

治療に伴う「口腔粘膜障害」と予防・治療について

【起こりやすい口腔粘膜の症状について】

口の中の乾燥・痛み・しみる・はれる・赤み・ざらつき・出血など

【原因について】

抗がん剤の使用により、正常な細胞にもダメージを与えてしまうためです。

また、抗がん剤の治療後は一時的に免疫力の低下が起こり、口の中が感染しやすい環境になるためです。

【口腔粘膜障害の予防について】

正しい口腔ケアを行うことが大切です。



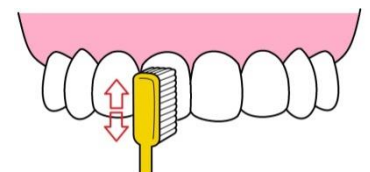
1. うがい

- ・水または、うがい薬で行いましょう。
※ノンアルコール・低刺激性のものを選びましょう。
※イソジンうがい薬は、口内炎などの治りを遅くしてしまう可能性があるため、
口腔粘膜障害がある時には使用は控えましょう。
- ・1日4回程度を目安に「起床時」「毎食後」「外出後」「就寝前」に行うのがおすすめです。



2. 歯磨き

- ・歯ブラシはヘッド部分が小さく、やわらかい毛先の物を選びましょう。
- ・歯ブラシを縦にして持ち、歯を1本ずつ磨くようにすると汚れが落ちやすいです。



3. 義歯がある場合

- ・義歯専用ブラシで汚れを洗います。
1日1回は、保存容器に水と義歯洗浄剤を使って消毒しましょう。

【口腔粘膜障害ができてしまった場合の口腔ケアについて】

1. うがい

- ・ 歯磨きが難しい場合は、こまめなうがいをしましょう。
- ・ 水がしみる場合は、ぬるま湯や生理食塩水でうがいをしましょう。

※生理食塩水の作り方

水 500ml + 食塩 小さじ 1 杯 (4. 5 g)

2. 歯磨き

- ・ 痛みが強くて歯ブラシの使用が難しい場合は、スポンジブラシを使用しましょう。
薬局等で購入できます。



<スポンジブラシ>

3. 義歯について

- ・ 痛みなどの症状がある場合には義歯の装着は最小限（食事・外出時等）にしましょう。

【口腔ケア用品の例】

<ジェル・スプレー(口の中の乾燥を防ぐもの)>



商品名：ウェットキーピング



商品名：ウェットケア

<低刺激の歯磨き粉・歯磨きジェル>



商品名：トゥースペースト



商品名：お口を洗うジェル



商品名：リフレケアH

<低刺激のうがい液>



商品名：マウスウォッシュ



商品名：口腔ケアウェットイー

<口の拭きとりティッシュ>

【当院で処方されるお薬について】

- ・口腔粘膜障害に使用されるお薬には、うがい液や軟膏などがあります。
- 処方を希望時は看護師・薬剤師・医師にご相談下さい。

<うがい液（口内炎や口の中が荒れている時に使用します）>



商品名：アズノールうがい液

- ①コップに水100mlをいれます。
- ②アズノールうがい液を1プッシュまたは5～7滴いれます。
- ③数回に分けてブクブクうがいをしましょう。

※痛みがある場合は、痛み止め入りのうがい液を使用すると痛みが和らぎます。

うがいのタイミングは、食前がおすすめです。

<軟膏(口内炎に直接塗るタイプ)>



商品名：デキサルチン軟膏

<錠剤(口内炎に直接貼るタイプ)>



商品名：アフタッチ貼付剤

<漢方薬(口内炎や口の中が荒れている時に使用します)>



商品名：桔梗湯
(ききょうとう)



商品名：半夏瀉心湯
(はんげしゃしんとう)

- ① コップに水100mlをいれます。
- ② 漢方薬1包を入れて溶かします。
- ③ 数回に分けてブクブクうがいをしましょう。その後、はき出すかそのまま飲み込みましょう。

【食事の工夫について】

- ・ 食事がしみて痛い場合は、少しでも刺激の少ないものを、食べやすい形にして食べましょう。
- ・ 熱いものは避け、人肌程度に冷ましてから食べると刺激が少なくなります。
- ・ 軟らかく煮込む、とろみをつける、裏ごしするなどを工夫し、飲み込みやすいように調理しましょう。
- ・ 症状が強い場合は、濃厚流動食（バランス栄養飲料）や栄養補助食品を利用しましょう。
- ・ 液状のものは口の中で広がりやすく刺激となります。ストローを使用することで、口の中への広がりを防ぐことができます。
- ・ 味付けの濃いものはしみるので、薄味にしましょう。

刺激が強い食べ物の例

- ・ 酢の物、生野菜、パイナップル
- ・ 酸味の強いもの（苺、レモン、キウイフルーツ）
- ・ 飲み物（オレンジジュース、グレープフルーツジュース、アルコール類）
- ・ ざらざらして乾いた食べ物（クラッカー、ナッツ類、せんべい、など）
- ・ 香辛料の入ったもの（カレーライス、キムチ）
- ・ 熱いもの・冷たいもの

調理方法などについては、化学療法センター栄養士までご相談ください。

ご心配・ご不安な点などありましたら、下記までご連絡ください。

刈谷豊田総合病院 化学療法センター

Tel 0566-25-8009（直通）

受付時間 8:30～16:45（月～金曜日）

