

④ 口腔粘膜炎(1)

口腔内の粘膜（舌、歯肉、唇や頬の粘膜など）に起きた炎症（口内炎）のことで、抗がん薬治療や放射線治療によるものを口腔粘膜炎といいます



原因

抗がん薬の副作用は、**口腔粘膜に直接作用するもの**と、**骨髄抑制や免疫力低下によるもの**がありますが、次のような場合があると口腔粘膜炎を引き起こしやすくなります

- ① 歯周病やむし歯がある
- ② 歯磨きやうがいの習慣がなく**口腔内の衛生状態が不良な場合**
- ③ 義歯の**不具合や歯列による刺激**
- ④ 口腔内の乾燥やシェーグレン症候群などの病気による**唾液分泌量の減少**

種類	口腔粘膜炎になりやすい抗がん薬	出現の目安
分子標的薬	エベロリムス(アフィニール®) エルロチニブ(タルセバ®) イマチニブ(グリベック®) など	投与後 3~5日 多くは1週間程度で改善
細胞傷害性抗がん薬	フルオロウラシル シタラビン(キロサイト®) メトレキサート(メトレキセート®) など	投与後 7~10日 多くは2~3週間で改善

* 薬剤の種類についてご参照ください「2. がん薬物療法について」

口腔粘膜炎 予防

① 日々の観察



治療前から毎日
口腔内をチェックする

② 歯科健診



歯科で定期的に
検診を受ける

③ ブラッシングの 実施 (2~4回)



自分に合った
歯ブラシを使う

④ うがいの徹底



1日4回以上
口の中を湿らせる

⑤ クライオセラピー



口腔内を冷却し、
抗がん薬の影響を抑える

⚠ クライオセラピーは、フルオロウラシルの急速静脈内投与や大量メルファラン（アルケラン®）の投与を受ける場合のみ有効とされています

口腔粘膜炎 対策



酸味の強いものや
香辛料を避ける



薄味を心掛ける



食べ物は
常温まで冷ます



炭酸飲料、アルコール
は控える



水分はストローで
摂取する

☆ 口腔粘膜炎になった場合でも、口腔粘膜炎予防①~⑤は継続しましょう

管理栄養士 からの アドバイス



ご飯

軟らかく煮込んだお粥にしましょう
おじやにすると、卵や細かく刻んだ野菜など、さまざまな食材を
一緒に摂取できます

野菜

軟らかく煮込んでも食べにくい場合は、コンソメや味噌と一緒に
ミキサーでポタージュ状にしましょう

魚

焼くとパサつくため、多めの煮汁で炊き、汁にとろみをつけると
食べやすくなります

タンパク質

豆腐、豆乳、ゆで卵以外の卵などは口当たりが
やさしいため、口腔粘膜炎が酷いときに適しています

栄養補助食品

口腔粘膜炎の回復には多様な栄養素が必要です
固形食品が食べにくい場合は、液体やゼリー状の
栄養補助食品の使用も考えましょう

食事方法や
栄養補助食品に
ついては
管理栄養士に
ご相談を！

ご連絡 いただきたい 状況

- 口腔粘膜炎が悪化し、食事や水分の摂取が困難な時
- 粘膜からの出血が続く時
- 口腔粘膜炎だけでなく感染症状（発熱、悪寒、息苦しさなど）がある時 など

TEL. 078-261-6711

平日 (8:30~17:00) ⇒ 各診療科が対応

時間外 (17:00~翌8:30) 及び土・日・祝日 ⇒ 救急外来が対応

社会医療法人神鋼記念会
神鋼記念病院

④ 口腔粘膜炎(2)



歯ブラシの選び方

① 選び方

- ・柄が真っ直ぐで小さめのヘッド
- ・やわらかい毛の歯ブラシを使う
- ・動物毛は避ける

② 取り換え時期

通常は月1回、感染しやすい時は週1回
できれば、朝、昼、夜それぞれ使い分けするとよい
(しっかり乾いた歯ブラシを使用することで感染予防につながる)

③ 保管方法

水で洗い、乾燥させて保管する

④ 歯間ブラシ

シリコンタイプを使用し、血小板が低いときは使用を控える



ブラッシングの方法

① 歯ブラシはペングリップ(鉛筆のように握る方法)で持ち力を入れすぎない

② 歯と歯ぐきの境目を意識して優しく小刻みに磨く



③ 噛み合わせ面も細かく動かして磨く

④ 決まった順番で全ての歯を磨き忘れないようにする
特に前歯と歯の裏側を意識して磨く

クライオセラピー

フルオロウラシルを10分～15分で投与する場合や大量メルファラン(アルケラン®)の投与を受ける場合は、クライオセラピー(口腔内を冷やすこと)が口腔粘膜炎の予防に有効とされています



- ① 水でうがいをする
- ② 抗がん薬投与の30分前から終了30分後まで、氷やアイスで口腔内を冷やす

氷が溶けたら新しい氷を含む

★氷が苦手な方は、氷菓でも代用できます

義歯(入れ歯)をご利用の方

義歯(入れ歯)	歯が抜けたままだと噛む力が弱くなり、残りの歯に負担がかかったり、噛み合わせが悪くなるため、早めに対処しましょう
メリット	● 噛む力が向上し、食生活と全身の健康が改善される ● 発音がはっきりする ● 口元や顔の若々しさを保てる
ケアが行き届いていないと...	● 口臭の原因になる ● 口腔粘膜炎を引き起こす ● 入れ歯に色素や歯石が付きやすい ● 部分入れ歯は、クラスプ(留め具)がかかる歯が虫歯や歯周病になりやすい
お手入れ方法	毎食後: 入れ歯を外し、流水またはお湯で柔らかい歯ブラシを使って優しく洗う 手の平に入れ歯をのせて洗面器の上で磨く 汚れが残りやすい部分を丁寧に洗う 磨きすぎないように注意 特に歯肉に接する部分は磨きすぎると隙間ができることがある 就寝前: 毎食後と同様に入れ歯を外して流水またはお湯で洗浄する 入れ歯洗浄剤に入れ歯を浸ける(浸ける時間は洗浄剤の使用法に従う) 注意点: 入れ歯が変形する原因となるため、熱湯の使用は避ける



早めに
歯科受診して
ほしい状況

義歯(入れ歯)において、次の状況がある時はお早めに歯科受診をお勧めします

- 入れ歯が当たって歯肉が痛い
- 入れ歯が外れにくい、あるいは外れやすい
- 入れ歯が安定しない、壊れた

TEL. 078-261-6711

平日 (8:30~17:00) ⇒ 各診療科が対応

時間外 (17:00~翌8:30) 及び土・日・祝日 ⇒ 救急外来が対応

社会医療法人神鋼記念会
神鋼記念病院