



＊＊口腔ケア用品の選び方

*歯ブラシ

粘膜を傷つけないように

1やわらかいもの

2ヘッドは小さめ

1ヶ月ごとに歯ブラシを交換
することで、清潔に保てます。



*歯間ブラシ

歯間ブラシの太さは数種類あります

歯と歯の隙間の大きさは状態により人それぞれです

歯間ブラシのサイズの選び方は、歯と歯の隙間よりも小さめで、歯間部分にスッと入るものを選びましょう。

金属のワイヤー部分により、傷や擦れも生じます。

また、サイズの合わない歯間ブラシを無理に押し込むことで、歯肉が下がってしまう歯肉退縮が起きてしまうこともあります。



*保湿剤

保湿剤は、口腔内のための保湿ジェルです。

乾燥している口腔内に潤いを与え、清潔にし、

口臭を予防する効果があります。口腔ケアの前にはたっぷりと、

口腔ケア後にはうっすらと、また就寝前などに口腔内に塗布します。



*舌ブラシ

舌の上の舌苔は

肺炎の予防になります

除去するようにしましょう。



*タフトブラシ

孤立した歯・一番奥の歯、

細かいところに使用してみましょう

★高齢者の口腔内の特徴・口腔ケア時の注意★

高齢者の多くは粘膜が乾燥し、硬くなっています。

粘膜は傷つきやすく、また傷がついてしまうことにより感染や口内炎のきっかけになる恐れがあります。口腔ケアを実施する際、粘膜が乾燥している場合、ほんの少しの刺激を痛みとして感じことがあります。痛みを強く感じてしまうと、その後の口腔ケアの拒否につながりかねません。

痛みによる口腔ケアへの拒否につながらないよう、無理をせず少しずつ、体調を考慮しながらケアしましょう。



医療法人社団 慶実会
グレースデンタルクリニック

<クリニックからのお知らせ>

私たちは、健康で美味しいものをおいしく食べる。

そんな毎日を送るためのお手伝いができれば...と思っております!!

