

ワンポイント介護

食後の口腔ケア

食後の歯磨きは、歯の清潔を保つために欠かせません。また、口の中の汚れは歯ぐきや舌、頬の内側まで付いています。これらを放置すると歯周病の原因になるので、きれいに取り除き、口の中の環境を清潔に保つことが口腔ケアの目的です。

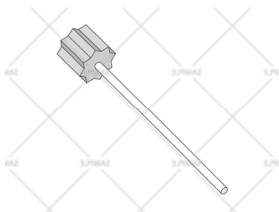
【口腔ケアで使う道具】

歯ブラシ



柄がまっすぐで、毛先がやわらかくコンパクトなものが歯ぐきに負担がなく磨きやすいです。歯の表面は、歯面に対して45度に歯ブラシを当てます。歯と歯の間や歯ぐきは、毛先を歯と歯ぐきの境目に当て、細かく1本ずつ磨きます。

スポンジブラシ



頬の内側や唇の内側、歯ぐき、上あご、舌などの汚れを取り除くことができます。うがいが難しい人に適しています。口の中を傷つけないように濡らした状態で使用するため、^{ごえん}誤嚥の危険性がある人には十分注意が必要です。

介護技術ハンドブック 参照