

口腔護理-無法自我照顧之衛生教育指導

● 口腔護理之目的：

維持病患口腔清潔舒適，減輕口腔異味，避免牙齦發炎及黏膜潰瘍產生。

● 用物準備：

牙刷一支或口腔清潔棒、紗布包壓舌板一支、漱口水或溫開水、漱口杯、衛生紙、乾毛巾、凡士林或護唇膏。

● 清潔步驟：

1. 洗手。
2. 協助個案採取半坐臥側躺姿勢。
3. 使病人頭側向照護者。
4. 鋪乾毛巾於頷下及胸前。
5. 以漱口杯置於頷下，以承接病人吐出之漱口水。
6. 仔細檢查口腔是否有活動假牙、舌苔、黏膜破損或潰瘍(有假牙者先行取下)。
7. 以牙刷或口腔清潔棒沾漱口水或溫開水，由病人口腔側面輕輕置入撥開頰間及上下牙齒，依序清潔各方面，分別清潔牙齒內外、咬合面、牙齦、上下顎、口腔內頰及舌頭，清潔至乾淨為止。(若無法張口時，可以包妥紗布之壓舌板將其上下牙齒撐開)。
8. 移除漱口杯，以乾毛巾或衛生紙擦拭口腔周圍。
9. 以凡士林或護脣膏，塗抹嘴唇(張口呼吸者以開水或食鹽水紗布蓋住嘴巴保濕)。

● 常用漱口水：

1. 綠茶：去除異味。
2. 檸檬水：去除異味、促進潰瘍癒合。
3. 生理食鹽水：性質溫和，對口腔黏膜刺激小。