

口腔護理清潔方法

列印日期： 年 月 日
單位：
05-2756000 分機：

一、目的：

口腔清潔，可預防細菌在口腔內繁殖導致口腔潰瘍的發生、而產生異味及惡臭，為了避免人際溝通障礙；應適時保持口腔之清潔、潮濕及舒適。

二、用物及設備：

口腔清潔溶液（如 0.9%生理食鹽水、茶葉水、不含有酒精成分的市售漱口
水等，此可依病人喜好而定）、手電筒、壓舌板、手套、海綿牙刷、20G IC 軟管、
10 cc 空針、杯子 2 個、彎盆（或小臉盆）、吸唾器、抽吸錶、衛生紙或毛巾、布中單。

三、口腔清潔順序：

- 1、將病床調整之適當高度，協助病人採半坐臥姿勢或頭側向家屬之舒適臥位。將布中單（或大毛巾）鋪於病人枕上、胸前及領下，以保護枕頭、被蓋及衣服被漱口水弄濕。
- 2、將深彎盆小彎處（或小臉盆）貼近病人面頰，以便病人吐出漱口水。
- 3、帶上手套，一手持壓舌板中部，末端由病人口腔之側面輕輕伸入，分開上下排牙齒、撥開內頰，並檢查口腔黏膜狀況；若光線不足，可用手電筒照射口腔以便評估。
- 4、可依病人口腔評估之結果或讓病人選擇所喜好口味之口腔清潔溶液，進行口腔清潔或漱口用。
- 5、意識清楚之病人，可先以吸管吸病人所選喜好之口腔清潔溶液，含漱一分鐘。
- 6、意識不清楚之病人，以 10 cc 空針接 20G IC 軟管，抽取口腔清潔溶液，由臉頰與牙齒間緩緩注入，需預防嗆咳；必要時可以吸唾器接抽吸錶，抽取注射入之口腔清潔液，吸唾器放置位置為口腔較下方位置，抽吸錶壓力需採持續性進行抽吸。
- 7、另一手持海綿牙刷沾口腔清潔溶液後，需為擰乾，才可放入口腔中，以避免嗆到；海綿牙刷以 45° 角，由牙齦向牙冠刷，每次只刷 2~3 顆牙齒，至少刷 10 下。
- 8、清潔口腔及牙齒各部位，依序為：牙齒內面→外面→咀嚼面→牙齦→口腔內頰→上顎→下顎→舌頭）。
- 9、每一次清潔完後，均需將海棉牙刷清潔乾淨後，才可再放入病人口中進行清潔動作。
- 10、口腔清潔完畢後，以毛巾或衛生紙等擦拭口腔四周，並以棉棒沾潤滑劑，濕潤嘴唇。

11、若口腔黏膜有潰瘍、紅斑時，建議使用中性的漱口水，如：

(1)0.9%生理食鹽水。

(2)1/4 茶匙食用鹽+25cc 煮沸過之開水。

12、若舌苔等較髒的口腔粘膜，建議可用 1/4 茶匙食用鹽+1/4 茶匙小蘇打粉+25cc 煮沸過之開水。

13、漱口頻率：一天 4 次，每次漱口一分鐘，每次漱口水約 15cc，漱口至少含 30 秒-一分鐘後再吐掉。

參考資料

林藝臻、唐嘉君(2024)．預防呼吸器相關肺炎之口腔護理．護理雜誌，70(1)，89-95。

天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您
2024 年 10 月修訂