

Q&A

▽何も食べていなくても

口腔ケアは必要か
唾液の分泌が減り、口腔内トラブルが起きやすくなります。何も食べていなくても口腔ケアは必要です。

▽乾燥が強く、
汚れをとると出血しやすい

保湿しふやかしてから、優しく汚れを除去すると出血しにくいことが多いです。

▽舌苔がとりにくい

保湿剤を塗布して、数分置いた後にケアすると除去しやすい場合があります。

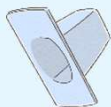
▽むし歯や出血等があり、

痛みが強い

口の中の痛みが強い場合は、専門的な歯科治療が必要な可能性があります。歯科受診や往診をご検討ください。

▽口を開けてくれない

- 指でk-point（上顎奥歯の奥あたり）を軽く押すことで開口する場合があります。
- 必要に応じてデンタルブロック等を使用し、開口を保持することも可能です。



歯科受診

「歯科医院へ行きたいけど
通院が困難…」と
治療をあきらめていませんか？



疾病や傷病によって
歯科医院に通院するのが難しい方、
通院することの代償が大きい方は、
ご自宅や施設で歯科診療が受けられます。

主に歯科医師、歯科衛生士、歯科助手などの専門スタッフが伺います。

往診の内容は
「むし歯治療・歯周治療・義歯調整・義歯作成・嚥下訓練・口腔ケア…etc」
です。

▽費用について
概ね、医療保険と介護保険が
適用になります。

詳細な金額については、
往診を受けたい歯科医院に
ご相談ください。

お口の健康は
全身の健康維持向上につながります。
最期まで口から食べる喜びを
持ち続けましょう。

口腔ケア パンフレット

愛南もぐもぐサポートチームでは、
最期まで自分の口から食べられる町
「愛南町」の実現に向けて、活動をおこなっています。

「楽しく」「おいしく」「安全に」
食事をするため、「誤嚥性肺炎
予防」のため、口腔内を清潔に保つ
には、日々の口腔ケアがとても
大切です。

口腔ケアをするけどやり方がわからない…
など口腔ケアに悩める方々の
参考になれば幸いです。



愛南もぐもぐサポートチーム
作成日：令和6年10月23日

口腔内の観察ポイント

口臭は？

乾燥してない？

出血してない？

入れ歯は合ってる？

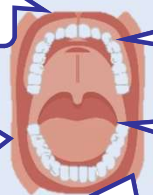
舌に白い汚れはない？

痛いところはない？

グラグラしている歯はない？

歯ぐきは赤く腫れてない？

口は大きく開く？



口腔ケアの姿勢

体を起こし姿勢を整える

クッションなどで足の裏を安定させる

クッションなどを後頭部に当ててあごを引く

ベッドでの姿勢

座る姿勢

背もたれによりかからない

深く座る

足をしっかり床につける



口腔ケア物品

口腔ケアに必要な主な物品です。詳細は口腔ケア物品表（別紙）をご参照ください。

歯ブラシ



歯ブラシの硬さは歯肉の状態が決める

歯磨き粉

歯垢除去に有効で口臭予防の効果もある



スポンジブラシ



使い捨てのため衛生的

舌ブラシ



舌の汚れをとるブラシ

保湿剤

口腔内に薄く伸ばして塗り保湿する

義歯洗浄剤

義歯や口腔内にカビが発生しないように義歯の除菌を行う

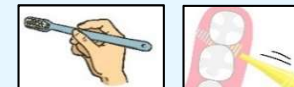
口腔ケア方法

①口腔内の確認

「口腔内の観察ポイント」を参考に、口腔内を確認します。介助者の方は、今からハミガキをすることを声掛け等をして伝えます。

②歯の磨き方

鉛筆を持つように歯ブラシを握り、小刻みに動かし、やさしく磨きます。必要に応じて、歯間ブラシで、歯の間の汚れをとります。



③粘膜掃除

しっかり水を切ったスポンジブラシやガーゼで、上あごや舌、頬内側等の汚れを取り除きます。（※奥から優しく取り除きます）

④保湿

汚れを取り除いた後、保湿剤を上あごや舌の上、頬の内側に塗布します。（※多量に塗布すると逆に汚れになるため、少量を薄く塗布しましょう）



⑤義歯を洗浄

義歯を外し、洗面台等でこするように洗います。入れ歯洗浄剤による洗浄が効果的です。

