

急性膵炎・慢性膵炎

目次

- 膵臓を知ろう！
- 膵臓の働き
- 急性膵炎と慢性膵炎
- 急性膵炎とは？（原因、症状、食事療法）
- 慢性膵炎とは？（原因、症状、食事療法）



膵臓を知ろう！

【膵臓】



膵臓一口メモ
 位置：胃の後ろ側にある
 重さ：約80g(小さな臓器です)
 長さ：約15cm
 膵臓はとても我慢強く、70～80%のダメージを受けて、初めて症状が出る場合も少ない！！



膵臓の働きは大きく分けて2つ
消化液の分泌 と **ホルモンの分泌**
 膵臓はとても大切な役割を担っています！

膵臓の働き①

消化液の分泌

膵臓で作られる膵液は、消化酵素を含んでおり、**でんぷん・たんぱく質・脂質**を分解したり、酸性の胃酸を中和させたりします。
 ※1日に1000mlもの消化液を分泌します。

消化酵素の種類



膵臓の働き②

ホルモンの分泌

膵臓で作られるホルモンには、血糖値のコントロールに必要な不可欠なインスリンやグルカゴンなどがあります。

ホルモンの種類

ホルモン名	働き
インスリン	血液中のブドウ糖を筋肉や脂肪などの細胞へ送り込むホルモン ⇒血糖値を下げるホルモン
グルカゴン	肝臓のグリコーゲンを分解して血糖量を増加させるホルモン ⇒血糖値を上げるホルモン

膵炎の種類



昔は日本人には珍しかった病気が、食の欧米化により最近が増えており、「膵炎」もその1つです。

膵炎とは何らかの原因により、膵臓が炎症を起こした状態。膵炎は大きく2つに分けることができます。

- **急性膵炎**
- **慢性膵炎**

Stay Healthy & Smile SARAYA


急性膵炎

急性膵炎とは？

自分自身から分泌する消化液(膵酵素)で自分の膵臓を消化し、そのために炎症が起こっている状態です。

症状

- ◎ 上腹部の激しい痛み(立ってられないほど)
※痛みが背中に来ることもある
- ◎ 吐き気、嘔吐
- ◎ 強い腹部膨満感



Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

なぜ急性膵炎が起こるの？

膵液の流れが悪くなり、膵臓の中に膵液がたまることで起こります。
膵臓に膵液がたまる主な原因に「アルコール」や「胆石症」などがあります。

正常

食物摂取
↓
膵臓が反応
↓
膵液を分泌
↓
十二指腸へ移動
↓
食物を消化

膵炎が起こる仕組み【例】

食物摂取
↓
膵臓が反応
↓
**膵液が大量に分泌
(原因: 多量のアルコール)**
↓
十二指腸へ移動
↓
大量な膵液量のため
膵臓に膵液が残る
↓
膵炎

食物摂取
↓
膵臓が反応
↓
膵液が分泌
↓
十二指腸へ移動
↓
**出口がふさがっている
(原因: 胆石)**
↓
逆流
↓
膵炎

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

急性膵炎の治療方法


治療方法①

治療方法②

治療方法③


原因を取り除く

- ◎ アルコールを避ける！！
- ◎ 胆石を排除する！！




薬物療法

- ◎ 十分な補液
- ◎ 胃酸分泌抑制剤、抗酵薬、抗生物質など
- ◎ 重症膵炎の場合は血漿交換や手術が必要



食事療法



Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

栄養管理の流れ

急性膵炎は経口摂取に特別な配慮が必要で
◎不適切な食事……炎症の再燃や症状の重症化を招く恐れがある！！
◎過度な食事制限……低栄養状態をきたし、病状改善の妨げとなる！！

病初期

↓

回復期

↓

安定期

病初期

絶食・絶食。
膵液分泌機能が経増に亢進した状態にあるので、膵の安定保持が絶対に必要。

回復期

脂質は厳しく制限。
少量の飲水(糖水)から経口を開始し、順調であれば量と回数を増やす。
また、たんぱく質を徐々に加える。
※たんぱく質は膵細胞を修復するために重要。

安定期

症状が安定している場合は、バランスのとれた食事内容に戻す。
しかし、脂質制限は必要で、慎重に増量する。

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

食事療法の原則①

食事開始時期の目安	①腹部や背中の痛みが消失している または ②鎮痛剤を使わなくても良い程度に改善している
食事療法の開始時	糖質を中心とした流動食(おもゆ・くず湯・果汁)から開始し、その後、 分粥食⇒軟菜食へと徐々に移行
食事量	・胃酸分泌を刺激しないよう、1回の食事量に注意し、 1日3回規則正しく食べる ・消化を助けるため、 よく噛む
調理方法	・煮物・蒸し物など あぶらを使用しない調理方法 とする ・味付けは薄味にし、香辛料の使用は控える ・消化しにくい食品は避ける

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

食事療法の原則②

たんぱく質	『植物性たんぱく質⇒脂質の少ない魚⇒肉類』の順に 徐々に増加
脂質	急性期・回復期・安定期を通じて制限
ビタミン	十分に摂取する とくに脂溶性ビタミンの不足に注意する
嗜好飲料	アルコールは厳禁！！ 胃を刺激するため、炭酸飲料、カフェイン飲料を制限

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

適した食品・適さない食品

適した食品

- ・粥、うどん、イモ類など
- ・ジャム、ハチミツ、果汁など
- ・あぶらの少ないもの
(白身魚、豆腐、卵白、ささみなど)

適さない食品

- ・あぶらを多く含んでいる食材・料理
(バター、マヨネーズ、肉など)
- ・アルコール類
- ・食物繊維を多く含むもの
- ・腺液分泌を刺激するもの
(カフェイン飲料、炭酸飲料、香辛料など)

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All Rights Reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

再発予防

急性膵炎は再発を繰り返しやすい病気です！！

再発予防のためには……

- 1、原因がわかっている場合は、**原因を取り除く！**
【例】お酒を控える、胆石を取り除くなど
- 2、治療を受け、**完全に膵臓を回復させる！！**

再発予防に努めましょう！

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All Rights Reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

慢性膵炎

慢性膵炎とは？

持続または反復の炎症により、膵炎の細胞が破壊され、細胞が繊維化して機能が低下していく病気です。
※急性膵炎と慢性膵炎は似ているように思えるが、メカニズムが異なる病気。

急性膵炎と慢性膵炎の違い

急性膵炎	ほとんどの場合、治療する
慢性膵炎	進行性のため、完治することはとても難しい！！ しかし、食事療法やお薬などで進行を抑えることは可能

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All Rights Reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

慢性膵炎の原因

原因

- アルコールの常習多飲(慢性膵炎の60%を占める)
- 胆石症(慢性膵炎の10%を占める)
- その他:自己免疫性、遺伝性など(慢性膵炎の30%を占める)

慢性膵炎は膵臓の状態により「**代償期**」と「**非代償期**」に大別されます。

代償期……膵臓は保たれているが、疼痛や急性再燃を生じる

非代償期……疼痛は軽減しているが病態は進行、膵臓機能は著しく損なわれている状態

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All Rights Reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

慢性膵炎【代償期】

症状

- ・上腹部や背部の鈍い痛み。3ヶ月以上繰り返し起こる。
- ・下痢や食欲不振


薬物療法

- ・薬物療法によって腹痛の軽減

食事療法

- ・膵臓の安静を保ち、痛みや再燃の防止をはかる
- ・急性再燃時は、急性膵炎に準じる

- 再燃時期は絶対食とする
- 脂質は制限する
- アルコール類は禁止
- カフェイン、炭酸飲料、香辛料を制限するアルコール類は禁止



Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All Rights Reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

Stay Healthy & Smile SARAYA

慢性膵炎【非代償期】

症状

- ・消化吸収障害、二次性(降性)糖尿病
- ・下痢や低栄養状態が出現
- ・上腹部や背部の痛み(代償期より軽減)
- ・低血糖を生じることがある


薬物療法

- ・インスリン注射による膵臓機能の補助

食事療法

- ・膵臓の機能は著しく低下している
- ・脂質の消化吸収能力低下により、脂肪便となる
- ・二次性(降性)糖尿病が発症する場合がある

- 消化の良い食事とする
- エネルギー不足にならないよう注意する
- アルコール類は禁止
- カフェイン、炭酸飲料、香辛料を制限する



Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All Rights Reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

食事療法の原則

食 事	<ul style="list-style-type: none"> ・1日3回規則正しく食べる(過食は避ける) ・よく噛む <p>《合併症を発症した場合》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・糖尿病の食事療法とする ・低血糖予防のため、少量頻回とする ・飴を携帯する
栄 養	<ul style="list-style-type: none"> ・たんぱく質:脂質の少ないものを選択 ・脂質:長期的に脂質をコントロールする ※飽きがこないよう献立に工夫をしましょう♪
嗜好飲料	<ul style="list-style-type: none"> ・アルコール:禁酒 ・唾液分泌を刺激するものは控える (コーヒー、炭酸飲料、香辛料など)

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

適した食品・適さない食品

適した食品	適さない食品
<ul style="list-style-type: none"> ・米飯、食パン、うどん、イモ類  ・低脂肪の乳製品 (ヨーグルト、スキムミルク、低脂肪乳)  ・あぶらの少ないもの (果物類、野菜類、豆腐、とりのささみ、卵白など)  	<ul style="list-style-type: none"> ・あぶらを多く含んでいる食材・料理 (バター、マヨネーズ、肉など)  ・アルコール類  ・唾液分泌を刺激するもの (カフェイン飲料、炭酸飲料、香辛料など) 

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。

参 考

- ・ 食事指導のための生活習慣病
ケーススタディー 発行: 医歯薬出版株式会社
- ・ 栄養の基本がわかる図解事典 発行: 成美堂出版
- ・ 栄養食事療法必携 発行: 医歯薬出版株式会社

Copyright © 2012 SARAYA Corporation. All rights reserved. 本資料の複製・転載を禁じます。