

# 術後回復促進 ERASによる

(イーラス)



外科部長  
**高橋 節**  
【たかはし・さだむ】

鳥取大学医学部卒業：平成3年  
 ・日本外科学会指導医  
 ・日本消化器外科学会指導医  
 ・日本臨床腫瘍学会暫定指導医  
 ・日本消化器外科学会消化器がん外科治療認定医  
 ・マンモグラフィ読影認定医  
 ・麻酔科標榜医

副看護師長  
**河野 美穂子**  
【こうの・みほこ】

## おなかの手術をするにあたって

浜田医療センターの外科では、年間約600件の手術がおこなわれています。その中でも“5大がん”といわれているなかの「胃」「大腸」「おっぱい」の手術や、「ヘルニア」(昔よくいわれていた「ダッチョウ」)や「ぢ」の手術などが行われています。それらの中でも、おなかの手術がもっとも多く行われています。

おなかの手術を迎えるに当たり、

- ①手術前日から下剤を飲んでもらう
- ②手術当日0時から食事は禁止
- ③手術当日、早朝から浣腸

以上の3つを行います。

どれだけおなかの中を空っぽにするのかと思われるかもしれませんが、食物の残がい体内からできるだけなくしてしまいます。しかしそうすることによって、水分も体内から多量に失われてしまうこととなります。水分を失うことで脱水やそのほかの病気を招いてしまう危険があります。また、手術後すぐには食事が食べられないことからおなかの働きを長時間休めてしまうこととなり、腸の動きが鈍くなるなどといった手術後の合併症を招く危険が高まります。そのことから近年の周術期管理ではenhanced recovery after surgery(以下「ERAS」イーラス)の概念が導入され、食事や水分がとれない期間を短縮する傾向にあります。

## ERASとは

いわゆる術後回復能力強化プログラムの一種です。欧州静脈経腸栄養学会のなかで組織された、結腸手術の周術期管理を検討するグループが提唱した方法です。それについて医療の学会でも多く研究され、発表されています。術前、術中、術後(図1)に分かれ、それぞれ対策項目があります。現在では結腸手術のみでなく、胃などの上部消化管手術にも拡大されています。



図1

## ERASの目的

患者さん個人に対しての安全性の向上、そして術後の回復促進が挙げられます。その結果として入院期間の短縮と医療費削減が目指され評価されています。

手術前から低栄養であることで術後の合併症、入院日数長期化につながると言われています。近年、周手術期管理では、栄養管理方法の一つとしてERASの概念が導入され、食事や水分がとれない期間を短縮する傾向にあります。

## いつから始めているのか

平成26年1月から当院の外科病棟で特別に食べることができない場合を除き、予定手術の患者についてはERASを取り入れ、麻酔導入3時間前までは飲水可としていました。しかし手術当日朝まで水分をとる患者さんはほとんどみられませんでした。そこで翌平成27年1月から手術当日の朝、アルジネードウォーターを消化管術前食として提供を開始しました。

## アルジネードウォーターって？

体内から不足しやすいアルギニン・亜鉛・銅を手軽に摂取できる滋養飲料です。1本あたり125ml100Kcal、計3本を目標に飲んでいただきます。味は乳酸飲料のようであり清涼飲料水のようでもあります。実際に飲んでみた方からは「市販の飲料水に似ていて飲みやすい。少し酸味があってすっぱい感じはあるが飲みやすい」という声が聞かれています。



## 体水分量の違い

手術前に下剤を飲んでいただくとお伝えしましたが、下剤を飲む・飲まないのでは手術前後の体水分量に差がみられています(図2)。下剤服用なしでは水分量変化が見られないのに対し、下剤服用ありでは水分量減少が見られました。通常、高齢者の必要水分摂取量は1日1000

～1500mlとされています。

体内水分量は若年男性35リットル、女性31リットルに対し、高齢者は男性27リットル、女性22リットル程度です。加齢に比例し3～4割減少すると報告されています。手術前に下剤を飲みそのうえで水分を飲まなかった場合、体水分量が10～20%減少するとされています。

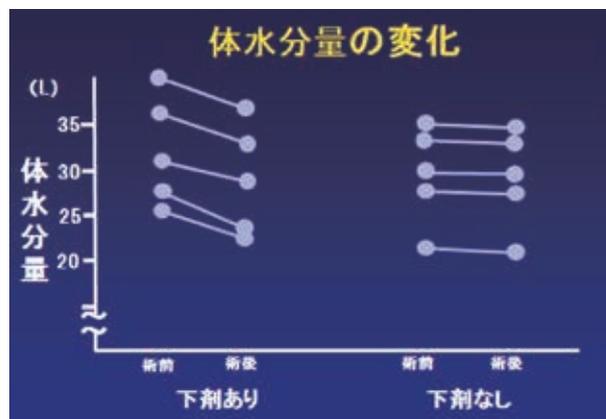


図2

## 消化管術前食を提供して

体内の水分量減少を防ぐために消化管術前食の提供を開始したことで、体水分量減少は数%にとどまっています。そして手術後の食事再開後も、合併症なく退院される方がほとんどで入院期間も短縮されています。

## 医学的には

論文でも「術前の経口補水や術後早期からの経口摂取が、腸蠕動運動を促進させるためには最も効果的である」と述べられており、安全性の向上と術後回復の促進につながっていると考えられます。

## 最後に

手術後は、多くの方が翌日ベッドからの寝起きはもちろん、トイレまでを歩行され、手術内容にもよりますが水分摂取や食事が早くから始まっています。これからもスタッフ一丸となって、患者さんが不安少なく安心して手術を迎えられ、早期退院が迎えられるよう取り組んでいきたいと思ひます。

