

## エニマクリン Q&A

### Q. なぜ検査食を食べなければならないのですか？

- A. 大腸に食物の残渣（便）が残っていると正確な大腸検査ができません。  
一般的に残渣のもとになると言われているのは、不溶性食物繊維と脂肪ですが、「エニマクリン」はこれらの成分を極力少なくし、腸内に便が残りにくいように開発された大腸検査専用の食事です。

### Q. 何か特別なものが入っているのですか？

- A. 便通をよくするのに役立つオリゴ糖や水溶性食物繊維などを使用しています。また、腸内に食物の残渣が残りにくいように不溶性食物繊維や脂肪を少なくなるよう工夫されています。

### Q. 箱にセットされているものを全部食べなければならないのですか？

- A. できるだけ空腹感のないように、また、できるだけおいしく食べていただけるように、いろいろなものが入っておりますが、食事量には個人差があると思いますので、無理に全部食べていただかなくてもかまいません。

### Q. 間食はいつ食べるのがよいのですか？

- A. 夕食までの空腹を感じた時に食べてください。  
夕食後に何か食べると食物の残渣（便）が残り、翌日の検査に支障がでる可能性がありますので、夕食を済ませたら水分\*以外は摂らないようにしてください。  
※水、お茶、紅茶・コーヒー（ミルクやレモンは入れない）、スポーツドリンク、サイダー、実のはいっていないジュースなど

### Q. 間食にビスコが入っていますが、同じ物を買って食べてもいいですか？

- A. 検査食のセットは、大腸に食物の残渣が残らないように、成分だけでなく量的にも考えられた内容となっています。同じビスコでも追加して食べると、残渣（便）が残り検査に支障を来す可能性がありますので、セットされたもの以外は食べないようにしてください。

### Q. 空腹に耐えられないときはどうすればよいのですか？

- A. 透明なアメ玉を食べたり、水、お茶、砂糖湯、清涼飲料水などを飲んでください。  
牛乳、果肉入りジュース、野菜ジュースなど脂肪や繊維を含むものは避けてください。

### Q. レトルトは温めなくても食べられますか？

- A. 温めた方がよりおいしいですが、そのまま温めなくても食べられます。

**Q. レトルトを温めて1週間放置していたのですが、温めてなおして食べても大丈夫ですか？**

A. 一度温めると風味は落ちますが、開封しなければ問題ありません。

**Q. 朝食・昼食・間食・夕食の順に食べなくてはならないのですか？**

エニマクリン3食セット（エニマクリン，エニマクリンPO，エニマクリンeコロン）の場合

A. 朝食・昼食・夕食の順番を変えても大丈夫です。

※ただし、注腸X線検査の前処置の場合には、順番を変えないでください。

※エニマクリンの間食は夕食までに食べてください。夕食以降に食べられると、食物の残渣（便）が残り検査に支障を来す可能性があります。

エニマクリン2食セット（エニマクリンCS，エニマクリンコロミル）の場合

A. 昼食・夕食の順番を変えても大丈夫です。

**Q. 夕食のコーンポタージュスープは、マグコロール(マグコロールP)を服用した後に食べてもいいですか？**

A. マグコロール（マグコロールP）服用後は絶食です。服用後にコーンポタージュスープを食べると残渣（便）が残り検査に支障を来します。マグコロール（マグコロールP）服用の1～2時間前には夕食を食べ終えてください。

**Q. 食べようと思ったら、賞味期限が過ぎていたのですが、何を食べてもいいのでしょうか？**

A. 新しいものを用意する時間がないのであれば、具のない粥や素うどんなど繊維や脂肪、乳成分ができる限り少ないものを食べていただくか、検査を受けられる施設にお問合せください。賞味期限はおいしく召し上がっていただくことのできる期間のことです。賞味期限を過ぎると風味が落ちておりますので、食べないようにお願いします。

**Q. 食べてから賞味期限が過ぎているのに気が付いたのですが、大丈夫ですか？**

A. 賞味期限はおいしく召し上がっていただくことのできる期間のことです。

レトルト食品は密封して滅菌しておりますので腐敗することはない、安全性に問題はありません。

**Q. 夏場の外出時は部屋の温度が上がりますが、室内保存で大丈夫ですか？**

A. 検査食の保存方法は、「直射日光・高温・多湿をさけ、涼しい場所に保存してください。」となっております。高温になると、ビスコのクリームなどの油分が酸化して風味が落ちることがあります。従って、高温になる室内で長期間保存されるような状況になるのであれば、冷蔵庫などの冷暗所に保存していただくのが望ましいでしょう。

※常温の定義：5-35℃（日本工業規格）、15～25℃（日本薬局方）

**Q. 塩分を制限されているのですが、どうすればいいですか？**

A. エニマクリン(又はPO, e コロン, CS, コロミル)を1箱、全て食べられた場合、塩分は3.1g(又は3.3g, 4.6g, 2.1g, 3.4g)と、通常の食事よりは塩分控えめになっております。さらに塩分を控えたのであれば、エニマクリンでしたら「和風ハンバーグ」を、PO、e コロン、CS及びコロミルでしたら「煮込みハンバーグ」を全量でなく半分程度に控えるとよいでしょう。

**Q. 糖尿病の薬を飲むのに、朝食のカロリーが低すぎるのですが、どうすればいいのでしょうか？**

**エニマクリン(ECL)の場合**

A. ECLの朝食「鯛がゆ」は128kcalですが、間食の「ゼリーミール」120kcalと「ビスコ」96kcalを一緒に食べていただくと344kcalになります。それでも不足するようでしたら、高エネルギーの飲料(栄養ドリンクなど)や透明の飴などでカロリーを補っても構いません。

**エニマクリンPO(EPO)の場合**

A. EPOの朝食「鶏と卵の雑炊」は197kcalですが、間食の「ゼリーミール」120kcalと「ビスコ」96kcalを一緒に食べていただくと413kcalになります。それでも不足するようでしたら、高エネルギーの飲料(栄養ドリンクなど)や透明の飴などでカロリーを補っても構いません。

**エニマクリンeコロン(EEC)の場合**

A. EECの朝食「鶏と卵の雑炊」は197kcal、夕食の「煮込みハンバーグ」と「白がゆ」は合わせて293kcalですので、朝食と夕食を入れ替えて食べていただくといいでしょう。それでも不足するようでしたら、高エネルギーの飲料(栄養ドリンクなど)や透明の飴などを食べられても構いません。

**Q. 透析をしているのですが、全部食べても大丈夫ですか？**

A. 透析患者さんの食事療法のガイドラインと比較して問題ないと思われませんが、心配でしたら先生に相談されるとよいでしょう。

\*エニマクリン(又はPO, e コロン, CS, コロミル)を1箱食べられたときの栄養成分値は以下のとおりです。

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	カリウム(mg)	リン(mg)
エニマクリン	823	19.4	65	43
エニマクリンPO	853	22.7	484	267
エニマクリンeコロン	670	31.4	535	289
エニマクリンCS	655	13.7	356	163
エニマクリンコロミル	473	22.4	407	185

### 透析患者の食事摂取基準

	血液透析（週3回）患者	腹膜透析患者
エネルギー	30～35 kcal/kg ※1, 2, 3 (体重50kgの場合1,500～1,750 kcal)	
タンパク質	0.9～1.2 g/kg ※1 (体重50kgの場合45～60g)	
食塩	6g未満 ※4	PD除水量(L)×7.5+尿量(L)×5 g
水分	できるだけ少なく	PD除水量(L)+尿量(L)
カリウム	2,000mg以下	制限なし ※5
リン	1日の適正なタンパク質摂取量(g)×15 mg以下 ※3	

※1：体重は基本的に標準体重（BMI=22）を用いる。

※2：性別、年齢、合併症、身体活動度により異なる。

※3：腹膜透析患者；腹膜吸収ブドウ糖からのエネルギー分を差し引く。

※4：尿量、身体活動度、体格、栄養状態、透析間体重増加を考慮して適宜調整する。

※5：高K血症を認める場合には血液透析同様に制限する。

(透析会誌 47(5) :287-291, 2014)

**Q. 炎症性腸疾患(潰瘍性大腸炎;UC, クロウン病;CD)なのですが食べても大丈夫ですか？**

A. 食事制限をされていないのでしたら問題ないと思われます。食事制限されている場合には、原材料の内容から先生に判断してもらってください。

**Q. 食物アレルギーがあるのですが大丈夫ですか？**

A. 外箱に原材料名と製造ライン中で混入する可能性のある原材料を表示しておりますので、ご自身のアレルゲンとなるものが含まれているものについては、控えるようにしてください。

**Q. 保険はきくのですか？**

A. 入院患者さんの場合でしたら特別食加算という制度があるのですが、通院患者さんの場合は、全額患者さんの負担になります。

**Q. エニマクリンを食べておなかが痛くなったのですが、おなかが痛くなるような成分が入っているのですか？**

A. エニマクリンにそのような成分は含まれていません。  
大腸検査の前処置における腹痛の原因のほとんどは前処置用に処方された下剤によるものです。痛みがひどいようでしたら、他の原因も考えられますので、できるだけ早く先生の指示を受けてください。

**Q. エニマクリンを食べて下痢をしたのですが、何か悪かったのではありませんか？**

A. エニマクリンに水溶性食物繊維やオリゴ糖などの便通を整える素材が少し入っています。そのような成分に敏感に反応して便意をもよおされる方もおられますが、下痢が続くようなことはありません。

エニマクリン以外に下剤等も処方されていると思います。それらにより下痢便が数回起こります。