

覚えておいてください：役割は食事をコントロールすることではなく、お子さんを支えることです。

図1／保護者・介護者向け情報（治療中のお子さんの食事を支える）

| 大切な理由 | 体力を保ち、感染症と闘い、より早い回復を助けます |
|---|---|
| 日々のケア | 2時間ごとの食事、エネルギーとたんぱく質、水分補給、本人による食品選び |
| 治療中 | やわらかい・冷たい食品、強いにおいを避ける、スムージー、何か少しでも食べる |
| 水分補給 | 水分は腎臓を守り治療薬の排出を助けます。少しずつ、こまめに勧めましょう |
| 食品の安全性 | 生ものを避ける、青果を洗う、十分に加熱する、手を清潔に保つ |
| 医師に連絡 | 24時間食べていない、飲んでいない、嘔吐、脱水の徴候 |
| 覚えておきたいこと | 完璧でなくても大丈夫。栄養をとることと、楽に過ごせることを大切に |

**ウィルムスがん財団（WCF）**

ウィルムスがん財団（WCF）は、小児腎がん（特に、一般にウィルムス腫瘍と呼ばれる腎芽腫）の影響を受ける子ども、家族、医療機関を支援し、そのニーズを代弁する慈善団体です。啓発、教育、権利擁護、早期発見、治療、支援に関する国際的なプログラムを確立し、この病気の広がりに取り組むことを使命としています。

このWCFガイドは教育目的の資料です。カナダ、米国、欧州の国際的な小児がん診療基準に基づいています。ご心配やご質問がある場合は、資格を持つ医療専門家にご相談ください。

© 世界保健機関（WHO）。ウィルムスがん財団（WCF）との協力のもと、許可を得て使用しています。CureAllはWHOの「小児がんに関する世界的イニシアチブ（GICC）」の一環です。WHOは特定の団体、製品、サービスを推奨するものではありません。

© ウィルムスがん財団 | 無断転載を禁じます