

# 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、海綿棒、棉枝或紗布(出血時使用)、漱口杯、手電筒、毛巾、護唇膏、鏡子(如圖一)。



圖一

## 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(如圖二)、出血(如圖三)狀況，以上情形使用潔牙棒或棉枝做清潔。



圖二



圖三

## 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、牙刷需先浸泡熱水中軟化刷毛，以免對牙齦造成刺激。  
潔牙棒(棉棒)沾濕時，請擠出多餘的水分，以免嗆到。

三、刷牙法：(上下排牙齒刷牙方式皆相同)(如圖四)

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	<p>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。</p> 	<p>二、接著由左到右刷牙齒內側面。</p> 	<p>三、最後採直立式刷牙齒咀嚼面。</p> 
海棉棒使用方式	<p>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。</p> 	<p>二、清潔上顎及牙齦內側後清潔舌頭表面。</p> 	<p>三、清潔上下牙齒及兩頰內側。</p> 

圖四、刷牙步驟

陸、牙線：一天選擇一次刷牙時合併使用牙線。

一、方式：取適當長度 30-50cm(約一手臂長)，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。(\*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

陳敏俊、黃采薇、趙子傑、簡淑慧、陳秋慧、陳瑞儀、胡文郁、鄭春秋、周繡玲、許麗珠、楊克平、顧乃平(2017)·治療的合併症處理·於陳敏俊總校亞東紀念醫院 祝您健康

閱，*癌症護理學*(四版，289-299 頁)·華杏

UKOMiC.(2019).*Oral care guidance and support in cancer and palliative care*.(3rd ed.)<http://www.ukomic.co.uk/documents/UKOMiC-Guidance-3rd-Edition.pdf>  
<https://doi.org/10.1007/s005200100287>

.....  
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中軟化刷毛，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：2022 年 01 月 31 日第 2 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