



戸田中央メディカルケアグループ
Toda Medicalcare Group

にじいろ通信

～ 訪問看護ステーションcarna五反田だより ～

夏・第9号

2023.6.1 発行

今回のテーマは「口腔ケア」

お口には「食べる」「話す」「呼吸する」「表情を作る」機能があります。口の中をよく観察し、口腔ケアを習慣化することで機能の低下を予防していきましょう。

汚れがたまりやすい場所は、**上あご**、**舌の上や裏**、**唇・頬・歯ぐきの間**です。また、**口唇**、**粘膜**、**舌の乾燥**、**舌苔のこびりつき**は、脱水兆候のサインでもあるのでよく観察してみてください。

お口の中の状態を観察しましょう

くちびる

乾燥して皮むけや亀裂はないですか？

唇やほほと歯ぐきの間

唇と歯ぐき、歯と歯ぐき、頬と歯ぐきの上に食べかすや汚れが残っていませんか？

上あご

痰や食べかすなどがくっついていませんか？

粘膜

乾燥していませんか？
口内炎はありませんか？
ネバネバとした汚れはありませんか？

歯・入れ歯

歯垢は付いていませんか？
虫歯やグラグラした歯はないですか？
入れ歯に汚れはないですか？
入れ歯が合わないということはないですか？

舌

舌苔（白い汚れ）が分厚くこびりついたり、色が黄色や茶色、黒くなっていませんか？
舌の裏側に汚れやかすはないですか？

口臭はないですか？

*口腔内の異常や虫歯・入れ歯の不具合などは担当医師や歯科医師に相談しましょう

口腔ケアのポイント

介助時のポイント

最初に声がけしながら、保湿剤や水をつけて唇に触れていきましょう
指先で唇を優しくマッサージし、緊張をほぐします。緩んできたら、端から指先を入れ、隙間にブラシなどを入れていきましょう

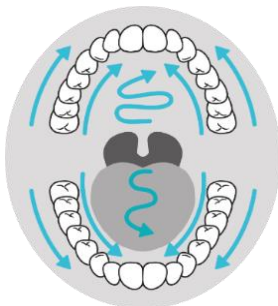
ブラシは汚れをかき出すように、奥から手前に数回動かします。マッサージをする気持ちで力を入れずに拭き取っていきましょう

汚れや乾燥が目立つ時

初めに保湿剤を塗り、10～20秒程待ってから、優しく拭き取りましょう。
ケアの最後にも保湿剤を塗って、乾燥を防ぎます。

道具選び

歯や舌の汚れには、歯ブラシや歯間ブラシ、舌ブラシを毎回使しましょう。
色んなタイプがあるので、使い易いものを選びましょう。



スポンジブラシは奥から手前に



訪問看護ステーションcarna五反田

〒141-0031 東京都品川区西五反田3-10-9-6F
TEL : 03-5496-8774 / FAX : 03-5496-8780
小児・精神・高度医療・認知症・ターミナル24H対応
フットケア指導士・糖尿病療養指導士在籍

ご利用相談受付中! ご連絡お待ちしております!!

【担当：高橋】