

# 内視鏡検査の受け方

## 検査前の食事はどの程度 何時間前までとってよいのか

Q

五十歳、男性。胃が弱いため、毎年一回決まった病院で内視鏡検査を受けています。いつも思うのですが、この検査の前日や終わったあとの食事はどのようなものを食べたらいいのでしょうか。私は検査前夜はごく簡単に少ししか食べません。しかし、友人のなかにはお酒を飲んだり油ものを食べている人もいますし、逆にまったく食べないという人もいます。検査後もおかゆを食べている人、ふつうに食事をとっている人とさまざまです。何か一定の基準のようなものがあれば、ぜひ知りたいと思います。また、内視鏡の検査を受ける際に、まったく苦しくないという人、たいへんだったとぐったりしている人もいます。苦しくない受け方を教えてください。

京都府 T S

**前日午前0時まで飲食は可。  
当日は水やスポーツドリンク  
なら250mlくらいOK**

胃内視鏡検査の前日は胃のエックス線検査に準じて夕食を午後八時〜九時頃までに軽くすませ、当日はいっさいの飲食をしないで来院するようにと指導している施設が多いようですが、決してそのようなことはありません。

当日では、前日の夕食はふつうに午前0時頃まで

可。当日朝は空腹感やどの渴きがあればスポーツドリンク（または水）を250ml程度なら飲んででも可（日本茶、コーヒ、ジュース、牛乳などは不可）とされています。何人もの人に試したうえでまったく支障がないことがわかったのだから、ここ数十年、実践していますが、なんの問題もありません。

ません。

一般的に午前0時以降の絶食で食べ物や胃に残るようならむしる胃の排出機能に問題があると考えられます。苦痛のない内視鏡の第一歩は被検者の多様なライフスタイルに合わせた自然体の前処置といえます。

検査後はとくに生検（粘膜から小さな組織をとって調べる）などの処置をしないかぎり、のどの麻酔がとれば（通常三〇分〜一時間くらい）ふつうに飲食をしてもかまいません。晩酌ももちろん可です。

生検を受けた場合は人工的な粘膜炎出血がありますので、二〜三時間経ってから刺激の少ない飲食をして、当夜の晩酌はさけたほうがよいでしょう。この場合も、翌日からはずっとふつうにして大丈夫です。内視鏡による手術など「治療」を受けた場合はまた別で、先生の指示にしたがうこととなります。

が、そんなときは優しく声をかけたり、看護婦さんが手を握ってあげたりしています。スキンシップが大切なのです。

検者側の工夫として、当院では一〇年以上前から「音楽麻酔」をほとんど全例に施行しています。これはヘッドホンが収納できる特製のまくらを考案し、被検者の好きな音楽をヘッドホンで聴いていただきながら検査をする方法です。いろいろなジャンルの音楽を一応用意してありますが、被検者に好きなテープやCDをお持ちいただくこともあります。これはとても効果的です。

しかし、どこの医療機関でもやっているわけではないので、一般的な「苦しくない受け方」とすれば鎮静剤（ジアゼパムなど）を静注してもらう方法があります。まったく意識がなくなるわけではなく、かなり楽に受けることができます。

ただし、終了後すぐに帰れない（一時間くらい眠ってしまふことが多い）のでリカバリー室のある施設で、ということになります。いつも苦痛を感じている人

は先生にお願いしてみることをおすすめします。

胃がん大国日本では胃の内視鏡は必須検査ですから、検者側、被検者側双方が工夫をして「苦痛のない内視鏡検査」を確立することが重要だと痛感しています。

### 回答者

乾内科クリニック院長  
高崎医師会理事  
東邦大学医学部客員講師

いぬい よしかつ  
乾 純和

37090076  
群馬県高崎市下小堀町1635  
TEL 027-343-3368

（出典）  
2002.3 暮しと健康  
ページ 79