

慢性腎臓病患者さまのお口のトラブルと予防

「唾液の分泌機能の低下」「水分摂取量の制限」「飲んでいるお薬の影響」などから、お口の中が乾燥しやすくなり、お口のトラブルを招きます。



むし歯や歯周病



唾液の減少による歯や入れ歯の汚れによって、お口の中で細菌が増殖し、むし歯や歯周病が進行しやすくなります。

免疫機能も低下しているため、歯周病の進行リスクが高くなっています。



口内炎

慢性腎臓病の患者様はリンやカリウム、たんぱく質の摂取を控えるため、粘膜の健康を保つビタミンが不足しやすくなります。

特にビタミンB群は細胞を再生させる働きがあるため、不足すると粘膜が薄く弱くなって口内炎が発症しやすくなります。



口臭



お口が乾燥すると、舌の表面に白っぽい汚れ（舌苔）が溜まりやすくなり、口臭の原因となります。

また、むし歯や歯周病が進行すると、口臭がひどくなります。

腎臓機能の低下や糖尿病などが原因で起こる口臭もあります。

※舌苔（ぜったい）：舌につく細菌などのかたまり

むし歯や歯周病は、お口の中だけの病気ではなく全身の健康と深くつながっています。歯周病原細菌や附随する毒素が腎臓の機能にも悪影響を与える可能性があると言われています。腎臓病の悪化を防ぐためにも、生活習慣の改善の一つとして日頃からの丁寧な歯磨きと定期健診がとても大切です。



予防方法

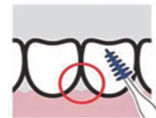
むし歯や歯周病の原因
となる歯垢を徹底除去
洗口液もおすすめです

1日2回以上は、歯みがきをしましょう。

糸ようじ（デンタルフロス）や歯間ブラシで歯垢を徹底除去。



糸ようじ（デンタルフロス）



歯間ブラシ

歯磨きの仕上げに殺菌作用のある洗口液を活用すると、口の清潔を保つことができます。刺激に敏感な方はノンアルコールタイプがお勧め。

保湿剤でお口の中を
潤わせて乾燥予防！

保湿ケアで、お口のトラブルを予防しましょう。

乾燥が強い方は、専用の保湿剤を使うと潤いが長持ちします。



ジェル、スプレー、液状の
3つのタイプがあります。

唾液腺マッサージを
行って唾液を出やすく
しましょう

耳の前や顎の下（唾液の分泌ポイント）を優しく刺激します。



4本の指を上奥歯
辺りにあて、後ろから
円を描くように回す



耳の下から顎ま
で軟らかい部分
を前に押していく



両手の親指で顎
の骨の内側を10
回ほど押し上げる

定期的に歯科医院で
専門的なクリーニング
と検診を受けましょう

歯や歯ぐき、お口の問題は早期発見と早期治療が大切です。

初期症状は気がつきにくいので、3か月から半年に1回検診を受けましょう。

歯磨きでは取れない歯石や病原菌を取り除いてもらい、正しい歯磨きのやり方を教えてもらいましょう。



歯科医院を受診される方へ

透析治療になると、血が固まりにくいお薬をつかうことが多いため特別な配慮が必要です。安心して治療やお口のクリーニングを受けるために、歯科受診されるときは主治医の紹介状を持参しましょう。

かかりつけ歯科医院がない方は、口腔管理推進室にご相談ください。



久留米歯科医師会 口腔管理推進室

連絡先：080-7745-2697 電話受付時間：月～金 9:00～16:00
(祝日は除く)