

# JAPAN DENTAL HYGIENISTS' ASSOCIATION

# 歯科衛生だより

2021 February vol. 61

発行人／武井 典子  
 発 行／公益社団法人 日本歯科衛生士会  
 〒169-0072 東京都新宿区大久保2-11-19  
 TEL.03(3209)8020 FAX.03(3209)8023  
<https://www.jdha.or.jp/>

## がん治療を支える口腔健康管理

杉歯科クリニック 院長 杉 政和

### 1. がん治療と口腔健康管理

あまり知られてはいませんが、がんの治療が始まると、がんとは全く関係のないお口の中に色々な副作用が起きることがあります。抗がん剤や放射線治療による口内炎（口腔粘膜炎）やお口の乾き（口腔乾燥症）、味覚の低下（味覚障害）などといった副作用が起きる結果、食欲が落ちて食べられなくなり（低栄養）、体力や免疫能が低下して肝心のがん治療が続けられなくなってしまうことがあります。これはがん治療の計画に直接影響し、患者さんの将来を左右することになります。

また、お口の中はとても細菌の多いところです。がん治療によって免疫能が低下した時に、お口の中が不潔だと細菌の数が増えて、術後肺炎や創部の感染などの重大な合併症を引き起こすことがあります。

しかし、がん治療が始まる前や治療中に歯科を受診し、歯科医師や歯科衛生士による口腔健康管理<sup>1)</sup>を受けてお口の環境を整えておくと、がん治療の副作用を防いだり合併症の症状を軽くしたりするなど、がん治療の遂行と患者さんのQOL（生活の質）向上につながる数々の効果があることが報告されています（表1）。

### 2. 口腔健康管理とは どんなことをするのでしょうか？

口腔健康管理とは、歯科医師や歯科衛生士が行う専門的なお口のケアや治療のことで、がん治療における

口腔健康管理には、がん治療が始まる前に行う管理と、がん治療中やがん療養中に出現した副作用や不快な症状（口腔合併症）に対する管理の2種類があります。前者は主にがん治療の副作用の予防、後者は出現した副作用や口腔合併症に対するケアや治療が主な内容になります。

表1 がん治療前の口腔健康管理の効果

がん治療前の口腔健康管理の効果
1. がん治療の副作用や合併症を軽減または予防する
① 術後肺炎を防ぐ <sup>2)</sup>
② 術後感染を防ぐ <sup>3)</sup>
③ 麻酔時の歯のトラブルを防ぐ <sup>4)</sup>
2. 手術後、早期に口から食べられるようになる <sup>5)</sup>
3. 入院期間が短くなる <sup>6)</sup>



## 1) がん治療前の口腔健康管理

がん治療前の口腔健康管理では、歯みがきのようなケアだけでなく、表2に示すようなさまざまな処置を行って、お口の衛生状態が良好に保たれるように管理します。

表2 がん治療前の口腔健康管理

項目	処置の内容
お口のチェック	お口の診査、むし歯のチェック、歯周病の検査、義歯の状態
セルフケアの指導	歯みがき方法、舌苔除去方法(図1)、義歯の清掃方法
お口のクリーニング	歯石除去、機械的歯面清掃
応急処置	むし歯の処置、抜歯、義歯の調整

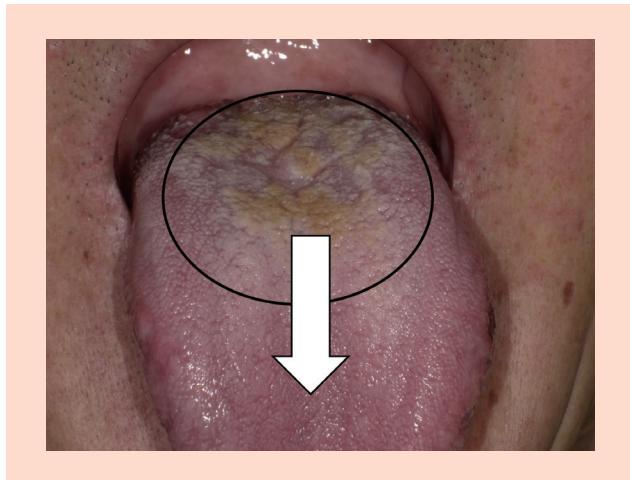


図1 舌苔除去方法

舌苔とは、舌の表面につく灰白色ないし黄色っぽい苔状の付着物(図1の黒枠の内側)で、舌の奥の方から発生し、徐々に前方にも拡大します。大部分は細菌の塊ですので、お口を清潔にするには舌苔の除去は欠かせません。舌ブラシなどを用い、汚れをのどに送らないようするため、白い矢印のように必ず舌の奥から手前への一方通行で軽くこするようにして除去します。

## 2) 副作用や口腔合併症に対する口腔健康管理

### ① 口腔粘膜炎の症状をやわらげる

抗がん剤治療や放射線治療によってお口に起こる副作用の中で、最も問題となるのは口腔粘膜炎です(図2)。これは、お口の粘膜に炎症が起り、軽いものでは粘膜が赤くなったり少ししみる程度ですが、重症のものでは粘膜の表面がはがれ(潰瘍)、強い痛みのために食事も取れなくなってしまい、患者さんを非常に苦しめることになります。口腔粘膜炎による潰瘍ができた時にお口中が不潔で細菌が多く存在していると、潰瘍の表面に細菌が感染し、粘膜の炎症はさらに強くなってしまいます。

したがって、たとえ口腔粘膜炎が起きても、お口の中がきれいいで細菌が少なければ、口腔粘膜炎が悪化して強い症状が起きることは少なくなります。このことが、抗がん剤治療や放射線治療の前にお口を徹底的にきれいにして細菌を減らしておくことをお勧めする理由の一つです。現在のところ、口腔粘膜炎を予防する方法はまだ確立していないので、口腔粘膜炎の症状を少しでも軽くするためには、お口のケアが最も重要かつ効果的なのです。

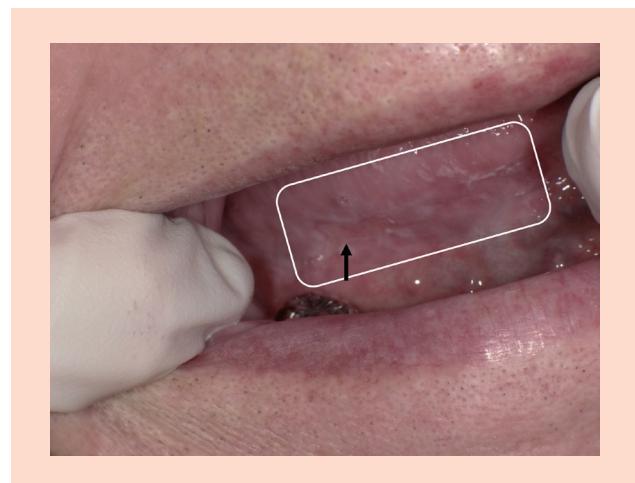


図2 口腔粘膜炎

抗がん剤によってできた舌(右側舌下面)の口腔粘膜炎(白枠内)。矢印の部分が潰瘍となっており、強い痛みのために食事が取りにくい状態です。

### ② 口腔乾燥症や味覚障害の症状をやわらげる

抗がん剤治療や放射線治療による唾液の減少や、味を感じる組織(味蕾)<sup>みらい</sup>への障害によって、口腔乾燥症や味覚障害が起こることがあります。唾液の減少に加えて舌苔があるとさらに味が感じにくくなります。口腔乾燥症や味覚障害を予防する方法や効果的な治療法はありませんので、がん治療の前に舌苔除去などのお口のケアを行った上で、水や保湿剤でお口を潤したり、食事の内容を工夫するなどのケアによって症状をやわらげます。

### ③ 感染症を防ぐ

抗がん剤の副作用で白血球(特に好中球)が減少すると感染が起りやすくなります。特にお口が不潔で細菌が多く付着している場合には、歯肉に膿がたまるなどの感染症が起きやすくなり、その結果発熱や敗血症などの全身の合併症をきたすことがあります。このような感染症を防ぐためにも、がん治療の前に歯科で徹底的なお口のクリーニングを行っておく必要があるのです。

### 3. どの歯科を受診すれば良いのでしょうか?

がん治療前の口腔健康管理を受けるには、病院のがん治療医から歯科宛てのがん治療に関する紹介状(診療情報提供書)が必要で、基本的には全ての歯科医院や病院歯科で受けることができます。

### 4. がんの時だけでなく、普段からお口の健康に気をつけましょう

いまや日本人の2人に1人ががんにかかる時代で、国民病ともいえる状況になっています。ただ、がんが不治の病といわれたのは昔のことと、がん検診やがん治療の進歩によって、がんは早期に発見し適切に治療すれば多くが治る病気となりました。それだけに、副作用の影響をできるだけ減らして、がん治療を計画通りに行なうことが以前にも増して重要になってきました。がん治療に際して歯科を受診し口腔健康管理を受けることによって、がん治療によるお口の副作用が減るだけでなく、がん治療も計画通り進んで良い結果が得られるようになるなど、口腔健康管理はがん治療を支える大きな力となっています。

また、がんのような重大な病気にかかった場合でも、お口が健康で良好な状態に保たれていれば、がん治療や病気の進展によってお口の状態が多少悪化したとしても、食

べる機能の低下は少なくて済み、低栄養や免疫能の低下を防いで、病気を克服するための確固たる基盤をつくることができます。このように、お口の健康は全身の健康に直結しているといっても過言ではありません。ただ、お口の健康は、治療してすぐに得られることは少なく、毎日のケアの積み重ねがないと達成できません。そのためにも、がんの時だけでなく普段からお口の健康に注意を払い、かかりつけ歯科医院での治療や定期的なメインテナンスを受けて、お口を健康な状態に保ち続けていくことが大切なのです。

#### 参考文献

- 1) 櫻井 薫:「口腔ケア」に関する検討会の進捗と今後の展開、日本歯科医師会雑誌、69(4)、16–17、2016.
- 2) 柏崎晴彦:患者における利益—全身管理(感染症予防)の側面からー、感染対策ICTジャーナル、12(2)、113–118、2017.
- 3) 大田洋二郎:口腔ケアは頭頸部進行癌における再建手術の術後合併症率を減少させる—静岡県立静岡がんセンターにおける挑戦、歯界展望、106(4)、766–772、2005.
- 4) 久保田貴倫子ら:気管挿管時歯牙損傷の後ろ向き調査と解析、麻酔、59(8)、1053–1057、2010.
- 5) 大田洋二郎:がん患者における口腔内合併症の実態調査と予防法の確立に関する研究、厚生労働省がん研究助成金による研究報告集、2004.
- 6) 中医協専門委員提出資料、2013.11.22.

