

チーム
Time
34号

特集

口腔ケア



Topics & News
帝京大学医学部附属病院からのお知らせ

チーム医療

麻酔科 教授 安田篤史先生

19

お口の中を健康に保とう

家庭でできる口腔ケア

16

歯科看護師 島 忠光さん
 歯科衛生士 河原順子さん
 歯科口腔外科 医師 佐竹杏奈先生
 歯科口腔外科 科長、准教授 大金 寛先生

04

特集 口腔ケア

口腔ケアとは？

目次

◎発行年月
2024年11月
◎発行
帝京大学医学部附属病院
総務課広報企画係
◎編集・制作
ビーデザイン

T-me

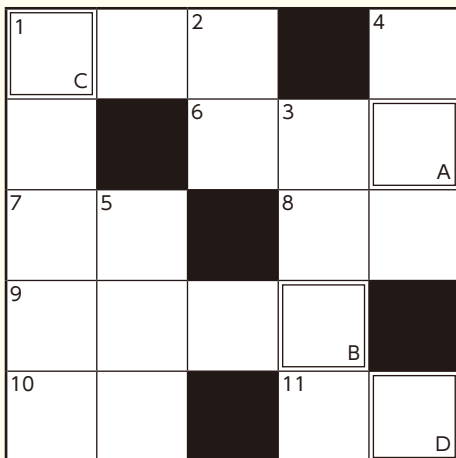
T-me「チーム」は、
帝京大学医学部附属病院と
地域の皆さまをつなぐ院内誌です。
T:Teikyo = 帝京大学医学部附属病院の頭文字
me:Medical = 地域の皆さまのための医療

また、「チーム」には
医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、
その他病院全てのスタッフが連携して行う
チーム医療の意味も込められています。

printed in japan
本紙掲載の写真・記事の無断転用を禁じます。
©2024 帝京大学医学部附属病院

クロスワードパズル

二重ワクの中に入る文字をアルファベット順につなげると、
健康に欠かせないあるものになります。

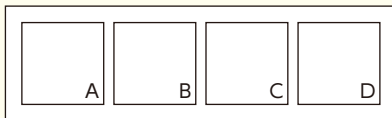


(タテのカギ)

- しばらく見ないうちにこんなに大きくなって。
- 昭和のアイドル曲、「○○はまだ16だから」。
- 昆虫のアリの異称。かわいい言い方ですね。
- こんな状態じゃだめです、綺麗にして。
- 地球を包んでいます。生きるために欠かせません。

(ヨコのカギ)

- 「面! 胴!」剣道に使います。
- 日がのぼります。「日本の○○○は近い!」
- ある限られた範囲内の土地、地域のこと。
- 割合のこと。消費税のこれが気になります。
- 甘くてお茶うけにぴったり、四角のものが多いです。
- 釣りで魚のあたりを知らせる道具。
- 暗い青色のこと。○○ブレって流行りましたね。



(答えは P.19)

口腔ケア

いくつになっても「食べる楽しみ」はなくしたくないもの。

人生百年時代、お口の健康を守ることは

豊かな生活に欠かせません。

口腔ケアは歯や歯茎だけでなく、

全身の健康にも影響します。

虫歯や歯周病は心臓病や糖尿病などに

繋がることもあります。

些細な異変も見逃さず、

定期的なチェックとケアを

心掛けることで、長く

「食べる楽しみ」を続けましょう。



口腔ケアとは？

80歳でも自分の歯でおいしく食べるために
今、求められる質の高い「口腔ケア」とは？

口腔ケアは、日常の歯磨きだけでなく、健康維持や口腔機能の向上、さらには口腔内の疾患予防を目的としています。今回は、歯科口腔外科の大金覚先生に「口腔ケア」についてお話を伺います。



大金 覚先生 歯科口腔外科 科長、准教授

2004年	3月	東京歯科大学卒業
2008年	3月	東京歯科大学大学院（口腔外科専攻）卒業
2008年	4月	亀田総合病院 歯科口腔外科 医員
2012年	4月	東京歯科大学口腔外科学講座 助教
2013年	12月	北京大学口腔医学院 臨床留学
2015年	4月	東京歯科大学口腔がんセンター 助教
2018年	10月	東京歯科大学口腔がんセンター 講師
2022年	3月	東京歯科大学口腔がんセンター 准教授
2022年	4月	帝京大学医学部 形成・口腔顎顔面外科学講座 准教授 帝京大学医学部附属病院 歯科口腔外科 診療科長

生活の質を保つための「口腔ケア」

——口腔ケアとは具体的にどのようなものなのか教えてください。

「多くの方がイメージするのは、歯磨きやフロスを使って口の中をきれいにすることだと思いますが、それだけではありません。噛む・話すなど口の中の機能を改善し、病気を予防することまで含めて口腔ケアと呼んでいます。簡単に言うと、口の中の健康を維持し、生活の質を向上させることです。」

—— 帝京大学医学部附属病院では、どのような口腔ケアを行なっているのでしょうか？

「当院では、入院患者さんの周術期（手術前から手術中、術後の回復、退院までの期間）での口腔ケアに多く関わっています。全身麻酔で手術を受ける患者さんは、免疫低下により元気だった歯が痛むことがあります。また、ぐらつきのある歯が手術中に抜けて飲み込んでしまうリスクや、抗がん剤や内服薬による口内の健康問題もあります。患者さんが安心して手術を受け、退院後も質の高い生活を送れるように口腔ケアを行っています。」

具体的には、患者さんのお口のチェックです。虫歯がないか、ぐらつきのある歯がないか、薬の副作用で口内炎や粘膜症が起きていないかなどを確認し、手術中のリスクを軽減するためのケアを行います」

—— 健康な方でも「口腔ケア」は必要なのでしょうか？

「もちろん、とても清潔な状態を保っている方もいらっしゃいます。近年、お口の中に関心を持つ方が増えており、保有する平均歯数は年々増加しています。」

一方で、病気や心理的な理由で口腔ケアが難しい患者さんもいます。例えば、入院後ほとんど食事をしていないため歯磨きをしない、薬の副作用で口内炎が痛くて歯磨きができない、加齢でサイズが合わなくなった入れ歯を使い続けているなど、理由はさまざまです。しかし、入院により口腔ケアが疎かになると、口臭や虫歯、歯周病のリスクが高まり、さらに感染性心内膜炎や誤嚥性肺炎のリスクも出てきます。歯磨きくらいと思いかもしれませんが、日頃から口腔ケアを意識することが大切です」



<周術期「口腔ケア」の流れ>

- 1 入院時にお口の状態をチェック [歯科衛生士、看護師、(薬を服用する場合は)薬剤師]
- 2 ブラッシングや歯石を除去など口腔内の清掃 [歯科衛生士]
- 3 必要に応じて、抜歯なども対応 [歯科医師]
- 4 術後の口腔ケアチェック [歯科衛生士、(薬を服用する場合は)薬剤師]
- 5 退院後は、かかりつけ歯科へ

風通しの良い組織で、 患者さんを治療する

—— 帝京大学医学部附属病院の口腔ケア体制についても教えてください

「歯科医師の一番の役割は、患者さんごとにごのようなりスクがあるかを判断することです。最優先は患者さんの病気を治すことですが、バランスを見ながら口腔ケアにも取り組んでいます。」

歯科衛生士は、お口のチェックに加えて、手術後に一人で歯磨きができない患者さんのサポートや、退院後のブラッシング指導を主な役割としています。

看護師は患者さんに最も近い位置にいます。日常の口腔ケアサポートが主な役割です。当院では、病棟の看護師たちの口腔ケア意識が高く、専門的な部分は歯科衛生士が担いますが、日常のサポートは病棟の看護師が行っています。

薬剤師は、薬による口内トラブルをサポートする役割があります。特に抗がん剤治療の際にお口のトラブルの相談が多く、その際に患者さんの声を拾い上げ、担当者に直接相談できる流

れができています。それぞれの役割を持ったメンバーが対等に、風通しよく働ける環境を意識しています。」

—— 患者さんにとってもスムーズな医療が提供できる体制が整っているのですね。

「気づいた人がすぐに行動できるのは非常に大事なことです。職種を超えて患者さんを支える環境が整っていることが必要です。院内でフラットな関係性があるからこそ、患者さんに適切な医療を提供できるのだと思います。」

安全な医療の提供は大前提ですが、信頼できる医療スタッフの中で患者さんを治療することが求められています。患者さんの声を一つでも多く吸い上げ、願いを一つでも多く叶えている組織が理想だと考えています。」

健康な歯のために、 かかりつけの歯医者で定期検診を

—— 「8020運動」もありましたが、いつまでも健康な口内を保つためにはどのようなことを意識すればよいでしょうか？

「多くの口腔ケアグッズや歯磨きアイテムが





増えたことで、80歳までに20本の歯を残そうという意識は高まっています。しかし、質の良い、しっかり噛める歯を20本残すのはまだまだ難しい現状です。

理想としては、年に1回でもいいので定期検診を受けていただきたいです。虫歯の有無や口内環境の清潔さをチェックすることが大切です。かかりつけの歯医者があれば、困ったことがあったときにすぐ相談できますので、ぜひお近くの歯医者で定期検診を行きましょう」

——最後にこれからの目標を教えてください。

「院内のことでは、一人でも多くの患者さんの口腔ケアをサポートし、医療の質を向上させることが目標です。また、入院中だけでなく退院後も健康な口腔状態を維持できるように、地域のクリニックと連携し、退院後はお近くの歯医者に引き継げる仕組みづくりを強化していきたいです。入院中の患者さんや当院の外来を利用されている方も、お口のトラブルや気になることがあればお気軽にご相談ください」

Summary

80歳でも自分の歯でおいしく食べるために

- ✓ 口腔ケアとは、歯磨きだけでなく口腔機能の改善と疾患予防
- ✓ 口腔内の健康を維持し、生活の質を向上させることが大事

入院患者さんの口腔ケア

- ✓ 安心して手術を受け、退院後も質の高い生活を送るための口腔ケアを実施
- ✓ 入院患者さんの口腔チェックを丁寧に行い、手術リスクを軽減

風通しの良い組織で患者さんを治療

- ✓ 歯科医師、歯科衛生士、看護師、薬剤師で構成されたチーム
- ✓ 職種を超えたフラットな関係性で適切な医療を提供

健康な歯のために、かかりつけ医で定期検診を

- ✓ かかりつけの歯医者で年1回の定期検診を推奨
- ✓ 一人でも多くの患者さんの口腔ケアサポートと地域クリニックとの連携強化が目標



歯磨きだけでなく、「舌」のケアも忘れずに

口腔内の細菌とそのリスク

—— 口腔ケアでのお仕事について詳しく教えてください。

「主に入院患者さんの口腔ケアを担当しています。各科の先生方から依頼を受けて、手術を受ける患者さんの歯のぐらつきがないかを確認し、必要に応じて迅速に対応しています。患者さんごとに合わせた口腔ケアを行なっています。」

患者さんの中には「虫歯じゃないから大丈夫』『噛めているから問題ない』という方もいますが、手術中の誤飲や感染症リスクを考えると放っておけません。ただし、抜歯した歯は戻ってこないため、合意を得るまでに時間がかかることもありますね」

—— 具体的にどのようなリスクがあるのでしょうか？

「口腔ケアを怠ると、口腔内の細菌叢が腸内細菌叢よりも増えてしまうことがあります。術後の

免疫が低下した状態では、口腔内の細菌が増え、感染症のリスクが高まります。特に高齢者では嚥下機能も低下しているため、誤嚥性肺炎のリスクもあります。口腔ケアの重要性を患者さんに理解してもらうことも私たちの大切な役割です」

舌のケアの重要性

—— 帝京大学医学部附属病院の自慢できることはどこでしょうか？

「栄養サポートや摂食・嚥下に特化したチームがあり、他職種連携が行き届いていることが自慢です。チーム全体で知恵を出し合い、積極的に意見交換を行い、患者さんに最適なケアを提供しています」

—— 栄養や嚥下が口腔ケアとどのように関連してくるのでしょうか？

「栄養不足の患者さんでも、食べられる歯がな



佐竹 杏奈先生 歯科口腔外科 医師

2014年3月	東京歯科大学 卒業	歯科口腔外科
2014年4月	弘前大学医学部附属病院	医科学専攻 修了
2020年3月	弘前大学大学院医学研究科	口腔顎顔面外科・矯正歯科
2020年4月	東京大学医学部附属病院	口腔顎顔面外科学講座
2021年4月	東京歯科大学水道橋病院	形成・口腔顎顔面外科学講座
2023年4月	帝京大学医学部附属病院	

い、または飲み込める力がないと栄養を摂取できません。虫歯があったり、乾燥気味で唾液が出てこなかったり、口腔内の健康が保たれていないと全身の健康も守ることが難しくなってしまうのです」

—— 口腔ケアの中で特に気を付けておきたいことはどんなことでしょうか？

「忘れがちになってしまうことかというと『舌のケア』が大切です。実は、舌苔^{ぜったい}には歯垢よりも多くの細菌が存在し、口臭の原因にもなります。舌苔はうがいでだけでは落としきれず、毎日のケアが必要です。口腔ケアでは、歯磨きやフロスでの

ケアに加えて、粘膜の掃除も欠かせないのです。

——具体的にどのようにケアするのでしょうか？

「自分で歯磨きができる方であれば、歯磨きの後に舌の根本（喉の方）から舌先にかけてやわらかい歯ブラシで2〜3回なできるように磨いてからうがいをしましょう。舌が乾燥していたり、磨く力が強すぎると傷ついてしまうので、専用の舌ブラシなどを使うのもおすすめです。」

また日頃からオーラルフレイル^{*}を予防して



舌苔の汚れあり

舌苔の汚れなし(正常)

おくのも良いでしょう。口すぼめや舌を頬の内側に押し当てるなどの運動が効果的です。これは加齢に伴う筋肉低下を補ってくれるトレーニングのようなもの。私は『口の中の筋トレ』と呼んでいます。入院患者さんにもおすすめしているものです」

※オーラルフレイルとは、歯や口の機能が衰えた状態のことです。「話がしにくい・飲み込みにくい・むせる・こぼす」などが、舌を含めた口の周囲の筋肉の衰えでおこります。

放射線治療前の口腔ケア

——入院患者さんの口腔ケアで大切なことを教えてください。

「放射線治療中の患者さんの中には、お薬の副作用で口の中がただれてしまい、触るだけでも痛い、そんな方もいらっしゃいます。個々の患者さんに合わせた口腔ケアを行い、しっかりと栄養を摂って早期回復を目指しています」

——これからの目標を教えてください。

「抗がん剤治療や放射線治療を受ける患者さんに早期に介入し、安全に治療が進められる環境を整えたいです。」

Summary

一人でも多くの方に口腔ケアの重要性を理解してもらい、口腔ケアが当たり前になることを目指しています」

口腔内の細菌とリスク

- ✓ 口腔ケアを怠ると、口腔内細菌叢が腸内細菌叢より増えてしまうことがある
- ✓ 術後の免疫低下で感染症や誤嚥性肺炎のリスクが増加

他職種連携による適切な治療

- ✓ 栄養サポートや摂食・嚥下に特化したチームとの連携
- ✓ 他職種連携によって全身の健康維持をサポート

舌のケアの重要性

- ✓ 舌苔には歯垢よりも細菌が多く存在し、口臭の原因につながる
- ✓ 歯磨き後にやわらかいブラシで舌を優しく掃除

今後の目標

- ✓ 個々の患者さんに合わせた口腔ケアを行い、安全な治療かつ早期回復を目指す
- ✓ 一人でも多くの方に口腔ケアの重要性を理解してもらいたい



歯は日常生活に欠かせない 患者さんに寄り添った口腔ケアを

自力で歯を磨けない入院患者さんをケア

——どのようなお仕事をされているか教えてください。

「歯科口腔外科には現在6名の歯科衛生士が働いています。抜歯等の観血処置の介補業務や周術期の口腔清掃、入院患者さんの口腔ケア、患者さんへの保健指導が主な仕事です」

——入院患者さんに対しては、どのような口腔ケアを行なっているのでしょうか？

「お口の中をチェックした後、必要な患者さんに対して超音波スケーラーというお水の出る機械を使って、お口の中の歯垢・歯石を除去します。そしてPMTTC※を行って、歯の表面をなめらかに仕上げます。最後に入院患者さん一人ひとりに合った歯磨きの方法を指導します。このようにお口の中を清潔にし、保っていくことで術後の誤嚥性肺炎や発熱のリスクを減らすことができます」

——自力での歯磨きが難しい患者さんにはどのようなケアを行うのでしょうか？

「寝たきりの患者さんや意識障害のある患者さんはお口の中が乾燥していて、汚れが全体にこびりついていることが多いのが現状です。患者さんの状態をモニター等で確認しながら、まずはお口の中全体を加湿（しめらせる）します。汚れが軟らかくなって除去しやすいう状態になってから、歯ブラシやスポンジブラシを使ってケアをしていきます。お口の中の汚れを除去したあと、最後に口唇・舌・頬粘膜の必要なところに薄く保湿剤を塗っていきます。」

患者さんの症状や状態に合わせたケアを提供しています」

口腔ケアチームで自慢できるところは スタッフの一体感

——患者さんとのエピソードで思い出に残っていることがあれば教えてください。



上田 美妃さん 歯科衛生士

1996年 歯科衛生士免許取得
日本口腔ケア学会認定歯科衛生士

「住診に行って口腔ケアを行うことも多いんですけど、病室で患者さんのご家族とお会いする機会があります。『歯磨きの仕方がわからない』『』などと困っていた時にアドバイスをしたところ『口の中を触るのは怖かったですけど、こんなに簡単にできるんですね』と話をしてくれました。口腔ケアの大切さが伝わってうれしくなりました」

——一緒に働いているスタッフの自慢できるところを教えてください。

「歯科衛生士全員が口腔ケア学会認定歯科衛生士です。皆、同じレベルで高い専門性を活かしながら口腔ケアを行えることが自慢です。そして、最善の口腔ケアを提供できるように、研修会や



勉強会に参加し、日々情報をアップデートしています。」

気軽に歯医者を受診してほしい

——病院で働くスタッフ、また、読者のみなさんに向けてメッセージをお願いします。

「一人の患者さんに対して多職種のスタッフが関わっています。情報共有しながら協力して質の高い医療を提供していきたいと思っています。患者さんのお口の中で気になることがあります。ましたら気軽に相談してください。」

読者のみなさんに向けては、毎日歯磨きをしていると思うんですけど、お口の中の汚れが落ちているかどうかは専門家に診てもらわないとわからないんですよ。ご自分の歯磨きが上手にできているのかチェックしてもらうために定期検診をお勧めします。『歯科医院がたくさんあって、どこに行ったらいいか…』とよく質問されます。

3つのポイントを教えます。

○通いやすさ（場所、建物など）

○都合の良さ（曜日、時間など）

○HPを確認（治療内容など）

を考えて探してみると、きっとお住まいや職場の近くに自分に合った歯科医院があるはずですよ。」

※PMTCとは

歯科医院で行われる専門家による徹底した歯面清掃をPMTC（Professional Mechanical Tooth Cleaning）といわれています。

Summary

6名の歯科衛生士で患者さんをサポート

✓ 抜歯に関する介護業務や周期期の口腔ケア、歯磨きサポート

✓ それぞれの症状に合わせた専門的な口腔ケアの提供

入院患者さんへの対応

✓ 症状を把握し、患者さんに寄り添った最善のケアを提供

✓ 患者さんからの感謝の言葉や症状改善の姿が一番の励みに

一体感のある口腔ケアチーム

✓ 歯科衛生士全員が高いレベルで専門性を活かしながら口腔ケアを行える

✓ 一人の患者さんに対して多職種のスタッフが連携

定期検診の重要性

✓ 定期検診で口内環境を清潔に保つことを推奨

✓ 日常の一部として気軽に歯医者を受診してほしい



口腔ケア全般をフォローする 歯科看護師の仕事

患者さんの口腔ケア全てをサポート

—— 歯科看護師とはどのようなお仕事なのか教えてください。

「歯科看護師は、口腔外来の患者さんのサポートや歯科衛生士と共に入院患者さんの口腔ケアを行い、入院時の手続きをサポートする役割を担っています。当院では、特に入院患者さんの口腔ケア全般を担当しています。」

歯科衛生士は口腔内のプロフェッショナルですが、点滴や輸液ポンプの交換や調整はできません。また、救急で入院された患者さんは急変の可能性があるため、口腔ケアを行う際には看護師も必要なのです。歯科衛生士や歯科医師と連携しながら対応しています。」

—— 歯科看護師の役割の中で、大切なことはどんなことでしょうか？

「食事をする

ことで歯が汚れると思う方が多いですが、食事をしないとこそ口腔ケアが重要です。」

「食べていないから磨かなくていいと思う患者さんもありますが、肺炎や口腔細菌による疾病を予防するために口腔ケアは欠かせません。そのため、全員が同じ基準で患者さんに対応できるシステムとアセスメントを持つことが重要です。」

連携とコミュニケーションが生む 迅速な対応

—— 院内ではどのような連携を行なっているのでしょうか？

「主科の看護師や担当の医師から『この患者さんの口腔ケアをお願いしたい』という依頼が来るところから始まります。一度状況を把握して

からチーム内に持ち帰り、必要ならば口腔ケアチームが動きます。特に多いのは術前の介入です。」

院内のスタッフ同士はとても仲が良く、他職種とのコミュニケーションも円滑です。相談やお願いも電話一本で完結できるため、口腔ケアが必要だと聞けばすぐに対応できます。多い日は1日に4〜5件の問い合わせがあることもあります。ここ数年で口腔ケアの重要性が院内に広がったことで、多くの問い合わせをいただけるのは嬉しいことです。」

—— お仕事する上で気をつけていることを教えてください。



河原 順子さん 歯科看護師

| 1996年 看護師免許取得

「患者さんへの対応として心がけているのは、患者さんに納得してもらうまで、丁寧に説明することです。口腔内はデリケートな部分で、触られるのが嫌な方もいます。なぜこの処置が必要なのか、毎日の口腔ケアの重要性をしっかりと説明し、患者さんが納得してからケアを行うようにしています。」

また、看護師として患者さんから様々な相談を受けることもあります。以前、経済的な理由で手術が難しいと悩んでいた患者さんに、公的機関の援助を紹介したところ、大変喜んでいただきました。今でも外来でお会いすると『あの時はありがとうございました』と感謝されます。患者さん一人ひとりに寄り添うことの大切さを実感でき、とても嬉しかったですね」

入院中の口腔ケアを標準化したい

—— これからの目標を教えてください。

「院内での口腔ケアを標準化する仕組みを作りたいと思っています。OHAAT（オーハット※）という要介護高齢者向けの口腔アセスメントシートをもっと広め、院内の看護師の知識とし

て定着させたいです。」

また、元気なうちに口腔ケアを当たり前の習慣にすることも目指しています。入院してからはなく、日常生活の中で口腔ケアを意識してもらえるようにしたいです。本当にうがいだけでもいいので、少しでも口腔内の健康を意識してもらえたら嬉しいですね」

※OHAATとは、歯科医療者でなくても口のアセスメントができるような簡便な口腔スクリーニング用紙です。口の問題8項目（口唇、舌、歯肉・粘膜、唾液、残存歯、義歯、口腔清掃、歯痛）を健全（0点）から病的（2点）までの3段階で評価します。



Summary

口腔ケア全般をサポート

- ✓ 口腔外来のサポート、入院患者さんの口腔ケア、入院手続きサポートまで対応
- ✓ 食事をしない時こそ口腔ケアが重要、全員が同じ基準で対応することが大事

垣根のないフラットなチーム

- ✓ チームスタッフの良好な関係性、他職種との円滑なコミュニケーション
- ✓ 近年は院内で口腔ケアの重要性が広がり、1日に4〜5件の問い合わせがあることも

患者さんへの丁寧な対応

- ✓ 処置の必要性を丁寧に説明し、納得してもらってからケアを行う
- ✓ 経済的な相談など患者さんの問題に寄り添い、適切なサポートを提供

今後の目標

- ✓ OHAAT（口腔アセスメントシート）の普及と定着
- ✓ 日常生活での口腔ケアを当たり前の習慣にすることを目指す



薬による副作用を未然に防ぐ 「何も起こらない」を当たり前前に

患者さんごことに最適・最善のお薬を

—— 口腔ケアチームで、薬剤師はどのようなお仕事をされているのでしょうか？

「私は外来化学療法室で通院治療を行う患者さんをサポートする薬剤師です。抗がん剤治療は身体への負担が大きいため、治療や副作用の面でも薬剤師のサポートが欠かせません。お薬の説明をし、投与状況を確認し、患者さんが適切な治療を受けているか、患者さんに変化がないかを細かくチェックしています。」

特に、吸入薬などで口腔内に副作用が出やすい薬もあるため、投与前に患者さんにしっかりと説明することが大切です。説明だけでなく、患者さんには『しっかりとうがいをして、薬が口に残らないようにしてくださいね』と伝えていきますが、例えば、嚥下障害などでうがいが難しい場合には別のお薬を提案するなど、患者さんの状態

に合わせた最善の対応を心がけています」

—— 薬剤師のお仕事をする上で、特に重要だと思うことを教えてください。

「副作用によるトラブルが起きてからでは、薬剤師だけで対処することが難しくなります。そのため、注意すべき薬剤を把握し、患者さんの口腔トラブルを未然に防ぐこと、お薬の副作用が起こらないようにフォローすることが重要です。化学療法室では、抗がん剤治療を受ける患者さんであれば、前日までにカルテをみて、治療において起こりやすい副作用を必ず確認しています。治療によって、口腔内のトラブルだけでなく痺れや皮膚が荒れやすいなどの副作用が出る場合もあるので、事前に副作用のリスクを確認し、対策を講じることが必要です」



島 忠光さん 薬剤師

口腔ケアで使用する薬の種類と食欲に与える影響

—— 口腔ケアチームで使うお薬にはどんなものがありますか？

「口腔内に関係する薬剤として、大きく分けて2つのタイプがあると思います。1つ目は、口腔内トラブルのリスクが高いお薬です。抗がん剤は口腔粘膜炎や乾燥を引き起こすことがあります。それにより、口腔内感染が広がることもあります。また味を感じる細胞が影響を受けて味覚障害につながることもあります。」

もう1つが、口腔ケアで使うお薬です。口の中を消毒するものや、炎症を抑えるステロイド、炎症

「抗がん剤治療を受ける患者さんには口腔内トラブルが多く、口腔粘膜炎や味覚障害が食欲不振につながる場合があります。これが原因で治療を続ける体力がなくなってしまうことがあるため、早めの口腔ケアが必要です。」



口腔トラブルリスクのあるお薬/口腔ケアで使うお薬の例

「抗がん剤治療を受ける患者さんには口腔内トラブルの早期解決に向けて、どのような取り組みや工夫をされていますか？」

「抗がん剤治療を受ける患者さんには口腔内トラブルが多く、口腔粘膜炎や味覚障害が食欲不振につながる場合があります。これが原因で治療を続ける体力がなくなってしまうことがあるため、早めの口腔ケアが必要です。」

薬剤師のみでできる口腔ケアには限りがあるため、当院では、主治医の承認が得られれば、直接歯科口腔外科に相談できる仕組みを取り入れています。これにより、患者さんの悩みが早く解決できるようになり、大変助かっています。」

医療現場での薬剤師の役割

「誰かの役に立てたと感じるときです。薬物治療に関して患者さんはもちろん、医師や看護師、他の医療スタッフの問題を解決したりサポートしたりできたときに特にやりがいを感じます。『安心した』『ほっとした』と言ってもらえると本当に嬉しいですね。」

「今後の目標を教えてください。」

「患者さんがより充実した薬物治療を受けられるように貢献していきたいです。そのためにも、知識と経験を増やし、患者さんと密にコミュニケーションをとり、ここで治療してよかったと思ってもらえるような薬剤師を目指しています。」

Summary

症状に合わせた最適・最善のお薬を提供

- ✓ 外来化学療法室での患者サポート、抗がん剤治療における対応
- ✓ 投与前の説明と患者さんの状態に合わせた薬の調整

副作用の予防と対策

- ✓ 副作用のリスクを把握し、必ず事前に対策を講じる

- ✓ 投与後の患者さんの状態を細かくチェックし、適切な対応を行う

口腔ケアで使用する薬の種類と食欲に与える影響

- ✓ 口内トラブルリスクの高い薬（抗がん剤等）と口腔ケアの治療薬
- ✓ 抗がん剤などは口内炎や味覚障害が食欲不振につながることも

今後の目標

- ✓ 直接、歯科口腔外科に相談できる仕組みで患者さんの悩みを早期解決
- ✓ 患者さんや医療スタッフの問題を解決できた時にやりがいを感じる
- ✓ 患者さんが安心して治療を受けられるように、知識と経験の向上を目指す

家庭でできる口腔ケア



歯磨きの前に……
お口の健康状態を
チェックしよう

毎日の歯磨きの前に、お口の健康状態を
チェックしてみましょう。

ちょっとした異変に気づくことで、
早期に対処することができます。
以下のチェックリストを使って、
お口の中の状態を確認してみてください。

- 差し歯や入れ歯がある方**
- 食べかすなど汚れはついていませんか？
 - 舌に苔のような汚れはついていませんか？
 - 口の中は乾燥していませんか？
 - 口内炎などの炎症はありませんか？
 - 傷などはできていませんか？
 - 口臭はありませんか？
 - 黒い穴が空いている歯はありませんか？
 - 付け根が黒くなっている歯はありませんか？
 - ぐらつきのある歯はありませんか？
 - 歯ぐきが赤く腫れていませんか？
 - くちびるが乾いてひび割れていませんか？
- 金歯や銀歯などの被せが取れていませんか？
 - 差し歯は欠けていませんか？
 - バネのかかる歯が欠けていませんか？
 - 入れ歯は壊れていませんか？
 - 入れ歯は汚れていませんか？

お口の中を健康に保とう

お口の健康を保つためには、
 日常のケアが重要です。
 以下のステップを参考にして、
 毎日しっかりとお口のケアを
 行いましょう。簡単な手順を守るだけで、
 お口の中を清潔に保ち、
 健康を維持することができます。



① 潤す



うがいをしてお口の中を潤わせる。
 口腔ケア用のジェルやスプレーで汚れた箇所を湿らせる。
 10~20秒ほどたつてから、優しく拭き取る。

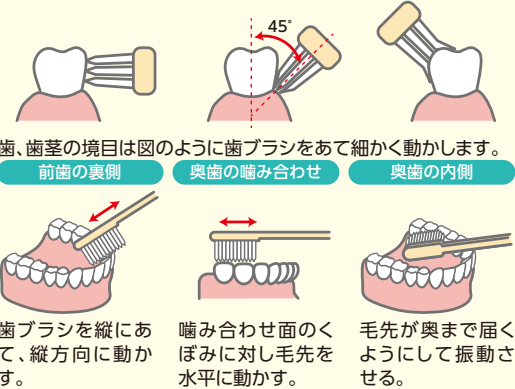
④ うがいをする

むせないように注意して、少量の水でこまめにうがいしましょう。



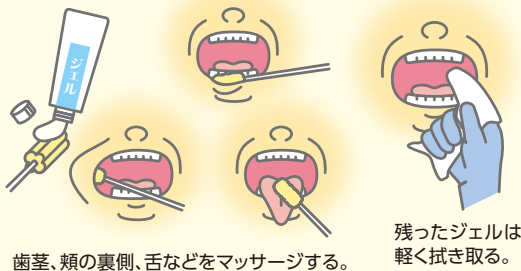
② 歯磨きをする

歯の外側 歯と歯肉の境目 歯の内側



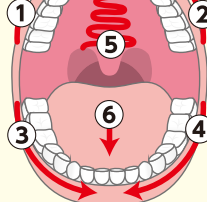
⑤ 保湿 (口腔ケア用ジェルでの仕上げ)

口腔ケア用のジェルでお口の中全体をマッサージしましょう。マッサージの刺激により、唾液が出やすくなります。



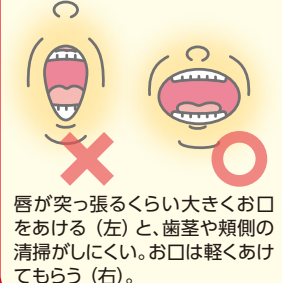
③ 粘膜の掃除をする

頬の内側や上顎、歯茎などを清掃しましょう。



汚れが奥にいかないように、奥から手前にブラシを動かす。

ワンポイントアドバイス



入院前から手術後までの周術期を管理する 周術期管理センター

帝京大学医学部附属病院では日々、さまざまな手術が行われています。患者さんが安心して手術を受けられるように設立されたのが周術期管理センターです。

「周術期管理センターでは、主に麻酔科が関与する手術の入院から手術、退院までの周術期をより良くするために、チーム医療で患者ケアに取り組んでいます。平成30年に設立され、局所麻酔手術や検査は対象外ですが、麻酔科が関わるさまざまな手術を管理しています」

——どのようなチームで構成されているのでしょうか？

「麻酔科、看護師に加え、口腔外科、栄養士、薬剤師、リハビリを支える理学療法士や医師、医療システム部、事務が関わっています。手術の入院から退院までの支援には、ソーシャルワーカーやケースマネージャーなども関与しますので、手術に関わるすべての職種が連携することが当センターのチーム医療の理想です」

——たくさんの方が関わり患者さんを支えているのですね。お仕事をやる上で気をつけていることを教えてください。

「麻酔科の視点からお話しすると、このセンターができてから術前外来を始めました。以前は手術の前日に初めて患者さんと会っていました。今では1〜2週間前にお会いし、麻酔科医が主体的に術前準備を進められるようになりました。麻酔科は全身管理のスペシャリスト。手術中だけでなく、術前・術後のリスクを踏まえた管理が大切です」

——チーム医療で心掛けていることを教えてください。

「麻酔科は黒子のような存在でいいと思っています。患者さんにとっては何事もなく退院していただくのが一番です。手術には多くの専門家が関わっており、それぞれの専門知識を最大限に発揮できるように、周術期管理センターが支えていきたいと考えています」



安田篤史先生 麻酔科 教授

——今後の目標や展望を教えてください。

「入院前から退院まで患者さんが安心して、さらには快適に過ごせる環境を整えたいですね。例えるなら、ホテルのコンシェルジュのような存在です。手術は患者さんご本人だけでなく、ご家族や周囲の人にも不安を与えます。その不安を和らげるために、私たち周術期管理センターを頼っていただきたいと思っています」

MY FAVORITE



最近「神楽坂巡り」がお気に入りです。おしゃれだけど高級過ぎず、おいしいお店が多く、個人店のレストランやパン屋さんなどを巡っています。

2002年	帝京大学医学部附属病院	麻酔科研修医
2002年	帝京大学医学部附属病院	麻酔科レジデント
2004年	ハワイ大学外科研修プログラム	一般外科 インターン
2005年	マサチューセッツ総合病院	心臓胸部麻酔フェロー
2008年	スタンフォード大学病院	麻酔集中治療科スタッフ
2009年	帝京大学医学部附属病院	麻酔集中治療科スタッフ
2012年	マサチューセッツ総合病院	麻酔集中治療ペインクリニックスタッフ
2015年	帝京大学医学部附属病院	麻酔集中治療科スタッフ
現在	帝京大学医学部麻酔科学講座	病院教授

帝京大学医学部附属病院ホームページ

04 病院のご案内 ▶ ウェブマガジン T-ch「ティーチ」より閲覧できます。

または右記の二次元バーコードをスマホで読み取っていただくと、直接閲覧できます。ぜひご覧ください。



ウェブマガジン T-ch「ティーチ」コンテンツ一覧

No.1	CKDってなに？
No.2	肝臓・膵臓とアルコールについて 一耳の痛くないお話ー
No.3	妊娠と薬の話



ホームページ上で気軽に読んでいただけるようなウェブマガジンT・ch「ティーチ」。

T・ch「ティーチ」は、各専門分野の疾病や治療方法などを紹介するウェブマガジンです。

- T・Teikyo 〓 帝京大学医学部附属病院の頭文字
- ch・Channel「チャンネル」
- Teikyo Web Channelを略して「T・ch」としました

また、「ティーチ」には「teach」教える」と意味も込められています。当院の様々な取り組みを発信するページです。

P.2
クロスワードの
答え

シ _C	ナ	イ	フ
ン	ヨ	ア	ケ _A
チ	ク	リ	ツ
ヨ	ウ	カ	ン _B
ウ	キ	コ	ン _C

ケ_A ン_B シ_C ン_C

—— 理念 ——

患者そして家族と共にあゆむ医療

—— 基本方針 ——

安心安全な高度の医療
患者中心の医療
地域への貢献
医療人の育成
医学研究の推進



帝京大学医学部附属病院

〒173-8606 東京都板橋区加賀2-11-1

TEL.03-3964-1211 (代表)

<https://www.teikyo-hospital.jp/>

院内誌についてのお問い合わせ先

帝京大学医学部附属病院 広報委員会

E-mail:kohoiin@med.teikyo-u.ac.jp