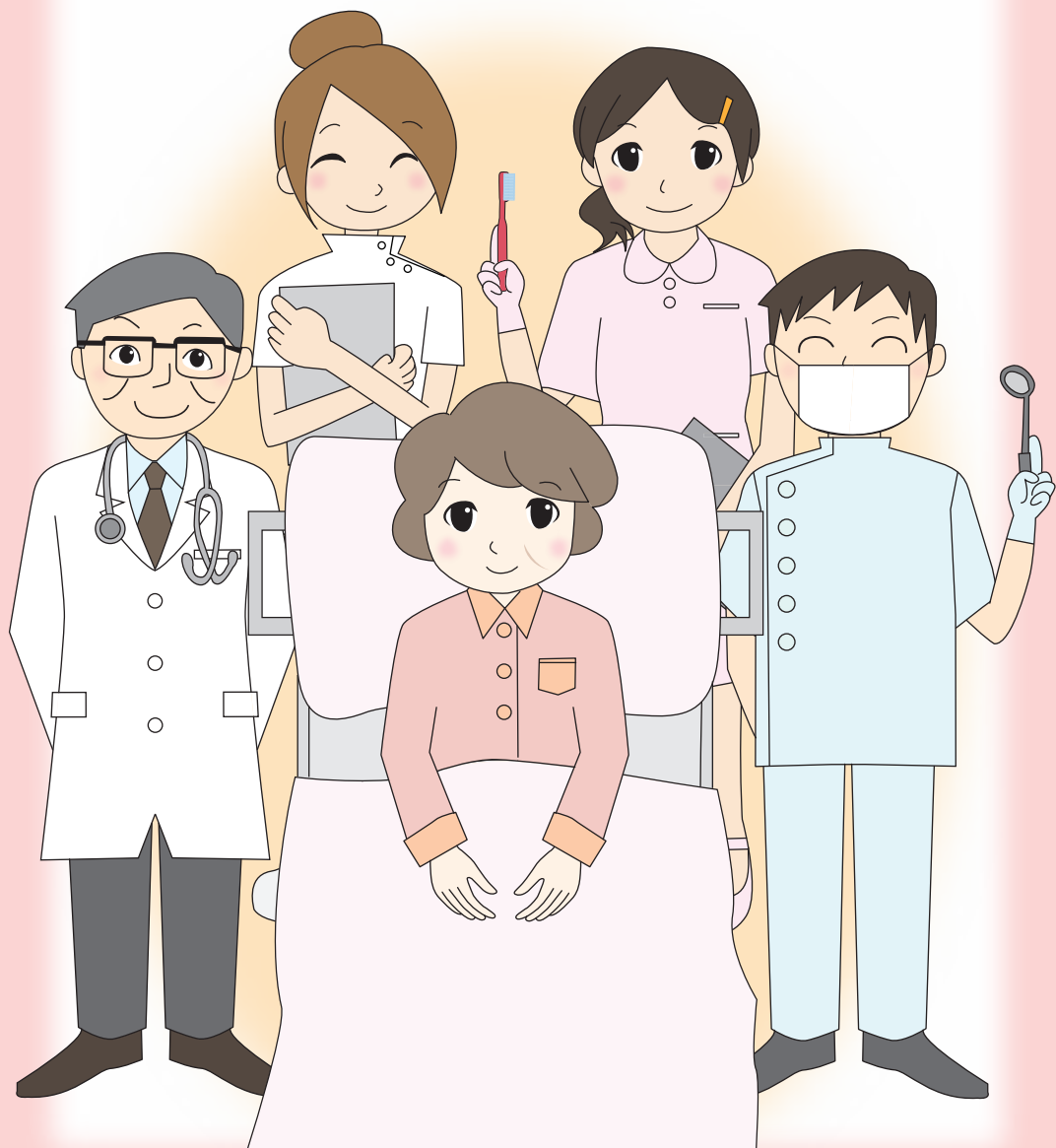


がん患者さんのお口の管理



はじめに

がん治療中には、手術や抗がん剤治療，放射線治療により、からだに様々な副作用があらわれます。

お口の中においても、口内炎や歯や歯ぐきの痛み、口腔内の乾燥などにより、お口の不快感を感じたり、痛みにより食事がとれないなどつらい思いをすることがあります。

そこで、がん治療に伴う副作用や合併症による、お口のトラブルの予防や軽減のため、医療機関と歯科医療機関の医科と歯科が連携して、患者さんの精神的・身体的なサポートをするために必要な情報をパンフレットにまとめました。

このパンフレットが、がん治療を受けられる患者さんのお口のトラブルの軽減につながり、治療に専念できるよう役立てば幸いです。



がん治療が始まる前に、お口の管理が大切です

がん治療前にお口の健康管理を行うと、
さまざまな利点があります。

合併症の予防

口の中の汚れは細菌のかたまりです。

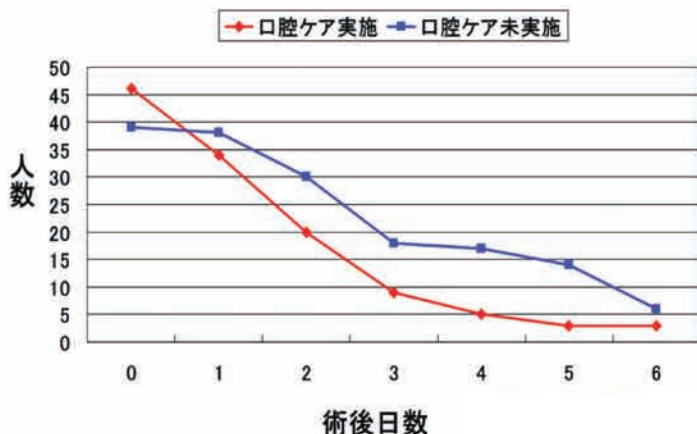
口の中が不潔な人は、がん治療に伴って呼吸器の感染症（肺炎など）を併発しやすくなります。

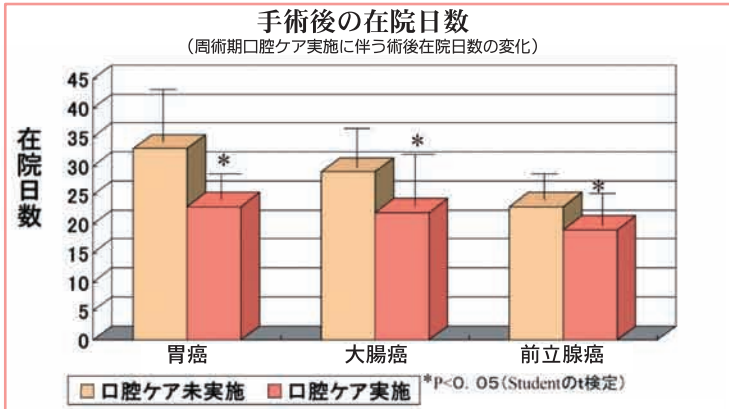
歯や義歯の清掃状態が不十分だと、合併症を発症する可能性が高くなります。

入院日数の短縮

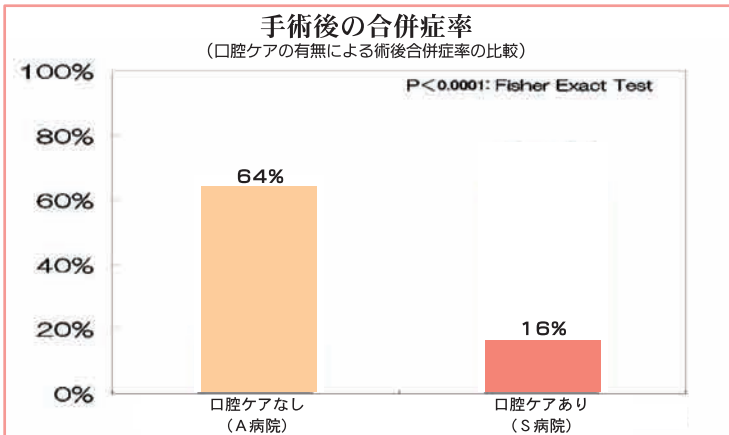
がん治療を開始する前に専門的なお口のケアを受けた人は、手術後の合併症が少なく、入院日数が短いという研究報告があります。

口腔ケア実施に伴う術後の発熱患者数の変化





大西徹郎：急性期病院における口腔ケアより



大田洋二郎：ガン治療による口腔内合併症の実態調査及びその予防法の確立に関する研究

放射線療法や化学療法に伴う口腔合併症は、経口摂取低下や嚥下困難による栄養不良を誘発しやすく、がん治療効果・生活の質の低下などにつながります。

また外科療法後に発症する感染や発熱は、術後在院日数の延長につながり患者様の心身的なストレスとなります。

これらのトラブルを予防・軽減し、予後を向上させるために、入院前はもちろんです、入院中・退院後の口腔ケアは欠かせません。

抗がん剤治療・放射線治療における副作用対策

抗がん剤治療・放射線治療では、副作用として口の中に様々な症状がでます。

抗がん剤治療

抗がん剤は、がん細胞を殺すとても強い薬です。口の中の粘膜に障害を与えることがあります。唾液が持っている「免疫能力」を弱めることがあります。

口内炎
歯や歯ぐきの痛み
舌の痛み
口の中の乾燥
口の中の感染
味覚の変化

放射線治療

口の周りにできたがん放射線を当てると、がん細胞が死ぬと同時に、口の粘膜にも障害が加わります。唾液を出す細胞が障害を受けると、唾液がでにくくなります。

口内炎
歯や歯ぐきの痛み
口の中の乾燥
口の中の感染
むし歯の急激な増加
味覚の変化



口内炎（口腔粘膜炎）



骨への感染（顎骨壊死）

- がん治療前と治療中に口の中の清潔を保てば、これらの様々な副作用を軽減することができます。

歯科医師・歯科衛生士による専門のお口のケア

がん治療中は、むし歯、歯周病、口内炎などが悪化しやすくなります。

がん治療中はむし歯や歯周病の治療も困難となります。

歯の修復物や入れ歯などの不具合で「かみ合わせが悪い」「口の中が痛む」といったような状態になると食事が困難になります。しっかり食事がとれなければ体力が低下します。がん治療が始まる前のお口の管理が大切です。

歯科医院で専門的に口の中を清掃してもらいましょう。

毎日きれいに磨いているつもりでも、歯ブラシが届かずに汚れが残しやすいところがあります。

歯科医師・歯科衛生士の専門家は、歯ブラシのほかに専門の器具を用いて、歯と歯ぐきの境目など、磨きにくい場所にある汚れや歯垢を徹底的に取り除きます。

歯科医院で専門的に口の中の清掃方法を指導してもらいましょう。

むし歯や歯周病予防のために毎日の歯磨きは大切ですが、がん治療中は、歯や入れ歯の汚れや歯垢の中に存在する細菌のために、肺炎などの呼吸器感染症を合併しやすくなります。

口の中が不衛生になると、がん治療中は口内炎が生じやすくなりますが、口の中を清潔に保つことによって口内炎の悪化を予防出来ます。

歯科医師・歯科衛生士に効果的な歯磨きの方法や入れ歯の清掃方法について指導してもらいましょう。



むし歯や歯周病があると、がん治療に支障がでることがあります。事前に歯科治療を受けましょう。

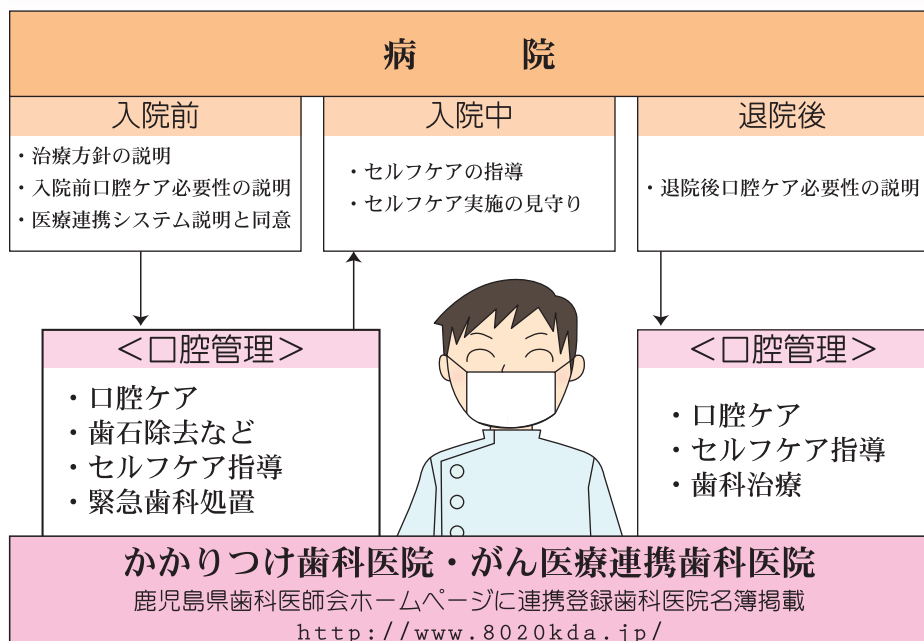
がん治療によって、むし歯や歯周病は急激に悪化します。がん治療を開始すると歯科治療の内容に制約が出てくるため、普段からの歯科治療が理想的です。

がん治療が始まる前にお口の環境を整えて、がん治療にのぞみましょう。



◆がん治療が始まる前に、かかりつけ歯科医院やがん医療連携歯科医院を受診されることをお勧めします。

がん医療連携歯科医院は、専門の研修を受け、日々研鑽に努めています。担当の主治医の先生と密接に連絡を取り、患者さんの状況に合わせた歯科治療・処置を行います。



お口のお手入れについて

1 歯ブラシの選び方

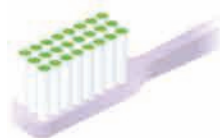
- ◆ 口腔粘膜が正常な場合
通常の硬さの歯ブラシを使用します。
(歯ブラシの毛にある程度コシがあるもの)
- ◆ 口腔粘膜が炎症を起こしている場合
毛先の極力柔らかいものを使用します。
- ◆ 口腔粘膜の出血や組織壊死などの症状、口腔悪性腫瘍手術後の場合
スポンジブラシなどの使用及びうがいを行います。



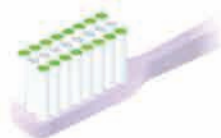
2 磨き方

歯ブラシは歯を1本ずつ磨くような意識で細かく動かします。
磨くときにあまり力をいれません。

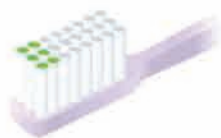
全面



ワキ



ツマ先



カカト



歯ブラシの毛先を使って歯と歯肉の境目、歯と歯の間、奥歯の溝、歯の裏側を磨きます。

3 歯磨きペースト（歯磨剤）

嘔吐が激しい場合や、口腔粘膜に著しい炎症がある場合は、歯磨きペーストの使用は避けましょう。放射線治療が実施された場合はフッ素化合物が配合された歯磨きペーストがお勧めです。



4 補助清掃用具

通常の歯ブラシでは届きにくい場所の清掃に使う清掃用具です。

歯間ブラシによる清掃



デンタルフロスによる清掃



一歯磨き用ブラシによる清掃



5 舌清掃

舌苔（舌に着いた汚れ）を除去するための清掃用具として舌ブラシがあります。

舌ブラシは軟毛の歯ブラシで、舌の奥から手前に軽くブラッシングする。舌苔が厚い場合は1回のケアでは取り除けないため繰り返しケアを行います。



舌ブラシ使用中

6 保湿・うがい

口腔内の乾燥に対応する方法として、うがいや市販の保湿剤による対処療法があります。

◆うがいの実施

- 最低1日3回、できれば1日8回（約2時間ごと）行う。
- お口に含嗽剤や生理食塩水（水1ℓに9gの食塩を溶解）を含み、30秒ぶくぶくうがいを行います。

◆保湿剤の使用

- 市販の保湿剤には、スプレー型、ジェル型、洗口型などがあります。



7 義歯の清掃

義歯用ブラシを使用し、義歯の表面についた食渣やぬめりを除去します。夜間、義歯清掃剤に浸けておくことも、非常に有効な清掃方法です。



歯科検診結果記入欄

歯科検診日	年 月 日	検診者
歯科検診結果	むし歯	無 ・ 有 (本)
	歯周病	無 ・ 有
	お口の清掃状況	良好 ・ 普通 ・ 不良
	口腔乾燥	無 ・ 有
	舌苔	無 ・ 有
	口腔粘膜の状態	
	義歯	無 ・ 有
	義歯清掃状況	良好 ・ 普通 ・ 不良
その他特記事項		

歯科検診日	年 月 日	検診者
歯科検診結果	むし歯	無 ・ 有 (本)
	歯周病	無 ・ 有
	お口の清掃状況	良好 ・ 普通 ・ 不良
	口腔乾燥	無 ・ 有
	舌苔	無 ・ 有
	口腔粘膜の状態	
	義歯	無 ・ 有
	義歯清掃状況	良好 ・ 普通 ・ 不良
その他特記事項		

● メモ ●

お口のことので気になることを記入しておきましょう。

作成：鹿児島県
監修：独立行政法人国立病院機構鹿児島医療センター
公益社団法人鹿児島県歯科医師会



リサイクル適性[Ⓐ]

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。