



## 移植後（クリーンアウト～退院まで）の食事について ～食事の一例について～

生着おめでとうございます。

前処置の影響や移植後合併症でなかなか食事がとれないことも多いと思います。食べれるものを見つけて退院まで一緒に頑張っていきましょう。

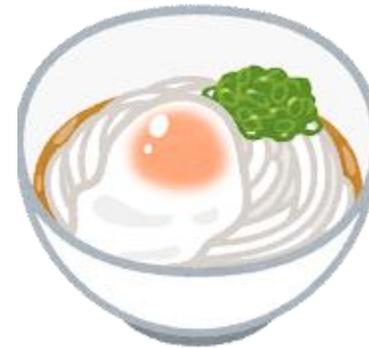


# ○クリーンアウト後から食べられるもの ～コンビニお弁当～



食べる直前にしっかりと電子レンジで加熱。  
院内のコンビニ以外で購入された場合は購入後すぐに持ってくる。  
賞味期限は余裕があるもの。

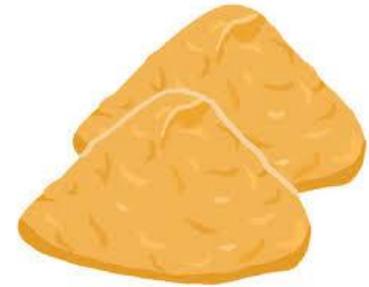
× クリーンアウト後も食べられないもの  
～コンビニお弁当～



加熱しないで食べるもの（お寿司、刺身）。  
半熟卵や温泉卵。



# ○クリーンアウト後から食べられるもの ～コンビニおにぎり～



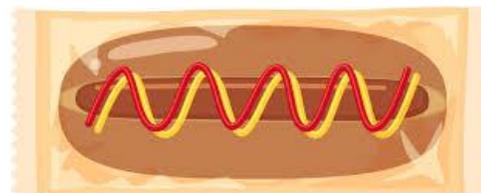
加熱された具材が入っているもの。  
いなりずしは具材に生ものが入ってなければ可。  
わかめやゆかり、炒飯などは製造過程で加熱されているので可。  
賞味期限に余裕があるもの。(食べるまでは冷蔵保存)

× クリーンアウト後も食べられないもの  
～コンビニおにぎり～



具材が加熱されていないもの。  
炙りは中まで火が入っていないので不可。

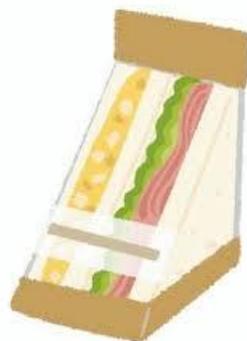
# ○クリーンアウト後から食べられるもの ～パン～



コンビニや国内の大手メーカーから製造されたものであり、加熱加工された具材であればパンと一緒に焼きこんでなくても可能。  
個包装でしっかり密封されているもの。  
賞味期限に余裕があるもの。

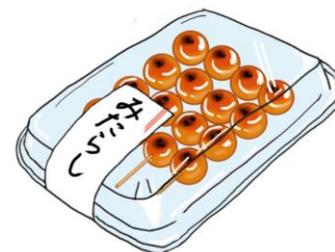
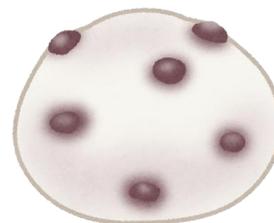


# × クリーンアウト後も食べられないもの ～パン～



生クリーム(ホイップクリーム)がはいっているもの。  
ミルククリームなど製造過程で加熱されていないものが入っているもの。  
サンドイッチなど加熱されていないものが入っているもの。  
パン屋さんなど陳列されて販売されているもの。

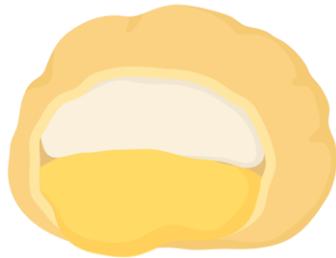
# ○クリーンアウト後から食べられるもの ～おやつ～



個包装になっているもの。  
バニラビーンズが入っていないカスタード。  
乳酸菌が多く含まれているヨーグルトやお菓子。  
賞味期限に余裕があるもの。



# × クリーンアウト後も食べられないもの ～おやつ～



生のフルーツ(加工されていない)が入っているもの。  
生クリーム(ホイップクリーム)が入っているもの。  
バニラビーンズが入っているもの。  
はちみつが入っているもの。

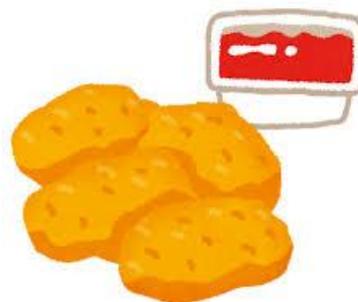


# ○クリーンアウト後から食べられるもの ～その他～



乳酸菌を多く含んだ飲料。  
コンビニで購入したサラダ(ドレッシングは個包装)  
コンビニで購入した生野菜を含んだ麺類。  
賞味期限に余裕があるもの。

# ○クリーンアウト後から食べられるもの ～その他～



病院近隣のファーストフード店やコンビニの揚げたてのもの



# 食事に関するQ&A

Q:お弁当やおにぎりはなぜコンビニに限定になるのでしょうか。スーパーなどのお弁当やおにぎりはダメなのでしょうか。

A:コンビニでは厳しい基準で定められた工場で作られています。スーパーは各店舗によってきまっていたりしますので安全基準が把握できないためです。

Q:焼いているパンなのに陳列販売されているパンはダメなのでしょうか。

A:商品が袋詰めされていない状態で不特定多数出入りしている場所に陳列されているため、落下菌などがパンに付着する可能性があるためです。

Q:コンビニの生野菜はなぜ食べてもいいのですか。

A:コンビニの生野菜は洗浄・殺菌(人体に影響のないもの)をされているので可能です。

