

口腔護理之護理指導

一、目的:

- 1.維持口腔清潔，預防細菌在口腔內繁殖，防止口瘡
- 2.增進牙齒健康與預防齲齒
- 3 為昏迷或不能自己刷牙的病人保持口腔之清潔。
- 4.減少異味，防止惡臭。

二、用物:牙膏（綠茶水、食鹽水）、牙刷（或牙棒）、漱口杯、毛巾、吸管、小臉盆、
口腔棉棒、壓舌板、紗布、護脣膏

三、步驟:

- 1.洗手。
- 2.協助病人採坐臥姿或半坐臥姿。
- 3.鋪毛巾於病人頷下及胸前枕上。
- 4.使病人頭側向照護者。
- 5.置彎盆使小彎處貼近病人下頷面頰，以承接病人吐出之漱口水。
- 6.一手持壓舌板包紗端由病人口腔側面輕輕置入撥開頰間及上下牙齒，以潔牙棒沾漱口劑依序清潔各方面。
- 7.以潔牙棒清潔舌頭或用壓舌板包紗布一端清潔之，並以棉籤清潔口腔粘膜，尤其頰部與牙齒之間隔。
- 8.以清水漱口，必要時用吸管。
- 9.清潔口腔周圍及潤唇。

四、注意事項

- 1.口腔粘膜已有改變時(諸如紅腫、潰瘍等)，則得每 2-4hrs 做一次口腔護理。
- 2.飲食配合事項：適情形增加水份攝取，避免攝取刺激的物質，鼓勵由口進食。
- 3.協助個案持漱口杯或經吸管吸入杯中的水，漱口後吐出；或將牙刷沾濕，塗上適量的牙膏遞給個案自行刷牙，若無法自行刷牙者，則由照顧者協助。
- 4.刷牙時應注意：
 - (1) 牙刷柄與牙齒咬合面平行放置；牙刷與牙齒的長軸成 45 度，一次只刷 2-3 顆牙齒。
 - (2) 由牙齒往牙冠方向，動作輕柔以旋轉動作刷；每顆牙齒的內外面、咀嚼面至少刷 10 次；咬合面要用旋轉和來回反覆推動的方法刷。
 - (3) 可使用綠茶水清潔口腔。