

口腔ケアについて

口の中はヒトの身体の中で一番細菌が多い場所で、唾液1mL中に、1-100億個以上の細菌がいます。

口腔ケアは、がん治療において大切な支持療法のひとつです。

治療中は体力が低下して、口の中が感染しやすいので、痛みや乾燥がなくても、お口の中を清潔にしておくことが大切です。

手術、抗がん剤治療、放射線治療を受ける前に口腔外科でお口のチェックとクリーニングを受けましょう。

【手術】

- 術後に肺炎になるリスクを抑えます。
- 手術創部の傷の治りが遅くなってしまうことを防ぎます。
- 口の中の細菌が原因の感染をなるべく防ぎます。
- 口内炎の発症をなるべく抑えます。
- 動揺している歯を守ることができます。

【化学療法(抗がん剤治療)・放射線治療】

- 化学療法を行う約40%の患者さんに口の中の副作用が出ます。
- 頭頸部がんの放射線治療を行う約97%の患者さんにが副作用が出ます。
- 副作用は口内炎・口の中の痛み・舌のヒリヒリ感・口腔乾燥・味覚障害・口腔粘膜炎・口腔感染症・味覚障害・嚥下障害が起きやすいです。
- 抗がん剤は回数を重ねていくと副作用が長期化・重症化しやすくなります。
- 口腔ケアを行うことで、副作用の出現率・長期化・重症化を減少させることができます。
- 副作用が重症化すると患者さんの生活の質・栄養状態・免疫力の低下し、がん治療の中断や治療効果の低下につながります。

ケアの方法	
歯磨き	柔らかい毛の歯ブラシで1日3回、5分/回 歯みがきをしましょう。
歯間	歯間ブラシやフロスを夜に1日1回使用しましょう。
歯肉	歯肉マッサージ
粘膜	スポンジブラシ使用
含嗽	ノンアルコール性、低刺激性の含嗽剤を使いましょう。 2-4時間毎に行います。 使用後30分は飲食を避けましょう。
保湿	水分摂取・ゼリー潤滑剤が有効です。
亜鉛	味覚障害・粘膜炎に有効です。 亜鉛のサプリメントや亜鉛が含有されている胃薬があります。
義歯(入れ歯)	食後に義歯専用ブラシで清掃、義歯洗浄剤を使用しましょう。 (通常の歯ブラシ、歯みがき剤は傷つきやすいので 専用のものを使いましょう)食後以外の装着を避けましょう。
専門的口腔ケア	スケーリング(歯石除去)や齶歯の抜歯など。

こんなことでお困りではないですか？

- これからがん治療を受ける
- がんの治療薬で、歯の痛みや口内炎がある
- 骨転移があり、骨修飾薬を使用すると言われた

私たちが相談にのります！

まずは治療担当医へご相談ください。
がん相談支援センターでもご相談できます。