

口腔ケアの手技と手順

- 磨き残しのないよう、口腔内全体を一筆書きのようにぐるっと一周かけて清掃します。
- コンクールFを使用することで口腔内の雑菌を抑制し、ケア後も長時間静菌効果が持続します。

01

必要物品の準備

必要物品を準備します。

- ・薬用マウスウォッシュ「コンクールF」
- ・スポンジブラシ
- ・1/4程度の水を入れたコップ（2つ）

※コップ1/4程度の水＝25～50mL



02

希釈液をつくる

- ①コップ1/4の水に「コンクールF」10滴程度を垂らし、よく混ぜて希釈液をつくります。
- ②スポンジブラシを「コンクールF」の希釈液に浸します。

※誤嚥を予防するため、コップの縁でしっかりとスポンジブラシの水気を絞ります。



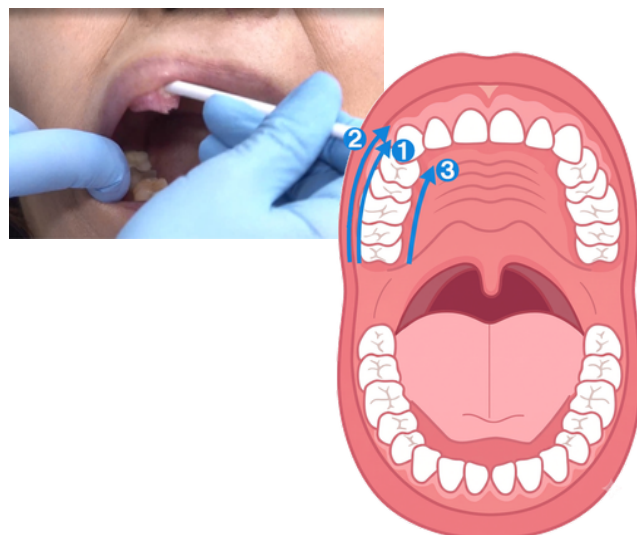
03

歯肉と歯、粘膜の清掃

- ①スポンジブラシを鉛筆のように持ち、右上の奥歯に向かって静かに挿入します。
- ②スポンジブラシを①歯肉と歯②粘膜側③歯列裏側に当ててそれぞれ奥から手前に清掃します。

※スポンジブラシの動かし方の基本

- ・回転させながら動かし汚れをからめとります。
- ・汚れを喉に押し込まないよう、奥から手前に滑らせるように動かします。



04

【上顎前歯】上の前歯の清掃

上の前歯を清掃します。

- ①スポンジブラシを回転させつつ、上から下に動かします。
- ②1～2本の歯を1か所として、部位を少しずつずらしながら繰り返して清掃していきます。
- ③前歯の内側も同じようにスポンジブラシを動かします。



05

繰り返して全ての歯を清掃する

左側と下顎も同様に清掃します。

①「右上顎」→「上顎前歯」→「左上顎」→「左下顎」→「下顎前歯」→「右下顎」というように一筆書きで口腔内全体を清掃します。

※スポンジブラシが汚れたら適宜洗浄し、再度「コンクールF」の希釈液に浸して清掃します。



06

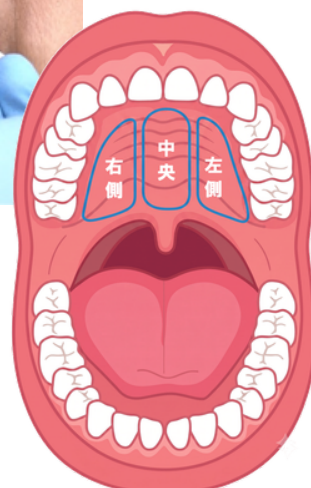
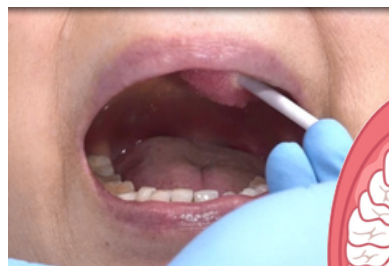
口蓋の清掃

口蓋を清掃します。

①口蓋は縦3つのブロックに分けて、それぞれ奥から手前にスポンジブラシを回転させながら清掃します。

※とくに口蓋は見えづらいので、汚れが残っていないかしっかりと確認します。

※口蓋の清掃では嘔吐反射が起こりやすいため、注意して様子を見ながら行います。



07

頬粘膜の清掃

左右の頬粘膜を清掃します。

①頬の奥の方にスポンジブラシを当て、回転させながら上から下に動かします。

②掃部位を奥から手前に少しずつらしながら、2～3回同様に動かします。その際、実施者はスポンジブラシを持っていない方の手で、頬粘膜を拡げるように固定します。

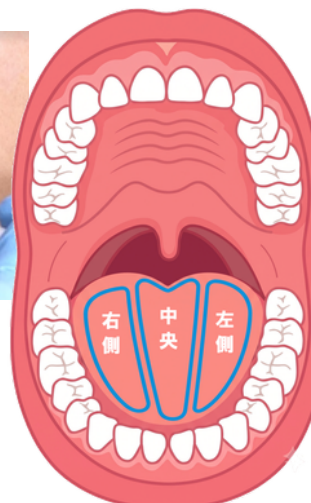


08

舌の清掃

舌を清掃します。

①舌を縦3つのブロックに分けて、それぞれ奥から手前にスポンジブラシを回転させながら動かします。



清掃後、水ですすぎは不要です。すすぎを行うと薬用成分が流れてしまいます。