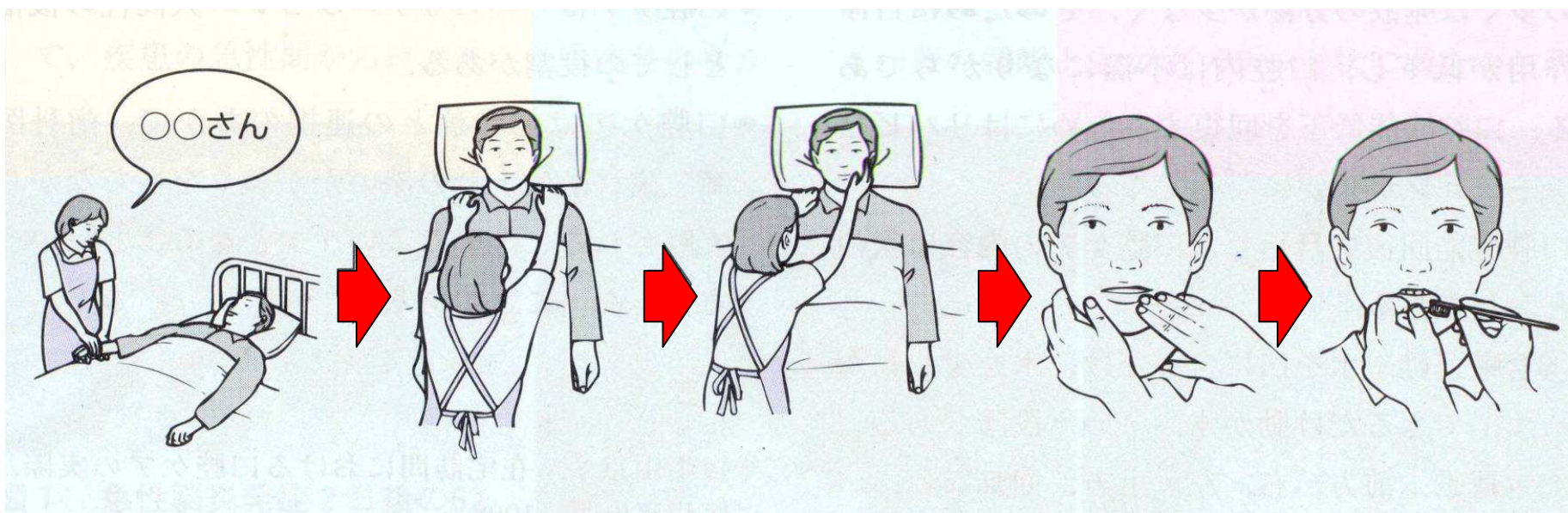


～ 嚥下障害のある方
全介助の方

《準備》

口腔ケアの実際《準備》

1. 声かけをしてしっかりと目を覚ましてもらいます

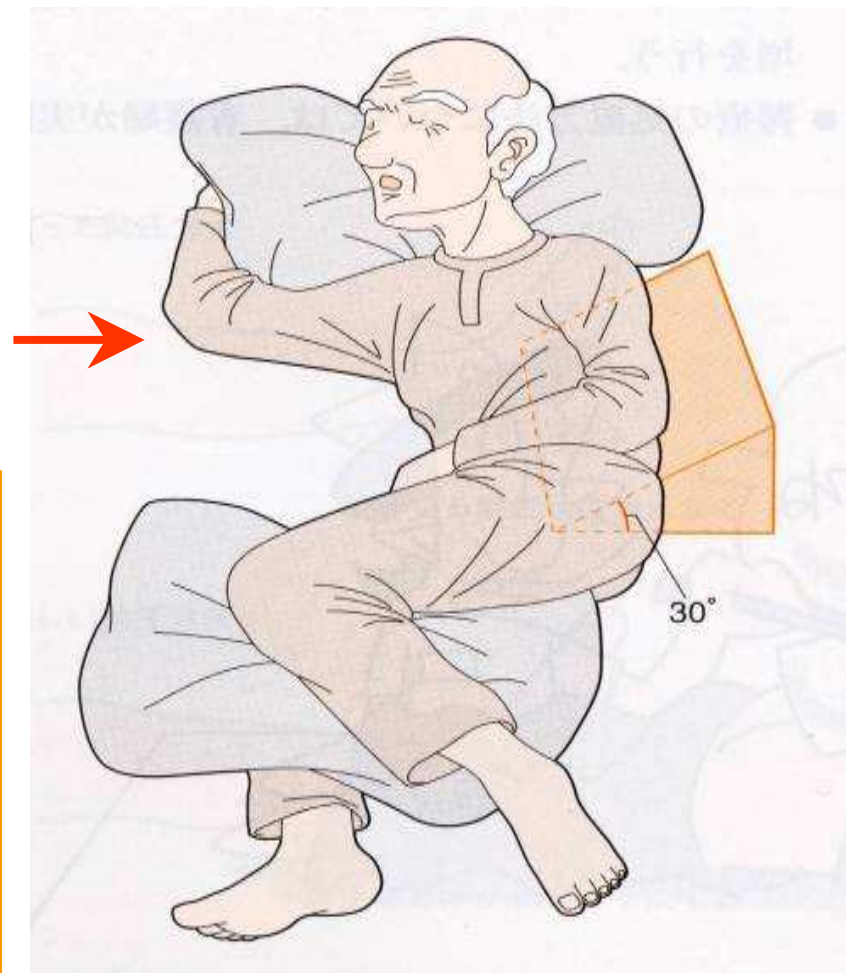


今から口の中に指やブラシなどを入れることをわかってもらいましょう

口腔ケアの実際<<準備>>

2. 体位を整えます

- * セミフアーラー位
- * 麻痺のある場合は
健側を下にした半側臥位



口腔ケアの実際《準備》

3. 防水エプロン・タオル・ビニールシートなどを使って周りが汚れないようにしましょう



～ 嚥下障害のある方
全介助の方

《方法》

口腔ケアの実際《方法》

1. 手袋をして、歯列に沿わせて口に指を入れ、
口角から頬の内側を引っ張って口腔内を観察します
 - 指の腹を使って唇を持ち上げたり
頬を膨らませたりします



口の周囲の筋肉の
リハビリになります



2. 入れ歯のある人は入れ歯をはずします



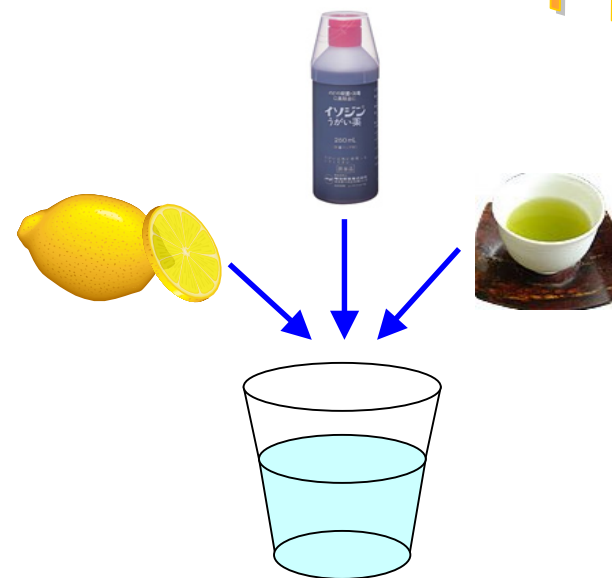
口腔ケアの実際<<手順>>

3. コップに水を入れて用意します できれば2個用意します

① 清潔な水

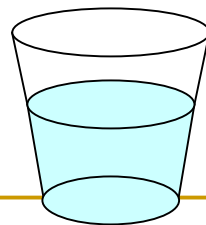
例えば

イソジン液・洗口液
薄めた緑茶・レモン水などを
使用すると口臭対策・清涼感が得られます



ただし、イソジン液は乾燥を強めますので注意が必要です

② すすぎ用の水



口腔ケアの実際《手順》

4. スポンジブラシを軽く湿らせ、
口腔内を全体にぬぐいます

口腔内を湿らせるとともに
大きな汚れを取り除きます



！注意！

少しの水分でもむせる方がありますので
スポンジブラシは必ず絞って使いましょう

口腔ケアの実際<手順>

5. 歯がある方には、歯をブラッシングします

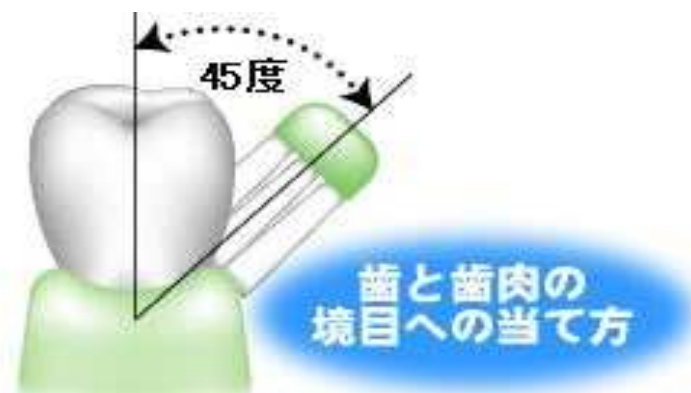
① 歯の磨き方

歯の表面には90度、歯の根本には45度に
歯ブラシを当てます

歯ブラシを細かく振動させながら歯を1、2本ずつ



りま



口腔ケアの実際<手順>

③ 孤立した歯があるとき

歯の根だけが残っているとき

歯並びが悪いところ



口腔ケア.comより引用

④や⑤の場合ブラシ部の小さな
1本歯専用歯ブラシもあります

口腔ケアの実際《手順》

6. 総入れ歯で歯が無い方、少ない方の場合

球状のブラシやガーゼを
湿らせたものを指に巻くなどして、
ほほの内側と歯肉の隙間や
上あごなどをやさしく拭きます

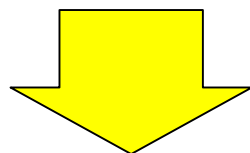


入れ歯は1日1回はずして洗浄しましょう

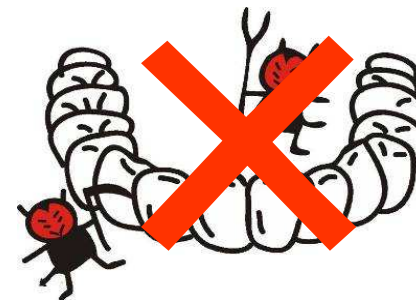
* * 入れ歯のお手入れ * * (1日1回)

T-TAK

- ① 入れ歯を入れ歯専用歯ブラシなどで水洗いをします
- ② 70～80度のお湯を作ります
(80度以上にならないように！ 変形します)
- ③ このお湯に1分間つけておきます



入れ歯の中に入り込んだ
細菌のほとんどが死滅します



乾燥して変形やひび割れの原因になります
入れ歯の保管は必ず水につけましょう

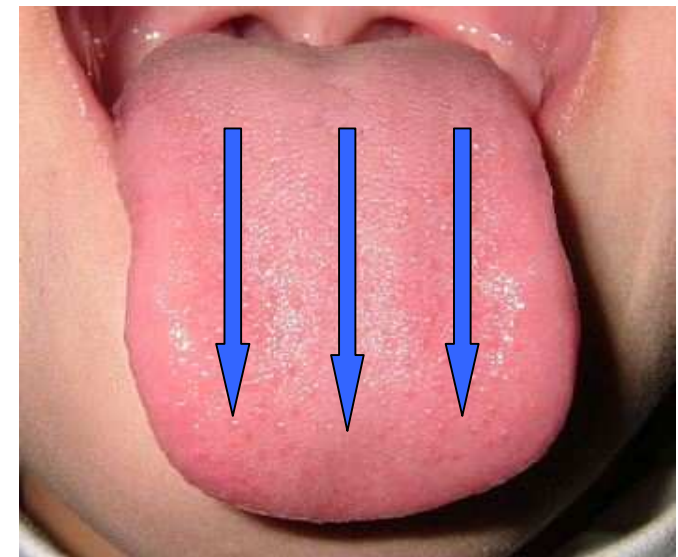
口腔ケアの実際<<手順>>

7. 舌の掃除

舌ブラシで舌の奥から手前に向かって
3~4回、かき出すように
ブラッシングします
痛いようなら、スポンジブラシや
ガーゼなどでこすります



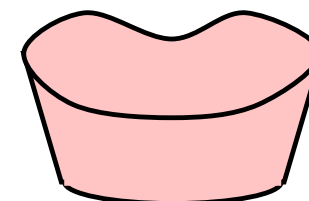
舌ブラシ



口腔ケアの実際<手順>

8. うがい(口腔洗浄)

- ① ガーグルベースンで受け



口角を引っ張った状態にしなが
ら吸い飲みなどで水を口の中に入れ
引っ張った口角から流し出します

(口角を引っ張ると飲み込みができないので
誤嚥の危険性が少なくなります)

- ② 最後はガーゼなどで水分を拭き取る

(吸引機があれば吸引で水分を吸い取ります)

口腔ケアを行う回数は？



- 口腔ケアを行う回数は、意識状態や口腔内の状態によって変わります
- 最低 **1日1回** は行うようにしましょう
(食事をされる方はできれば**毎食**に…)
- **経管栄養の方や意識障害**のある方などは口腔内が乾燥しやすいので**適宜、口腔内の保湿**に努めましょう