

癌症病人口腔清潔之護理指導

壹、目的

化學治療及放射線治療易造成口腔潰瘍、口腔疼痛；口腔清潔可預防口腔潰瘍或避免口腔潰瘍更惡化。

貳、用物

煮沸過的冷開水或 0.9%生理食鹽水、含氟牙膏、軟毛牙刷、海綿潔牙棒、棉枝或紗布(出血時使用)、漱口杯、手電筒、毛巾、護唇膏、鏡子(圖一)。



圖一、準備用物

參、頻率時機

- 一、潔牙與漱口：於三餐飯後 30 分鐘內及睡前。
- 二、漱口方式：使用 0.9%生理食鹽水或煮沸過冷開水 30cc 含於口中漱口，每次至少 30 秒。

肆、評估

每日一次觀察口腔是否有發紅、潰瘍(圖二)、出血(圖三)狀況，以上情形使用海綿潔牙棒或大棉枝做清潔。



圖二 口腔發紅、潰瘍



圖三 口腔出血

伍、步驟

- 一、活動性假牙先取下並清除殘渣，睡前使用清水浸泡。
- 二、牙刷需先浸泡熱水軟化刷毛，以免對牙齦造成刺激。海綿潔牙棒(棉枝)沾濕時，請擠出多餘水分，以免噎

到。

三、刷牙法：上下排牙齒刷牙方式皆相同(圖四)

四、清潔完成後擦上護唇膏保持嘴唇濕潤。

軟毛牙刷使用方式	一、貝式刷牙法：牙刷與牙齦呈 45 度角，每兩顆牙刷 15 下，由右到左。	二、接著由左到右刷牙齒內側面。	三、最後採直立式刷牙齒咀嚼面。
			
海棉潔牙棒使用方式	一、首先清潔牙齒表面及牙齦接合處，潔牙棒以螺旋狀方式清潔。	二、清潔上顎及牙齦內側後清潔舌頭表面。	三、清潔上下牙齒及兩頰內側。
			

圖四 刷牙步驟

陸、牙線使用方式：一天選擇一次刷牙時合併使用牙線。

一、取適當長度 30-50cm(約一手臂長)

二、拉緊纏繞在兩個手指間，用大拇指和食指指引牙線在牙齦細縫中來回輕柔移動。

三、若口腔有出血大於 2 分鐘情形，則不可使用牙線。

柒、諮詢服務電話：

(02) 8966-7000 轉 4001(血液腫瘤科病房)

(02) 8966-9000 (預約掛號專線)

捌、參考文獻

洪敏瑛、邱文姿、戴仕卿、陳淑娟、蕭逸美、楊琇玲（2022）。癌症病人嗜中性白血球低下臨床照護指引第三版，*腫瘤護理雜誌*，22，59-92。

https://doi.org/10.6880/TJON.201112/SP_11.04

Bell, A & Kasi, A. (2023). Oral Mucositis. *StatPearls*. Retrieved Jan 11, 2024, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK565848/>

玖、複習一下

問題 1: () 每日一次至少要觀察口腔是否有發紅、潰瘍、出血狀況。

問題 2: () 若口腔有出血大於 2 分鐘情形，則不可使用牙線，避免造成更嚴重的出血。

問題 3: () 刷牙前牙刷需先浸泡熱水軟化刷毛，以免對牙齦造成刺激。

正確答案

問題 1: O 問題 2: O 問題 3: O

編印單位：護理部 10D (Oncology-038)
編印日期：2019 年 04 月 19 日第 1 版
修訂日期：2024 年 06 月 28 日第 3 版
全院編碼：亞東醫院出版品 (SH486)
財務編碼：MS4905Z276
宗 旨：持續提升醫療品質 善盡社會醫療責任
願 景：成為民眾首選的醫學中心