

1. 口腔清掃でお口スッキリ爽快

口腔清掃を行い、清潔に保つということは、むし歯・歯周病・気道感染（誤嚥性肺炎、インフルエンザなど）の予防のためだけではありません。口腔機能を向上させるためにもとても重要なことであり、口臭が改善されることにより周囲とのコミュニケーションもスムーズにとれるようになります。まずはご自身の口腔内の様子を観察してもらい、その人に合わせた清掃方法をマスターしてもらいましょう。ここでは、口腔内の観察や、清掃方法のポイントについて説明します。

孤立歯*・入れ歯のバネがかかる歯

【タフトブラシ】

細かいところまで
毛先を当てること
ができます。

*歯の喪失にともない
歯の並びと離れて残っ
てしまった歯。



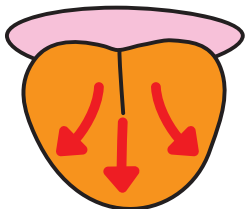
舌の表面

【舌ブラシ】

舌の汚れ(舌苔)を
落とすための道具です。

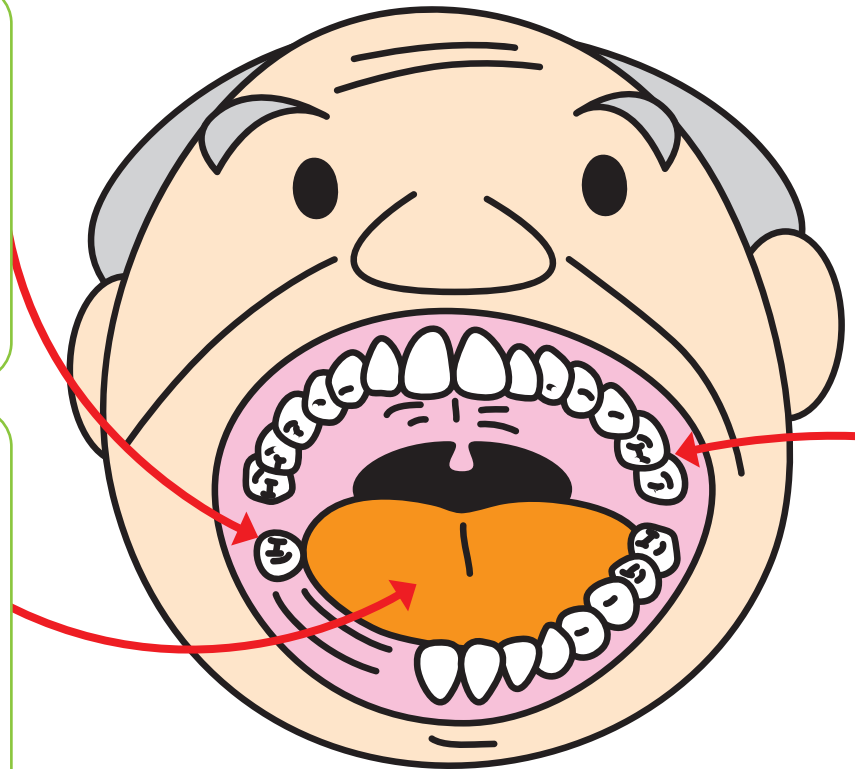


奥から手前に、
一方向に引くよう
にして、やさしく汚
れを落とします。



歯ブラシの使い方のポイント

- ・毛先は歯と歯肉の境目におく
- ・小さく細かく動かす
- ・一カ所に時間をかける



こんなところに注目!

- ・舌は汚れていませんか?
- ・歯が抜けたままになっているところ
はありませんか?
- ・入れ歯は使っていますか?
- ・歯肉が腫れていませんか?

