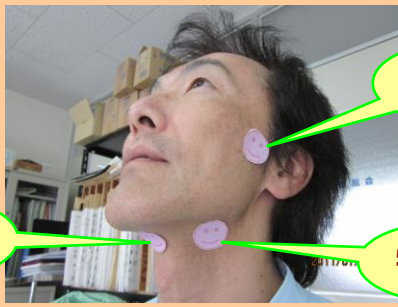




# 口腔・鼻腔ケアの手順

口腔ケアの目的は、口腔内衛生のためだけでなく、食べる、飲み込む、笑う、しゃべるなど大きな喜びにつながる機能維持・回復のための技術でもあります。口腔内は、歯や粘膜、舌、義歯などに様々な細菌が集団で生息しています。口腔ケアを適切に行わなければ、細菌が急激に増加して誤嚥性肺炎等を起こします。口腔ケアは、全身状態に影響する大切なケアです。実際の口腔ケアでは、口腔内の乾燥が強い方、経管栄養中の方、脳血管障害で麻痺がある方、それぞれの患者様に合った口腔ケアを提供しています。患者様には毎日口腔内をきれいですっきりと、気持ち良く生活していただきたいと思ひます。そのために、安全で効果的な口腔ケアをこれからも行っていきます。今回は、誰でも何処でも実施できる基本的な口腔ケアの手順を作成しました。是非、皆様も手順に沿って実施してみてください。

1



耳下腺

舌下腺

顎下腺

唾液腺マッサージを行います。唾液が出て口腔内が潤います。(耳下腺・顎下腺・舌下腺)

2



口の中全体をマッサージします  
どこに汚れがあるかも確認します

保湿剤を手につけて、口の中をマッサージし、汚れをほぐしながら塗っていきます。

3



スポンジフラシ



歯フラシ、スポンジフラシ、舌フラシに付いた汚れは、ティッシュでまめに拭き取ります

歯フラシやスポンジフラシは水で湿らせ、水気を十分に取ります。歯フラシは、45度傾け小刻みに動かします。磨く歯は、3本ずつ程度で毛先を歯と歯の間に入れます。(右上→左上→右下→左下)

4



舌フラシ

歯の無い方は、スポンジフラシで口腔内の汚れを取り除きます。舌ケアは舌フラシで舌苔を取り除きます。スポンジフラシ、水で濡らしてしっかり絞ったガーゼ、毛先の柔らかい歯フラシでも代用できます。

5



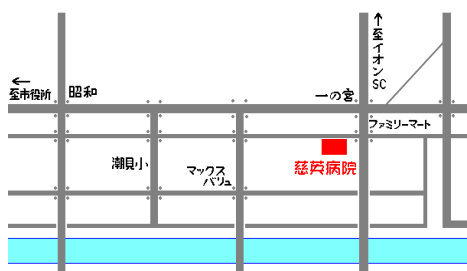
唇も乾燥します  
保湿剤を塗ります

口の中全体の汚れを取り除いたら、保湿剤を口の中全体に塗り、保湿をしていきます。

6



コップにぬるま湯を用意して、綿棒を湿らせて粘膜を傷つけないように拭きます。薬液は使用しません。一度使用した綿棒は、コップには戻しません。



## 慈英病院

診療科目: 内科・神経内科・リハビリテーション科  
〒880-0853 宮崎県宮崎市中西町160番地  
TEL 0985-23-5000 FAX 0985-23-5886  
<http://www.jiei.jp> e-mail [info@jiei.jp](mailto:info@jiei.jp)

編集委員

江藤裕子 高瀬祐枝  
竹迫彩 富永亜津妙  
横山恵美子 黒木咲野  
清泰蔵 砂地優宏  
黒松和子 古市恵美子  
安達仁美 中野麻美  
東洋一 木村優子