

口腔ケア

介護を必要とする人の口の中が汚れやすい理由

- 唾液の減少や口内のいろいろな筋力の低下によって、口の中の自分できれいにする力が低下しているため。
- やわらかいものを食べていると食べ物によって口内が掃除される機会も減ってしまうため。
やわらかい食べ物は粘り気が多いこともあり、口の中に残りやすくなります。
- 免疫力の低下により常在菌のバランスが崩れてしまうため。

体力があるときには何でも無い菌が、ときには命に関わるような感染を起こすことも珍しくありません。

なぜ綺麗にしなければいけないの？

介護現場での歯磨きの目的は、口の中を清潔に保ち、細菌の数をできる限り減らすことです。それは、口内の細菌が誤嚥されて、誤嚥性肺炎を起こすリスクを少しでも減らすためです。

実践方法

口腔ケアの基本は歯ブラシを使った歯磨きからです。

毎食後行うことが理想ですが、難しい場合は1日1回夜寝る前に徹底的にしっかりと歯磨きしましょう。

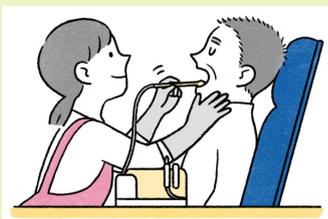
歯磨きでもっとも大切なことは何だと思いませんか？

それは、磨いた後に、汚れや細菌の塊を、誤嚥させずに回収することです。

万一誤嚥してしまった場合、細菌が原因になって誤嚥性肺炎を起こすリスクが非常に高くなります。

また、月に1回程度、歯科医師や歯科衛生師にチェックしてもらおうと良いでしょう。

入れ歯の方は入れ歯のケアも重要です。



吸引ブラシ・
吸引機を使う

下を向いて
もらう



水差して流すときはふきとる



横を向いて
もらう

