



# 療養支援だより No5

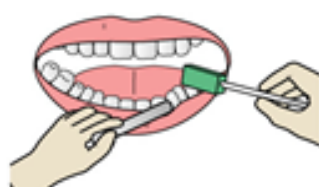
H31年2月 県立山田病院看護科発行

## 清潔なお口を保つために

**脳梗塞**や**認知症**、加齢に伴うあごやのどの筋力が低下すると、うまく食べられなかったり、飲み込みが悪くなったりします。また、口の中に食べ物が残ると細菌がふえます。まちがって飲み込み、むせたりすると**肺炎**をおこすこともあります。

**口の中をきれいにする口腔ケアが大事になります。**

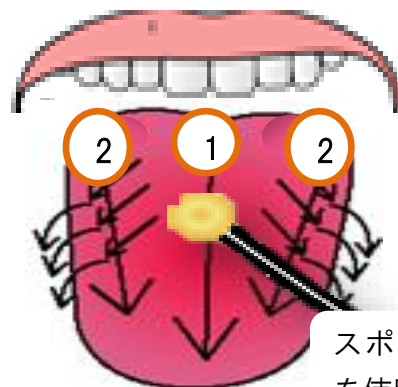
### ☆口腔ケアの方法

- 歯磨きできる人** ・磨き残しがないように、歯磨きをしましょう。
- 入れ歯がある人** ・入れ歯は歯ブラシで洗い、うがいもしましょう。  
・使用しない時は入れ歯ケースに入れましょう。
- 自分で歯磨きできない人**  
 ・スポンジブラシやガーゼ等で拭きましょう。  
・うがいが出来ればうがいをしましょう。

### 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  
を使用した場合

