

病院と地域の歯科医院をつなぐための治療手帳

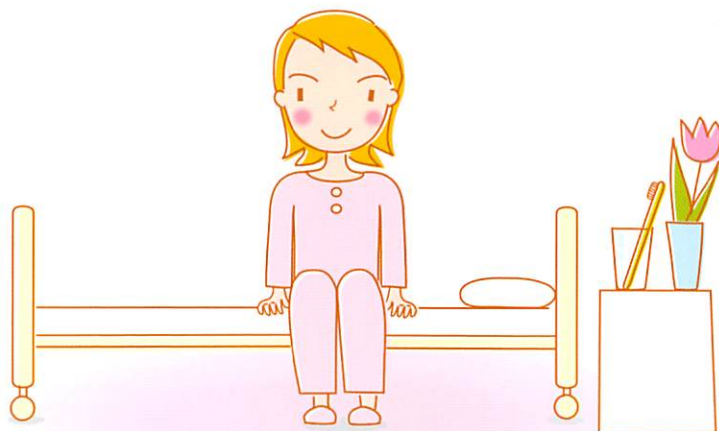
がん患者さんのお口の管理

がん治療開始前に歯科受診を勧められた方へ

静岡県立静岡がんセンター

歯科・口腔外科 看護部 口腔ケアリンクナース

監修：歯科・口腔外科 部長 大田洋二郎



がん治療中には、からだに様々な副作用が現れます。

お口の中も例外ではありません。特に抗がん剤治療で起こる口内炎・歯が原因の感染、放射線治療で起こる口内炎・口腔乾燥の症状でお口から食べ物や水を十分摂ることができなくなります。その結果、体力が急速に低下してしまい、がん治療を一時的に中断することもあるほどです。

こうしたお口のトラブルを未然に防ぎ、症状を軽くするためには、がん治療開始前に歯科を受診して、お口の中をきれいにしてもらい、歯を治療しておくことが大切だと分かっています。

平成 24 年度から、がんを治療する病院と地域の歯科医院が連携し、がん患者さんの歯科治療やお口の管理をおこなう取り組みが医療保険制度に導入されました。

この冊子は、がんを治療する患者さん、または治療前に歯科を受診する患者さんに、役に立つ情報をわかりやすくまとめました。この冊子が、がん患者さんのお口の苦痛を少なくし無事に乗り越えられるよう、お役に立てれば嬉しく思います。



静岡県立静岡がんセンター

歯科・口腔外科 大田洋二郎

1-2はじめに

3-4 **がん治療中とお口のトラブル**

Q. がん治療によるお口のトラブルは、どんなものがありますか？

がん治療を始める前に

Q. がん治療前に歯科を受診するように言われました。
なぜですか？ どの歯科を受診するのですか？

5-6 **がん治療を始める前に**

Q. がん治療前に歯科では、どんな処置を受けるのですか？

自分でおこなうこと

Q. がん治療前のお口のケアは、どのようにするのでしょうか？

7-8 **義歯(入れ歯)を使っている場合**

Q. 義歯(入れ歯)を使っていますが、
治療前・中に注意することはどんなことですか？

お口・のど・食道の手術を受ける場合のお口の管理

Q. お口やのどの手術を受ける予定ですが、
治療の流れとお口のケアはどのようになるのですか？

9-10 **胃・大腸・呼吸器の手術を受ける場合のお口の管理**

Q. 胃がんの手術を受けるのですが、口腔ケアは必要ですか？

お口・のどの治療を受ける場合のお口の管理

Q. お口やのどに放射線治療を受ける予定ですが、
どのような障害が残りますか？



Q がん治療によるお口のトラブルは、どんなものがありますか？

A がん治療の方法によって、お口に出てくる症状は大きく異なります。手術では、傷口の感染と肺炎、抗がん剤治療では、口内炎、味覚の異常、歯や歯ぐきが原因の感染など、放射線治療では、口内炎、お口の乾燥、ムシ歯の増加などがあります。



手術	抗がん剤治療	放射線治療
● 傷口の感染 ● 肺炎 (お口やのど、 食道の手術を 受ける場合)	● 口内炎 ● 歯・歯ぐきの感染 ● 味覚の変化 ● お口の乾き ● お口の周りのしびれ感 ● 粘膜の感染 (カビ、ウイルス等)	● 口内炎 ● 味覚の変化 ● お口の乾き ● ムシ歯の増加 ● あごの骨の感染 ● お口の開きにくい 症状

◎ 肺炎はお口の菌が原因で起きることがあります。

◎ 抗がん剤ではありませんが乳がん、肺がん等の治療で使われるビスフォスフォネート剤の使用で、あごの骨に壊死が起こることがあります。

がん治療を始める前に

Q がん治療前に歯科を受診するように
言われました。なぜですか？
どこの歯科を受診するのですか？

A 治療前の歯科治療やお口のケアは、がん手術による
傷口の感染や肺炎を予防します。また抗がん剤・
放射線治療で起こるお口のトラブル（口内炎・お口の
乾き等）を予防し症状を軽くします。これによりがん治療
を苦痛を少なく、最後までおこなうことができます。

受診する歯科は、かかりつけの歯科医院が基本になります。
かかりつけ歯科が無い場合は、病院が連携する歯科医院
や、がんと歯科治療の講習会等に参加した歯科医院*を
受診すると安心でしょう。



治療前にかかりつけ歯科医院の受診

がん治療前のお口のチェック



歯石の除去
ムシ歯の治療
歯みがきの指導



がん治療の実施



治療後にかかりつけ歯科医院で継続治療

がん治療後のお口の衛生管理

定期的な歯石除去
一般的な歯科治療

*日本歯科医師会は、歯科医師向けに「がん患者の歯科治療に関する講習会」を開催し、
地域のがん拠点病院と地域の歯科診療機関が連携する取り組みを始めています。

がん治療を始める前に

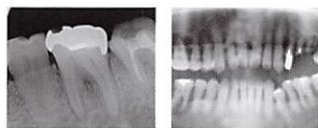
Q がん治療前に歯科では、 どんな処置を受けるのですか？

A がん治療前に、歯科医院を受診して受ける処置は、大きく3つあります。

- ① 歯、歯ぐき、粘膜等、お口全体のチェック
- ② 歯に付着する歯石を除去し歯面をきれいにする
- ③ あなたのお口に合ったブラッシングの方法を歯科医師・歯科衛生士から説明を受ける

① お口のチェック

ムシ歯や歯周病など悪いところがないかチェックします。歯と周囲の組織を撮るX線撮影もあわせておこなわれます。



歯のX線写真

② 歯石除去や歯のクリーニング

歯石は歯科医院でしか取ることができません。歯石は歯についたままになっていると、細菌がたまりやすくなります。がん治療前に必ず取ってもらいましょう。



歯石を取る前



歯石を取った後

③ 歯みがきの指導

人のお口は歯の並び方などそれぞれ違います。あなたに合った歯みがき方法や治療前・治療中のケアの方法を教えてください。



ムシ歯や歯周病がある場合、がん治療開始までの間にできる範囲で治療をおこなうようにしましょう。

Q がん治療前のお口のケアは、 どのようにするのでしょうか？

A ひとりひとりのお口の状態によって、ケアの方法は異なります。歯科医院で、歯科医師や歯科衛生士から指導された方法でおこなってください。ここでは、基本的な歯みがきと、うがいの方法を紹介します

1 歯みがきがお口のケアの基本です。 プラーク（細菌の塊）をハブラシで除去します。



方法

歯と歯ぐきの境目は汚れがたまりやすいところです。ハブラシをあてたら、細かく振動させるように動かしましょう。

- **回数** 毎食後が基本です。体調がすぐれない時は1日1回でもよいです。
- **ハブラシの選び方** コンパクトなヘッドのものが奥歯まで届きやすく、粘膜にあたりません。
- **歯みがき剤** 歯みがき剤は、粘膜に刺激が少ないものを選びます。



歯科衛生士は、患者さんのお口の状態に応じたお口のケア方法を指導してくれます。お口で困ったことがあれば相談してみてください。

2 うがいは、お口の乾燥を防ぎ、感染を予防すると考えられます。

方法

歯みがきあとに液をお口に含み、ぶくぶくと口全体に広げながら10～20秒程おこないます。

- **回数** 毎食後はもちろん、日中は2～3時間おきにうがいをしてください。
- **洗口液の選び方** ノンアルコールのものが刺激が少ないのですが、体の成分と浸透圧が等張の洗口液、生理食塩水、市販の同等品がよいでしょう。

義歯（入れ歯）を使っている場合

Q 義歯（入れ歯）を使っていますが、
治療前・中に注意することは
どんなことですか？

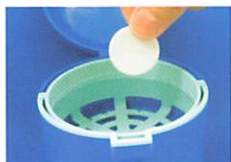


A 義歯を使っている場合、がん治療前に歯科を受診して、義歯が粘膜に当たり傷ができてないか、痛いところがないかの確認と調整をしてもらいましょう。
がん治療中の義歯の使用は、がん治療によって対応が異なりますので、担当医や看護師さんに相談してください。

1 がん治療中の義歯の清掃と保管の方法

義歯には目には見えない無数の細菌が付着しています。毎日、寝る前に義歯をはずし、流水下で義歯用のブラシでごしごしこすり、汚れを落とします。最後に義歯保管用のケースに水をはり、その中に保管します。その際、義歯洗浄剤をあわせて使用すれば、細菌の繁殖を押さえることができます。

義歯洗浄剤を使うと、ブラシではとりきれない汚れや、臭いも取り除けます。



2 がん治療中の義歯の使用について

手術の場合

お口から食事をする許可がでている場合、手術の前日まで使用できます。

抗がん剤や放射線の場合

お口の粘膜に赤みや痛みが出てきたら、担当医や看護師に相談してください。食事の時だけはめる、またはずっと外しておく、などの指示があります。外しておく場合は、正しい保管方法で保管してください。

Q お口やのどの手術を受ける予定ですが、治療の流れとお口のケアはどのようなのですか？

A お口やのどの手術では、手術前に歯科を受診して指導を受けた方法で、歯みがきやうがい手術当日の朝まで続きます。手術後、看護師の指示でお口のケアが始まりますが、個別にケア方法の指導を受けなくてはなりません。

予想されるお口のトラブル…手術の傷口の感染、誤嚥による肺炎

お口の変化

手術前は特に変化はありません。

自分でケアが一時的にできない時期

傷口の痛み、麻痺があり、水・食事が食べられません。

食事が開始される頃
(手術後1週間くらい)

お口・のどの傷が治り、食事ができるようになります。飲みこむ際にむせないことを確認した後、食事が始まります。

ケア方法

開始前

- 新しく準備したハブラシや歯間ブラシで歯の表面、歯と歯の間の汚れを丁寧に除去しましょう。
- お口の清潔を保つにはブラッシングと「洗口液」が有効です。お口に痛みがない場合は殺菌剤入りのものを選びましょう。

手術後1日～5日頃

- 看護師や歯科衛生士が、手術箇所や粘膜を傷つけないよう、超軟毛ブラシやスポンジブラシでケアを行います。
- お口の乾燥がある場合は、保湿洗口剤を使うようにします。

手術後1週間以降

- お口、のどの状態が手術前と変わるので、看護師、歯科衛生士によるケア指導を必ず受けてください。
- 細かい部分の清掃に、部分磨き用ブラシを使うと大変便利です。



Q 胃がんの手術を受けるのですが、口腔ケアは必要ですか？

A 胃や大腸の手術は、肺炎の予防のためにお口のケアは必要です。特に高齢の患者さんの場合は、歯の清掃だけでなく、舌や頬の粘膜の清掃をスポンジブラシでおこなうようにしてください。



予想されるトラブル… 誤嚥による肺炎

お口の変化

手術前は特に変化はありません。

自分でケアが一時的にできない時期

おなかの傷が落ち着くまで水・食事が食べられません。

食事が開始される頃(手術後1週間くらい)

胃や腸の傷が治り、食事ができるようになります。重湯・おかゆから始めます。お口の変化はほとんどありません。良く噛んでゆっくり食べるようにします。



ケア方法

開始前

- 新しく準備したハブラシや歯間ブラシで歯の表面、歯と歯の間の汚れを丁寧に除去しましょう。
- 舌や頬の粘膜の清掃をスポンジブラシでおこないましょう。
- 義歯清掃は、毎日寝る前にします。



手術後1日～5日頃

- ベッド上でうがいや超軟毛ブラシやスポンジブラシでケアをおこないます。
- 歩行ができ洗面台までいけるようになると、歯みがき、うがいを開始します。
- 義歯は許可できるまで義歯保管容器に水をいれてその中に保管します。

手術後1週間以降

- 手術前のお口のケアを継続します。
- お口やのどに傷はないので、嚥んだり飲み込むのに障害はありませんが、胃や腸に負担をかけないよう、ゆっくり、しっかり噛んで食べましょう。

手術日

一般病棟

お口・のどの治療を受ける場合のお口の管理

Q お口やのどに 放射線治療を受ける予定ですが、 どのような障害が残りますか？

A 放射線治療がお口やのどの周辺に行われると、唾液を出す細胞がダメージを受けて、唾液の出にくい状態になります。お口が乾いた状態が長く続くと、ムシ歯になるリスクも高くなるので、治療後も定期的な歯科受診が必要です。

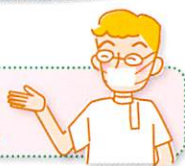
お口の乾きの対処方

こまめにうがいや水分補給をして、お口の中をいつも湿らせておきましょう。市販の保湿剤はスプレー式、ジェル型、洗口液などの種類があり、お水よりもお口の中を長く湿らせることができます。

また、担当医の判断で塩酸ピロカルピンという唾液腺を刺激して唾液を出すお薬（保険適用）が処方されることもあります。

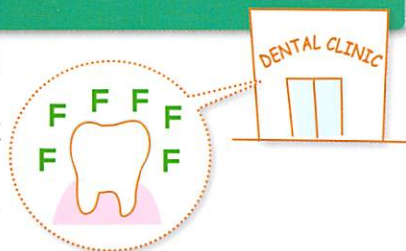


ご自身に合った保湿の方法を見つけましょう。
迷ったときは歯科医師、歯科衛生士にご相談ください。



定期的な歯科受診

放射線治療によってお口が乾燥した状態が長く続くと、ムシ歯になるリスクが高くなります。ムシ歯の予防には歯科医院でフッ化物を歯に塗ってもらうことが有効です。治療の終了後も定期的に歯科医院を受診し、お口を清潔に保ちましょう。



サンスター株式会社