

口内炎
Oral Mucositis
(Stomatitis)

大阪国際がんセンター
臨床栄養委員会
看護部リソースセンター
一般社団法人MSBR

口内炎について

口内炎 (Oral Mucositis)

要旨

口内炎とは、口腔内にあらわれる粘膜に起こる炎症（炎症性病変）の総称をいい、発赤、痛み、出血、腫脹などを生じます。強い痛みを伴うと、会話や食事がしにくくなり、体力の低下や精神的苦痛をともない、生活の質に大きな影響をおよぼします。

口内炎による痛みは、食事の楽しみの低下や食欲不振になる原因となります。栄養状態の低下を招くと全身トラブルの原因となり治療の継続に悪影響をおよぼすこともあります。



口内炎について

化学療法（抗がん剤など）による口内炎 要旨

抗がん剤によってできる口内炎は、抗がん剤治療を受ける患者さんの30～40%に発生すると言われています。抗がん剤が口の中の粘膜に作用して障害を起こすことで生じたり、抗がん剤による抵抗力の低下によって、口腔内の細菌に感染して生じることもあります。



口内炎について

放射線治療による口内炎 要旨

口腔内に放射線を照射した場合や放射線が口の周辺にあたる場合、口腔粘膜細胞の再生能力を低下させ、ほぼ全員に口内炎（粘膜炎）が起こります。



要因

一般的な要因

- ▶ 胃腸の機能低下
- ▶ 刺激の強すぎる食事
(冷たいもの 辛いもの 油っこいもの 繊維の固いもの)
- ▶ アルコール・タバコの過度の摂取
- ▶ 食べ過ぎ・飲み過ぎ
- ▶ 歯列・義歯の調整状況
- ▶ 感染

がん患者さんにおける要因

- ▶ 抗がん剤治療、放射線治療(頭頸部・胸部)による正常な粘膜細胞への障害や粘膜の再生能力の低下
- ▶ 口腔内の乾燥 (口の中が乾く)
- ▶ 衛生状態の悪化 (虫歯や歯槽膿漏等)
- ▶ 糖尿病・ステロイド薬の使用による免疫機能の低下
(からだ全体の抵抗力が落ちる)
- ▶ 手術 (食道・胃の術後)
- ▶ 消化液の逆流による食道粘膜細胞の障害
(例：逆流性食道炎など)
- ▶ 消化管の形態や機能の変化
(例：食道狭窄・食道炎による腫れなど)

原因：化学療法（抗がん剤など）による

- ▶ 化学療法による口内炎は大きく2つのメカニズムがあります
 - ①化学療法による直接的な口腔粘膜障害により引き起こされる
 - ②化学療法により免疫力が低下し、口腔内感染症により引き起こされる



原因：化学療法（抗がん剤など）による

口内炎を起こしやすい抗がん剤（例）

代謝拮抗剤	・フルオロウラシル ・カペシタビン	・エスワン ・メトトレキサート
ビンカアルカロイド	・ビンクリスチン	・ビンブラスチン
抗がん抗生物質	・ドキソルビシン ・ダウノルビシン ・マイトマイシン	・イダルビシン ・ブレオマイシン
mTOR阻害薬	・エベロリムス	・テムシロリムス
タキサン系	・パクリタキセル	・ドセタキセル

原因：放射線治療による

- ▶ 口腔内などへの線量が、20 Gy/10回程度から、口内炎が出現しはじめます。
- ▶ 40 Gy/20回程度で口内炎が悪化します。
- ▶ 口腔粘膜炎が元の状態にもどるまでに、約1~2ヶ月かかります。



原因：口腔カンジダ症

- ▶ おもにカンジダ・アルビカンスという真菌(カビ)によっておこる口腔感染症です。カンジダは口腔内の常在菌の一つで、普段はある程度以上数が増えないように他の菌と共存しています。
- ▶ 化学療法で免疫力の低下している状態、放射線治療による唾液量の減少などで微生物間のバランスが崩れ、カンジダ菌が異常に増殖し、病原性を発揮します。
- ▶ 治療にステロイド含有軟膏を使用すると、悪化を引き起こす可能性があります。



専門医からお伝えしたいこと

- ✓ 重度の口内炎になると、食事量が減りがちになりますが、栄養状態が低下すると治療の継続にも悪影響を及ぼします。
- ✓ 口から摂取する事によって胃腸の働きや嚥下機能の維持・回復などの良い影響が期待できます。できるだけ口から摂取する事は非常に大切です。
- ✓ 治療中の口腔ケアも重要です。ご自分自身の対策のみでは不十分な事も多く、治療開始前から歯科受診し、歯科でも定期的に診てもらう事もお勧めします。
- ✓ 分からない事などあれば気軽に医師や看護師に相談ください。技師や栄養士含め、多くの職種でサポート致します。

対策：口内炎は予防が大切

▶ 治療まえから、口腔内を清潔にして口腔内の病原菌数を減らしましょう

口腔ケアを実施することで、口内炎の発症を減らすことができます
たとえ口内炎ができたとしても軽い症状ですみます

▶ 口腔内の乾燥を防ぎましょう

唾液の役割は、粘膜を保護し、汚れを落とすクリーニング作用があります
唾液が減ると細菌が増えます

▶ うがいは1日4回以上しましょう

口腔内の乾燥を予防します

▶ 毎食後に歯ブラシによるブラッシング（機械的除去）を行いましょう

歯がある限り、歯みがきしてからうがいが基本です

対策：口腔内をよく観察しましょう

治療開始前から、1日1回 口腔内を観察しましょう

観察のポイント

- ▶ 義歯があればとりはずします
- ▶ 手鏡を使って
- ▶ どこを見るか・・・頬・軟口蓋・舌・歯・歯肉・舌下・口唇・口角
- ▶ 何を見るか
粘膜の色調・乾燥の有無・唾液量・汚染の程度・損傷・炎症・出血
アフタ・びらん・水泡・浮腫

対策：化学療法・放射線治療を始める前に

歯科受診が望ましいでしょう

- ▶ 歯周病、虫歯などの疾患への対応（感染源になる）
 - ▶ 歯石除去、専門的口腔清掃
 - ▶ 義歯の調整、噛み合わせ
 - ▶ 正しい歯みがき、ブラッシング指導
-
- ▶ 化学療法（抗がん剤など）が始まってから歯科に行くときは主治医に相談しましょう
 - ▶ 歯科にも抗がん剤投与中であることを教えてください

治療前



©いらすとや

事前に歯科受診

治療中



抜歯などは主治医に相談

©いらすとや

対策：食事のアドバイス

刺激物はできるだけ避けましょう

- ▶ 濃すぎる味・・・濃い味付けや塩味の強いスープ等を避け、調味料を減らし出汁等で補う工夫をする
- ▶ 強い酸味・・・酢の物、柑橘類（みかん、グレープフルーツ）等は患部に痛みや滲みるので注意する
- ▶ 強い香辛料・・・辛子、わさび、生姜、山椒、胡椒等
- ▶ 熱い・冷たい物・・・口腔粘膜の火傷や低温作用に注意し、人肌程度に温度を調整する
- ▶ 飲酒を控える・禁煙

対策：食事のアドバイス

- ▶ やわらかい形態に調理したり、水分の多い料理などは飲み込みやすいです。（柔らかく煮込む、とろみをつける、裏ごしをするなど）
- ▶ 1回に飲み込む量を少なくし、一度にたくさん摂取せず、数回に分けて食べましょう。
- ▶ 食事時の姿勢に気を付けましょう。
- ▶ 必要時、濃厚流動食や栄養補助食品などを取り入れましょう。



食事対応の例 とろみ食

にんじんの和風ポタージュ



れんごんのすり流し汁



流動性のある食事

ふわとろ冷静豆乳茶碗蒸し



即席重湯そうめん



文献

1. 日本口腔ケア学会学術委員会：口腔ケアガイド，文光堂，東京，2012
2. 浅井昌代，全田貞幹，大田洋二郎：頭頸部がん化学療法をサポートする口腔ケアと嚥下リハビリテーション，厚生労働省がん研究助成金がん治療による口腔内合併症の予防法及び治療法の確立に関する研究，オーラルケア，東京，2009
3. 丹生健一，佐々木良平：カラーアトラス目で見て学ぶ放射線治療法の有害反応—多職種チームで実践する治療と患者支援—日本看護協会出版会，東京，2011

栄養補助食品の例



いちご風味

ココア風味

バナナ風味

コーヒー風味

笑顔倶楽部
(株式会社フードケア)

●文献

1. 日本口腔ケア学会学術委員会：口腔ケアガイド, 文光堂, 東京, 2012.
2. 浅井昌代, 全田貞幹, 大田洋二郎：頭頸部がん化学放射線療法をサポートする口腔ケアと嚥下リハビリテーション. 厚生労働省がん研究助成金がん治療による口腔内合併症の予防法及び治療法の確立に関する研究, オールケア, 東京, 2009.
3. 丹生健一, 佐々木良平：カラーアトラス目で見て学ぶ放射線療法の有害反応一多職種チームで実践する治療と患者支援. 日本看護協会出版会, 東京, 2011.



あずき味



コーヒー味



チョコレート味



とうふ味



スイートポテト味



黒糖風味



きなこ味



レアチーズケーキ味

アイソカル®ゼリーハイカロリー
(ネスレ日本株式会社)