



# 病態栄養管理

## 第1講

本講座は管理栄養士課程の必須科目ですので、  
頑張って学修しましょう。

**注意！**

この講座の複製および二次配信を禁止します。  
厳守してください。

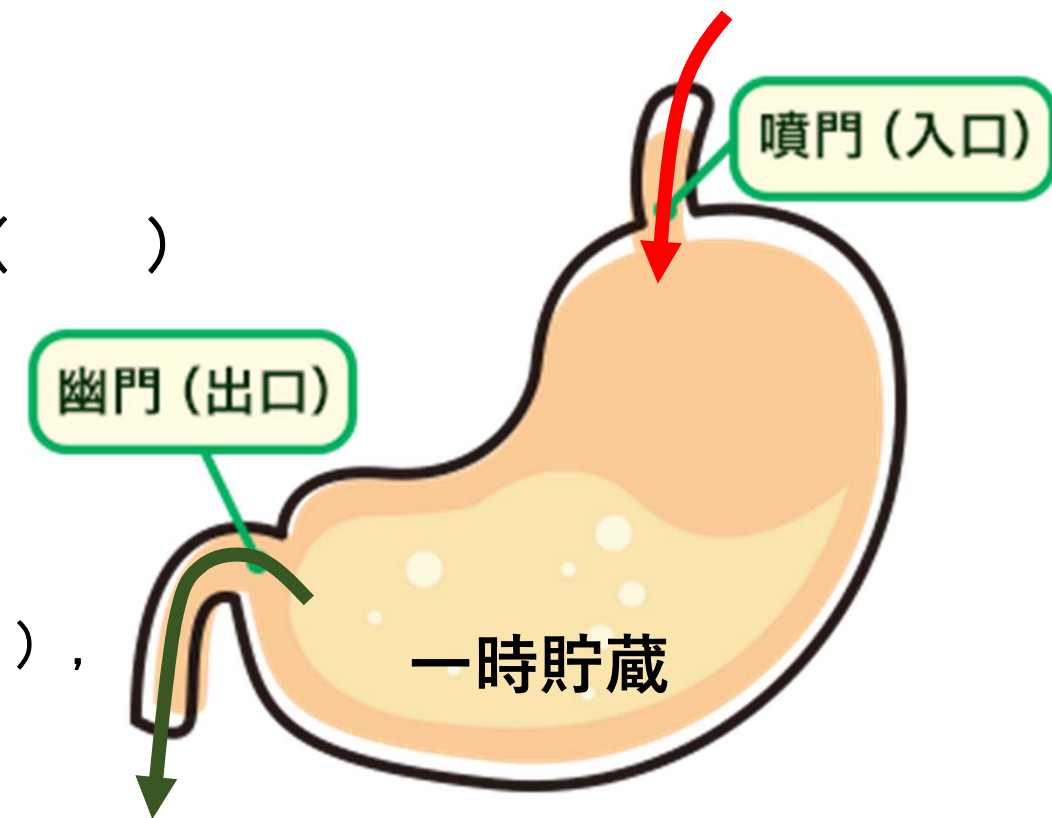
万一複製や再配布をした場合、著作権法違反になります。

# 胃炎

## 2. 胃の働き

食べた物を殺菌 ( )

( ) や ( ) の  
( ) の  
吸収に関与



一部消化  
( , )

容量1.5~2リットル  
少しずつ食べ物を十二指腸に送る

# 胃炎

## 3. 胃炎

良質たんぱく質とは？ ➡ (

) たんぱく質

壊れた組織を  
修復するための  
材料



アミノ酸の桶の理論

# 胃炎


## 3. 胃炎

良質たんぱく質とは？ ➡ ( ) たんぱく質

食品	アミノ酸スコア
大豆 (+ごはん), 卵, 牛乳, 牛肉, 豚肉, 鶏肉, 魚類	
プロセスチーズ	
里芋	80~85
ブロッコリー	75~80
じゃがいも	70~75
精白米	60~65
りんご, キャベツ, トマトなど	50~60

# 胃炎

## 3. 胃炎

表 食品の胃内停滞時間  臨床栄養学実習Ⅰのテキスト


食品名	分量	停滞時間	食品名	分量	停滞時間	食品名	分量	停滞時間
水, 煎茶	200	1 : 30	生卵	100	2 : 30	りんご, ぶどう	100	1 : 45
牛乳	200	2 : 00	半熟卵	100	1 : 15	みかん	100	2 : 15
コーヒー	200	2 : 15	卵焼き	100	3 : 00	桃, 梨	100	2 : 00
味噌汁	200	2 : 30	固茹で卵	100	3 : 15	大根, 法蓮草	100	2 : 00
白飯	150	2 : 45	牛 すき焼き	100	2 : 45	干大根	100	2 : 45
白がゆ	100	1 : 45	牛 ステーキ	100	4 : 15	人参	100	2 : 30
もち, そば	100	2 : 30	豚 すき焼き	100	4 : 15	牛蒡	100	2 : 30
うどん, 白パン	100	2 : 45	豚 みそ焼き	100	4 : 36	胡瓜	100	2 : 30
さつまいも	100	3 : 00	たい 刺身	100	2 : 45	南瓜	100	2 : 45
じゃが芋	100	2 : 30	たい 塩焼き	100	3 : 15	わかめ	100	1 : 45

注意！海藻やきのこは胃で消化できないまま十二指腸に送られる＝消化が悪い

# 胃炎

## 3. 胃炎

消化がよい目安 2時間以内

表 食品の胃内停滞時間  臨床栄養学実習 I のテキスト

食品名	分量	停滞時間	食品名	分量	停滞時間	食品名	分量	停滞時間
水, 煎茶	200	1 : 30	生卵	100	2 : 30	りんご, ぶどう	100	1 : 45
牛乳	200	2 : 00	半熟卵	100	1 : 15	みかん	100	2 : 15
コーヒー	200	2 : 15	卵焼き	100	3 : 00	桃, 梨	100	2 : 00
味噌汁	200	2 : 30	固茹で卵	100	3 : 15	大根, 法蓮草	100	2 : 00
白飯	150	2 : 45	牛 すき焼き	100	2 : 45	干大根	100	2 : 45
白がゆ	100	1 : 45	牛 ステーキ	100	4 : 15	人参	100	2 : 30
もち, そば	100	2 : 30	豚 すき焼き	100	4 : 15	牛蒡	100	2 : 30
うどん, 白パン	100	2 : 45	豚 みそ焼き	100	4 : 36	胡瓜	100	2 : 30
さつまいも	100	3 : 00	たい 刺身	100	2 : 45	南瓜	100	2 : 45
じゃが芋	100	2 : 30	たい 塩焼き	100	3 : 15	わかめ 	100	1 : 45

注意！海藻やきのこは胃で消化できないまま十二指腸に送られる＝消化が悪い