

# 胃がんについて調べるには…

## こんな資料で調べられます

- 本** 『胃がん 大腸がん』赤須孝之著 誠文堂新光社  
『心配しないでいいですよ 再発・転移 胃がん』山口俊晴著 真興交易
- パンフレット** 『胃がん 受診から診断、治療、経過観察への流れ』  
『がんの痛みの世界的な標準治療』
- サイト** 『Minds 胃癌一般向けガイドライン』



## こころのサポート

診断を受けた段階など早期から臨床心理士によるサポートを受けることをおすすめします  
くわしくは健康生活支援室までどうぞ

## 手術後の食事 ワンポイントアドバイス

### 栄養士さんに聞きました

手術後は数回に分けて(5~6回)食べましょう  
ゆっくり、よく噛んで食べましょう  
バランスよく食べましょう



こんな本も  
あります

『胃手術後の  
100日レシピ』

## リハビリ ワンポイントアドバイス

### リハビリの専門家に聞きました

手術前や手術後に、合併症予防のためのリハビリが必要になります  
リハビリの専門家のご案内します

がんの予防には適度な  
運動が効果的?

## もっと知りたい… ちょっと相談してみたい…

### そんな時は、健康生活支援室をご利用ください

- 常駐している看護師に相談できます ●医師による無料医療相談の予約を受け付けています
- 解剖学の専門家、健康管理士、糖尿病のエキスパートペイシエント、司書がおります
- 薬剤師、心理療法士、栄養士、ソーシャルワーカー、リハビリ技師等専門職種をご紹介します

## 河北総合病院 健康生活支援室

- ◆場 所：本院 1階
- ◆利用時間：月～土曜日  
9:00~16:30  
(日・祝日はお休みです)

