



## 2020年度 市立岸和田市民病院 がん患者サロン

# Luana(ルアナ) 通信 第2号

新型コロナウイルス感染拡大の状況を受け、がんサロンLuanaは中止しました  
今年度はLuana通信として皆様にお役に立つ情報を発信します

### テーマ：口の中のセルフチェックをしよう！

化学療法の副作用の1つに、口腔粘膜炎があります。発症すると、口の中の痛みによりご飯が食べれず栄養不足になり、治療を行う体力を失ってしまいます。また、炎症が悪化すると、抗がん剤治療が継続できなくなることもあります。

歯垢（プラーク）という言葉はテレビのCM等でよく耳にするとお思います。**歯垢とは口の中の細菌の塊**です。口腔内をできるだけきれいに保ち歯垢を取ることで、二次感染を防ぎ口腔粘膜炎を最小限にすることができると言われています。**食後と寝る前の4回**は口腔ケアを行い、口腔粘膜炎を予防しましょう。

口腔ケアの後は鏡で口腔内を観察して、歯垢や食べ物が残っていないか、歯肉や粘膜に異常がないかチェックをしましょう。口内炎や歯肉の腫れがある時は、少し気になる程度であっても我慢せずに、必ず主治医やかかりつけ歯科医師に相談してください。

当院ではがん治療を行う患者さんに対して、地域の歯科医院と連携し、入院前から入院中、退院後まで継続した口腔機能管理を行っています。詳しくは、主治医や看護師にお尋ねください。

### 歯垢がたまりやすいところ



① 歯と歯の間



② 奥歯のかみ合わせ



③ 歯と歯茎の境目



④ 凸凹しているところ



⑤ 背の低い歯