

☕ すまいるカフェだより ☕

～2020年12月号 VOL.8～検査科

👉 胃カメラを楽にうける方法!? ～内視鏡室から～ 👈

胃カメラをする前はとても緊張するものです。…口から長いものを入れて…考えただけで「オエッ」となりそうですよね…。そんな胃カメラも、知っていれば少しだけ楽になる方法があります！

- ① なるべく緊張しない。「えっ…そんな無理！」という方は…**ひたすらゆっくり深呼吸**をしましょう。すこーしですが体のこわばりがとれてきます。
- ② **カメラが入るときにのどに力を入れない**。のどにリドカイン(キシロカインスプレー®)という麻酔をしておくのですが、のどの緊張が強い場合にはカメラが入りにくかったり、のどを痛めてしまったります。**あごの部分を「だらっと」**するとよいかもしれません。ご参考までに、経口のカメラの太さは約1cmです。
- ③ 呉羽病院の内視鏡室では胃カメラを受けている患者さんの目線に★**マーク**★を付けています。それを見つめながら、ゆっくり鼻で呼吸しましょう。胃の中を観察する際はカメラが胃壁にあたり**不快感を感じる**ときもあります。**慌てず、ゆっくり鼻から深呼吸**しててください。

以上のことは、内視鏡スタッフが声掛けをしますので、ご安心を♪

👉 経口 VS 経鼻 どちらがいいかな? 特徴と良いところ悪いところ? 👈

	利点	欠点
経口	画質が良い。 処置・観察しやすい(管が太いので吸入口・鉗子口が大きい) 精密検査に適している。	管が太いので、嚥下反応が強い人には不向き
経鼻	管が細く、受ける側の負担が軽い 嚥下反応が強い人に向いている。	画質が粗い。 処置・観察がしにくい(管が細い。吸入口・鉗子口が小さい)⇒経口よりも時間が長くなってしまう 麻酔に時間がかかる 鼻出血のリスクがある。

どちらも利点欠点ありますが、まずは医師または健診担当者と相談してからです

