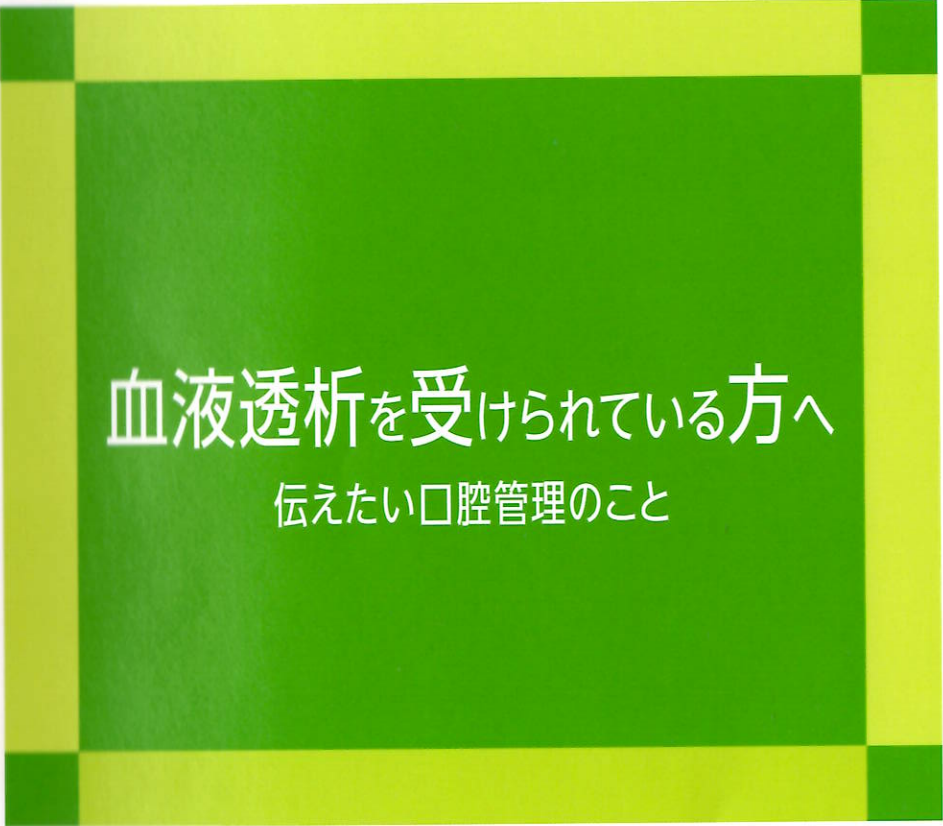




血液透析を受けている方へ

伝えたい口腔管理のこと

執 筆／徳島大学大学院 医歯薬学研究部
吉岡昌美 柳沢志津子 日野出大輔 井本逸勢
白山靖彦

監 修／社会医療法人 川島会 川島病院
泌尿器科医長：横田成司
歯科部長：板東高志

イラスト／よこやまのぞみ

サンスター株式会社

2016年7月

ご存知ですか？ 血液透析中の口腔管理の大切さ

血液透析を受けている方は、腎不全が進み免疫機能が低下して
歯周病に罹っている人の割合が高いといわれています。

また、重度のムシ歯・歯周病は病原菌の巣となり、全身に悪影響
を及ぼします。血液透析中にお口のトラブルで困らないよう、
普段からの口腔管理が大切です。

毎日のセルフケアに加え、適切な歯科治療を受け、定期的に
歯科検診を受けることをお奨めします。

定期的な歯科検診は、歯ぐきの検査やクリーニングが中心の
予防管理であり、ほとんどの場合痛みはありません。

将来的に腎移植を考えておられる方は、ムシ歯・歯周病を治療
しておくことが前提条件になります。

また、血液透析を受けておられる方への歯科インプラント治療
は、骨代謝異常や感染のリスクが高いため、お奨めできません。
すでにインプラントが入っている方は、定期管理を受けること
がより大切です。

この冊子は、これから血液透析を始める患者さんや現在治療中
の患者さんに、口腔管理に役立つ情報をわかりやすくまとめ
ました。この冊子が、血液透析患者さんのお口の苦痛を少なく
して、安心して治療を受けられるようお役に立てば幸いです。

1-2.....はじめに

3-4..... Q. 血液透析を受けている方は、
ムシ歯や歯周病になりやすいってほんとうですか？

Q. 重症のムシ歯や歯周病が
全身に悪影響を及ぼすってほんとうですか？

1. 歯みがきが、お口のケアの基本です
2. 血液透析中の義歯の清掃と保管の方法
3. うがいは、お口の乾燥を防ぎ、
感染を予防すると考えられます
4. プラスワンのお口の保湿ケア

5..... Q. 血液透析を受けていますが、
歯科治療をしても大丈夫でしょうか？

情報を共有することで 安心・安全の輪が広がります。

6..... Q. どうして定期的歯科受診が大事なのですか？

● 定期的歯科受診の内容

- ① お口のチェック
- ② 歯石除去や歯のクリーニング
- ③ ブラッシング指導

自分を良くわかってきている
歯科医院を定期的に受診しましょう

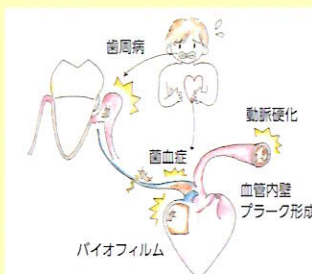
Q 血液透析を受けている方は、 ムシ歯や歯周病になりやすいって ほんとうですか？

A 血液透析を受けている方には、水分制限やお薬の副作用で唾液が少ない人が多いため、お口の中が不潔になり、ムシ歯や歯周病になりやすいのです。日頃からお口のケアを心がけてください。

※ただし、ムシ歯については諸説あります

Q 重症のムシ歯や歯周病が 全身に悪影響を及ぼすってほんとうですか？

A 重度のムシ歯や歯周病を放っておくと、病原菌が巣をつくり、そこから炎症物質や病原菌の成分が身体をめぐり、あちこちで悪影響を及ぼします。



1. 歯みがきが、お口のケアの基本です

プラーク（細菌の塊）をハブラシで除去します。



方法 歯と歯ぐきの境目は汚れがたまりやすいところ
です。ハブラシをあてたら、細かく振動させる
ように動かしましょう。

- **回数** 毎食後がのぞましいですが、体調が良い時に行ってください。
- **ハブラシの選び方** コンパクトなヘッドのものが奥歯まで届きやすく、粘膜にあたりません。
- **歯みがき剤** 歯みがき剤は、粘膜に刺激が少ないものを選びます。

★血液透析直後は、出血しやすい状況が続きます。磨きすぎには注意しましょう。
出血がある時は、歯科医に相談してください。

2. 血液透析中の義歯の清掃と保管の方法

義歯には目には見えない無数の細菌が付着しています。毎日、寝る前に流水下で義歯用のブラシでこすり、汚れを落とします。最後に義歯保管用のケースに水をはり、その中に保管します。

義歯洗浄剤を使うと、ブラシで取りきれない汚れや、臭いも取り除け、細菌の繁殖をおさえることができます。



3. うがいは、お口の乾燥を防ぎ、感染を予防すると考えられます

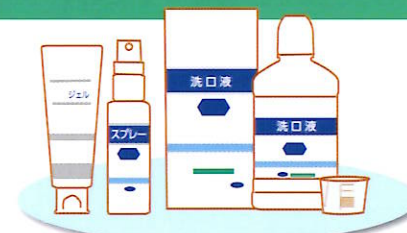
うがいをして、お口の中をいつも湿らせて清潔にしておきましょう。

方法 歯みがきあとに液をお口に含み、ぶくぶくと口全体に広げながら
10～20 秒程おこないます。歯みがきのできない時でも、うがい
だけは行いましょう。

- **回数** 毎食後はもちろん、乾燥が気になった時にうがいをしてください。
- **洗口液の選び方** 洗口液は、ノンアルコールのものを選びます。体の成分と浸透圧が等張の洗口液など刺激の少ないものがよいでしょう。

4. プラスワンのお口の保湿ケア

保湿ケアには、保湿用に考案された洗口液以外に、スプレー式やジェルタイプのももあります。それらは、お水よりも粘膜の表面を長く湿らすことができます。



★ご自身に合った保湿の方法を見つけましょう。
迷ったときは歯科医師、歯科衛生士にご相談ください。

Q 血液透析を受けていますが、 歯科治療をしても大丈夫でしょうか？

A 血液透析の際は、血が固まりにくい薬を使うため、抜歯などの外科処置を行うには、特別な配慮が必要です。血液透析を受けている人の中には、高血圧、糖尿病、骨粗しょう症などがかかえた人も多く、歯科治療時には、病気やお薬の情報が必要になります。安心して治療を受けるために、歯科受診されるときは、透析医の紹介状を持参してください。



情報を共有することで
安心・安全の輪が広がります。



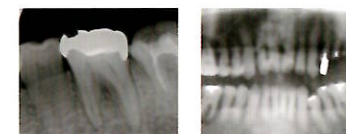
Q どうして定期的歯科受診が 大事なのですか？

A 血液透析を受けている人は、骨代謝異常や感染のリスクが高く、定期的歯科受診で管理を受けることが大切です。血液透析中に歯が痛み困ることのないよう、普段からお口のトラブルは解消しておきたいもの。また、腎移植を受けるためには、ムシ歯や歯周病を治療しておくことが前提です。定期的歯科受診は、“予防”が中心で、お口のチェックや歯みがき指導、クリーニングなどは痛みもなく快適なものです。

● 定期的歯科受診の内容

① お口のチェック

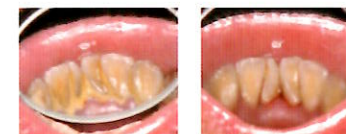
ムシ歯や歯周病など悪いところがないかチェックします。歯と周囲の組織を診るために、必要に応じてX線撮影も行われます。



歯のX線写真

② 歯石除去や歯のクリーニング

毎日の歯みがきをしていても、限界はあります。歯科受診して歯石除去はもちろん、クリーニングもしてもらいましょう。



歯石を取る前

歯石を取った後

③ ブラッシング指導

人のお口は歯の並び方などそれぞれ違います。あなたに合った歯みがき方法や保湿ケアの方法を教えてください。

自分を良くわかってきている歯科医院を定期的に受診しましょう