

療養支援だより

No5

県立山田病院看護科発行

清潔なお口のために

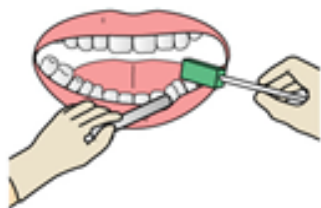
口の中にはたくさんの細菌がいます。口の中の細菌が原因で肺炎になることもあります。歯垢や舌苔（舌の上に付着した白いもの）があると食事をおいしく感じなかったり、食欲が無くなることもあります。そこで、**口の中をきれいにすること（口腔ケア）が大事**になります。

☆口腔ケアはどうするの？

歯磨きできる人 ・磨き残しがないように、歯磨きをします。

入れ歯がある人 ・歯ブラシを使用し洗います。

自分で歯磨きできない人 ①スポンジブラシやガーゼなどで口の中を拭きます。



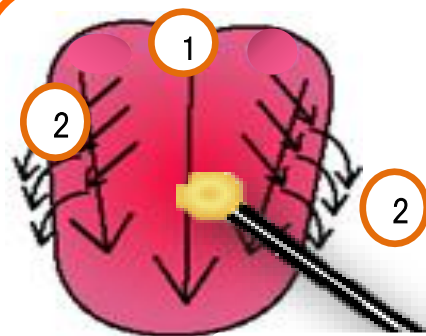
②うがいできればうがいをします。

舌もきれいにしましょう

舌のうえも優しく拭きます

①舌は奥から手前に拭きます

②舌の真ん中から外側に拭きます



スポンジブラシ

