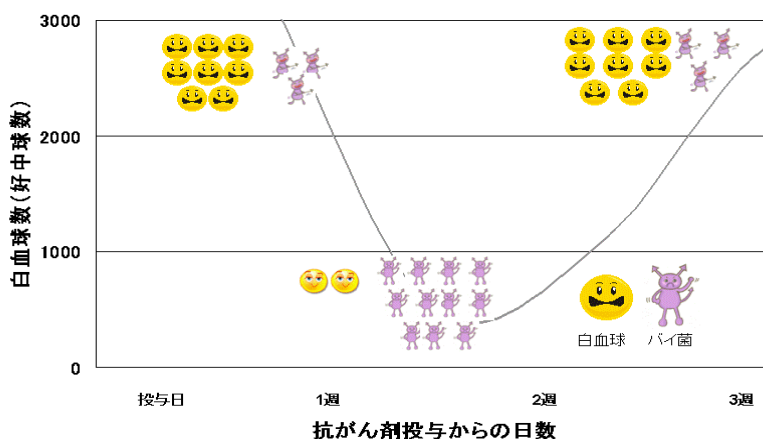


# 抗がん剤治療時のお口のトラブル

抗がん剤治療は、がん細胞を攻撃しますが、それと同時に口の中の正常な細胞にもダメージを与え、つらい口内炎や歯ぐきの腫れなどが起こります。また、抗がん剤治療中は、バイ菌などの異物の侵入を防御するしくみ、すなわち、『免疫のチカラ』が弱る時があります。すると、普段はなんともない口の中のバイ菌が血液に感染を引き起こすことがあります。

(個/mm<sup>3</sup>) 抗がん剤治療中の白血球(好中球)数の変化



《白血球(好中球)はバイ菌から体を守る免疫の役割を担っています》

これらのお口のトラブルは、お口の衛生状態が悪い人に起こりやすく、免疫のチカラがある時期から**予防的な口腔ケア**をすることで、その症状を軽くすることが出来ます。

《お口のなかで起こるトラブル》

- ① 口内炎
- ② お口や歯ぐきが痛んだり、舌がヒリヒリする
- ③ 感染を起こす
- ④ お口のなかで乾燥する
- ⑤ 味が変わって感じる
- ⑥ 粘膜の表面がはがれる、腫れる



**がん治療中はお口をキレイにしましょう！**

## ○ がん治療に伴う口腔合併症の割合 (米国がんセンターホームページより)

40%	抗がん剤治療を受ける患者さん このうちの半数の方に口内炎症状が強くて、投与スケジュールの変更や、投薬量の変更を余儀なくされている。
80%	造血幹細胞移植の患者さん
100%	お口の部分に放射線を当てた頭頸部がん患者さん

米国がんセンターでもがん治療を始める2週間前までには、口腔ケアを受けることを勧めています。

## 《頭頸部放射線療法や抗がん剤治療を受ける方の口腔ケア》

### 1. 入院中の注意点：症状がでない時から、口の状態を良くしておくことがコツになります。

- 1) 体力のあるうちに、歯磨きを普段より十分行き、前もって歯グキの状態を良くしておきましょう。
- 2) うがい：体力や免疫力が低下（白血球数約2000の低下）してきたら、ベットの脇に1日分のアズノールのうがい液とその後に吐き出す容器を用意しましょう。  
⇒日中は2時間毎（食後・食間・寝る前）、夜間は覚醒時にアズノール液でうがいをしましょう。  
（お口の細菌は、うがい後2-3時間でもとの状態に戻るため、頻回に行うことが大切です。）  
⇒吐いた後は必ずうがいをしましょう。また、アズノールがしみてきたら生理食塩水を使用します。  
⇒イソジンはしみて痛みが強くなったり、口内を乾燥させ口内炎が回復して新しい組織ができることを阻害するため、口内炎があるときは用いないほうが良いです。
- 3) ブラッシング：1日1回は体調の良い時間に、ほぼ完璧に清掃できることを目標としましょう。  
⇒手鏡を見ながら、歯ブラシの毛先やヘッドで粘膜や歯グキを傷つけないように練習しましょう。
- 4) 保湿：唇や口内の乾燥を防ぐケア用品を用意しましょう。（ウエットケア・オーラルバランス）  
⇒地域の歯科医師会にお問い合わせください。

### 2. 抗がん剤・頭頸部放射線治療中の注意点

#### 1) 口内炎発生時の対策

- ・ 抗がん剤治療の開始直前（吐き気が出る前）には、さらに十分に歯磨きを行きましょう。
- ・ 吐いた後は必ずうがい（水・アズノール・生理食塩水のいずれか）をしましょう。
- ・ 食事をしていなくても、少なくとも最低1日1回はブラッシングと頻繁なうがいをしましょう。
- ・ 口内炎発生時は、歯のみを上手に磨きうがいを頻繁に行いましょう。そしてハブラシやスポンジブラシがお口の粘膜や口内炎の部分に触らないように手鏡を見ながら注意して磨きましょう。
- ・ 白血球数が0に限りなく近くても、超軟毛歯ブラシで気をつけて歯磨きを継続しましょう。
- ・ 部分的な歯グキからの出血は、ガーゼで圧迫をすると15分程でほとんどが止血します。
- ・ つらい時は、2時間置きを含嗽（生理食塩水・アズノール）だけは継続しましょう。
- ・ 数回の抗がん剤治療や放射線療法を受ける場合は、抵抗力の低下と免疫の回復を繰り返しますが体力の回復とともに歯磨きとうがいを積極的に再開しましょう。

- 2) 疼痛対策：痛みを抑える溶液のうがいは、食事直前に口内に少なくとも3-5分程度停滞させ、粘膜によく浸透させてから『ぐちゅぐちゅ』して吐き出します。また、キシロカインゼリーを口内炎に直接塗布する場合は、他の部位が麻痺しないようにガーゼで覆いましょう。塗布する時間は長すぎても短すぎても逆効果があるため調節してください。痛みが強い場合は医師に相談しましょう。

※ 歯磨きして保湿、そして2時間ごとのうがいのサイクルを繰り返すことで症状が軽くなります。

《口腔ケア用品》

《保湿剤：ヒアルロン酸ジェル》 《保湿液スプレー》 《超軟毛歯ブラシ》 《キシロカインゼリー》



問い合わせ：（社）柏歯科医師会 歯科介護支援センター

Tel&Fax 04-7162-6480