

口腔護理

病人在身體虛弱時，容易忽略口腔清潔，因而發生口腔潰瘍、舌苔變厚、念珠菌感染等口腔問題，造成病人口腔疼痛、食慾減退、拒絕進食等，維持口腔清潔、衛生、舒適。

我們可以做的是：

1. 先用手電筒評估病患口腔狀況。
2. 使用軟質牙刷或潔牙棒刷牙，若牙齦易出血，則改用口腔棉棒沾溫鹽水刷洗。
3. 若病人有活動假牙，需移除假牙並徹底洗淨。若病人假牙與牙齦不合，可考慮予牙科醫師視診，或暫時移除假牙，避免牙床牙齦磨損。
4. 若口腔或頰內有膿、血、痰、黴菌感染的腫瘤傷口等乾裂、結痂皮或分泌物，可用稀釋的 3% 雙氧水沖洗。濃度可從 3% 雙氧水：水=1：4 開始，依病人的感受稀釋濃度，清除完畢時必須在使用溫開水或茶水洗淨口腔，增加病人口內舒適。

5. 使用油性護唇膏、唇蜜或凡士林滋潤雙唇，減少嘴唇乾裂流血。
6. 有噁心、嘔吐感的病人，進食後 30 分鐘內不可進行口腔護理。
7. 餐前清潔口腔，可以刺激唾液分泌增進食慾；餐後可預防食物殘渣的堆積避免感染。
8. 依病人的口腔情況來選擇適當工具：軟毛牙刷、潔牙棒、潔牙器、齒間刷、口腔棉棒、超音波噴霧器、紗布等。對於張口困難的病人，建議使用口腔棉棒，以利進行口腔清潔。
9. 漱口水的選擇：
 - (1) 不要用市售漱口水對黏膜刺激性大(溶液內含酒精或優碘)。
 - (2) 清水或鹽水：對口腔黏膜刺激小，可避免嘴唇乾燥。
 - (3) 綠茶、茉莉花茶：芳香除味效果佳。
 - (4) 檸檬水：含維他命 C，味道佳，可促進唾液分泌。

- (5) 甘草水：味道佳，刺激唾液分泌，減少口乾。
10. 若病人舌苔厚，可飲用新鮮鳳梨汁(罐裝無效)、新鮮鳳梨心切片或維他命 C 片置於舌苔上，待舌苔軟化再清除。
11. 口乾：漱口水漱口，潤濕及清潔口腔；若病人張口呼吸，可用濕紗覆蓋或蒸氣噴霧器保持口腔濕潤。讓病人進食刺激唾液分泌的食物，如：酸梅、陳皮、甘草水、果汁冰塊，必要時可使用人工唾液。
12. 鵝口瘡：當病人口腔黏膜覆蓋白色細碎殘留物，無法刷除，會感覺口腔及喉頭疼痛時，需請醫師視診。若發生鵝口瘡(念珠菌感染)時，請依照醫師指示，使用抗黴菌素懸浮液，口含數秒再吞下，約 15-30 分鐘後才可由口進食，不可與酸性飲料同時飲用，剩餘藥物溶液需冷藏。

敬祝您 身體健康 平安吉祥

佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院諮詢專線 02-66289779 轉 3611

FNB00D006-F5