

(長崎県周術期口腔機能管理リーフレット) 平成28年度作成

### がん治療中の口のトラブル

がんの治療では口の中をさまざまなトラブルがあらわれます。痛みだけでなく、食事や会話に支障をきたすため、特に口のトラブルが患者さんや家族に悩まされることがあります。がんの治療によって、さまざまな身体の変化が起きます。痛みや腫れが治った状態でも、食事や会話に支障をきたすことがあります。専門的な口腔管理・ケアを受けることで、これらの合併症のリスクを軽減できます。

### 口の「生きる」ための入り口

安全ながん治療のため、口腔ケアと身体的な治療を同時に進め、合併症を予防し、治療が受けやすくなります。手術の前後は全身麻酔の影響が強く、口の中は多くの細菌が繁殖しています。手術・放射線・化学療法での抵抗力が低下すると、口の中の細菌が簡単に感染し、肺炎を引き起こすことがあります。専門的な口腔管理・ケアを受けることで、これらの合併症のリスクを軽減できます。

### がん手術や放射線療法、化学療法を受けられる方へ

がん治療の開始前に歯科を受診して口腔ケアや歯科治療をしておくことをお勧めします。ぜひ手頃にお気軽ください。

### がん治療前後の紹介・ケアの流れ

がん専門病院  
担当医師より  
歯科医師へ紹介  
必ず治療計画を持って  
歯科医師を受診  
歯科医師診察  
経過観察  
かかりつけ歯科医院で  
メインテナンス・口腔ケア  
(がん専門口腔機能管理)

### がん専門病院

がん治療の開始前に歯科を受診して口腔ケアや歯科治療をしておくことをお勧めします。ぜひ手頃にお気軽ください。

### がん専門病院

がん治療の開始前に歯科を受診して口腔ケアや歯科治療をしておくことをお勧めします。ぜひ手頃にお気軽ください。

一般社団法人 長崎県歯科医師会  
〒852-8104  
長崎県長崎市東本町3-1-9  
TEL:095(848)5311 FAX:095(840)0175

### 手術にもなるトータル口腔ケア

がんの治療がすすんでいくにつれて、肺炎や吸入感染が起きる可能性があります。そのほか、がんの治療でも、さまざまな理由から、肺炎の発症リスクが高くなる場合があります。手術前後（術前・術中・術後）の専門的な口腔ケアは、とても大切なこととなります。

### 口腔乾燥（口内炎）

がん治療中の口の乾燥は、口内炎の原因の一つです。口の中が乾燥すると、口内炎が起きやすくなります。口内炎は、口の中の粘膜が傷つき、痛みや腫れを生じます。口の中が乾燥すると、口内炎が起きやすくなります。口内炎は、口の中の粘膜が傷つき、痛みや腫れを生じます。

### 口腔乾燥

がん治療中の口の乾燥は、口内炎の原因の一つです。口の中が乾燥すると、口内炎が起きやすくなります。口内炎は、口の中の粘膜が傷つき、痛みや腫れを生じます。

### 放射線治療後のお口のトラブル

放射線治療による口の乾燥は、口内炎の原因の一つです。口の中が乾燥すると、口内炎が起きやすくなります。口内炎は、口の中の粘膜が傷つき、痛みや腫れを生じます。

### 口腔ケア

がん治療中の口の乾燥は、口内炎の原因の一つです。口の中が乾燥すると、口内炎が起きやすくなります。口内炎は、口の中の粘膜が傷つき、痛みや腫れを生じます。

### 放射線治療後のお口のトラブル

放射線治療による口の乾燥は、口内炎の原因の一つです。口の中が乾燥すると、口内炎が起きやすくなります。口内炎は、口の中の粘膜が傷つき、痛みや腫れを生じます。

(小学校低学年向け「フッ化物洗口啓発媒体」下敷き) 平成23年度作成

### ふっそでうがいをしてむし歯をなくそう!

わしはよ坊さん

むし歯にならないようにする「ふっそ」のひみつじゃ!

- \*「ふっそ」は歯をつよくして、むし歯から歯をまもってくれるみんなのつよみかたじゃ!
- \*「ふっそ」は、ただしやりかたで、つづけてうがいをすれば、むし歯をよぼうするはたらきがあるのじゃ!
- \*「ふっそ」は、むし歯をよぼうするおくすりとしてせかい中であつかわれているのじゃ!

むし歯にしてやる!

むし歯の状態

### ふっそのうがいのやりかたじゃ!

- 1 うがいする水を口の中に入れて、左ほでぶくぶく
- 2 うがいに右ほでぶくぶく
- 3 うがいにお口のせげんぶでぶくぶく

★1よ坊さん、ぶくぶくがいたらのんではいけません! きだしましよ!

★うがいでから、30ぶかんはたべたりのんだりしてはいけません!

むし歯にならないようにするには、しっかりとみがきをすることもたいせつだよ!

ふっそにかなわないよ〜

なまえ

長崎県 長崎県歯科医師会 長崎大学

(保育所・幼稚園の保護者向け「むし歯予防のためにフッ化物洗口をしてみませんか」リーフレット) 平成24年度作成

### 保育所・幼稚園のみなさんへ

### むし歯予防のためにフッ化物洗口をしてみませんか

1 フッ化物洗口を保育所や幼稚園でなぜ行うのでしょうか?

歯磨きは、3歳頃のむし歯予防で最も効果的であることが知られています。よく歯を磨くことは、子どもの歯肉に重要な役割があり、むし歯予防は健全な発育への取り組みに必要なことです。

また、むし歯は、家庭だけの問題ではなく、むし歯の予防は、集団生活をおこなっている年齢です。家庭だけでなく、保育所・幼稚園・学校でも子どもたちの生活環境にあわせてむし歯予防を行うことで、子どもたちの今と将来の歯の健康を支えることができます。

★集団としてむし歯予防対策を実施するために必要なことは?

保育所や幼稚園で集団のフッ化物洗口を行う場合、以下のことが重要となります。

- ① 責任者 (歯科医師)
- ② 手順 (洗口薬について保護者の同意)
- ③ 記録 (歯磨きしない子どもを除外することや実施できなかった子どもを除外すること)
- ④ 費用負担 (歯科医師や歯科衛生士の業務時間外に実施する場合は別途費用がかかります)

### 2 フッ化物洗口はどのような方法で行うのでしょうか?

フッ化物洗口は、一般的に2.5ppmから9.0ppm濃度の洗口薬を口に含む、「ぶくぶく」とうがいをする方法で、毎日1回と1週間1回、効果は同じですが、年齢に応じ、生活環境を考慮して方法を選択します。

なお、ぶくぶくうがいできない低年齢児は対象とはなりません。

× ぐらぐらうがい ○ ぶくぶくうがい

### 洗口方法

#### ① 毎日法

高濃度(ミラノール配合2.5ppm)で毎日行う方法があります。毎日法は、歯磨き(ミラノール配合2.5ppm)で歯磨きする方法。歯磨きと同じように生活環境として行うと継続しやすいので、家庭や未就学児の施設で行うのに適しています。また、歯磨きしたときも安心な方法です。

#### ② 週1回法

高濃度(ミラノール配合2.5ppm)で毎日行う方法。生活習慣として実施しなくても、継続してできるような小学生以上の世代で、集団で実施するのに適している方法です。

#### ③ 低濃度の洗口薬によるむし歯予防効果は100%ではありません。

フッ化物洗口薬は、100%ではありません。フッ化物洗口薬の他にも、日々の生活環境において、丁寧な歯磨きでむし歯の発生を減らし、甘いものを食べたら歯を磨くこと、予防方法を組み合わせて行うことが大切です。

### 3 フッ化物洗口によるむし歯予防の効果をお教えください。

●フッ化物洗口の効果は、最新の研究で23〜30%とされています。  
(国産フッ化物洗口薬による効果) 歯磨きと併用した場合、効果はさらに高くなります。

●フッ化物洗口によるむし歯予防の有効な理由として、次のような働きがあります。

- ① 歯の表面を強くする。(歯質を高める)  
フッ化物が歯に作用すると、ハイドロキシアパタイト(アパタイト)という種類の結晶が形成され、歯の表面が丈夫になります。
- ② 歯の表面を修復する。(再石灰化)  
むし歯になりかけたエナメル質(カルシウムが溶けたこと)に作用し、その部分に再びカルシウムが蓄積して歯の表面を修復(再石灰化)したり、回復してむし歯にならないのを抑制します。
- ③ その他のフッ化物の働き  
フッ化物は歯質を強くしたり、修復したりする作用以外にも細菌の繁殖を抑制したり、歯垢(歯膜)の形成を抑制する働きがあります。

4 フッ化物洗口の安全性をお教えください。

国が示した「フッ化物洗口ガイドライン」では、適量濃度と量を守れば、たとえ頻りに1回分の歯磨きを毎日でも健康被害は発生することはないと示されています。急性中毒、慢性中毒の心配から安全性が確保されています。

さらに、WHOをはじめとする世界の専門機関も安全性を認め、むし歯予防に効果的な方法として推奨しています。

- ① 一人当たりの量 (体重20kg) が毎日1回の歯磨きをする洗口薬の量は7mlであるが、約2.5分〜1分間飲み込むと吐き出しやばい状態は発生しません。
- ② 日本では、歯磨き用(水酸化ナトリウムを添加した洗口薬)は実施されておらず、フッ化物洗口を行う年齢では永久歯の歯肉がほぼ形成されるため、急性中毒(誤食)が心配されることはありません。

なお、フッ化物洗口は、歯磨き用(飲み込みやすい方法)であるため、飲み込むくらい飲み込んで歯質が弱くなることはありません。