

食事パンフレット①



免疫不全食①

食事制限と注意事項

移植中・化学療法中の患者さま

病状や治療内容により食事内容を主治医が決めています。
医師の指示に沿って食事を摂取してください。

食事制限が必要な患者さまとご家族さまへ

免疫不全時の病院食は「免疫不全対応」です。
必要な栄養のバランスも計算されていますので、
できる限り病院食をお召し上がりください。

治療に際して病院食の摂取が難しくなり、持ち込みの食事
を選択される場合には、必ずこちらの食事パンフレットを
ご確認ください。

パンフレットに記載のない食品は安全性が確認できないた
め、お断りしています。



QRコードを読み込
むとこのパンフレッ
トが表示されます♪

目次

* 食事制限と注意事項・・・・・・・・・・ p 1～ p 2

〈食種別制限〉

・ ごはん、おかず・・・・・・・・・・ p 3

・ 飲料、パン、果物・・・・・・・・・・ p 4

・ おやつ・・・・・・・・・・ p 5

* 免疫抑制剤使用中の注意点・・・・・・・・ p 6



注意事項

- *食品の差し入れの際には、必ずナース・ステーションにて確認させていただきますので、お声掛けください。
- *ご自宅で調理した料理の持ち込みはご遠慮ください。
- *瓶入り食品は破損・ケガの危険性があるため持ち込めません。
- *こちらのパンフレットで国産指定のあるものであれば、産地問いません。

食事摂取のポイント

- ①感染リスクの低い食事をしましょう！（パンフレットを参考に）
- ②バランスのよい食事を心がけましょう！
- ③食事も治療の一環です！

<化学療法・移植と食事について>

感染を防ぐためには、生活環境や生活習慣に気をつけるだけでなく、食事についても注意が必要です。

調理方法や管理方法によっては、食品からも感染してしまう場合があります。それらを防ぐためには、完全に菌のない（＝無菌状態の）食事をすることが望まれます。

しかし、無菌の食事を提供するには、調理方法や食品が限定されるため、患者さまの嗜好に合うものは少なくなり、バランスのよい食事の提供も難しいといった課題があります。

そこで当院では、化学療法や移植で免疫機能が低下した患者さまに対し、「免疫不全食」の提供を行っています。これは、衛生管理に十分配慮した食事のことで、料理の菌数検査を行い、安全性を確認しています。

食事制限と注意事項

免疫低下期間内に持ち込み可能な食品は全てにおいて、

「密封＊」

「破損していない」

「個包装」

持参日～賞味期限までの期間が各項目の指定期間以上
あることが必須です。

※密封とは外装を破らなければ開けられず、液体・空気が内部に
入りにくい包装状態のこと

一度開封した物の保管はできませんので、食べきってください。

（注）免疫抑制剤を飲んでいる方は、
グレープフルーツ類は摂取できません。
詳細は6ページを参照してください。

＊病院の食事につきましては、「化学療法食」への変更
栄養士との面談の中で食事内容を個別に決めていく「個別対応食」も
行っております。

希望される場合は医療スタッフにお気軽にお声掛けください。

＊ご不明な点や質問等は医療スタッフまでお声掛けください。

*各項目において、基本注意事項を全て守れている食べ物に関しては摂取可能
*また、具体的な食事については記載してあるものになります

ごはん・おかず

〈基本注意事項〉

- ・常温で保存できるもの
- ・加熱殺菌されているもの
- ・生ものでない
- ・マヨネーズで和えていない
- ・自家製または店頭販売されていない
- ・作成後にカットされていない
- ・電子レンジで加熱するもの、熱湯を注ぐもの*（湯煎のみは不可）

◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物
・カップ麺 ・カップスープ ・缶詰（缶切りを使用しないもの） ・パックご飯 ・乾燥タイプのふりかけ・海苔 ・プロセスチーズ ・きゅうりのキューちゃん（加熱殺菌されている） ・レトルト食品、チルド食品*	・生の物・半生の物（肉・野菜・魚・卵・魚卵など） ・コンビニおにぎり・コンビニ弁当 ・店頭販売のおでん ・レジ横メニュー（肉まん・コロッケ・チキン等） ・惣菜類 ・梅干し・漬物 ・冷凍食品 ・瓶入りの物 ・ツナマヨネーズ ・エビマヨネーズ ・巻き寿司 ・カルボナーラ

※注意点

*チルド食品とは「真空パック包装」で

「要冷蔵」「冷蔵保存」「10℃以下で保存してください」と記載のもの。賞味期限内であること

*チルド食品については必ず下記のことを守ってください

- （1）保冷材を入れた保冷バックで持参してください
- （2）搬入後は自身の冷蔵庫にて保存してください
- （3）食べる前には電子レンジで加熱して食べてください（湯煎のみは不可）
→加熱できないポテトサラダや卵サラダ等は不可

調味料

〈基本注意事項〉

- ・瓶詰以外の1回使い切りタイプ（塩は菌が繁殖しないので個包装でなくても可）
- ・はちみつ以外のもの（ボツリヌス菌を含む危険あり）

◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物
・醤油・ケチャップ・ソース ・マヨネーズ・タルタルソース ・海苔の佃煮・塩	・瓶入りの物 ・はちみつ

飲料

〈基本注意事項〉

- ・果肉入りでない
- ・はちみつが入っていない
- ・瓶入りでない
- ・開封した飲料は24時間以内に破棄すること（飲むときはコップを使用）
- ・国産のティーバッグは、紙包装や密封でないものでもOK→熱湯使用するため

◎食べられる物（リスクの低い物）

- ・水
- ・お茶
- ・コーヒー
- ・ティーバッグ
- *乳酸菌飲料・生クリーム入り飲料はOK

×食べられない物

- ・はちみつレモン
- ・ソルティライチ
- ・紅茶花伝（ピーチ）
- ・スコール
- ・ポカリスエット（記載は無いがグレープフルーツ果汁が入っている可能性あり）

パン

〈基本注意事項〉

- ・常温で保存できるもの
- ・生野菜や惣菜を使用していない
- ・消費期限内である
- ・はちみつ・カスタードクリーム・ホイップクリームが入っていない
- ・作成後にカットされていない

◎食べられる物（リスクの低い物）

- ・蒸しパン
- ・メロンパン
- ・クロワッサン
- ・デニッシュ
- ・レーズンパン
- ・あんパン
- ・カレーパンなど

×食べられない物

- ・食パン
- ・電子レンジで加熱タイプの常温ハンバーガー
- ・サンドウィッチ

果物

〈基本注意事項〉

- ・傷がなく新鮮
- ・カットフルーツ・ドライフルーツは不可
- ・皮が薄い・皮がない・皮ごと食べる・皮を刃で剥くものは不可

◎食べられる物（リスクの低い物）

- ・バナナ
- ・ミカン
- ・オレンジ

×食べられない物

- ・リンゴ
- ・パイナップル
- ・さくらんぼ
- ・いちご
- ・ぶどう



*果物は冷蔵庫で保存し、外皮は除菌ウェットティッシュで拭いてから食べてください
*柑橘類は外皮に菌付着の可能性があります。皮をむいたら一度手洗いをしてから食べてください

おやつ

〈基本注意事項〉

- ・自家製や店頭販売でないもの
- ・食べられるサイズで賞味期限内のもの
- ・はちみつが使用されていないもの（練乳とメープルシロップは可）
- ・ビニールの素材で個包装されているもの
- ・カスタードクリーム・生の果物・殻のついたナッツ
- ・生クリームは「ホイップクリーム」以外であれば可。
→焼き菓子・ヨーグルト・プリン等に含まれる場合も可。

◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物
・ポテトチップス ・せんべい ・キャンディー ・チョコレート ・マドレーヌ ・まんじゅう ・どら焼き ・カステラ ・パウンドケーキ ・バウムクーヘン ・アイスクリーム ・ゼリー ・プリン	・殻のついたナッツ ・カスタードクリーム ・ホイップクリーム ・生菓子・和菓子類 ・バニラビーンズ ・ナタデココ ・アロエ ・タピオカ ・果肉が使用されているもの

* 焼き菓子は加工されており賞味期限が1ヶ月以上と食品安全性が高いため、カットされている場合であっても摂取可

* アイスクリームは病棟で預かる事はできません

溶けてしまわないよう1回で食べられる量を病院で購入してください

＜免疫抑制剤使用中の注意点＞

食材の中には免疫抑制剤と合わない物があります。

グレープフルーツは薬の作用に影響すると認められています。

それ以外にも影響を及ぼすと考えられている柑橘類は多いため、控えることが望ましいです。

その他一部ハーブも影響するとされています。

○食べられる物

- ・温州みかん
- ・レモン
- ・オレンジ
- ・いよかん
- ・デコポン
- ・ゆず
- ・かぼす
- ・すだち
- ・キンカン

○食べられない物

- ・グレープフルーツ
- ・文旦
- ・ざぼん
- ・はっさく
- ・バンパイユ
- ・夏みかんなどの果肉および果汁
- ・柑橘類の皮を含む食品
- ・ルイボスティー



＜化学療法・自家移植が終了した場合＞

＊食事制限はありませんが、一般的な衛生管理にはご注意ください。

＜移植後の場合＞

＊一部制限が解除されます。

詳細は「食事パンフレット 免疫不全食②

（移植後の患者様用）」をご参照ください。

本パンフレットに記載されている内容は変更される場合があります。