

# 食事パンフレット

2



## 免疫不全食② 食事制限と注意事項 移植後の患者様

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様とそのご家族様へ

免疫不全時の病院食は「免疫不全対応」であり、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。

## <<注意事項>>

- \*「免疫不全食①」の時に比べて多少食事制限は緩和されますが、安全のため個包装の食べられる物をお選びください。
- \*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物以外は、国産・外国産は問いません。



## 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付けるだけでなく、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）食事をするのが望まれます。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。

\*病院の食事につきましては、「化学療法食」への変更や、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。

\*全時期を通して、ご不明な点や質問があれば医療スタッフまでお声掛けください。



# 【免疫不全食②】の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

ことが絶対です！



\*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7ページを参照してください。

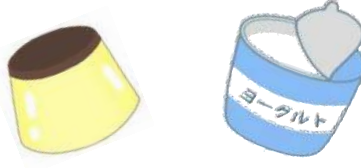


	◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物とその理由
	<p>【乾物、長期保存が可能なもの】                      カップ麺、カップスープ、缶詰（缶切りを使用しないもの）、パックご飯                      乾燥タイプのふりかけ・海苔                      プロセスチーズ                      きゅうりのキューちゃん                      （加熱殺菌されている）                      レトルト食品、チルド食品*                      （レトルト食品とチルド食品は、電子レンジで加熱するタイプとお湯を注ぐタイプはOK。湯煎のみは不可。）</p> 	<p>生の物・半生の物                      （肉・野菜・魚・卵・魚卵等）                      →不衛生である                      梅干し・漬物                      →加熱殺菌されていないため                      冷凍食品                      →搬入前に解凍している可能性あり                      瓶入りの物                      →破損の危険性あり</p>
ごはん おかず 麺類	<p>【①～⑤を満たす物：ごはん・おかず】                      ①加熱処理（調理）されているコンビニ弁当・惣菜類                      ②生野菜・生もの・漬物に接していない                      ③マヨネーズで和えていない                      ④自家製または店頭販売されていない                      ⑤薬味が入っていない</p> <p>＜上記を満たす物の例＞                      オムライス・スープ・グラタン・カレーライス・シチュー天丼・うな丼・マーボー丼・天津飯・チャーハン・お好み焼・たこ焼など</p> 	<p>生野菜・生もの・漬物に接している物→不衛生である可能性あり  <u>（接していない場合は取り除いてください）</u>                      マヨネーズを使用し、和える等調理されているもの→マヨネーズの開封時期が不明  <u>（個包装のマヨネーズを後からかけるのはOK）</u>                      店頭販売のおでんや肉まん・コロケ、チキン等のレジ横メニュー                      →不衛生である可能性あり</p>

	◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物とその理由
ごはん おかず 麺類	<p>【①～④を満たす物：おにぎり】</p> <p>① 加熱処理された具材である</p> <p>② 具材がマヨネーズで和えられていない</p> <p>③ 自家製または店頭販売されていない</p> <p>④ カットされていない</p> <p>＜上記を満たす物の例＞             焼き鮭・おかか・塩コンブ・焼たらこ            炊き込みご飯のおにぎり・赤飯・            チャーハンなど</p>	<p>生・半生の具材の入った物            →「生」である  <u>明太子・高菜・わかめ</u>  <u>半熟玉子・生魚・寿司</u>など</p> <p>マヨネーズを使用し、和える等調理されている物            →マヨネーズの開封時期が不明  <u>シーチキン・海老マヨネーズ</u>など</p> <p>梅干し・漬物            →加熱殺菌されていないため</p> <p>カットされている物（巻き寿司不可）            →断面が不衛生</p>
	<p>【麺類】</p> <p>麺と具が加熱処理（調理）されている</p> <p>＜上記を満たす物の例＞            焼きそば・ビーフン・スープパスタ・            ペペロンチーノ・ミートソースパスタ・            にゅう麺・うどん・ラーメンなど</p>	<p>生野菜・生もの・半熟卵を使用している物→「生」である  <u>パスタサラダ・カルボナーラ</u>  <u>生ハムやスモークサーモン入り</u>  <u>冷たい麺類</u>            →レンジ加熱できない</p>
<p>コンビニ弁当・おかず・麺類は、食べる前に必ず電子レンジで加熱してください            →加熱時間は商品に記載されている時間より短くならないようにしてください            →おにぎりはレンジ加熱不要です</p> <p>*チルド食品とは、「真空パック包装」の物で「要冷蔵」「冷蔵保存」「10℃以下で保存してください」と記載があるものを指します。            →賞味期限内であること</p> <p>*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</p>		

	◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物とその理由
調味料	<p>【①と②を満たす物】</p> <p>① はちみつが入っていない</p> <p>② 1回使い切りタイプ（瓶詰は不可）</p> <p>＜上記を満たす物の例＞</p> <p>醤油・ケチャップ・ソース・マヨネーズ・タルタルソース・海苔のつくだ煮</p>	<p>はちみつ</p> <p>→ボツリヌス菌を含む危険あり</p> <p>個包装でないもの</p> <p>→食べきれない場合、不衛生</p> <p>瓶入りの物</p> <p>→破損の危険性あり</p>
*塩は菌が繁殖しないため個包装でなくてもOK		
飲料	<p>【①～③を満たす物】</p> <p>① 国産であり、瓶ではない</p> <p>② はちみつが入っていない</p> <p>→ 果肉入りのもの・乳酸菌飲料・生クリーム入り飲料はOK</p> <p>③（免疫抑制剤を飲んでいる人は）</p> <p>グレープフルーツ等が入っていない</p>	<p>外国産の飲料・ティーバッグ</p> <p>→安全基準が国内産飲料と異なる</p> <p>はちみつ→ボツリヌス菌を含む危険あり</p> <p>瓶入りの物→破損の危険性あり</p> <p>グレープフルーツ等の詳細は、7ページ参照</p>
<p>*②を満たさない飲料の例…はちみつレモン、ソルティライチ、紅茶花伝（ピーチ）etc</p> <p>【原材料名に果汁と記載があるものはOK】</p> <p>*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</p> <p>*一度に飲み切れない飲料水は直接口を付けないでコップに入れて飲んでください</p> <p>*ペットボトル飲料は開封後24時間以内に飲みきるか、余った場合は破棄してください</p>		
パン	<p>【①～④を満たす物】</p> <p>① 消費期限内である</p> <p>② 常温で販売されている</p> <p>③ はちみつが入っていない</p> <p>④（免疫抑制剤を飲んでいる人は）</p> <p>グレープフルーツ等が入っていない</p> <p>＜上記を満たす物の例＞</p> <p>ランチパック（「はちみつ」が入っていないもの）・食パン・惣菜・菓子パン・クリームパンなど、常温のものは具材を問わず食べられます</p>	<p>冷蔵で販売されているパン</p> <p>→生もの・半生もの・生野菜・生の果物を使用している</p> <p>（サンドウィッチなど）</p> <p>店頭販売のパン→不衛生な可能性あり</p> <p>はちみつ→ボツリヌス菌を含む危険あり</p> <p>（加熱していても不可）</p> <p>グレープフルーツ等の詳細は、7ページ参照</p> 
*生野菜を使用していない、電子レンジで加熱するタイプの常温ハンバーガーはOK		
果物	<p>【①～⑤を満たす物】</p> <p>① 「バナナ」「みかん」「オレンジ」</p> <p>② 傷がなく新鮮である</p> <p>③ 2～3日で食べ切れる量である</p> <p>④ カットフルーツではない</p> <p>⑤ ドライフルーツではない</p>	<p>皮が無い・薄い果物、</p> <p>皮ごと食べる果物、</p> <p>皮を刃物でむく果物</p>  <p>→皮表面の菌が内部に移動している可能性あり、また刃物は持ち込めないため皮をむけない</p> <p>古い物・傷がある物→不衛生である</p>
<p>*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</p> <p>*みかん類は外皮に菌付着の可能性があるので、皮をむいたら一度手洗いをしてから食べてください</p>		

	◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物とその理由
おやつ	<b>スナック</b> 【①～④を満たす物】 ① 賞味期限内である ② 食べきれるサイズ・量である ③ はちみつが入っていない・原材料に含まれていない ④ （免疫抑制剤を飲んでいる人は） グレープフルーツ等が入っていない  <上記を満たす物の例> ポテトチップス・せんべい・キャンディー・チョコレートなど	はちみつ→ボツリヌス菌を含む危険あり（加熱されていても不可）  グレープフルーツ等の詳細は、7ページ参照
	<b>焼き菓子・和菓子</b> 【①～⑤】を満たす物】 ① 賞味期限内である ② 店頭販売の物ではない ③ 「カスタードクリーム」「ホイップクリーム」「生の果物」「はちみつ」が入っていない・原材料に含まれていない （焼き菓子のドライフルーツ、バニラビーンズ入りはOK） ④ 自家製ではない ⑤ （免疫抑制剤を飲んでいる人は） グレープフルーツ等が入っていない  <上記を満たす物の例> 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・バウムクーヘンなど、2切れ入りのカステラ、（コンビニの）団子・おはぎ・大福などもOK	店頭販売の物→密封されていない  カスタードクリーム →生卵を使用しているため不可  ホイップクリーム →泡立てる際に不衛生な空気を含んでいる可能性あり  生の果物を含む物→「生」であるため  はちみつ→ボツリヌス菌を含む危険あり（加熱されていても不可）  グレープフルーツ等の詳細は、7ページ参照  
*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も摂取可。 *個包装であれば紙包装も摂取可。 *複数個入りのものでもOKですが、食べきれるサイズを選択しましょう。		

	◎食べられる物（リスクの低い物）	×食べられない物とその理由
おやつ	<p><b>アイス</b> 【①～⑤を満たす物】</p> <p>① 院内で購入したものである ② 1回で食べきれるサイズ・量である ③ 「はちみつ」「バニラビーンズ」「生の果物」「ドライフルーツ」が入っていない・原材料に含まれていない ④ 自家製ではない ⑤ （免疫抑制剤を飲んでいる人は）グレープフルーツ等が入っていない</p>	<p>はちみつ→ボツリヌス菌を含む危険あり（加熱・冷凍されていても不可）</p> <p>バニラビーンズ→菌が繁殖しやすい</p> <p>生の果物を含む物（そのまま凍らせている物）→「生」であるため</p> <p>グレープフルーツ等の詳細は、7ページ参照</p>
	<p><b>ゼリー系（プリン・ヨーグルト含む）</b> 【①～⑤を満たす物】</p> <p>① 賞味期限内である ② 「カスタードクリーム」「ホイップクリーム」がのっていない ③ 「生の果物」「はちみつ」「バニラビーンズ」が入っていない・原材料に含まれていない ④ 自家製ではない ⑤ （免疫抑制剤を飲んでいる人は）グレープフルーツ等が入っていない</p> <p>※「ナタデココ」「タピオカ」「アロエ」「果肉」入りのゼリー・ヨーグルトはOKです。</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>紙包装の物・店頭販売の物→密封されていない</p> <p>カスタードクリーム→生卵を使用しているため不可</p> <p>ホイップクリーム→泡立てる際に不衛生な空気を含んでいる可能性あり</p> <p>生の果物を含む物→「生」であるため</p> <p>はちみつ→ボツリヌス菌を含む危険あり（加熱されていても不可）</p> <p>バニラビーンズ→菌が繁殖しやすい</p> <p>グレープフルーツ等の詳細は、7ページ参照</p>
<p>*アイスは病棟で預かることはできませんので、溶けてしまわないよう1回で食べ切れる量を院内で購入してください</p> <p>*生クリームは「ホイップクリーム」以外であればOKです →焼き菓子・ヨーグルト・プリン等に含まれる場合はOKです</p> <p>*「練乳」「メープルシロップ」はOKです</p>		



## 免疫抑制剤使用中の注意点について

※食材の中には免疫抑制剤と合わないものがあります！



### ☆柑橘類☆

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が、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。

\*グレープフルーツ・スウィーティー・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

摂取可能なもの：温州みかん、レモン、オレンジ（ネーブル・バレンシア）、ポンカン、いよかん、でこぼん、ゆず、かぼす、すだち、キンカン

### ☆その他☆

\*ルイボスティー

\*セイヨウオトギリソウ（=セント・ジョーンズ・ワート）：ハーブの一種

## <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。

## <免疫抑制剤が継続の場合>

\*退院後の食事については、「退院時の食事制限と注意事項」をご参照ください。






# <退院時の食事制限と注意事項>

※退院後も食事についてはこちらのパンフレットをご参照ください。

※食事制限の終了時期につきましては、外来主治医にお尋ねください。

	◎食べられる物（リスクの低い物）	×リスクの高い物とその理由
肉類	<p>【①と②を満たす物】</p> <p>① 新鮮な物である</p> <p>② 中までしっかり加熱調理されている</p>	<p>加熱調理していない物</p> <p>→生肉・生ハム・ローストビーフ、等</p>
魚介類 海藻類	<p>【①～③を満たす物】</p> <p>① 加熱処理された魚 （佃煮・缶詰・瓶詰はOK）</p> <p>② 加熱処理された魚卵・海藻類</p> <p>③ 工場などで加熱処理された貝類 （自宅調理不可）</p>	<p>生魚</p> <p>→刺身・寿司・昆布×・カルパッチョ等</p> <p>生食の魚卵・海藻類</p> <p>→いくら・明太子・数の子等 （貝の卵・ひもは加熱しても不可）</p>
 卵 卵製品	<p>【①と②を満たす物】</p> <p>① 中までしっかり加熱されている （ゆで卵は沸騰後10分以上加熱する）</p> <p>② 自家製マヨネーズではない →マヨネーズは個包装・小さい容器の物 で1週間を目安に使い切る</p>	<p>生玉子</p> <p>半熟玉子・温泉卵</p> <p>自家製マヨネーズ</p>
 乳製品	<p>乳酸菌飲料</p> <p>市販のバター・マーガリン</p> <p>プロセスチーズと記載のあるもの</p> <p>パルメザンチーズ</p> <p>コーヒフレッシュ・クリープ</p> <p>ヨーグルト（果物入り可）</p>	<p>ホイップクリーム</p> <p>青カビ付きのチーズ（ブルーチーズ、ゴルゴンゾーラなど）</p> <p>★その他、青カビ以外のナチュラルチーズは<b>加熱すると食べられます</b></p> <p>バニラビーンズ入り</p> <p>→菌が繁殖しやすい</p>
 野菜	<p>【①を満たし、さらに②～④のいずれかを満たす物】</p> <p>① 新鮮である</p> <p>② 指定洗浄されている生野菜である →生野菜は、<u>指定の洗浄処理された物のみ</u>可能です（11ページ参照）</p> <p>③ 加熱調理されている</p> <p>④ 加熱調理する冷凍食品である</p>	<p>生の若芽（スプラウト）</p> <p>&lt;例&gt;もやし・カイワレ・豆苗など</p> <p>→形状が複雑であり、指定の洗浄処理をしても不衛生である可能性が高いため</p> <p>指定の洗浄処理されていない生野菜</p>

	◎食べられる物（リスクの低い物）	×リスクの高い物とその理由
果物	缶詰・瓶詰 →缶詰は缶切りを使用しない物 生の果物は【以下①～③を満たす物】 ①皮のあるもの、皮が薄くてカビや すくないもの、洗いやすいもの ②傷がなく新鮮である ③免疫抑制剤に影響を与えないもの	皮が無いもの、皮が薄くてカビやす い果物→いちご、ぶどう・さくらん ぼ等 洗にくい果物→パイナップル・い ちご等（形状が複雑であり洗っても 菌がとれにくいいため） グレープフルーツ・その他柑橘類や マーマレード等皮を使ったもの →免疫抑制剤（7ページ） ドライフルーツ →乾燥方法が不明であるため
ごはん 麺類 パン	穀物・穀類→米・麦・麺類・シリアル 加熱調理する冷凍食品・レトルト食 品・真空パック食品・カップ麺・ カップスープ 「コンビニ弁当・惣菜類・パン」は、 2～4ページ参照	自然解凍の冷凍食品 →品質の確認が困難なため 
発酵 食品	充填豆腐* 加熱調理された充填豆腐以外の豆腐 加熱調理されたキムチ・味噌	充填豆腐以外の豆腐の冷奴 納豆は加熱しても摂取不可 →十分に加熱しても菌が死なないた め 加熱調理されていないキムチ・味噌 漬物、梅干し（加熱処理しているも のであれば可）
*充填豆腐とは 容器内で密封調理された豆腐。豆乳を1丁ずつのパックに注入（充填）し、密閉して加熱凝 固させたもの。パック内で水に浸かっているものや、浸漬された状態で販売されているもの は、加熱調理してから食べるようにしましょう。		
飲料	国産飲料 沸騰させた水道水（白湯もOK） 沸騰したお湯で入れたコーヒー・紅 茶	外国産の飲料・湧水・温泉水 グレープフルーツ・はちみつ入りの 飲料 開封して24時間以上経過した飲料
*開封後は早めに飲み、残りは冷蔵で保存してください （冷蔵で保存できるのは24時間です）		
酒類	加熱滅菌されているもの <上記を満たす物の例> 国産メーカーの缶・瓶ビール・日本 酒・焼酎・ウィスキー・ブランデー （蒸留酒）	加熱滅菌されていないもの <例>生ビール・生貯蔵酒 ワイン・自家製梅酒など 
*アルコールは主治医の許可のもと摂取してください。		

	◎食べられる物（リスクの低い物）	×リスクの高い物とその理由
 おやつ	<b>【①～⑤を満たす物】</b> ① 店頭販売のものではない ② 「カスタードクリーム」「ホイップクリーム」「生の果物」「はちみつ」が入っていない・原材料に含まれていない ③ 食べ切れるサイズ・量である ④ 自家製ではない （自家製の焼き菓子はしっかり加熱されたものに限り可） ⑤ （免疫抑制剤を飲んでいる人は） グレープフルーツ等が入っていない	カスタードクリーム →生卵を使用しているため不可 ホイップクリーム →泡立てる際に不衛生な空気を含んでいる可能性あり 生の果物を含むお菓子→「生」である はちみつ→ボツリヌス菌を含む （加熱されていても不可） グレープフルーツ等の詳細は、7ページ参照
*開封したら早めに食べ切ってください *バニラビーンズやドライフルーツは、焼き菓子に入っている物はOKです。		

## ＜食材・食品の取り扱いについて＞

- \* 退院後も免疫抑制剤やステロイドを服用している間は、免疫機能は低下している状態ですので、食品・食材の取り扱いにはご注意ください。
- \* 新鮮で傷みのない食材を選びましょう★
- \* 記載されている「消費期限・賞味期限」「保存方法」(温度管理) は守りましょう

### ＜食品、調理した料理＞

- \* 再加熱しない・できない物 ⇒食べきる・残りは破棄する
- \* 再加熱できる物

(ふたやラップをして) ⇒冷蔵庫で24時間保存・冷凍庫で1週間保存可能

### ＜冷凍食品＞

食べる直前に加熱してください（レンジでチンOK）

### ＜調味料＞

冷蔵庫で保存し、開封後1ヵ月で使い切ってください

### ＜缶詰・瓶詰・レトルト食品・真空パックの食品＞

食べる前に水洗いしてから開封してください

### ＜果物について＞

- \* 傷み・割れ・カビがない新鮮な物を選んでください
- \* 表面がデコボコしておりきれいに洗うのが難しい物は避けてください  
 パイナップル・ドラゴンフルーツ・ライチ等
- \* 缶詰の果物は全てOK
- \* バナナやみかん等は、手洗い後、果物を流水で洗うかウェットティッシュで拭いてから食べてください
- \* 生の果物を凍らせた物・アイス・シャーベットは避けてください

## <生野菜の取り扱いについて>

野菜は食中毒の危険性が低いものですが、よりリスクを下げるために、生で食べる場合には下記の点に気を付けてください。

- ◎キュウリ、トマトなど・・・流水で洗浄した後、皮をむく
- ◎キャベツ、レタスなどの葉物野菜  
・・・次亜塩素酸ナトリウム溶液に浸けた後、流水で十分に洗う

\*次亜塩素酸ナトリウムは、「食品用」と記載がある物を使用してください

\*次亜塩素酸ナトリウムは、使用する商品の用法に沿って希釈してください

### ～ 方法 ～

- ①洗い桶に野菜が浸かる量の水（水道水）と次亜塩素酸ナトリウムを入れて混ぜる  
⇒手が荒れるので素手は避けてください
- ②野菜を5分間浸ける（時間は使用する濃度によるので確認してください）  
\*浮いてくる場合は落とし蓋をしてください
- ③流水でしっかり洗う

## <調理時の注意点について>



- \*調理前には、流水と薬用石鹸で手をしっかり洗いましょう
  - ・薬用石鹸はポンプ式の物を使いましょう
  - ・きれいに手を洗っても、タオルが汚れていると手洗い前よりも菌が手についてしまうことがあります
  - ・タオルは一回の調理毎に交換しましょう
- \*まな板はプラスチックの物を2枚用意し、「肉・魚用」と「野菜用」に分けましょう。⇒木製の物は避けてください
- \*食器洗い用のスポンジは「熱湯消毒」または「洗剤除菌」をしましょう。
- \*スポンジの交換時期の目安は約1ヵ月です。
- \*調理器具（包丁・まな板）は洗浄後・・・  
『市販の塩素系漂白剤で除菌する』または『熱湯消毒』し、よく乾燥させて衛生的に保管しましょう。
- \*布巾はペーパーナフキンをお勧めします。布製の布巾の場合は、熱湯消毒の上除菌・漂白を行ってください。

# < 外食について >


外食は、調理場の衛生環境や食材の状態、調理方法等が不明確です。また不特定多数の人と同じ空間で食事を摂るため、一定の感染リスクがあります。そのため・・・

## 「基本的に外食は**禁止**です！！」

どうしても食べる場合には・・・

大手のチェーン店を選ぶようにしてください。  
バイキングはお勧めできません。

- \* テーブルに設置されている調味料の使用は禁止です。
- \* 基本的には〈退院時の食事制限と注意事項〉に準じてください。
- \* 下記の表を参考にしてください。

	◎食べられる物 (リスクの低い物)	×食べるのを避けてほしい物 (リスクの高い物)
ファストフード	加熱処理されている物	生野菜が入っているメニュー マヨネーズ・タルタルソースが入っているメニュー ピクルスが入っているメニュー
* 「×食べるのを避けてほしい物」に記載されている食材は、注文時に抜いてもらうよう伝えてください * 店内で温かいうちに食べてください * 持ち帰った場合は電子レンジで十分に温めなおしてから食べてください		
宅配ピザ	加熱処理されている物 貝柱を含むメニュー 	生野菜が入っているメニュー 後乗せのフレッシュチーズが入っているメニュー 貝類の内臓（ひも・卵）を含むメニュー
* できるだけ早めに食べてください * 冷めた場合は、電子レンジで十分に温めなおしてから食べてください		

外食には一定のリスクが伴うことを理解して頂いた上で判断してください。

「生を避け、温かいうちに食べる」ようにしましょう！

## <院内レストラン利用時の注意点>

移植後クリーンルームから出られ、免疫抑制剤も内服へ切り替わった患者様は、院内喫茶店の利用（持ち帰りのみ）が可能です。

移植後の患者さまは感染予防のため、以下の点に気をつけてください。

### 1階ドトールコーヒーの場合

当院ドトールコーヒーの場合の注意点です。他のドトールコーヒーと同様ではないのでご注意ください。

- \* 病棟へ持ち帰る時は必ず蓋や袋をしっかりと閉じ、できるだけ早めに食べるようにしましょう。
- \* 注文は、下記の表を参考にしてください。

×：注文できません（リスク大）  
△：条件付きで注文できます（リスク中）  
○：注文できます（リスク小）

飲み物類	注文	注文時の条件
ラテ	×	生クリームの開封時期の確認ができないため注文できません
冷たい飲みもの ジュース	×	冷たい飲みものは開封時期が確認できないため注文できません
温かい飲みもの (コーヒー、紅茶)	△	ブレンドコーヒー、アメリカンコーヒー、ティーのみ可能。
食事	注文	注文時の条件
サンドイッチ	×	生野菜を使っているものは注文できません。 生野菜を使用していないジャーマンドックは可。
ホットドック	△	
パスタ	△	生ハム、生野菜の入っているものは不可。
プレート系	△	サラダを外せばすべて可。 (テイクアウトはサラダなしでの提供のため可)
ご飯系	△	カレーの漬物を外せば可。
スープ	△	ミネストローネは可。
焼き菓子	△	個包装のもの。
パン系	△	カルツォーネ、チーズトーストは可。 その他はマヨネーズ使用のため不可。

本パンフレットに記載されている事柄は変更される場合があります。  
その場合にはお知らせ・説明させていただきますのでご了承下さい。

