口腔ケアに使用される医薬品について

薬剤師　橋本　崇広

口腔ケアの主な目的には誤嚥性肺炎の予防、口腔疾患の予防、生活の質 (QOL) の向上があり、ここでは口腔ケアを行う上で使われる薬剤について説明します。

最初に誤嚥性肺炎は嚥下反射・咳反射の低下した高齢者で食べ物や唾液と一緒に口腔内の細菌を誤燕することで起こります。それを予防するために、お薬を使って口腔内の乾燥を防ぎ、細菌が増えにくい環境を作ることが大切になってきます。通常の歯磨き、うがいで不十分な場合、口腔内乾燥を防ぐグリセリンうがい薬、殺菌作用のあるイソジンガーグル液 7% ® 等を使用します。

次に口腔疾患には虫歯や歯周病、口内炎等の粘膜障害、感染症があり口腔ケアが不十分だった場合に起こります。その結果生じた口内炎にはケナログ口腔内軟膏 0.1%®、患部に貼るパッチタイプのアフタッチ ® を使用します。また、抗がん剤治療の副作用でみられる口内炎に対しては粘膜の炎症を抑え口内炎を出来にくくするアズノール ® うがい液 4 %、口内炎の痛みを緩和させるキシロカイン入りのうがい薬やインドメタシンスプレー (院内製剤品) 等を使用することもあります。

また、抗がん剤治療中の患者さんや免疫力の落ちた高齢者では口腔内カンジダ症（かび）を伴う事があり、予防的に抗真菌剤のアムホテリシン B を口腔内に含ませたりすることもあります。その他にも放射線治療を受けた患者さんは唾液腺が障害され、唾液の分泌が落ちることがあり、その改善のため唾液を分泌させるサラジェン ® (ピロカルピン) を使用し口腔内の乾燥を防ぎその後に起こりうる感染症や摂食障害、睡眠障害を防ぎます。口腔ケアは正しく行い清潔な口腔内を維持し、食事をおいしく食べられるようになることで生活の質 (QOL) を高める事が出来ます。

口内炎の食事について

栄養管理室長　椿　裕子

口腔粘膜の炎症を口内炎と総称し、歯肉炎、口唇炎、舌炎などの変化が現れます。口内炎が出来てしまうと、口の中が潰瘍や水泡等でただれて痛みや違和感があり、食欲も落ちてしまいがちだと思います。口内炎はビタミン不足が成因になる場合があることから、緑黄野菜等を摂ることで解消にもつながります。「痛いから食べたくない」と遠ざけずに、消化の良い形態（きざみ、ペースト状、とろみ）や、調理法（茹でる、煮込む）により消化の良いメニューを取り入れると食べやすくなります。

＜調理・献立のポイント＞

- 酸味や濃厚な味はしみ込みやすいので、刺激物は避けましょう。
- おかずの固さは、軟らかく煮た物や、薄味のスープ、とろみのある料理にしましょう。
- 一度に食べず頻回に分けて食べるようにしましょう。また、エネルギーを補充するために栄養補助食品を活用しましょう。

＜適した食品、適さない食品、適した一品料理＞

- **適した食品：**　乳製品、果物（バナナ、おろしリンゴなど）、冷たいもの（冷奴、アイスクリーム、シャーベット）
- **適さない食品：**　香辛料などの刺激の強いもの、食塩量の多いもの、酸味の強いもの（酢の物、柑橘類など）、ぱさつくもの（魚のフレーク、ささみなど）固くて口に当たるものなど
- **適した一品料理：**　ゼリー、卵豆腐、冷奴、入麺、南瓜や里芋、じゃが芋のきんとん、ポタージュ系のスープ、野菜やお肉を刻んで煮込んだシチュー、野菜の柔らか煮（葉先や身の部分を用いる）、バナナミルクなど。

食事は、ゆっくりよく噛んで食べることで、唾液の分泌を促し口内炎の自浄効果を促します。清潔な口腔を心がけて行きましょう。

熊本医療センターのミニ医療情報誌

くす通信

第117号
2010年10月1日

国立病院機構　熊本医療センター発行

口腔（こうくう）ケアについて

キンモクセイ
（金木犀）

学名：Osmanthus fragrans var. aurantiacus
科：モクセイ科 Oleaceae
属：モクセイ属 Osmanthus

「くす（樟）」の由来について

くす（樟）は常緑の広葉樹で、熊本城内に多く見られます。種々の精油成分を含み、良い香りがします。樟脳をはじめ色々な薬用成分が抽出されるなど有用な薬用樹でもあります。

また、くすし（薬師）とは、医師のことを指し、くすしぶみ（薬師書）は医術に関する書物のことを言います。

本誌はこの「くす」にあやかり、健康な生活を送るために情報を提供しております。お気軽にお読み下さい。

国立病院機構　熊本医療センター

診療科

■総合医療センター	総合診療科、血液内科、呼吸器内科、糖尿病・内分泌内科、腎臓内科
■消化器病センター	消化器内科
■心臓血管センター	循環器内科、心臓血管外科、
■脳神経センター	脳神経外科、神経内科、
■感覚器センター	眼科、耳鼻いんこう科、皮膚科、
■画像診断･治療センター	放射線科、
■救命救急センター	救急科

■精神神経科、■小児科　■外科　■整形外科
■リハビリテーション科　■泌尿器科　■産婦人科
■歯科口腔外科　■形成外科　■麻酔科　■病理診断科

歯科口腔外科は口腔外科疾患を中心に基礎疾患を持つ患者さんや入院患者さんの歯科治療、救急の患者さんの治療を担当します。

口腔外科疾患では顎骨内ののう胞や腫瘍、顎骨骨折、埋伏歯の抜歯などの全身麻酔下での手術も行っています。

最近は外来にも基礎疾患をお持ちの方や不定愁訴をお持ちの方が増加しており、病院歯科ならではの各科の専門医と相談しながら治療をいたします。

また、入院患者さんの口腔ケア依頼も増加しており、口内炎の予防や誤嚥性肺炎の予防、さらには生活の質（QOL）の向上のために力を注いでいます。

口腔（こうくう）ケアについて

歯科口腔外科医長
中島　健

口腔ケアとは、狭い意味では口腔清掃つまりブラシや綿棒などで歯や粘膜の清掃することを意味します。しかしながら、最近では広い意味に使われることが多くなり、歯石の除去、義歯の清掃や手入れ、歯の治療による清掃性の向上から、摂食や嚥下（えんげ）（飲み込み）の訓練まで含むようになってきました。口腔ケアには次にあげる３つの目的があります。

①　誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）の予防

誤嚥性肺炎とは、食べ物や唾液などが、口の中の細菌とともに肺に入ることによって起こるもので、口腔ケアによる口腔内の細菌を減少させることと舌や飲み込む筋肉などの強化で誤嚥を防ぐことが大切になってきます。高齢者の人口比率が増えていますが、高齢者になると老化や廃用性萎縮（使わなくなると動かなくなること）などで、誤嚥性肺炎をおこしやすくなり、発熱が続いたり、口から食べ物をとることができなくなったり、そのために命を落とすこともあります。特に、脳梗塞などの脳血管障害などで嚥下反射や咳反射が低下した患者さんでは、食事の際の誤嚥だけでなく、睡眠中に唾液とともに細菌を誤嚥してしまい、誤嚥性肺炎を引き起こします。また、鼻管栄養や胃ろうなど口から食事を摂れない患者さんでも唾液を誤嚥することによる誤嚥性肺炎を起こすことがあり、このような患者さんの口腔ケアはより重要となります。

②　口腔疾患の予防

口腔ケアを怠ると、むし歯や歯周病が進行したり、義歯の方は義歯の安定が悪くなったり、カンジダ菌（かび）の発生や細菌の増殖のため、粘膜の障害を起こしやすくなります。そのために、口臭が発生し、咀嚼に悪影響をきたし、栄養の摂取が充分に摂れなくなる恐れがあります。特に、悪性腫瘍や血液疾患などで化学療法を行う予定の患者さんでは口内炎が必発しますが、治療前から口腔ケアを行うことで口内炎の発現頻度を少なくしたり、口内炎の程度を軽くしたりすることができます。

③　生活の質（QOL）の向上

清潔な口腔を維持し、口からおいしい食事をとることは生きがいに通じます。経管栄養の患者さんも少しでも口から食事をとることを目標に、リハビリを含めた口腔ケアをすることで生活の質を高め、笑顔や喜びのある生活を取り戻すことができるようになります。

国立病院機構　熊本医療センター

- 診療時間　8:30 ～ 17:00
- 受付時間　8:15 ～ 11:00
- 休 診 日　土･日曜日および祝日

急患はいつでも受け付けます

〒860-0008 熊本市二の丸 1-5
TEL　096（353）6501（代表）
FAX　096（325）2519
HP　http://www.nho-kumamoto.jp/