

看護師向け口腔ケア研修会Q&A

- Q 1 経管患者で痰が多く吸引の頻度が多くあるため、口腔ケアを行なおうとすると口を開けずに歯ブラシも嫌がる方のアプローチの仕方はどうすれば拒否されずに行えるか？
- A 1 磨くというケアを嫌なことではないと認識させることが大切。そのために普段からコミュニケーションをしっかりとる。いきなりの歯ブラシが無理であればうがいから始めてみては。口の周りは敏感なのでまず手足から触っていき、気持ちよく触れる環境づくりを少しずつ構築していく。
- Q 2 健口体操も毎日行っていると飽きてきてしまう。どのような工夫をしているのか？
- A 2 季節の言葉を取り入れたり、歌を取り入れたりしている。音階に合わせてパタカラ体操をしたり、早口言葉などゲーム感覚で楽しみながら行ったりすると良いのでは。
- Q 3 口が乾燥して開いている人にはどのようなアプローチをすればよいか？
- A 3 口腔ケアを行う前にクリームを塗ったりして傷みのない口腔ケアをして欲しい。鼻が詰まって口呼吸をする方には就寝時に気をつけてもらいたい。唾液の分泌を促すために唾液腺のマッサージやキシリトールなどは効果的。
- Q 4 経管を行っている方ですが、舌苔が非常にあり、嘔吐反射強く、吐き気嘔吐しやすく口腔ケアがなかなか出来ない。現症に肺炎がある患者はどうすればよいか？
- A 4 歯ブラシを奥に挿入しすぎると嘔吐反射が出ますので、はじめは手前から舌苔をとっていき徐々に奥に歯ブラシを進めていくのがいいでしょう。舌苔が厚い場合は一度にとろうと思わず、数回、数日かけてとることが大切です。嘔吐しても誤嚥しないようなポジション（ベッドを30度くらいにギャッジアップし頭部を前屈させたり、横向きにさせたり）で行うことも大切です。
- Q 5 高齢者の口腔内に乾燥しやすい方が多いのですが、唾液分泌を良好にする方法がありますか？
- A 5 大唾液腺（耳下腺、顎下腺、舌下腺）のマッサージを行ったり、口腔粘膜（口蓋、唇、舌、頬）を歯ブラシなどでやさしく刺激したりすることで唾液の流出が促されます。