

地域がん診療連携拠点病院・独立行政法人国立病院機構岡山医療センター

第13回 がん市民公開講座

「肺がん治療と口腔ケア」

お口のケアでがん治療を乗り越える
—副作用を軽減し「食べる」を支える—

平成30年9月1日

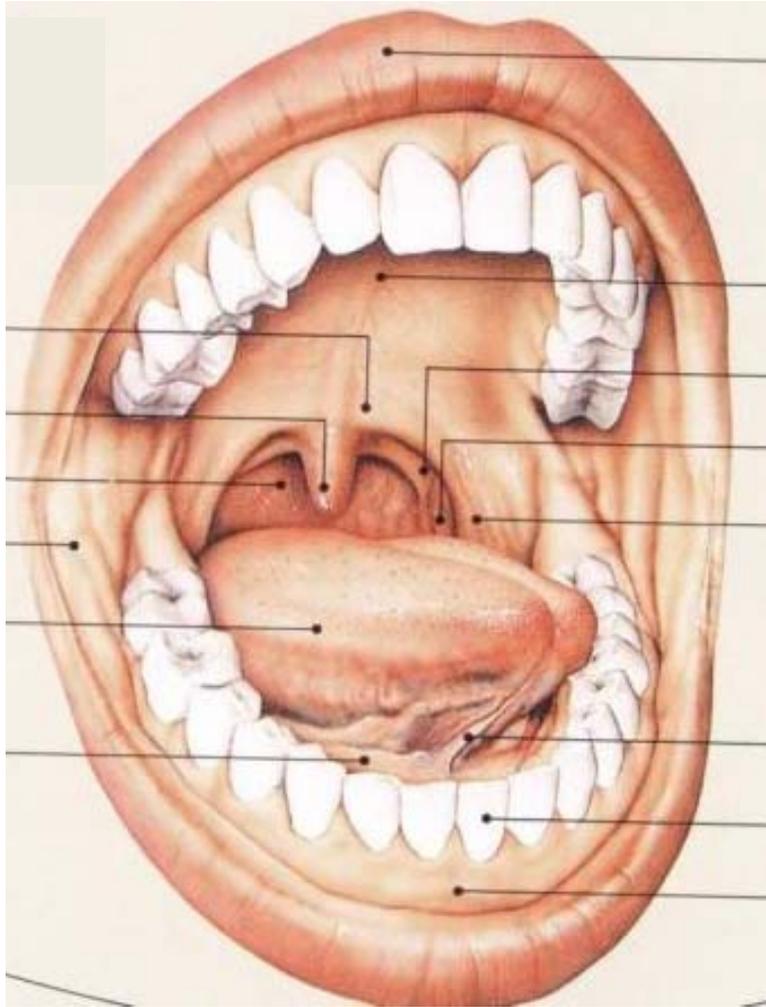
於：岡山県医師会館

歯科衛生士 松尾 敬子



口腔(こうくう)とは？

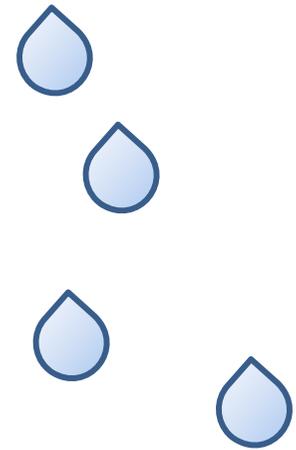
口唇・歯・舌・粘膜に囲まれ敏感な器官



食べ物を咀嚼する
味を感じて食べる・飲み込む
会話をする
呼吸をする

<唾液>

口の中を湿らせる
咀嚼しやすくする
味覚を助ける
飲みこみやすくする



病気の地図帳「口腔の構造」より引用・改変

「口から食べる」ことの重要性

がん治療中は食事での栄養が大切

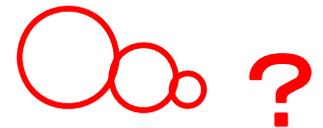
高たんぱく・高カロリー = 肉 魚 卵 穀物



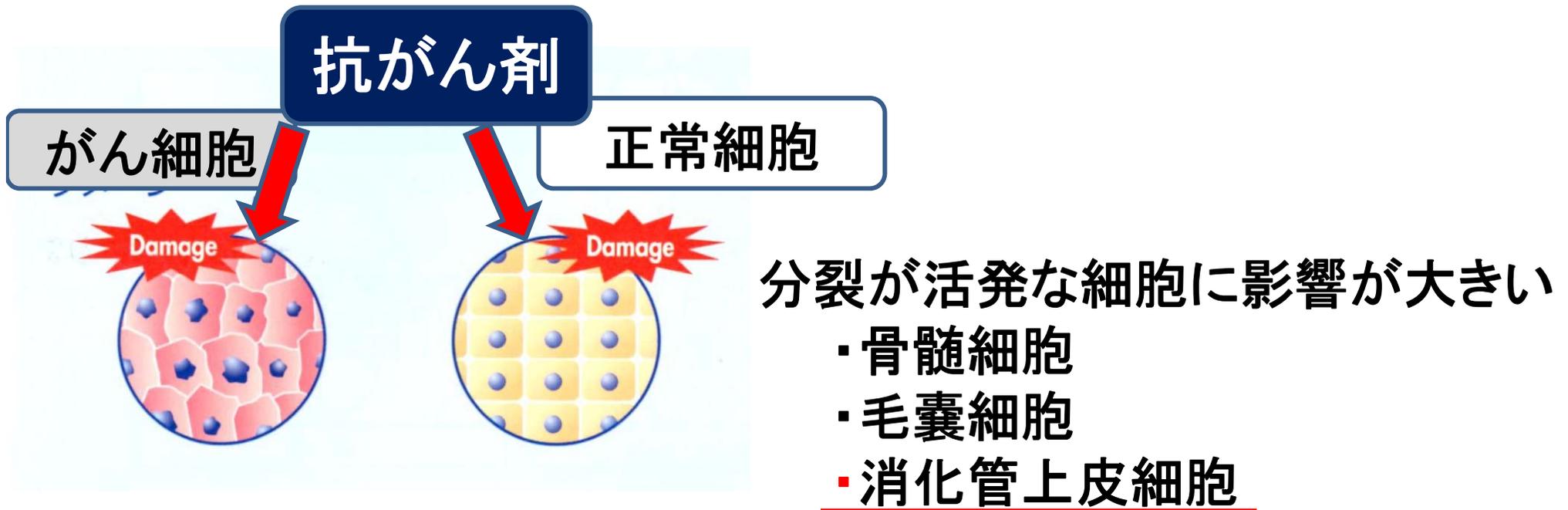
しっかり噛めて飲み込める
唾液がでて、おいしいと感じられる
少しずつなら食べられる など。



口が渇く 唾液がでない
飲み込みにくい
口の中がピリピリ痛い
舌の横や裏側に口内炎ができて痛い
歯ぐきが急に腫れてきた・・・など



抗がん剤と口の中の副作用



口腔粘膜の細胞は、消化管の細胞に構造が似ているので正常細胞に影響を受けやすく、副作用が出やすい

がん治療中の口の副作用やトラブル

口内炎(口腔粘膜炎)



味覚異常



歯の知覚過敏



口腔乾燥症

カビの菌の増殖
(カンジダ)

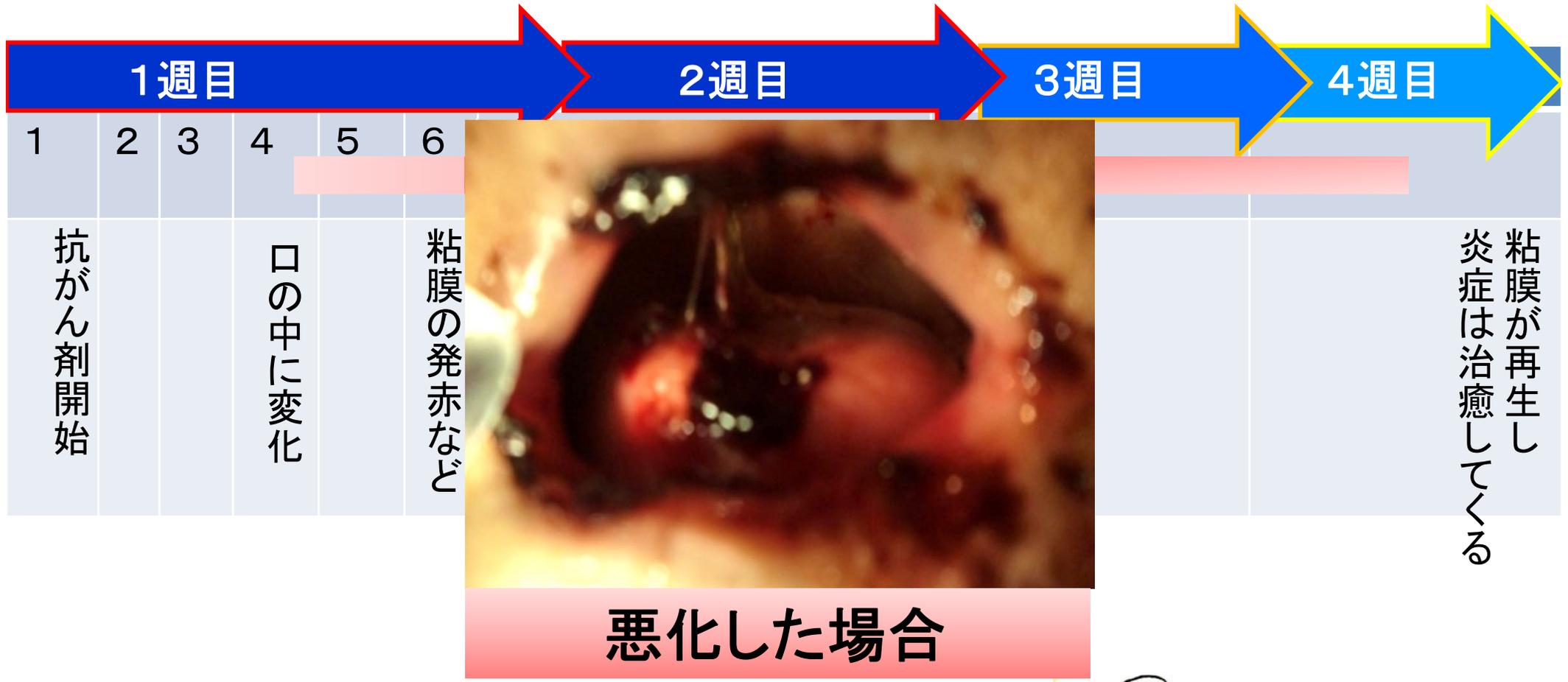


ウイルス感染
(ヘルペス)

歯肉の炎症
腫脹・出血

痛み・苦痛
不快感
食事への悪影響
会話への悪影響
治療への影響

抗がん剤治療と口の副作用の経過



口が乾燥する
食べにくい

歯肉の腫れ・痛み



痛い
食べられない
飲み込めない



味覚障害
口腔カンジダ
ヘルペス
知覚過敏

がん治療による口の副作用を和らげる方法

対症療法

1. 口の中を清潔に保つ （細菌感染予防）
2. 口の中を潤す （乾燥させない）
3. 痛みをコントロールする （適切に薬を使う）

+

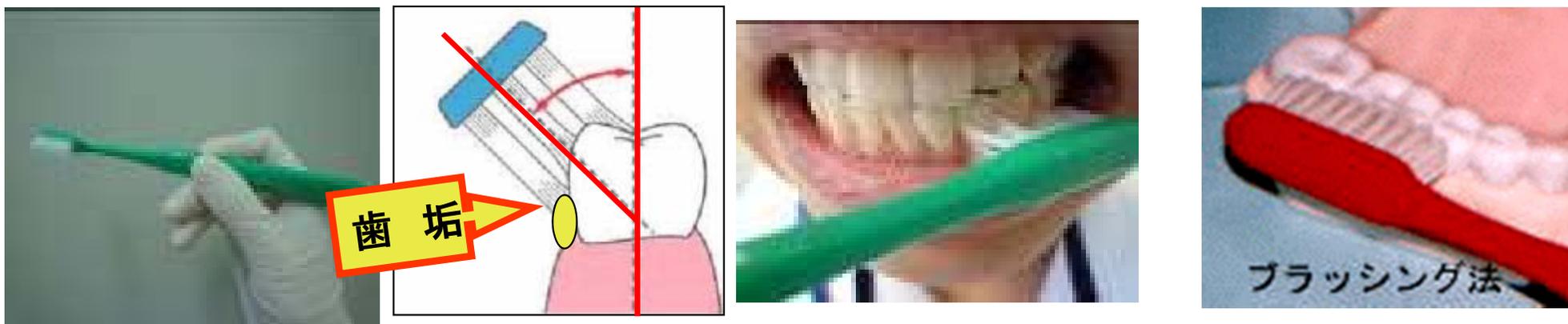
口の中を毎日観察する

- ★ 歯周病の悪化や粘膜の炎症などがおきたら
歯科での治療や処置を受ける
- ★ 心配なことがあれば必ずがんの主治医や
歯科医師と相談する

がん治療法中の口腔ケア方法

①口の中を清潔に保つ(細菌感染予防)

歯磨きの方法



<持ち方> <毛先を歯と歯肉の境目に軽くあてる> 横に小さく動かす

歯ブラシの選び方



ヘッドが小さいもの
毛先が平らにカット
柔らかい毛(SS)など

歯磨き剤



刺激が少ないもの
フッ素配合のもの
水だけでもよい

うがい剤

ノンアルコール・低刺激性
生理食塩水
保湿効果もあるもの など

(注意)
アルコールを含むものは
口腔粘膜への刺激が強いため
避ける

刺激が少ない がん治療中のうがい方法



処方されたうがい剤
生理食塩水 など

* 30秒～1分間含む

* 1日に7～8回 <トイレごとに>

◎ゆるゆるうがい
✕ブクブクうがい

起床時

朝食後

食間

昼食後

食間

夕食後

食間

就寝前

<生理食塩水の作り方>



きれいに洗った
ペットボトル
500ml



水

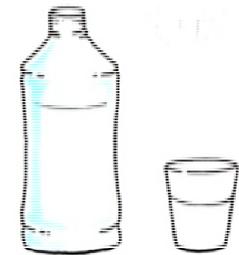
水500mlと食塩4.5g
(小さじ1杯弱)を入れる



塩小さじ1杯弱
(4.5g)



塩がとける
までよく振る



出来上がり
コップに小分け
して使う

☆ 生理食塩水は冷蔵庫で保管し一日で使い切りましょう

がん治療法中の口腔ケア方法

②口の中を潤す ー保湿剤の使いかたー



スプレー剤



塗布剤



処方された
含嗽剤・軟膏

＜口の乾燥が強い時の保湿剤塗布は＞

①口角に塗る

②上下の唇に塗る

③舌の表面や頬の内側に塗る



がん治療法中の口腔ケア方法

③痛みを和らげる(痛みのコントロール)

1. 強い痛みの際は鎮痛剤を使う(主治医に相談)
食事の刺激で痛みが増すので
鎮痛剤は食前約30分前に服用する
2. 局所麻酔剤が入った含嗽剤を利用する
3. 粘膜の炎症を抑える軟膏を上手に利用する



消炎性含嗽剤
(アズレン)
+
局所麻酔薬
(キシロカイン)

☆痛み止めが入った含嗽剤



アズノール軟膏
+
キシロカインゼリー

アズノール軟膏

☆痛みを抑えたり炎症を和らげる軟膏

食事・入れ歯に関すること

■ 食事（特に外来通院で治療を受ける場合）

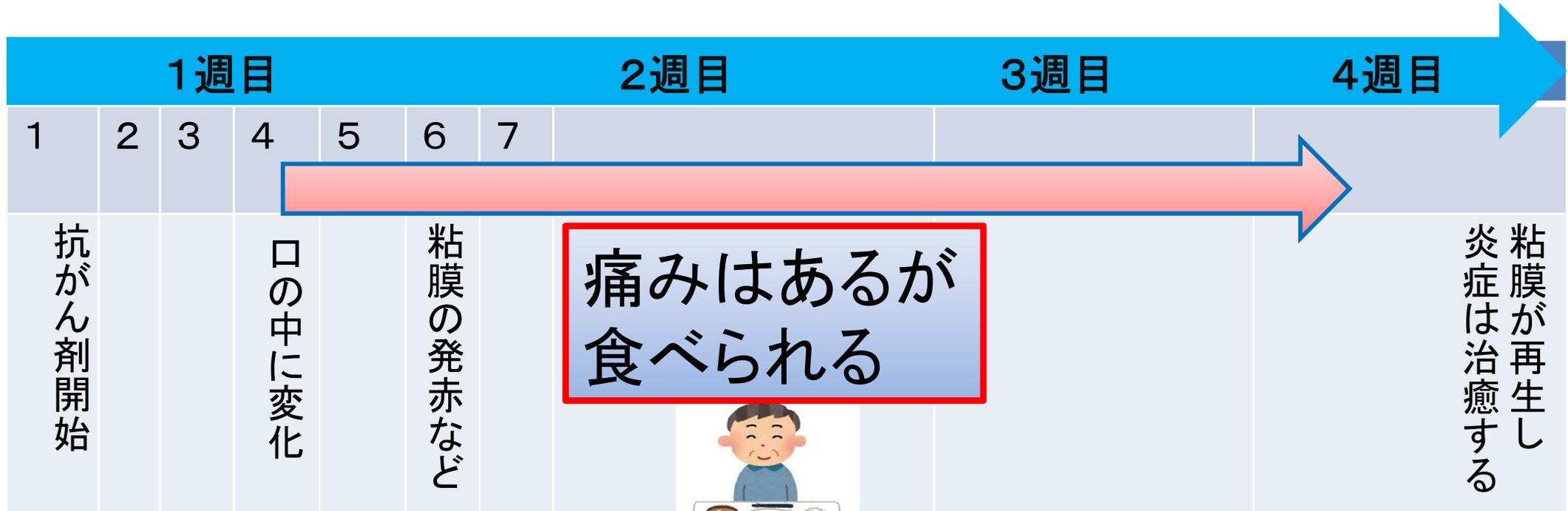
熱いものや刺激物（塩分・酸味・香辛料）は避ける
よく煮込む・トロミをつける・裏ごしをして柔らかくする
バランス栄養飲料や栄養補助食品を利用する
お酒・タバコは禁止（発症や悪化の原因となる）

■ 入れ歯の取り扱い

粘膜が痛くなったら食事時以外は外しておく
細菌や真菌の温床となるので、清潔を保つ



口腔ケアができていると炎症は軽度で経過する



歯みがきで口の中を清潔に維持しましょう



うがい剤と保湿剤で口腔内保湿を続けましょう（1日に7~8回）



食べにくくなったら相談しましょう



鎮痛剤を相談しましょう

分子標的型の抗がん剤においても 口内炎(口腔粘膜炎)を発症するものがある

肺がん治療に使用される薬で
口内炎を発症しやすいもの

標的分子	商品名
EGFR	イレッサ タルセバ ジオトリフ タグリッソ 等



写真: 国立がん研究センター東病院 歯科 小西先生



写真: 静岡県立静岡がんセンター 歯科口腔外科 百合草健圭志先生

骨転移に関連した症状を軽減する薬の合併症



ビスフォスフォネート製剤：「ゾメタ」
デノスマブ：「ランマーク」

顎骨壊死

：強い痛み
出血や排膿を伴う
こともある

原因

1. このお薬での治療中歯を抜くなどの歯科処置
2. 口腔内の不衛生
3. 入れ歯の不適合による粘膜の炎症など
4. 原因不明 の場合もある

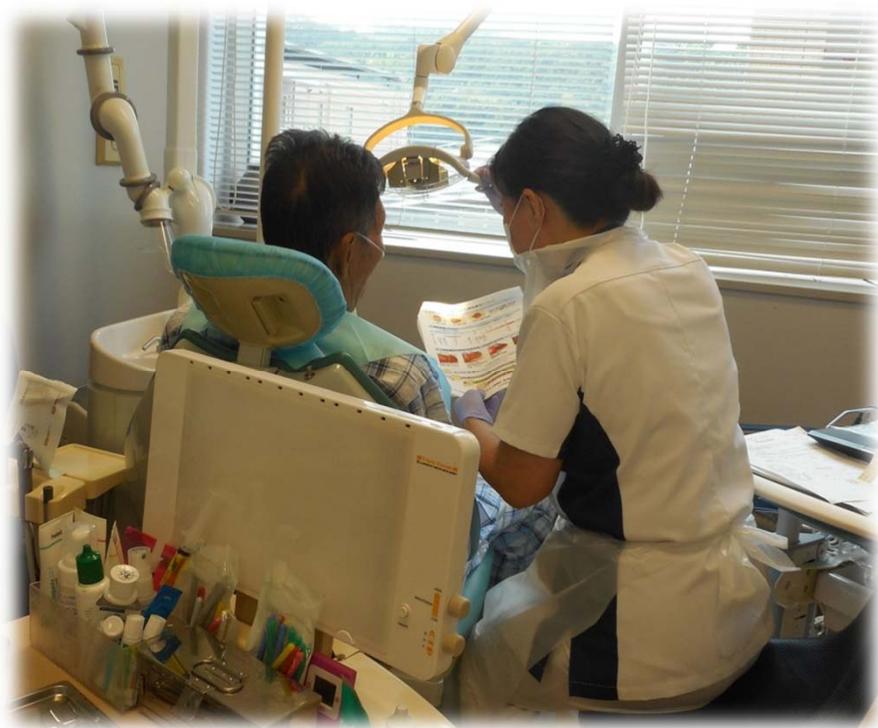
口の中に痛みや異常があれば早めに歯科受診しましょう

がん治療が始まる前の準備 歯科での検診と専門的なケアを受けましょう

1. 口の中の検査
レントゲン撮影, 虫歯や歯周病, 入れ歯などのチェック
2. 必要な治療
虫歯や動く歯の処置
歯周病の検査や歯垢・歯石除去
不適合な義歯の調整や修理
3. 口の中のセルフケア指導を受ける
がん治療中の正しい口腔管理の方法について知る

日頃から口の中をよく管理し清潔にしておきましょう
がん治療中も定期的に歯科受診をしましょう

口の健康はがん治療を支えます



正しい口のケアでがん治療を乗り越えましょう