

口腔ケアの定義

「口腔ケアとは、口腔の疾病予防、健康保持、リハビリテーションより
QOL(quality of life)の向上を目指した科学であり技術である」

日本口腔ケア学会

口腔ケアで具体的に行っていること

- 検診

- 口腔清掃

歯肉・頬部のマッサージ・義歯の着脱, 手入れ

- 口臭の除去

- 口腔乾燥予防など

適応・禁忌

全身状態を考慮して慎重に行えば口腔ケアの絶対的な禁忌はない

- ① 血圧管理・安静度制限の指示が出ていれば口腔ケアもそれにしたがって実施
- ② ポジション(半側臥位・頸部回旋位など)にも留意する
- ③ 発熱でも可能

ただし

不整脈・呼吸状態が悪い(酸素マスクが外れない)ときは慎重に対応すること

安全に行う事・無理はしないこと

血液検査チェック項目

	通常の口腔ケア	慎重にケア	相対的禁忌
白血球数	$> 3000/\mu\ell$	$1000 \sim 3000/\mu\ell$	$< 1000/\mu\ell$
顆粒球数	$> 2000/\mu\ell$	$500 \sim 2000/\mu\ell$	$< 500/\mu\ell$
血小板数	$> 50000/\mu\ell$	$20000 \sim 50000/\mu\ell$	$< 20000/\mu\ell$

口腔ケアのチェック項目

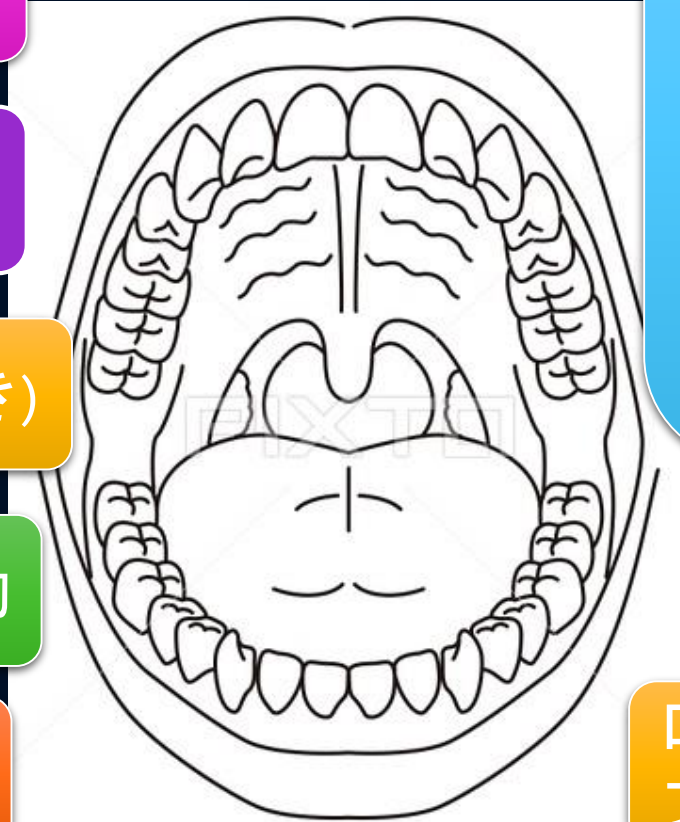
麻痺側の確認

う蝕歯(むし歯)

歯周炎(歯のぐらつき)

脱離しそうな補綴物

義歯の使用



- ・ 痰
- ・ 食物残渣、歯垢
- ・ 口腔乾燥
- ・ 出血/疼痛
- ・ 潰瘍
- ・ 口腔粘膜炎
- ・ 舌苔

口腔ケアの方法:
ブラッシングの可否:

ただ単に歯を磨くことではない。患者の状態に応じて 様々な技術を組み合わせて行う事を認識しておく

器質的口腔ケア

- 口腔内を清掃し，清潔を保つ

機能的口腔ケア

- 口腔機能を回復させる
- 口腔機能の維持・向上させる

器質的口腔ケア

歯がある場合



- 歯ブラシによる歯磨き
- 歯間ブラシ、糸ようじ、フロスによる歯間清掃
- フッ素入り歯磨き剤使用

義歯がある場合



- 義歯用ブラシによる機械的清掃
- 義歯洗浄剤による化学的清掃

歯がない場合

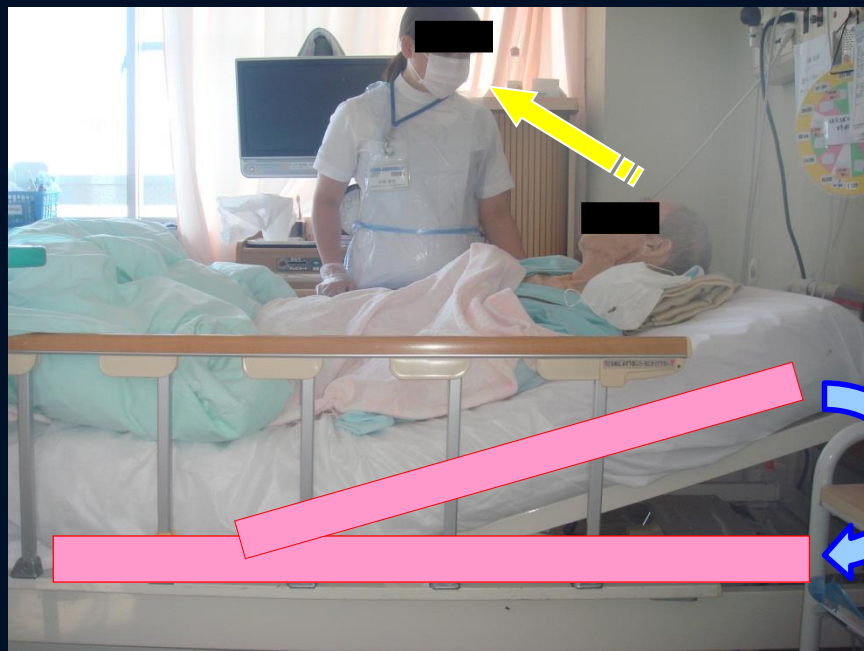


- 舌ブラシや粘膜用ブラシによる舌と粘膜の清掃
- うがい

機能的口腔ケア



- 唇・舌・頬の運動
- 発声、呼吸、
- 唾液 マッサージ
- リラクゼーション



30°

- ・ケア時間を設定（患者の体調等を考慮）
- ・ケアを行う場所を設定（洗面所やベッド）
- ・患者の姿勢の設定

（ベッドを30°～45°ギヤッジアップ 可能であれば枕を高くし、後頭部を挙上）

* 術者は立ち居地に配慮する

口腔内の保湿



保湿剤を術者の手の甲に取り、なじませてから患者さんの口腔内に塗布する

口腔内の粘膜に少量ずつ何度も塗布し、粘膜保護しながら汚れを軟化させる

ブラッシング

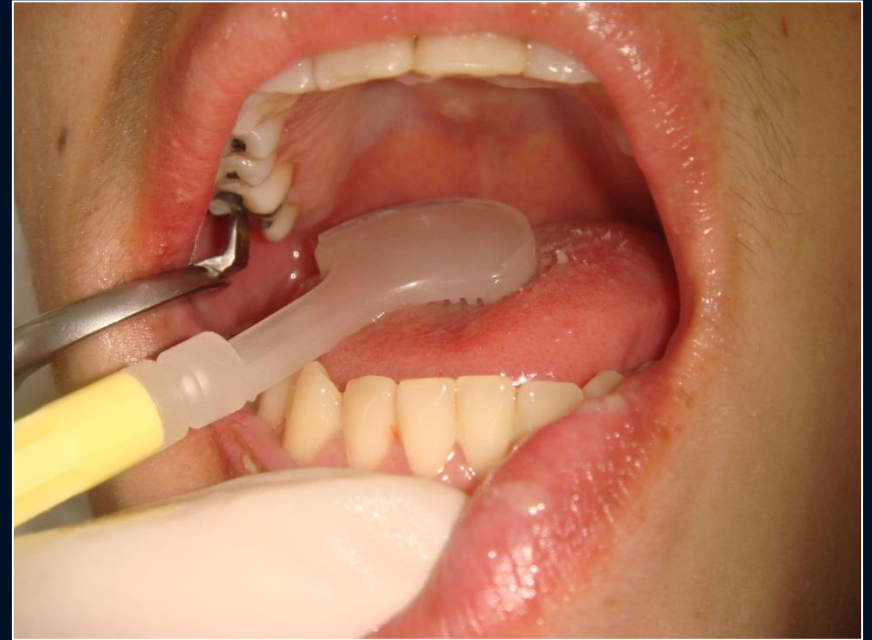
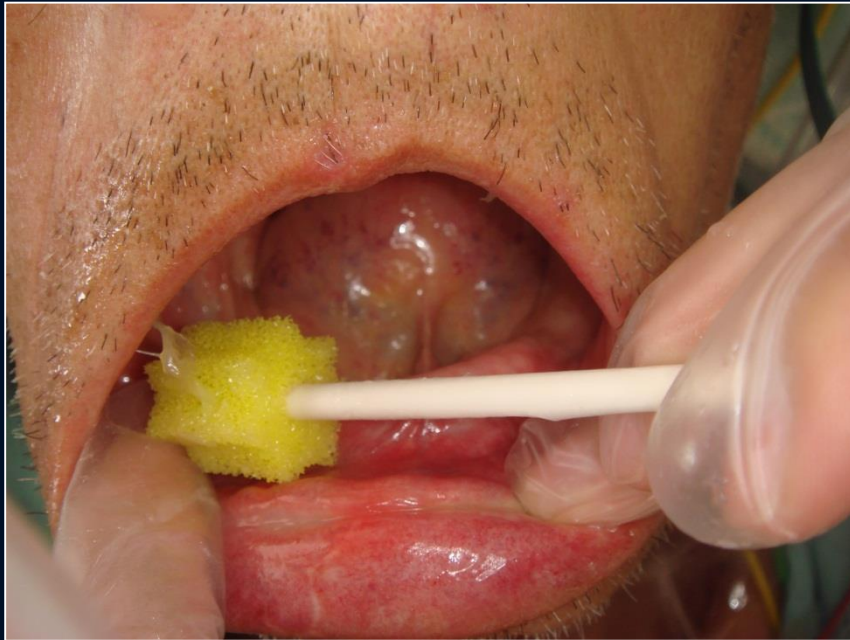
口腔ケアの基本はブラッシングによる歯面清掃



食物残渣や歯面に付着した分泌物のかたまりを除去する

粘膜の清掃

最初に塗布した湿潤剤の効果により口腔粘膜が潤い、汚れが軟化している状態



スポンジブラシや舌ブラシ、粘膜ブラシで清掃する
基本的には奥から手前に汚れを拭う
強い力でこすると粘膜を傷つけてしまうので注意する

うがい・拭き取り



うがいできる患者さんは介助する
口に含んだ水を吐き出せない場合は
患者さんの顔を下に向け
口角を引き排水させる

うがいができない患者さんは
清掃により浮いてきた汚れを
スポンジブラシで拭き取る
口腔内に水分を残さないように注意する

口腔内の保湿

きれいになった口唇や口腔粘膜を保湿剤で保湿したら終了



このひと手間で汚れが付きにくい口腔内になり
保清を持続できる 次のケアが容易になる

口腔粘膜炎

- 化学療法における口腔粘膜炎は疼痛を伴う、よって経口摂取を困難にするため生活の質を低下させる
- 化学療法を完遂させる事が治療成績の向上に寄与する
- 口腔粘膜炎のマネジメントの成否が治療の成否につながる

口腔粘膜炎のグレード分類(CTCAE ver 4.0)

Grade 1: 症状がない、または軽度の症状がある。治療は要さない

Grade 2: 中等度の疼痛。経口摂取に支障がない、食事の変更を要する

Grade 3: 高度の疼痛 経口摂取に支障がある

Grade 4: 生命を脅かす 緊急処置を要する

Grade 5: 死亡



口腔粘膜炎の対処方法

- 現時点では確実に予防する方法はない
- 対症療法が主体となる

1. 口腔内清潔保持
2. 口腔内保湿
3. 疼痛コントロール

口腔内清潔保持

- 1日3回程度(各食後)に行う
- 歯ブラシを用いるブラッシングが口腔ケアの基本

歯ブラシの選択

- ①ヘッドが小さい
- ②柄がストレート
- ③毛先が柔らかい

口腔内保湿

- アズノールうがい薬が有効
- アズノールうがい薬でしめたりした場合：
 - ①9g(小さじ2杯で10g)の食塩をペットボトルに入れ1lの水で溶かして含嗽に使用する
 - ②キシロカイン含有含嗽剤の使用の処方も検討する
- イソジンは使用しない方がよい
- 保湿剤にはジェルタイプ・スプレータイプがある

疼痛コントロール(1)

Grade 1: 口腔粘膜炎が軽い

→うがい 1日6～8回を目標

Grade 2: 口腔粘膜炎やや強い

→うがい+痛み止め(キシロカイン含有含嗽剤など)

Grade 3: 口腔粘膜炎強い

→うがい+痛み止め+医療用麻薬

(鎮痛薬とモルヒネを決められた時間に)

まとめ

1. ケアの原則は「安全に・無理はしない」
2. 目標を考える
3. 唾液は天然の抗菌性洗口液
4. 環境を整え便利な道具を使用する
5. 口腔内には常に潤いを与える(保湿)
6. できる時に口腔ケアを行っておく