

口腔乾燥がある

- 乾燥した状態のまま強引に汚物を取り除くと粘膜を一緒にはがしてしまうため、出血・痛みを伴います。ケア前に**唾液腺マッサージ**や少量の水で口の中を湿らせてからケアを行います。
- ※飲み込む力が低下している方の場合、唾液が出すぎると誤嚥する危険があるので、その方の状態に合わせて行ってください。
- 痰などの汚れが硬くなっている場合は保湿剤を使用するのも良いでしょう。

口が乾燥する人には…

唾液腺マッサージ

お口にうるおい

口の中には唾液が出てくる腺（穴）があります。それを外側からマッサージをして、刺激を与えることで唾液の分泌が促されます。



歯磨きしようとする と拒否する

- ・拒否するが口の中は汚れている

- 口の中の状況がひどくても脅すようなことはせず、なぜ磨かないといけないか希望の持てる説明を。歯磨きで「口がさっぱりとして食事が美味しくなります」等、目標設定をしてあげるとよいでしょう。
- 声かけをしながら根気よく相手に問いかけ、理解を求めるようにしましょう。
- 過敏や恐怖心、相手のプライドに配慮しましょう。
- 口内炎や傷の痛みによる拒否の場合もあるので、異常がないか口の中をよく見てみましょう。
- 自浄作用を高めるよう、せめてうがいをしてみてください。

認知症があり 理解力が 低下している

- ・認知できない
- ・長い間口に触れず不快を示すことが多い

- 雰囲気づくりが大切です。無理強いはしないようにしましょう。
- 声かけをして安心感を与えていきましょう。ただ、「歯磨きしますよ」とか「歯ブラシでお口の中をきれいにしますよ」と声をかけると大きな不安を持ち怯えてしまいます。長く継続したいので、一度にすべてを行わず時間をかけて緊張をほぐしていきましょう。
- 頭部の不意な動きで歯ブラシが強く粘膜に当たると嫌がりに繋がります。ただ、抑制しすぎると逆に嫌がりが強くなることがあるので、抑制は必要最低限にしましょう。
- 自分で出来ることは自分でするということを解ってもらるようにしましょう。
- 毎日の日課として口腔ケアを習慣とし、集団の場合は時間を決めて行うとよいでしょう。
- お茶を飲んだり、うがいで爽快感を実感してもらおうとよいでしょう。
- 実際に介護者が磨いているところを、見せてみるのも本人に「やってみよう・・・！」と思わせる一つの方法です。

歯ブラシが 入ると 咬んでしまう

- 緊張や恐怖心で反射的に咬んでしまうことが考えられるので、本人の気持ちを理解してあげるようにしましょう。
- 無理せず、一人介助が無理な時は応援を頼みましょう。
- 機嫌がよい時間を見計らって行ってみてください。
- 「お友達が来られるからきれいにしましょうか」など、演出をして歯磨きをするよう導いてみましょう。昔の習慣を思い出すよう繰り返し根気を持って声かけをしてみてください。