

# 口腔護理

國泰綜合醫院 內科部 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院  
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

失能個案常有口腔照護問題，不良的口腔照護，不僅影響美觀，也可能造成口臭，甚至產生牙周病。研究指出，失能者若口腔衛生不良或有牙周病，容易增加細菌感染機會，進而引發肺炎、心血管疾病，甚至加重疾病死亡率。因此，正確執行口腔護理可以預防相關合併症發生。

## ■ 口腔清潔目的

- 維持口腔黏膜濕潤及完整性，防止口臭，增加舒適感。
- 減少牙菌斑產生及預防蛀牙及口臭。
- 預防細菌滋生與呼吸道感染。
- 增進失能者自信與自尊。

## ■ 用物準備

- 軟毛牙刷。
- 牙膏、白開水、綠茶水或漱口水。
- 牙線或牙間刷。

- 漱口杯。

## ■ 潔牙前準備

- 潔牙場所應光線充足，能看清楚口腔內部。
- 輔助者可站在失能者的右後方，左手臂輕輕地將頭部固定在自己身上，以可看清楚每顆牙的姿勢，幫失能者潔牙。(附件一)
- 若失能者臉部肌肉較為緊繃，可先進行減敏感按摩。
- 減敏按摩基本原則：不要按摩頸部與脖子內側，右手掌貼著右臉、左手食指延頰側進入口內由後牙往嘴巴繞一圈按摩，雙手食指與中指進行口內適應訓練。
- 吃完東西後，如果牙齒有碎屑卡住，一定要先清除，可用漱口方式或使用牙間刷，避免食物殘渣在口內發酵、腐敗。

## ■ 口腔護理時機及方式

- 一般應於進食後3分鐘內馬上刷牙，以減少食物殘渣滋生細菌。
- 應於三餐飯後及睡前刷牙，若病人體力較差，則至少於

早晚刷牙、三餐後漱口。

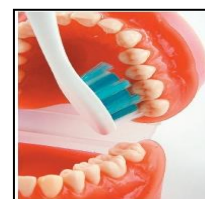
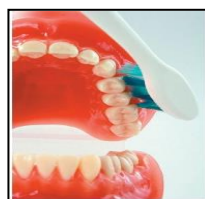
- 採用「貝氏刷牙法」：牙刷與牙齒呈 45 度角，涵蓋一點牙齦，以兩顆牙為一組，左右來回刷，每組刷 15 次，先刷上排再刷下排，由右邊到左邊，按順序進行才不會遺漏；牙齒的頰側、咬合面、舌側面皆需要刷洗。(附件二)
- 假牙需每餐餐後拿下清洗；睡前須將假牙取下。

附件一



附件二

上排



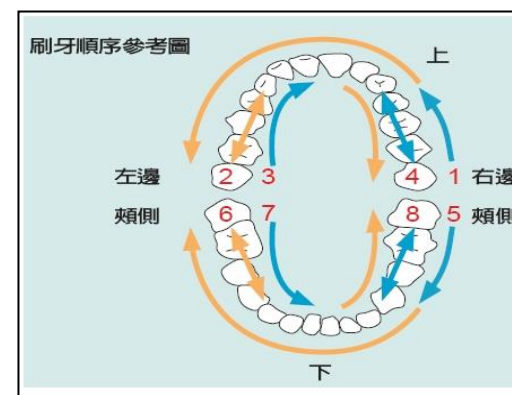
下排



## ■ 其他注意事項

- 牙刷應 2-3 星期或刷毛變形外翻損壞時汰換，傳染病或感冒過後也應更換牙刷。
- 刷牙完畢後，將牙刷沖洗乾淨，牙刷頭朝上，置於乾燥處。
- 使用鼻胃管之病人須進行口腔清潔，每天至少 3 次。
- 活動假牙應於 3 餐飯後及睡前清洗乾淨，睡前應放入冷水中浸泡；可用洗碗精清潔，但勿用含顆粒牙膏，以避免磨損假牙表面，可使用專用牙刷或軟毛牙刷清洗，清洗時為預防掉落或斷裂，可於下方用水盆裝水盛接。
- 定期口腔檢查。

刷牙順序參考



此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 5271-5273

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 8121-8123

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 2751-2753

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

C5100.391.2013.12 一修