

<施設内研修使用資料> 口腔ケア場面編

口腔ケア場面で なぜ感染対策が必要なのか

《標準予防策とは》

すべての人の①～④を感染の危険があるものとして取り扱う

①血液 ②体液、分泌物、排泄物（汗を除く） ③粘膜 ④傷がある皮膚

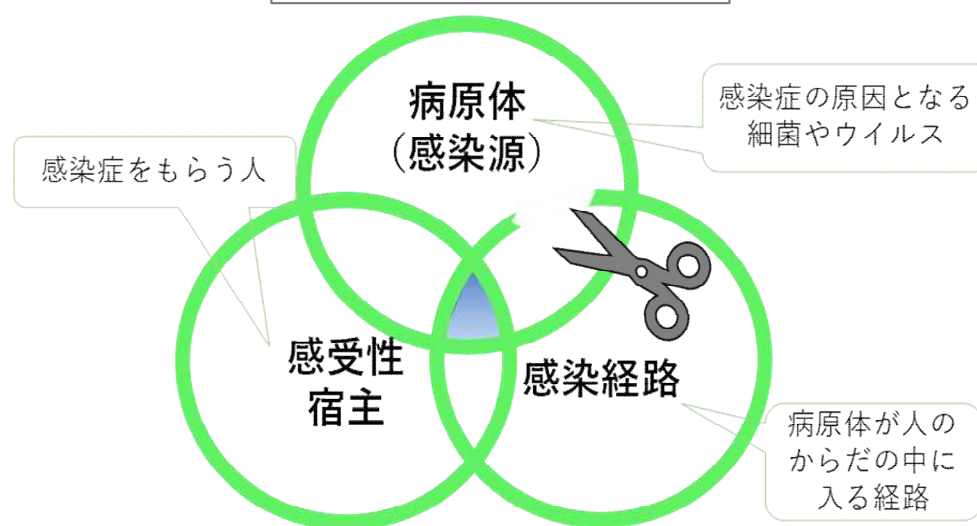
口腔ケア場面は感染リスクが高い
なぜなら・・・

- ・飛沫を浴びるリスクが高い
- ・直接、口腔粘膜に触れる

＜対策が必要な理由＞

利用者、職員の双方を病原体から守るため

感染が成立する3要因



感染経路を断ち切る！

出典：令和5年度『福祉・介護施設職員向け感染症対策研修』ケア実践者向け研修資料

準備するもの

《防護具》

- 使い捨て手袋
- 使い捨てエプロン
- マスク
- アイシールド又はフェイスシールド



《口腔ケアに必要なもの（例）》

- コップ（個人用）
- 歯ブラシ（個人用）
- スポンジブラシ（使い捨て）
- 洗口剤、歯みがき剤
- 口腔ケア用ウェットガーゼ
- 口腔ケア用保湿剤 等



手順・注意すべきポイント (介助が必要な方への口腔ケア)

順序	手順	ポイント
1	手指衛生	<ul style="list-style-type: none"> 職員が病原体の橋渡しをしないよう<u>手指衛生は必ず行う</u> 別の作業中に口腔ケアに呼ばれた場合、着用している手袋は必ず外し、手指衛生をして新しい手袋へ交換する 手指消毒剤は必要量（消毒の一連の流れの間に乾いてしまわない量）をとり、乾くまですりこむ

《手指消毒の方法》 出典：令和5年度『福祉・介護施設職員向け感染症対策研修』ケア実践者向け研修資料



①手指消毒剤をとる



②手の平と手の平をこすり合わせる



③指先、指の背をもう片方の手の平でこする（左右）



④手の甲をもう片方の手の平でこする（左右）



⑤指を組んで両手の指の間をこする（左右）



⑥親指をもう片方の手で包みねじりこする（左右）
親指の付け根も意識する



⑦左右の手首を包み込むようにこする（左右）

手順・注意すべきポイント

(介助が必要な方への口腔ケア)



順序	手順	ポイント
2	準備	<ul style="list-style-type: none"> ① 利用者への声かけ コミュニケーションがとりにくい利用者であっても、今から口腔ケアをすることを説明し、安心感につなげる。 ② 手の届く範囲に使用する物品のみを配置 ③ 部屋の換気
3	防護具着用	P5参照 <ul style="list-style-type: none"> • 防護具は利用者ごとに交換
①	手指衛生	<ul style="list-style-type: none"> • 装着前に手指衛生を行う • 「汚染したかも」と思った場合は、そのつど石けんと流水による手洗いを行う
②	使い捨てエプロン	
③	サージカルマスク	
④	アイシールド (又はフェイスシールド)	<ul style="list-style-type: none"> • 飛沫が飛んで、目に入ることを防ぐため、必ずアイシールド(又はフェイスシールド)を着用 • めがねは目への曝露を防げない
⑤	使い捨て手袋	

防護具の着用方法

①手指消毒



手指消毒をする

②エプロン



エプロンを首にかける



紐を後ろで結ぶ



体を覆うように広げる

③マスク



ゴムを耳にかける

⑤手袋

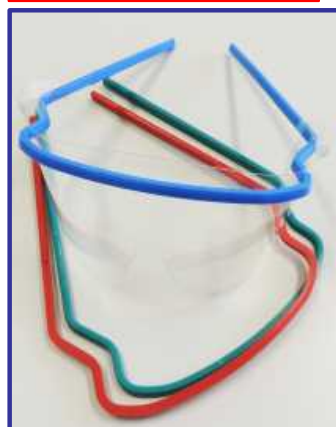


完成



手袋をつける

④アイシールド



メガネを着用している場合はその上から着用



顎まで覆う



ノーズフィッターを頬と鼻にフィットさせる

手順・注意すべきポイント

(介助が必要な方への口腔ケア)



順序	手順	ポイント
4	口腔ケア	<ul style="list-style-type: none"> 利用者ごとに手指衛生・防護具を替えてケアを行う ケアの前後には、口腔内を観察する(傷や湿疹、病変などがないか) ケアを行う場合は、<u>可能な限り飛沫を浴びないようにするため、正面に立たずに横から行う</u>
①	誤嚥予防のため姿勢を保持	<ul style="list-style-type: none"> 原則、頸部前屈位の座位 ベッド上で行う場合は、できれば30度程度頭部挙上 頭を左右どちらかに向けて、下側にした頬部に唾液を溜まりやすくする(麻痺がある場合は健側を下側にする)
②	口腔内の加湿	<ul style="list-style-type: none"> うがいが可能な方にはぶくぶくうがいをしてもらう うがいが難しい方には、スポンジブラシやガーゼを用いて水で口腔内を湿らす
③	歯のブラッシング	<ul style="list-style-type: none"> 歯ブラシはペンを持つように持ち、軽い力で小刻みに奥から手前に1～2歯ずつ磨く 磨き残しがないようにブラッシングの順番を決めておく

手順・注意すべきポイント (介助が必要な方への口腔ケア)



順序	手順	ポイント
④	粘膜ケア	<ul style="list-style-type: none">経口摂取をしていない利用者には粘膜ケアは必須スポンジブラシを使用し、軽くこする程度の力うわあごは汚れやすいので注意
⑤	汚染物の回収	<ul style="list-style-type: none">うがいが可能な方にはうがいをしてもらううがいが難しい方には吸引又は口腔ケア用のウェットガーゼで丁寧に拭き取る
⑥	口腔の保湿	<ul style="list-style-type: none">口腔湿潤用ジェルやスプレーを使用白色ワセリンは口唇や口角まで（口腔内には塗布しない）

手順・注意すべきポイント

(介助が必要な方への口腔ケア)



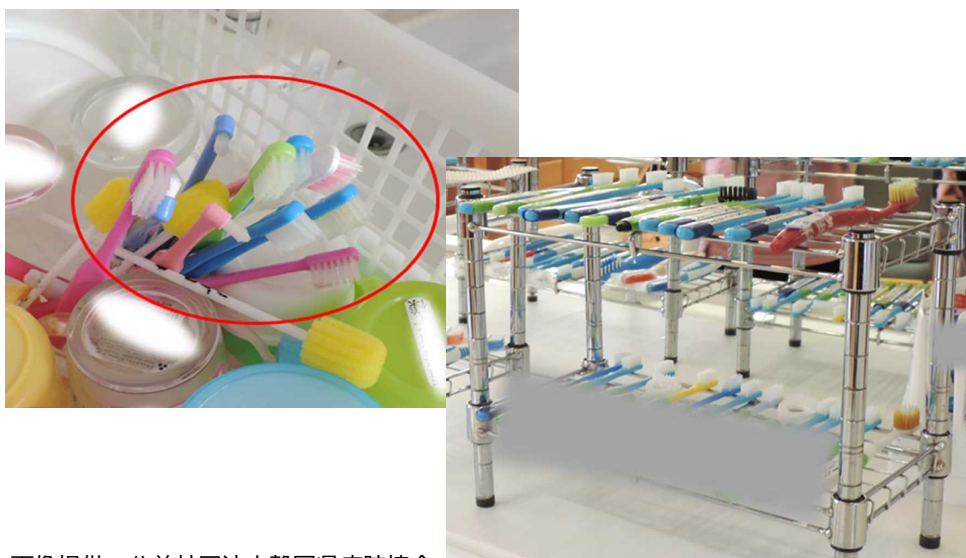
順序	手順	ポイント
5	歯ブラシの洗浄、保管	<ul style="list-style-type: none"> ・1人の口腔ケアが終了したごと、<u>防護具を着用したまま</u>行う (ただし、洗浄する場所が別室になる等、動線が長い場合は、一旦防護具を脱衣し、改めて新しい防護具を着用の上、洗浄を行う) ・ウイルスや菌の繁殖を防ぐため、次の手順を守る (消毒をする必要はない) ・スポンジブラシ等、使い捨てのものは再利用しない
①	流水で、指を使ってこすり洗いをする	<ul style="list-style-type: none"> ・口腔ケアで使用した手袋を着用したまま行う ・複数の歯ブラシをまとめて洗わない
②	歯ブラシの水気を十分に切る	
③	ブラシ部を上にして立てて乾燥させる	
④	個別で保管する	<ul style="list-style-type: none"> ・歯ブラシは原則、個別管理する(まとめて保管しない) ・どうしてもまとめて保管しなくてはならない場合には、歯ブラシの毛先同士が触れ合わないようにする(P9参照)

歯ブラシ保管例

歯ブラシ・歯磨き粉は、原則『**個人管理**』
施設事情等でやむを得ず、集団管理をする場合は下記の点に注意しましょう

- ・毛先同士が触れないようにしましょう
- ・ブラシ部を上にして立てて乾燥させましょう

- × 毛先同士が触れあっている状態
- × 下の段に水滴が垂れる状態



画像提供：公益社団法人静岡県病院協会

- 1本ずつ立てて乾燥



画像提供：公益社団法人静岡県病院協会

手順・注意すべきポイント

(介助が必要な方への口腔ケア)

順序	手順	ポイント
6	コップの洗浄、乾燥	コップを共用する場合は、消毒を実施する

《食器の消毒の方法》

対象	消毒方法
食器	<ul style="list-style-type: none"> ・自動食器洗浄機（80℃10分間） ・洗剤による洗浄と熱水処理で十分である ・次亜塩素酸ナトリウム（0.05～0.1%）浸漬後、洗浄

引用：株式会社三菱総合研究所「高齢者介護施設における感染対策マニュアル改訂版（2019年3月）一部改変

手順・注意すべきポイント

(介助が必要な方への口腔ケア)



順序	手順	ポイント
7	防護具脱衣	<ul style="list-style-type: none"> ・ケアが終わったらすぐに脱衣 ・脱衣した後、手指消毒 ・利用者ごとに防護具は交換
①	使い捨て手袋	P 12参照
②	使い捨てエプロン	P 12参照
③	アイシールド (又はフェイスシールド)	
④	サージカルマスク	P 13参照
⑤	手指衛生	手指消毒方法はP 3参照 「汚染したかも」と思った場合は、そのつど石けんと流水による手洗いを実施 (P 14参照)

防護具の脱衣方法

①手袋：表面「汚染面」／裏側「非汚染面」



手首部分をつかみ
裏返すように外す



外した手袋をにぎる



反対側の手袋と手首
の間に指を差し込む



裏返すように外す

②エプロン：表面「汚染面」／裏側・後ろ「非汚染面」



首の後ろ部分を
ちぎる



汚染面に触れない
ように前に下ろす



後ろ側から裾を
すくい上げる



汚染面が内側になる
ように腰まで丸める



前に引っ張り
腰ひもを引きちぎる

防護具の脱衣方法

④マスク：表面・裏面「汚染面」／ゴム「非汚染面」



ゴムの部分をつかみ、表面や裏面に触れないように
静かに外す

流水下での手洗い方法

- ◆ 固形石けんには細菌やごみなどが付着する可能性が高いため、液体石けんや泡せっけんを使用する
- ◆ 泡が汚れを落とすため、手洗いは十分な泡立てが必要
(石けんの量が不足していると泡立たないため、十分な量の石鹸を取る)



流水で予洗い
※手を十分に濡らす



①石鹸を手の平にとり、手の平をこすり合わせる



②手の甲、指の間をもう片方の手の平でこすり洗う



③指を組んで両手の指の間をもみ洗い
親指の付け根を意識しながら親指を包みねじり洗う



重要!



④指先、爪の周りをもう片方の手の平にこすりつけて洗う



⑤内側・側面・外側を回転させながら手首をこすり洗う

泡が汚れを落とすため、十分な泡立てが必要で必要な量の石鹸を取りましょう

①～⑤を
15秒以上



⑥流水でよくすすぎ、水分を押さえ拭く



流水15秒以上

手順・注意すべきポイント

(自分で歯みがきができる利用者へのケア)

順序	手順	ポイント
1	手指衛生	<ul style="list-style-type: none"> 職員が病原体の橋渡しをしないよう<u>手指衛生は必ず行う</u> 別の作業中に口腔ケアに呼ばれた場合、着用している手袋は必ず外し、手指衛生をして新しい手袋へ交換する 手指消毒剤は必要量（消毒の一連の流れの間に乾いてしまわない量）をとり、<u>乾くまで擦りこむ</u>

《手指消毒の方法》 出典：令和5年度『福祉・介護施設職員向け感染症対策研修』ケア実践者向け研修資料



①手指消毒剤をとる



②手の平と手の平をこすり合わせる



③指先、指の背をもう片方の手の平でこする（左右）



④手の甲をもう片方の手の平でこする（左右）



⑦左右の手首を包み込むようにこする（左右）



⑥親指をもう片方の手で包みねじりこする（左右）
親指の付け根も意識する



⑤指を組んで両手の指の間をこする

手順・注意すべきポイント

(自分で歯みがきができる利用者へのケア)



順序	手順	ポイント
2	防護具着用	<ul style="list-style-type: none"> ・見守りや観察だけの場合、着用する防護具はアイガードとマスク
3	環境整備	<ul style="list-style-type: none"> ・他の人と歯みがきのタイミングが重ならないよう、利用時間が集中しないよう配慮 ・歯磨きしている人同士の距離をあける ・歯みがきする場所の換気を実施
4	利用者への説明・啓発	<ul style="list-style-type: none"> ・歯みがきの時は周りに飛散しないようにやさしく磨く ・うがいはしぶきが飛び散らないよう、低い位置から静かに吐き出す ・歯ブラシはしっかり洗って乾燥させる（詳細はP 8 参照）
5	防護具脱衣	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの外し方はP13参照 ・脱衣した後に手指消毒（P15参照）

まとめ



- 口腔ケア場面は、口腔粘膜や体液（だ液）に触れるので、利用者・職員双方にとって感染の危険性が高いことを意識しましょう
- 口腔ケアの前後は利用者ごとに必ず手指衛生（手指消毒・手洗い）をしましょう
- 防護具は利用者ごと交換しましょう
- 口腔ケア用品は、利用者一人ずつ洗浄（必要時消毒）し、乾燥させましょう
- 歯ブラシは毛先同士が触れないように保管しましょう