

今回のテーマ

口腔ケアの方法について

今回は**口腔ケア**の方法についてのお話です。
口腔ケアは対象者の状態などによって、実施方法も様々です。
ここでは、基本的な方法をご紹介します。

<介助が必要な方の場合>

- ①声かけを行い、十分な覚醒を促す
- ②姿勢を調節する
可能であれば座位、困難な場合はベッドアップ約 30 度頸部前屈、
または側臥位などで行います
- ③口唇を湿潤させる
口唇に乾燥があると開口時に出血や疼痛の原因となるため、スポンジブラシ
などで口唇を湿潤させます
- ④義歯を装着している場合ははずして洗浄する
義歯は表面がきれいに見えますが実は汚れやすいものです。特に義歯の
裏側とバネの部分が汚れやすく、表面のぬめりが除去できるまで義歯専用
ブラシや歯ブラシで清掃します
- ⑤スポンジブラシで口腔内の大きな汚れを除去する
摂食嚥下障害の患者様では口腔内に食物が残留しやすいため、大きな
汚れを除去することで口腔ケアが効率的に行えるようにします
- ⑥歯ブラシで歯牙を清掃する
- ⑦歯間ブラシで歯と歯の間を清掃する
歯間部には食物残渣のほか、乾燥した痰がつまりやすいため除去します
- ⑧舌ブラシで舌を清掃する
- ⑨スポンジブラシで口腔内全体を清拭し終了する

<自力で行える方の場合>

- ①うがいをして大きな食物残渣を取り除く
- ②歯ブラシで歯牙を清掃する
歯と歯肉の境目、歯と歯の間などは、特に丁寧に磨きます
磨くときに力を入れ過ぎると歯肉を傷つけたり、歯がすり減ります
- ③義歯と歯の境目には食物が残りやすく、義歯をはずして洗浄する
- ④歯間ブラシやデンタルフロスで歯と歯の間を清掃する
- ⑤最後にうがいをして終了する



『声かけ・覚醒の促し』



『スポンジブラシの使用』



『歯ブラシの使用』



『歯間ブラシの使用』



『舌ブラシの使用』

『摂食・嚥下リハビリテーション』

藤島一郎 監修より引用

*口腔ケアが必要な対象者は様々で、それぞれの状況に応じて方法を組み合わせて行う必要があります