

治療中の食事、治療中のお口のケア



昭和大学横浜市北部病院
歯科衛生士 茂木 香苗

お口の働き

食べる



話す



お口の働き

呼吸をする

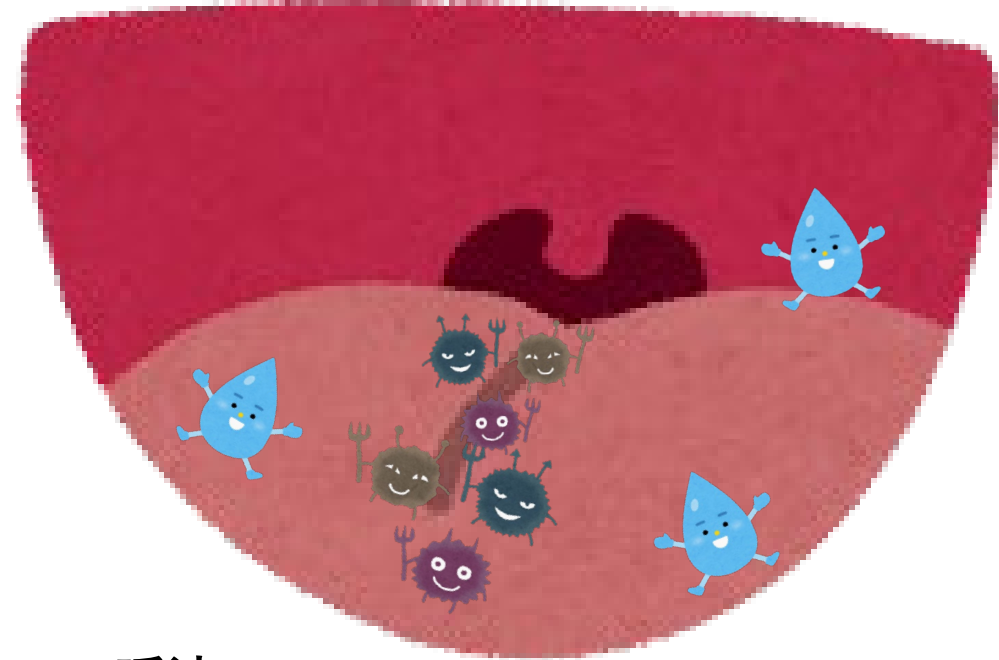


感情を表現する



唾液の役割

- ・ 消化を助ける
- ・ 汚れを洗い流す
- ・ 口臭を予防する
- ・ 粘膜を保護する
- ・ 話しやすくする
- ・ 細菌の侵入、増殖を予防する



唾液

1日1リットルから1.5リットル分泌



細菌

300種類以上が存在
舌や頬粘膜、歯に多種の群れを形成

がんの治療とお口の関係

～がんの治療が始まると、お口の中に様々な副作用が起きることがあります～

抗がん剤治療

口腔内の細胞がダメージを受けると頬や唇内面の粘膜が炎症を起こし痛みが出ます。
免疫力が低下することで、普段なんともない口腔内の菌が感染症を引き起こすことがあります。

放射線治療

口の周辺にある細胞は放射線の影響を受けやすいため、放射線治療の効果とともに
口腔内の正常な細胞もダメージを受け、粘膜の炎症や口腔内の乾燥などの副作用が現れます。

骨吸収抑制薬

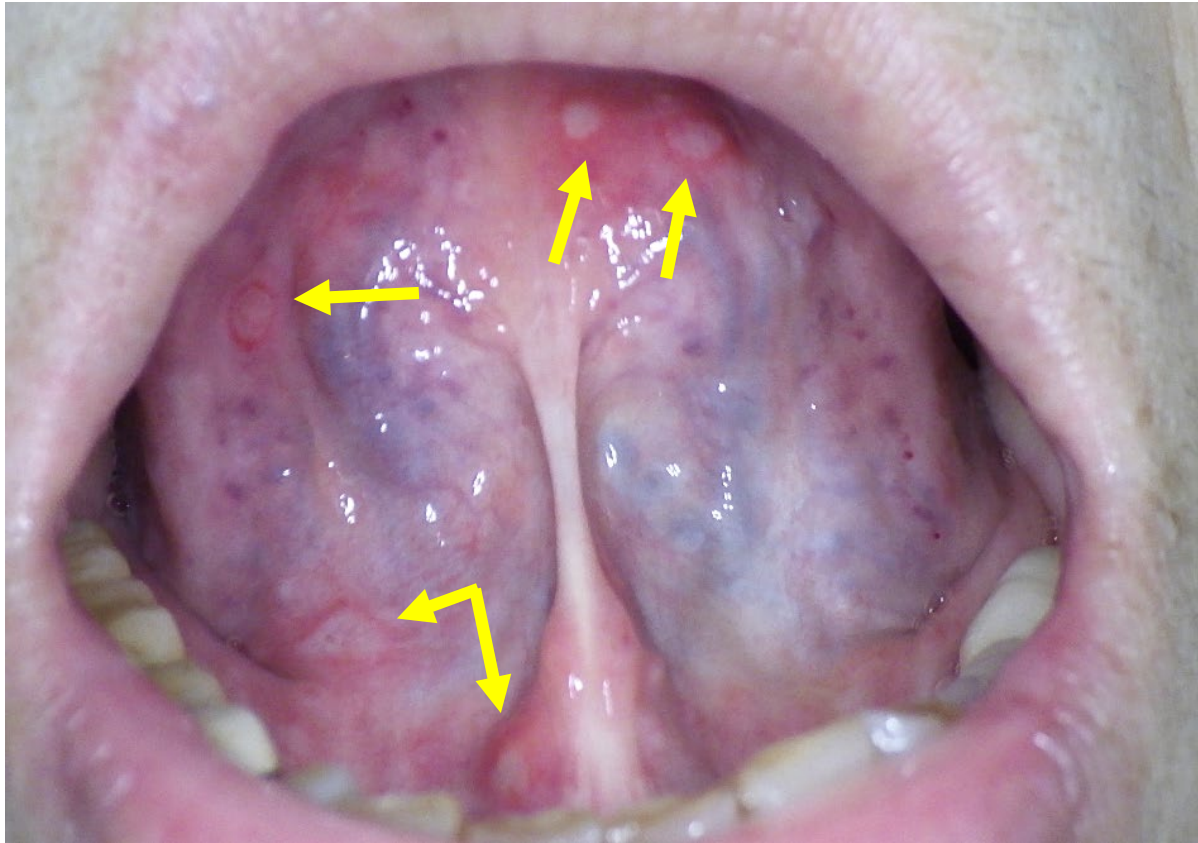
骨転移による痛みを軽減するために使用する薬の副作用で、顎の骨が腐ることがあります。

がんの治療とお口の関係

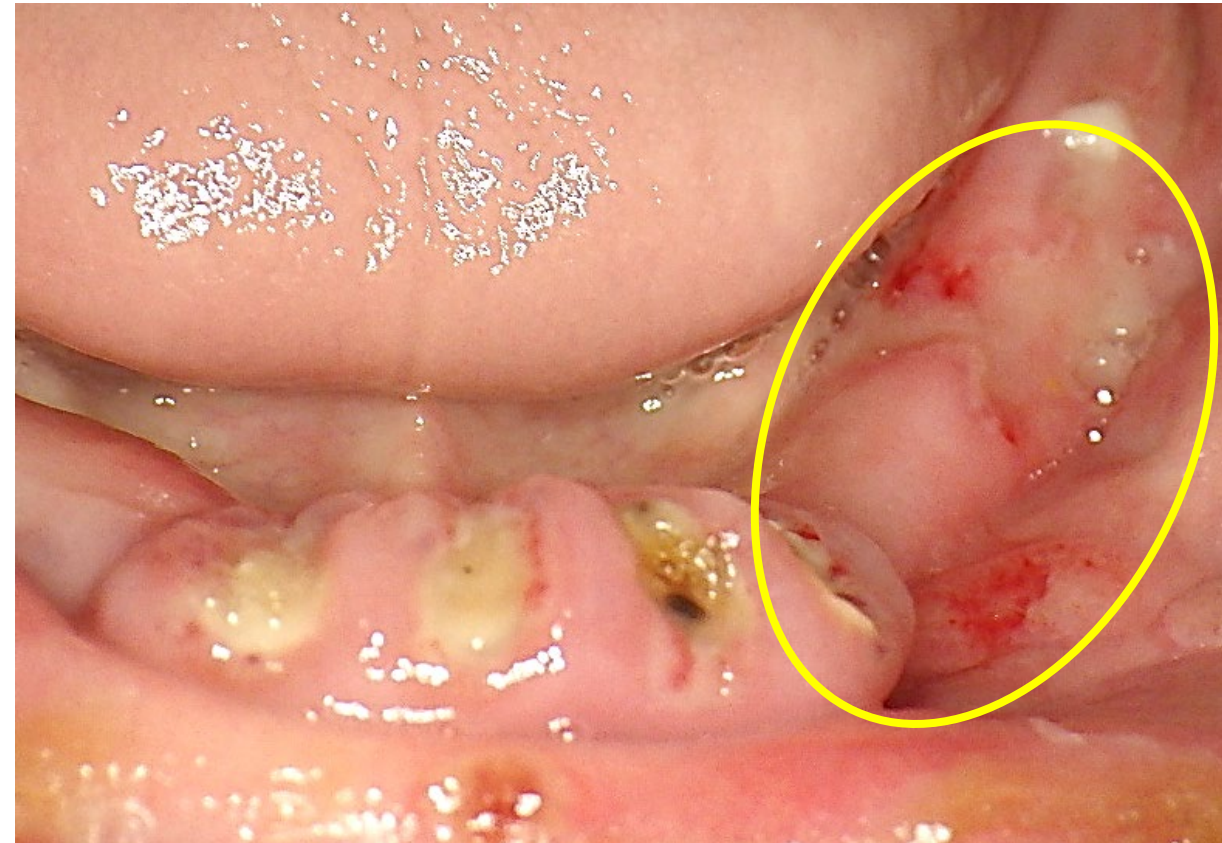
～口内炎～

抗がん剤投与から1週間から10日くらいで起こり、痛みを伴います

舌の裏



不適切な入れ歯が原因の口内炎



がんの治療とお口の関係

～口腔カンジダ～

粘膜に付着している白いものはカンジダと呼ばれるカビです
免疫が低下すると起こりピリピリとした痛みが出ます



がんの治療とお口の関係

～顎骨壊死～

骨を強くする薬を長い期間使用すると、顎の骨が腐る副作用を起こすことがあります
起こる割合は1～2％程度ですが、口の清掃状態が悪いと起きやすいです



がんの治療とお口の関係

味覚障害



低栄養



お口の管理

口腔内の副作用を予防や症状を軽減させるためには
口腔内の細菌を増やさないことが大切

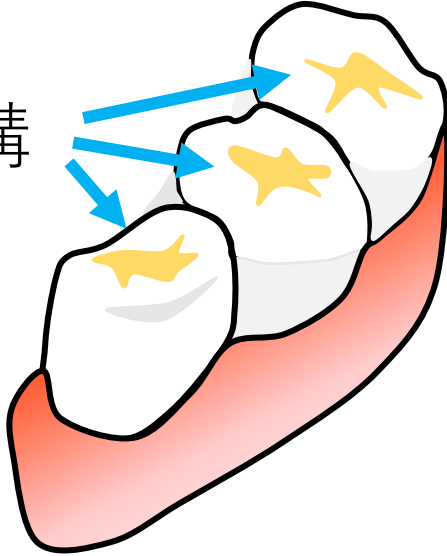


適切な清掃用具を使い
常にお口の中を清潔に保ちましょう

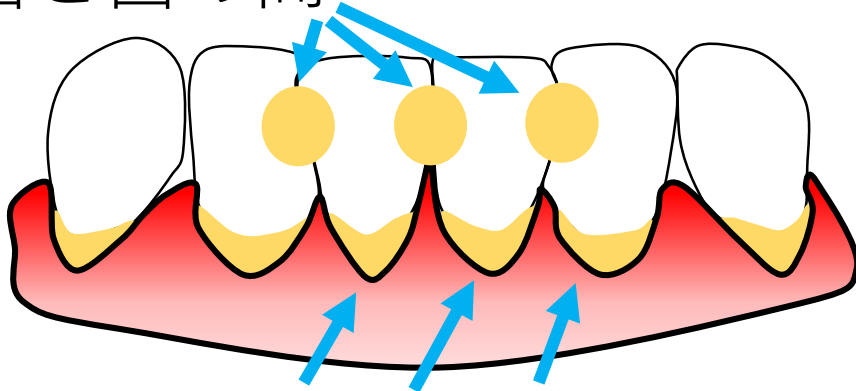
お口の中の清潔を保つ～歯磨き～

〈歯の磨き残しの多い場所〉

①奥歯の溝

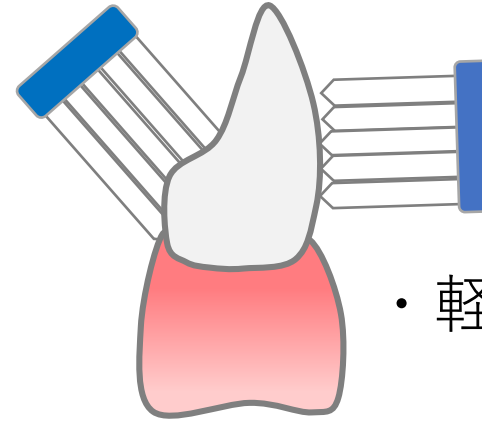


②歯と歯の間



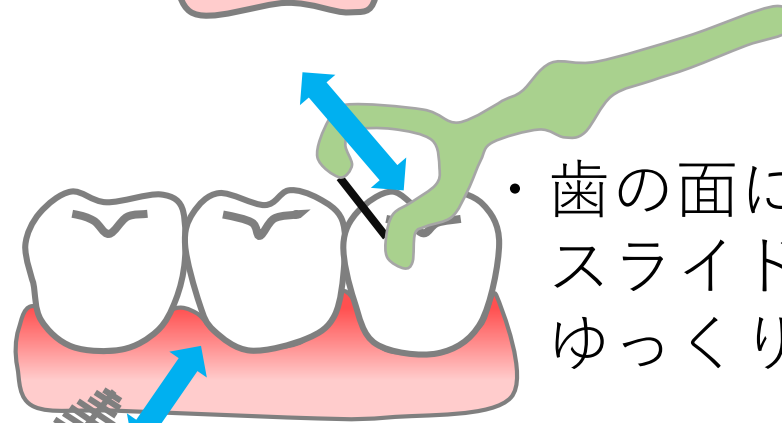
③歯と歯ぐきの境目

〈歯磨きのポイント〉

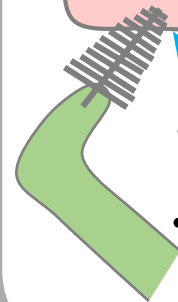


- ・毛先を歯の面にしっかりあてる

- ・軽い力で小さく横に動かす



- ・歯の面に沿わせ、前後にスライドさせながらゆっくり動かす



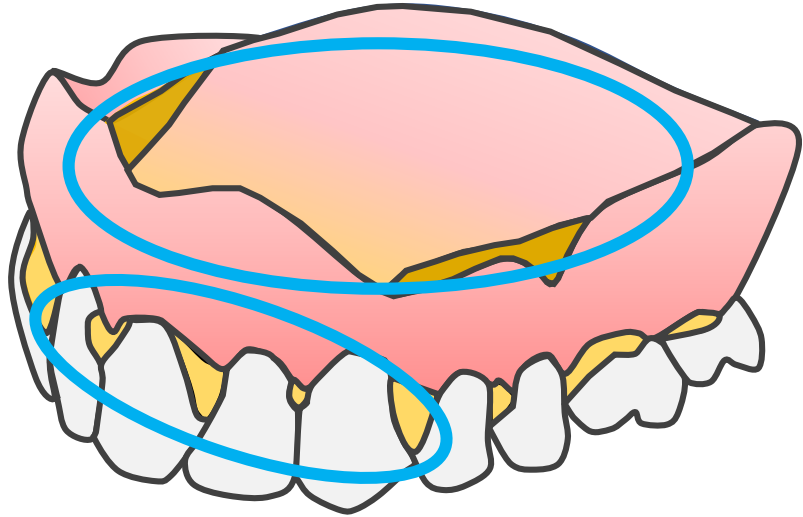
- ・歯の隙間に合ったサイズを使用する

- ・歯ぐきに沿わせて入れ、前後に動かす

お口の中の清潔を保つ～入れ歯などの管理～

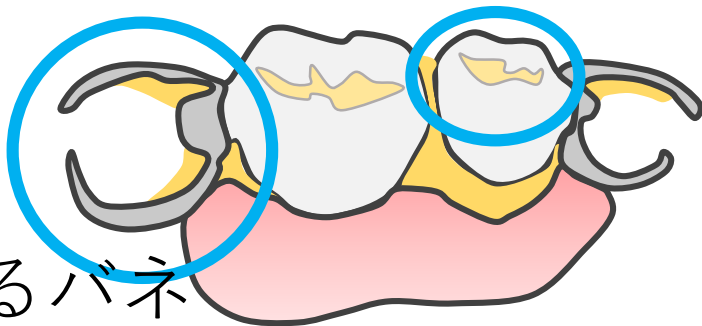
〈入れ歯の汚れやすい場所〉

内側のくぼみ



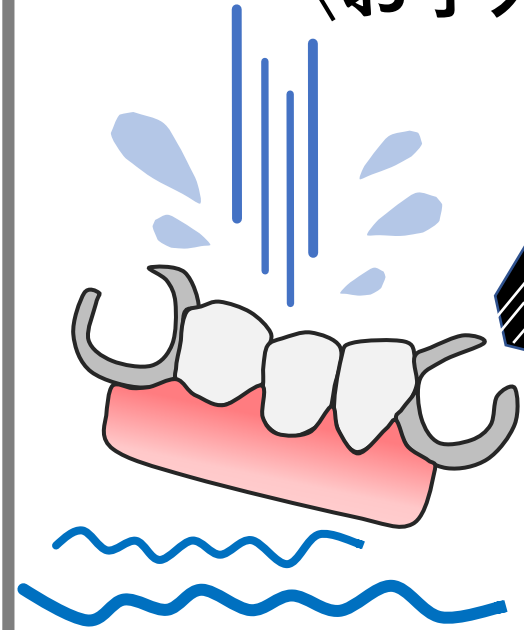
人工歯の間

人工歯の溝



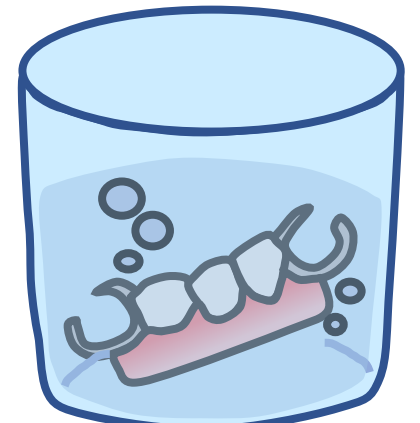
歯に装着するバネ

〈お手入れのポイント〉



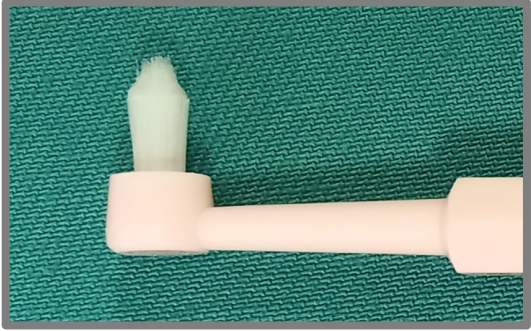
- ・落としても割れないよう容器に水を張る
- ・専用のブラシを使用し流水下で優しく洗う

- ・乾燥に弱いため水の中や湿らせたガーゼが入った容器に保管する



補助用具の使い方

タフトブラシ

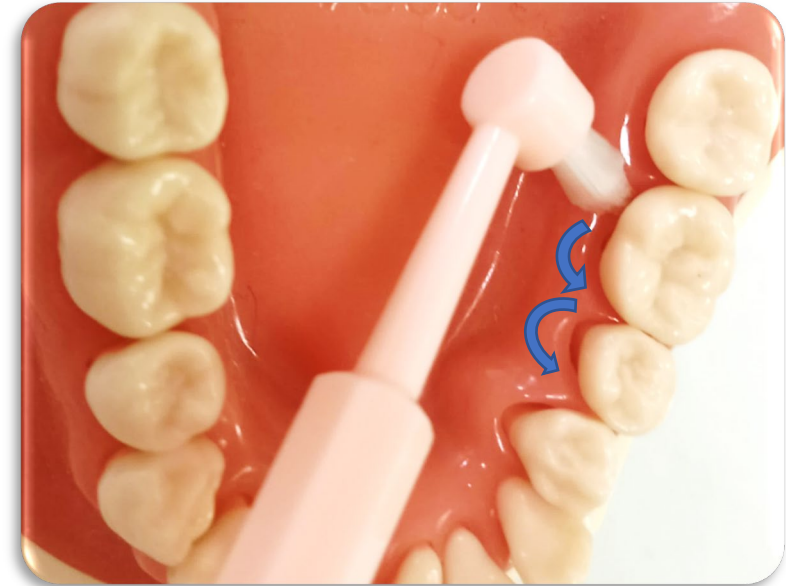


毛束が1つのヘッドが小さなブラシ

普通の歯ブラシでは毛先が届きにくいところの清掃に適しています

治療によって口が開けにくい場合にも使用しやすい大きさです

鉛筆のように持ち、歯ぐきに沿わせて動かしましょう

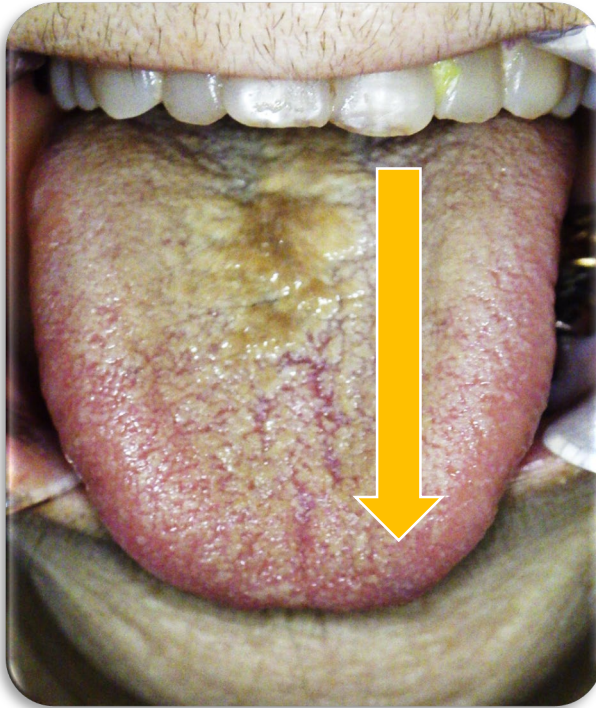


補助用具の使い方

舌ブラシ



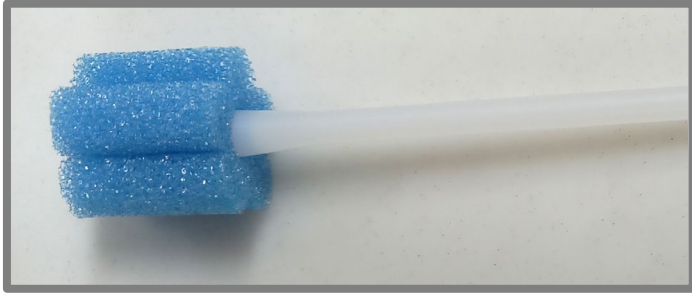
舌の上に付着した汚れを落とす専用のブラシ
傷つけないよう、とても細く柔らかい毛束の物やシリコンなどで作られています
効率よく汚れを落とせるよう扇型をしています



舌の上にある灰白色や黄白色の汚れは
舌苔（ぜったい）と呼び、**細菌の塊**です
清掃するときは汚れをノドの方へ送らないよう
奥から手前へブラシを動かすようにしましょう

補助用具の使い方

スポンジブラシ



柔らかいスポンジ状のブラシ

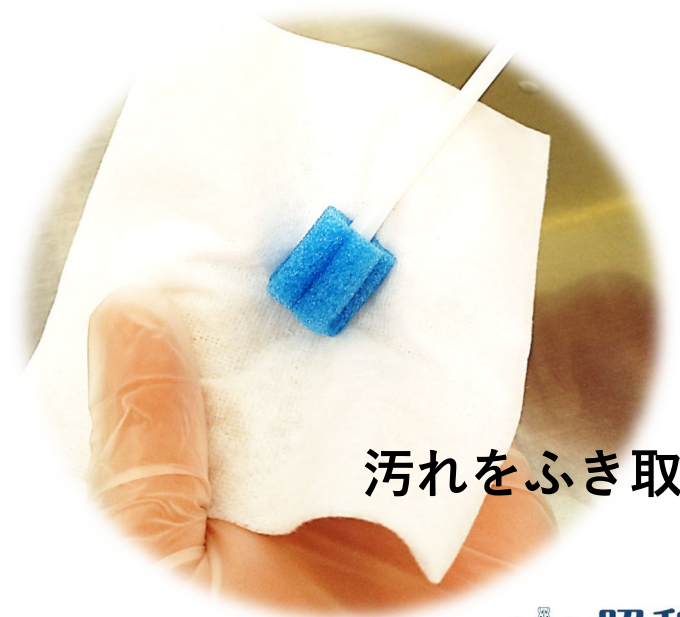
歯ブラシができないくらい粘膜が弱っているときなどに使用でき
口腔内に残る食べかすなどを取り除きます



良く湿らせる



しっかり絞る



汚れをふき取る

乾燥予防

保湿剤



粘膜が乾燥すると、痛みが強くなりやすく
感染も起こしやすくなります
お口の中を潤すことで痛みを和らげることができます



保湿剤には
液体やジェル、スプレーなどがあります
ご自身にあった使いやすいもの
を選びましょう

粘膜保護剤

エピシル口腔用液 (医薬機器)

口内炎の痛みを軽減する作用があります

食べ物等が当たると痛い口内炎にスプレーし粘膜を保護します
保護膜ができることで、痛みが軽減されます

歯科医師が必要と認めたときに処方することができます



かかりつけ歯科を持ちましょう



- ・ 全身麻酔でのがんの手術をする前にも術後の傷口感染や誤嚥性肺炎の予防のためお口の中の清掃を行います
- ・ がんの治療前、治療中だけでなく治療後もお口の中を清潔に保つことが大切です
- ・ かかりつけ歯科を持ち定期的な口腔管理を行いましょう