

# がん治療におけるお口のケア



口腔管理医療連携モデル事業協議会

# 目次

<b>01</b>	手術を受ける方へ	04
●	お口のケアの重要性	04
●	禁酒と禁煙の必要性	05
●	全身麻酔による合併症	05
<b>02</b>	がん治療に伴うお口の合併症	08
●	口腔粘膜炎	08
●	原因	08
●	症状	10
●	予防	10
●	治療	11
●	口腔乾燥症	13
●	症状	13
●	予防と治療	13
●	下顎骨骨髄炎	14
●	原因	14
●	症状	14
●	予防と治療	15

### 03 予防のために大切なこと .....16

- 口腔の検査 .....16
- お口のケアの道具 .....16
- お口のケアの方法 .....18

### 04 おくすり手帳を活用しましょう .....22



# 01

がん治療におけるお口のケア

## 手術を受ける方へ

### お口のケアの重要性

肺炎や創感染の予防の一つとしてお口のケアは非常に重要で、術後合併症を減少できると考えられています。

また、全身の健康にも大きくかかわってくることが、さまざまな疾患でわかってきています。普段から歯科疾患の治療を心がけることが大切です。

がん治療を始める前から歯科医による検診や歯科衛生士、看護師によるセルフケアの指導を受けましょう。

その後も継続してお口のケアを行うことが大切です。継続したメンテナンスを行うためには、連携機関の情報共有に対する患者さんの理解が必須となります。



### ①合併症

治療や検査などがもとになって起こることがある病気

### ②挿管

口や鼻から気管にチューブを入れること

## 禁煙と禁酒の必要性

口腔・咽喉頭・食道・肺がんで治療を受ける方はタバコと酒を嗜む方が多いです。手術前の禁煙はたとえ短期間でもその期間に応じた良い効果をもたらします。

48時間で一酸化ヘモグロビンの減少、1～2週間で喀痰の減少、4～6週間で肺機能の改善効果があります。

禁酒も同様に肝機能の改善とそれに伴う効果があります。

## 全身麻酔による合併症①

一般的に手術を全身麻酔で行うときにはお口から挿管②チューブを気管まで送り込み、その管を通して空気や麻酔薬が肺に入っていきます。その際にお口の中が汚れていると細菌などを肺に運んでしまう可能性があります。

また歯周病などでグラグラした歯があると、挿管チューブを入れる時に歯が抜けてしまったり、かぶせ物が外れたりする可能性があります。そのため、全身麻酔を受ける方は、手術前に主治医に相談の上、歯科医院を受診しましょう。

# 01

がん治療におけるお口のケア

## 手術を受ける方へ

挿管されている時間が長くなると人工呼吸器関連肺炎（VAP）の予防には、お口の中の衛生状態を良好に保つことが大切です。

まめ知識

01

肺がん

肺がんの術後合併症は、約25%の人に起こり、その多くが肺炎です。術後の肺炎は致命的になりかねません。

喫煙者に肺炎が生じる頻度が高いため、禁煙が重要です。

### ③ 誤嚥

食べ物や異物を気管内に飲み込んでしまうこと。

まめ知識

02

## 食道がん

開胸や開腹を伴う食道がんの手術では、呼吸に関係する組織を傷つけるため、呼吸機能が落ちます。肺炎は約6～30%、声帯の動きを調節している反回神経の麻痺が15%前後起こるといふ報告もあります。

声がかすれたり飲み込む機能の障害を起こすため、誤嚥③を引き起こしやすくなります。

まめ知識

03

## 口腔・咽喉がんなどの頭頸部がん

お口の衛生状態が悪いと口腔や頸部の傷の感染につながり、傷の治りに大きく影響します。

# 02

がん治療におけるお口のケア

## がん治療に伴うお口の合併症

### 口腔粘膜炎

手術療法

化学療法

放射線療法

#### ●原因

口腔粘膜（口唇粘膜、頬粘膜、舌、歯肉など）に対する抗がん剤や放射線の直接作用や白血球減少に伴う局所感染症により、口腔粘膜炎が発生します。

それに関連して既存の歯・歯周組織の炎症が悪化することや、ヘルペスウイルスにより水疱形成や潰瘍（かいよう）が生じることやカンジダという真菌が増殖して白苔がふえることがあります。



## がん治療により 口腔内副作用(口内炎など)が起こる確率

米国国立歯科頭蓋顔面研究所 (NIDCR) より

▶ 抗がん剤治療を受ける患者さん 40%

▶ 骨髄移植を受ける患者さん 75%

▶ 頭頸部がんの放射線治療を受ける患者さん 100%

## 02

がん治療におけるお口のケア

# がん治療に伴うお口の合併症

### ● 症 状

口腔粘膜が赤く腫れ、びらんや潰瘍や白い斑点ができて、食事の時に焼けた感じや痛みを感じることもやみることによって飲食がしにくくなります。時に重症化すると出血を伴います。

抗がん剤治療による口内乾燥や味覚障害で食事量が減ると栄養状態が悪くなり、口内炎は増悪します。

一般的に、抗がん剤投与後数日で発症し、白血球が減少する約2週後にピークとなり、3～4週程度で回復します。頭頸部領域に対して放射線治療を同時に行うと口腔粘膜炎は強くなります。

放射線治療の場合、治療開始後2週目頃から発症し、徐々に症状が強くなってきます。

### ● 予 防

治療開始前に歯科受診しましょう。細菌が増殖すると悪化しやすいため、感染源となりやすい病巣（むし歯や歯周病など）を治療します。また、お口の中の衛生を保つため、歯磨きや入れ歯の手入れ、食生活など具体的な生活指導を歯科衛生士、看護師から受けましょう。

### ①生理食塩水

人間の体液の濃度に近い食塩水。

## ●治療

症状に対しては、痛み止めを使用や粘膜を保護するようにします。

初期の局所的な軽度の口内炎には、ステロイド軟膏を1日1～2回程度、少量塗布して治療します。

軟膏の長期使用や白血球減少に伴う局所感染症によって増悪します。

お口の中を清潔に保ち、水分補給をし、生理食塩水①やうがい薬でこまめにうがいをしてお口の中の乾燥を防ぎましょう。

お口の中の乾燥の強い場合は市販の保湿剤も有効です。

また、栄養状態も重要です。痛みで食事がとれない時には、食前に速効性の鎮痛薬を服用すると痛みが軽くなって食べやすくなります。刺激物を避け水分が多くて柔らかく口当たりのよい食品をとるようにします。

## 02

がん治療におけるお口のケア

# がん治療に伴うお口の合併症



### 生理食塩水の作り方

1Lの水に9gの食塩を溶かす。

自分で作ることが衛生的に心配な人は、薬局・薬店でも取り扱っています。

## 口腔乾燥症

手術療法

化学療法

放射線療法

### ● 症 状

がん治療により唾液の粘り気が増し、分泌量が減ることがあります。その間は、むし歯や歯周病にかかりやすくなります。乾燥感で不快になることや水分の少ない食事がとりづらくなる場合があります。また、しゃべりにくくなる場合もあります。

### ● 予防と治療

症状を緩和するため、うがいを励行し、乾燥予防の保湿剤などを使用します。回復に長い時間を要する場合がありますので、根気良くお口のケアを行い、お口の中の衛生状態を良好に保ちます。

治療後は、むし歯や歯周病の予防のため、定期的な歯科受診とフッ化物塗布等が有効です。

## 02

がん治療におけるお口のケア

# がん治療に伴うお口の合併症

### 下顎骨骨髄炎

手術療法

化学療法

放射線療法

#### ●原因

下あごの骨に放射線が照射されることや**ビスホスホネート製剤②**の副作用として、治療終了後数ヶ月から数年経過した後に徐々に骨が弱くなってしまい骨髄炎を発症することがあります。強い痛みを伴うことが多く、歯がぐらついたり、頬が腫れ上がったりします。重症化すると骨が壊死（えし）をおこしてしまうこともあります。

#### ●症状

歯ぐきからあごの骨が見えることやあごのしびれやだるさなどを感じることがあります。また、感染を起こすと痛みや腫れといった症状が出てきます。

## ②ビスホスホネート製剤

注射薬は、がんによる骨病変や高カルシウム血症に、内服薬が骨粗しょう症に使用されています。

治療に使われているくすりを知りたい時は、医師や薬剤師に確認しましょう。

お口の中の汚れや合わない入れ歯、抜歯など外科的な歯科処置、また、ステロイド治療や化学療法、放射線治療などによりそのリスクが高まります。

## ●予防と治療

細菌感染が引き金となることも多く、予防のためには治療開始前から継続したお口のケアが重要です。

ビスホスホネート製剤投与後やお口の中の放射線治療後に抜歯をすると起こりやすくなるため、治療開始前に歯科治療を済ませておくことが大切です。

また、治療中に歯ぐきの腫れや痛みを感じたときはすぐに医師・歯科医師に相談しましょう。

発症した場合の治療としては、洗浄や抗生物質の投与を行いますが、改善しない場合には傷んだ組織を取り除く処置やあごの骨を部分的に切除する必要性が生じることもあります。

歯科受診の際は、必ずビスホスホネート製剤による治療中や放射線治療中と伝えましょう。

おくすり手帳も忘れずにお見せください。

# 03

がん治療におけるお口のケア

## 予防のために大切なこと

### 口腔の検査

がん治療開始前に歯科検診を受け、問題を起こす危険性がある歯は、治療を済ませてみましょう。合併症を起こすようなお口の状態は、

- ①歯磨きが上手くできていない
- ②歯ぐきが腫れている
- ③むし歯がある
- ④入れ歯が合っていない

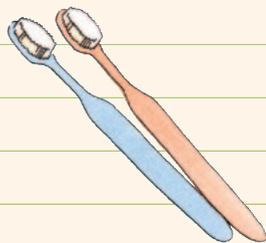
などです。

がん治療中も、定期的に歯科受診をしましょう。

### お口のケアの道具

#### ●歯ブラシ

歯ブラシはナイロン製で毛先は平たんな物、ヘッドが小さいもので、ブラシの硬さが普通から軟らかめのものを選びましょう。特に抗がん剤治療を受けられるかたは、柔らかかめのものを選びます。



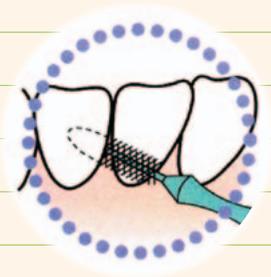
## ●歯磨き剤

むし歯予防効果があるフッ化物配合歯磨剤が良いでしょう。お口の中が荒れているときはミント系など香料の強いものは、控えましょう。歯磨きだけでも十分汚れを落とすことができます。



## ●歯間ブラシ・デンタルフロス

歯と歯の隙間が広い方は歯間ブラシも有効です。デンタルフロスは歯間ブラシが入らない歯間が狭い部位の汚れを落とすもので、糸だけのものと使いやくホルダーが付いたものがあります。



### 【歯間ブラシ】

歯と歯の間で少し隙間のあるところなどに通します。歯と歯の間にブラシ部分を直角に入れ、歯ぐきを傷つけないように2～3回前後させます。隙間にあった歯間ブラシを選びましょう。

## 03

がん治療におけるお口のケア

# 予防のために大切なこと



### 【デンタルフロス】

歯ブラシが通らないところの歯と歯の間に付着している歯垢をかき出します。

歯と歯の間をゆっくりと前後に動かしながら、上の歯は下へ、下の歯は上に動かして歯の間からはずしましょう。

### お口のケアの方法

食後 30 分以内を目安に、歯が 1 本でもあれば歯ブラシを使ってきれいにしましょう。

歯ブラシは鉛筆持ちがおすすめです。歯ぐきを傷つけないように力を入れず、磨きましょう。毛先がつぶれないように、細かく歯ブラシを動かしてください。

歯ブラシは、歯と歯肉の境目にまっすぐに当て、小きざみに横に動かし、歯と歯の間に毛先を届かせて磨きます。同じところを 15 回程度動かします。歯間ブラシやデンタルフロスを使って歯と歯の隙間をきれいにするケアを加えるとよりよいでしょう。

お口は食事をしていないときでも汚れます。かならず 1 日数回の歯

みがきが大切です。歯がない場合は、スポンジブラシなどを使用し、舌や歯ぐきをきれいに清掃しましょう。ケア方法がわからない場合は、歯科衛生士、看護師等に相談しましょう。



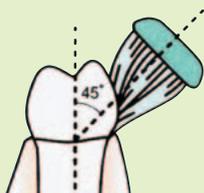
### 歯ブラシの当て方



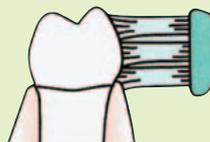
下の奥歯の裏側



内側



歯と歯肉の境目



外側

## 03

がん治療におけるお口のケア

# 予防のために大切なこと

### ●入れ歯（義歯）のお手入れも忘れずに

入れ歯も歯と同様に磨いてください。見えない汚れを取り除くためには、入れ歯専用洗剤の使用が有効です。

使用しない時、就寝時は入れ歯を外しましょう。

入れ歯は水に浸し保管します。

### ●日々の観察は大切

日々のお口のケアの際に、お口の中を観察しましょう。

そして、お口の中に異常があった場合は  
医師・歯科医師に相談してください。

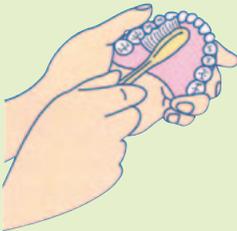




## 義歯の清掃

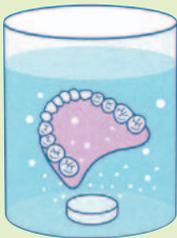
義歯もほうっておくと汚れ、病気の原因となったり義歯の機能が低下したりします。

日々の手入れが大切です。



義歯用ブラシ・歯ブラシ  
でこする

義歯を外してくまなくしっかりこすり洗いしてください。



洗浄剤で洗う

義歯を清潔に保つために洗浄剤の使用が効果的です。

# 04

がん治療におけるお口のケア

## おくすり手帳を活用しましょう

医療機関を受診するときはもちろん、  
いつも持っていることで  
緊急時にもあなたを守ってくれます。

なぜおくすり手帳が必要なの？



### ●初診時や緊急時に役立ちます。

初めての医療機関を受診した場合や緊急時、あなたの薬歴（今まで飲んできたおくすりの情報）があれば、よりスムーズに的確な治療を受けることができます。

### ●おくすりの重複を避けることができます。

複数の医療機関を受診している場合、同じような作用の薬剤をそれぞれの医療機関から重複して処方されることを防ぎます。

### ●「飲み合わせ」のチェックができます。

おくすりのなかには、一緒に飲むと副作用が強く出たり、逆に効かなかったりする組み合わせもあるので注意が必要です。

●事前にあなたに合わないおくすりのチェックができます。

もし副作用が出てしまったら、どのおくすりで起きたかをおくすり手帳にメモしておきましょう。その情報があれば、医療機関であなたに合ったおくすりの選択をすることができます。

●安全に手術や検査が受けられます。

あなたが飲んでいるおくすりの名前がわからない場合、手術や検査を延期したり、中止することがあります。おくすり手帳があれば正確に情報が伝わり、安全に手術や検査を受けられます。

1冊のおくすり手帳にすべての医療機関からの薬剤情報をまとめることで副作用を防止して安心しておくすりを飲んでいただけるようになります。

病院、診療所、歯科医院、保険薬局

いつでもどこでもおくすり手帳 を活用しましょう。



口腔管理医療連携モデル事業協議会  
愛知県がんセンター中央病院  
社団法人 愛知県歯科医師会  
社団法人 愛知県薬剤師会  
社団法人 愛知県歯科衛生士会

発行元 社団法人愛知県歯科医師会