

口腔護理清潔方法-越南語

Phương pháp làm sạch răng miệng

列印日期： 年 月 日

單位：

05-2756000 分機：

一、目的 Mục đích:

口腔的清潔，可預防細菌在口腔內繁殖導致口腔潰瘍的發生、而產生異味及惡臭，為了避免人際溝通障礙，自尊及身體心像受損或社交隔離；應適時保持口腔之清潔、潮濕及舒適。

Làm sạch răng miệng , có thể phòng ngừa mảng trong răng miệng tụ tích tạo cho phát sinh lở loét, và triển sinh mùi hôi thối, để tránh rào cản giao tiếp giữa các cá nhân, hư hại lòng tự trọng và hình ảnh cơ thể, nên hợp thời duy trì làm sạch răng miệng ,ẩm ướt và thích ứng

二、用物及設備 Vật dùng và thiết bị:

口腔清潔溶液（如 0.9%生理食鹽水、茶葉水、養樂多、鳳梨汁等，此可依病人喜好而定）、手電筒、壓舌板、手套、海綿牙刷、20G IC 軟管、10 cc空針、杯子 2 個、彎盆（或小臉盆）、吸唾器、抽吸錶、衛生紙或毛巾、布中單。

Dụng dịch làm sạch răng miệng(như 0.9% nước muối sinh lý, nước chè, nước sữa chua, nước cốt dừa, có thể người dùng tùy thích loại nào), đèn pin, bản áp lưỡi, gang tay, díp đánh răng bột biển, 20G IC thuốc đánh răng, 10cc kim ống dẫn, hai cốc, chậu ,(hoặc chậu rửa mặt nhỏ) máy hút nước miếng, đồng hồ hút, giấy ăn hoặc khăn tay , vải đơn

三、口腔清潔順序 Trình tự làm sạch răng miệng :

1、將病床調整之適當高度，協助病人採半坐臥姿勢或頭側向家屬之舒適臥位。將布中單(或大毛巾)鋪於病人枕上、胸前及領下，以保護枕頭、被蓋及衣服被漱口水弄濕。Giường của bệnh nhân điều chỉnh độ cao thích hợp, giúp bệnh nhân đập chỉnh giường ở tư thế ngồi hoặc đầu quay vào người nhà các vị trí thích ứng nhất, lấy vải đơn (hoặc khăn tắm to) đặt trên gối bệnh nhân ,trước ngực và cổ,để bảo vệ gối ,căn và quần áo bị nước súc miệng làm ẩm

2、將深彎盆小彎處（或小臉盆）貼近病人面頰，以便病人吐出漱口水。

Dùng chậu cong sâu hoặc chậu cong nhỏ (hoặc chậu rửa mặt) để sát vào mặt bệnh nhân để bệnh nhân nhổ nước súc miệng ra

3、帶上手套，一手持壓舌板中部，末端由病人口腔之側面輕輕伸入，分開上下排牙齒、撥開內頰，並檢查口腔黏膜狀況；若光線不足時，可用手電筒照射口腔以便進行評

估。

Đeo gang tay , một tay ấn trung tâm tấm lưới, nhẹ nhàng đưa vào miệng bệnh nhân, phân ách hai hàm răng trên dưới , mở miệng, đồng thời kiểm tra tình trạng lợi , nếu ánh sáng không đủ, costheer dùng đèn pin soi để kiểm tra bên trong răng miệng

- 4、可依病人口腔評估之結果或讓病人選擇所喜好口味之口腔清潔溶液，進行口腔清潔或漱口用。

Xem vào kết quả kiểm tra răng miệng của bệnh nhân hoặc để bệnh nhân lựa chọn các sở thích hương vị dung dịch làm sạch răng miệng , tiến hành làm sạch răng miệng hoặc dùng xúc miệng

- 5、意識清楚之病人，可先以吸管吸病人所選喜好之口腔清潔溶液，先潤濕口腔。

Bệnh nhân nhận thức rõ , có thể lấy ống quản hút dung dịch mùi vị yêu thích , làm cho miệng ướt trước

- 6、意識不清楚之病人，以 10 cc 空針接 20G IC 軟管，抽取口腔清潔溶液，由臉頰與牙齒間緩緩注入，需預防嗆咳；必要時可以吸唾器接抽吸錶，抽取注射入之口腔清潔液，吸唾器放置位置為口腔較下方位置，抽吸錶壓力需採持續性進行抽吸。

Bệnh nhân nhận thức không rõ , lấy 100cc ống kim rỗng tiếp 20G IC ống mềm, lấy hút dung dịch trong miệng , lấy gò má và răng từ từ vào, cần đề phòng sặc ho ,nếu khi cần có thể lấy máy hút và đồng hồ hút , hút các dung dịch làm sạch răng miệng ra, đặt máy hút ở vị trí dưới miệng , đồng hồ hút áp lực cần đạt mức kiên gan tiến hành hút

- 7、另一手持海綿牙刷沾口腔清潔溶液後，需為擰乾，才可放入口腔中，以避免嗆到；海綿牙刷以 45⁰ 角，由牙齦向牙冠刷，每次只刷 2~3 顆牙齒，至少刷 10 下。

Sau khi một tay lấy bàn chải bột biển thấm dung dịch làm sạch răng miệng , cần vặn khô mới có thể cho vào trong miệng ,tránh làm sặc , bàn chải bột biển dựa vào góc 45 độ do nướu răng chải hướng răng quán , mỗi lần chỉ đánh 2,3 cái răng , ít nhất đánh cọ 10 nhát

- 8、清潔口腔及牙齒各部位，依序為：牙齒內面→外面→咀嚼面→牙齦→口腔內頰→上顎→下顎→舌頭）。

Làm sạch các bộ phận miệng và răng , theo trình tự là: mặt trong răng→mặt ngoài răng →răng hàm→nướu răng→gò miệng →hàm trên →hàm dưới→lưỡi

- 9、每一次清潔完後，均需將海棉牙刷清潔乾淨後，才可在放入病人口中再進行清潔動

作。

Mỗi làm làm sạch xong, lấy bàn chải bột biền làm kho ,mới có thể đưa vào trong miệng bệnh nhân sau đó tiến hành công việc làm sạch

10、口腔清潔完畢後，以毛巾或衛生紙等擦拭口腔四周，並以棉棒沾潤滑劑，濕潤嘴唇。
Sau khi làm sạch răng miệng dùng khăn tay hoặc giấy ăn lau vùng quanh mồm , đồng thời lấy bông thấm dung dịch bôi trơn bôi lên môi

11、若口腔黏膜有潰瘍、紅斑時，建議使用中性的漱口水，如：

Nếu lợi mồm bị lở loét , nổi mụn , kiến nghị sử dụng tính trung nước súc miệng, như:

(1)0.9%生理食鹽水。0.9% nước muối sinh lý

(2)1/4 茶匙食用鹽+25cc 煮沸過之開水。1/4 thìa chè muối +25cc nước đun sôi để nguội

12、若舌苔等較髒的口腔粘膜，建議可用 1/4 茶匙食用鹽+1/4 茶匙小蘇打粉+25cc 煮沸過之開水。


Nếu màng lưỡi bẩn ,có thể dùng 1/4 thìa chè muối +1/4 thìa chè su đánh bột+25cc nước đun sôi để nguội

13、漱口頻率：一天 4 次，每次漱口一分鐘，每次漱口水約 15cc，漱口至少含 30 秒後再吐掉。

Tần số nước súc miệng: 1 ngày 4 lần, mỗi lần súc 1 phút , mỗi lần súc khoảng 15cc, ngâm ít nhất khoảng 30 giây mới được nhổ ra

參考資料

周繡玲、謝嘉芬、李佳諭、江孟冠、紀雯真(2013)・癌症病人口腔黏膜炎臨床照護指引(第二版)・腫瘤護理雜誌，13，93-99。

天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2018 年 04 月修訂