



# あ さ の は

【基本理念】私たちは命と健康に向き合うことを医療の原点とします。

長岡赤十字病院

長岡市千秋 2 丁目 297-1

電話 0258-28-3600

ホームページアドレス

<http://www.nagaoka.jrc.or.jp/>

## 健康なお口でがん治療を乗り越えよう！

歯科口腔外科部長 **飯田 明彦**

日本国民の2人に1人は、一生涯のうちにがん罹患すると言われています。がんは放置できない病気ですので、手術、放射線、抗がん剤などの治療が必要です。これらの治療を行うと、様々な合併症が起きることがあります。しかし、お口を健康に保つことで、それらを予防できることが明らかになってきました。

例えば、肺がんの手術をすると、手術後に肺炎やつらい発熱を起こすことがあります。手術前後に歯科医師や歯科衛生士がお口のお掃除をすると、その発生率が大幅に下がります(図1)。

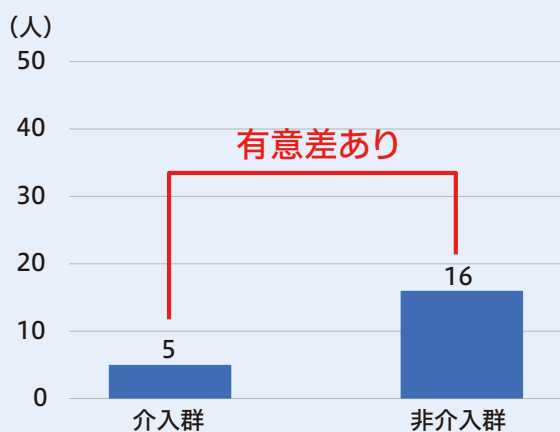
放射線や抗がん剤治療を行ったときに生じる口内炎も、お口の管理によって重症化を予防できます(図2)。

また、がん治療前後は体力を低下させないよう

に、しっかり栄養を摂取することが重要です。しかし、歯の本数が少ないと、うまく噛むことができず、お口から食事することが難しくなります。したがって、普段から歯を失わないようにすること、また、歯を失ってしまった場合には、義歯等でしっかり補っておくことが大切です。

当院に入院中のお口の管理は、私たち歯科口腔外科のスタッフが担当します。しかし、がんは早期発見、早期治療が重要ですので、がんが見つかったから歯科治療を開始しても十分な時間が取れず、必要な治療が行えません。冒頭でも述べたように、がん罹患することは決して他人ごとではありませんので、普段からかかりつけ歯科医院に通って、お口の管理をしていただくことが大切です。

(図1) 術後合併症

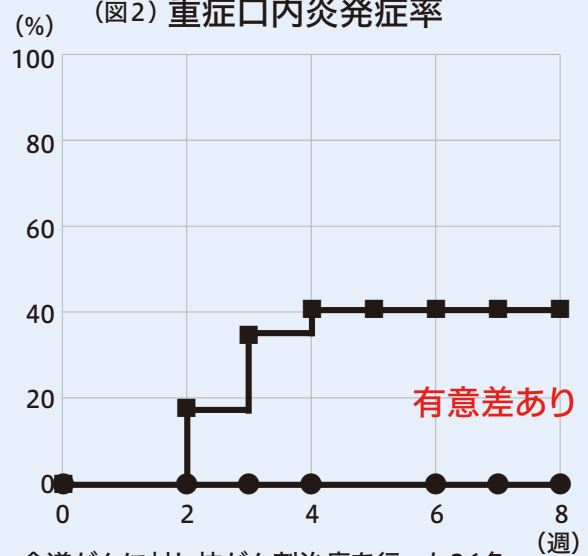


肺がんに対し手術を行った患者 100 名

{ 介入群：口腔管理を行った 50 名  
非介入群：口腔管理を行わなかった 50 名

西野豪志ら日呼外会誌 31 (4) 432-438, 2017

(図2) 重症口内炎発症率



食道がんに対し抗がん剤治療を行った26名

{ ● 口腔管理を行った 9 名  
■ 口腔管理を行わなかった 17 名

森山ら 口腔衛生会誌 69 : 139-142, 2019 引用改変



# 予防は治療のスタート メンテナンスは定期的に!

歯科衛生士 長谷川 貴子

お口・のどの粘膜は、ばい菌が体内に侵入するのを防ぐため、絶えず新しい細胞に置き換わり防御を行っています。しかし、がんの治療中、特に抗がん剤や放射線治療中にはこれらの細胞が破壊され防御が効かず、ほんの小さな傷でも粘膜炎や口内炎になりやすく、口の中が痛くなることがあります。

また放射線や抗がん剤の一部に唾液の量を減らす副作用があるため虫歯になりやすく、食べること・飲み込むこと・味覚にも異常が出ます。

このような状態が続くと栄養摂取が困難になり、体力低下が生じて治療に影響が出ます。そうした状況に陥らないよう、日頃からお口の中を清潔に保ちましょう。

## ①うがい

「ガラガラうがい」 のどに付着したほこりや細菌を取り除くのに有効。

「ブクブクうがい」 口の中に残った食べかすを取り除くのに有効。

## ②歯磨き

- 食後が基本ですが就寝前は、より丁寧に磨きましょう。
- 口内炎があるときは、歯磨き粉の使用を避けましょう。
- 舌の汚れは「舌苔」といい細菌の温床となるので、柔らかい歯ブラシや舌ブラシで軽く擦りましょう。
- 市販のデンタルリンス等のうちアルコールが成分に含まれるものは、口腔乾燥に繋がるため使用は控えたほうが良いでしょう。
- セルフケアでは限界があるため、かかりつけ歯科医院で定期的に歯石除去を行い歯科衛生士からブラッシング指導を受けましょう。

がん治療中の口腔トラブルをすべて防ぐことはできませんが、口腔清掃は非常に重要な役割を担っています。

主治医が、がんの治療を始める際に「歯医者に行ってね。」と言うのにはこういった理由があるのです。



## 患者会からのお知らせ

### がん患者サロン 「ほほえみサロン千秋」

毎月第一金曜日  
14:00~15:30

再開！  
しました



感染対策に注意しながら開催しています。  
ただし、新型コロナウイルスの感染状況によっては中止となりますので、がん相談支援センターにお問合せください。

詳しくは当院ホームページのお知らせをご覧ください。

## ゴールデンウィークの外来診療日のお知らせ

月	火	水	木	金	土	日
4/25 通常	4/26 通常	4/27 通常	4/28 通常	4/29 休診	4/30 休診	5/1 休診
5/2 通常	5/3 休診	5/4 休診	5/5 休診	5/6 通常	5/7 休診	5/8 休診

急病の場合は救急外来において診療いたします

## 広報誌「あさのは」について

この「あさのは」は過去に発行したのものも含め、当院ホームページでご覧いただけます。  
(掲載内容は発行当時のものであり、変更となっている場合がありますのでご了承ください)

