

あさか訪問通信



口腔清拭

介助者のケ了方法



R3. 5月号

おろそかになりがちで、口腔ケ了。きちんと口腔清拭していないとお口の汚れを放置することになり、**口腔カンジダ症**や**誤えん性肺炎の発症**のリスクが高まります。お口の中は家族でも見られたくない範囲なので、きちんとした口腔ケ了ができず悩んでいる方もいらっしゃると思います。できる範囲でお口の中を清潔に保ちましょう。

口腔カンジダ症とは？

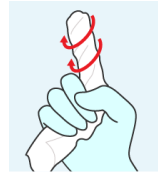
カンジダ（カビ）は常在菌で、子どもから大人まで身体に持っている菌ですが、免疫が低下すると暴れだします。高齢者（加齢）やステロイド治療中（免疫を下げる作用がある）特にせん息で吸入ステロイド薬を吸っている方、HIV感染症（エイズ）など免疫力が下がると、カンジダの数が口の中で優位になり、**口腔カンジダ症**を発症します。また、**口腔乾燥**や**入れ歯の不具合**などによって症状が起きることもあります。食事が満足に食べられなくなり、生活の質が下がってしまうので、絶対防ぎたい病気のひとつです。

口腔カンジダ症の症状

- ✓ 赤くつるんとした舌
- ✓ 口内の白いカス（拭うと取れる）
- ✓ 難治性口内炎
- ✓ 舌のヒリヒリ
- ✓ 口角炎

口腔カンジダ症の疑いがある場合、カンジダの培養検査を行います。治療法として、塗り薬やうがい薬を処方する場合があります。

口腔清拭の方法



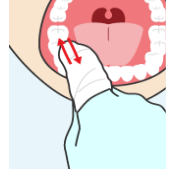
利き手に
ガーセを巻きます。



ガーセに水を
含ませます。



頬の粘膜→歯茎→歯の順番で
口腔内の汚れを取り除きます。



ポイント

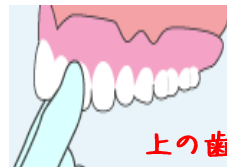


ガーセに水を含ませた時、**水分が垂れ落ちない程度**にガーセを絞って水分を落としましょう。**水分を含ませすぎると誤えんを招く恐れ**があります。
※水ではなく緑茶も除菌効果が期待できます。

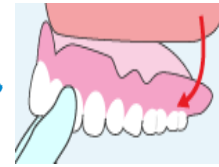
拒否があったら…

口腔ケ了は日々行うものですが、顔やお口を他人に触られたくない場合が少なくありません。**不安や恐怖や恥ずかしい**などの心理状態にもなります。どうしても拒否が強い場合は「できる範囲」で行い、コミュニケーションをはかることが大切です。歯科医師に相談しましょう。

入れ歯の脱着方法（総入れ歯編）



上の歯



下の歯

お口の粘膜と吸着している入れ歯をはずす際には、**左右のどちらかを浮かせて奥から手前に引きます**。空気を入れることで、はずしやすくなります。入れ歯が大きくお口から出しにくい場合は、お口周りのマッサージを行いましょう。

★歯磨きと同様、入れ歯洗浄は毎食後の清掃が理想的です！