구강위생

1)기본 원칙

① 부드러운 칫솔을 사용하여 잇몸 출혈을 방지한다.

② 치약은 삼켜도 상관없는 어린이용을 사용한다.

③ 의치는 하루에 6~7시간 정도 제거하여 잇몸에 무리를 주지 않게 한다.

④ 의치가 잘 맞지 않으면 치과의사에게 교정을 의뢰해야 하며, 치주에 염증이 생겼는지 자주 확인한다.

⑤ 편마비가 있는 치매 대상자는 음식물이 한쪽에 모여 있지 않도록 신경을 써야 한다.

2) 돕는 방법

① 필요한 도구를 세면대 위에 순서대로 가지런히 놓아 준다.

② 거울을 보고 칫솔질을 하게 하거나, 옆에서 한 동작씩 시범을 보여준다.

③ 양치한 물을 뱉지 않는 경우, 입안에 칫솔이나 숟가락을 넣고 말을 건네어 물이 뱉어지게 한다.

④ 스스로 양치질할 수 있는 치매 대상자가 양치질을 거부할 경우 물치약이나 2% 생리식염수로 적신 거즈를 감은 설압자 또는 일회용 스펀지 브러시에 묻혀 치아와 입안을 닦아 치석 생성을 예방한다.

⑤ 치아가 없는 치매 대상자는 식후에 물이나 차를 마시게 하여 입안을 깨끗이 해준다.

의치 간호

① 목적

가. 의치로부터 음식 찌꺼기와 미생물을 제거하기 위함이다.

나. 구강 조직의 감염을 예방하기 위함이다.

다. 구강 자극을 감소시키기 위함이다.

② 물품 : 의치 용기, 칫솔, 세정제, 물, 곡반, 거즈, 타월, 휴지 등

③ 방법

가. 손을 씻은 후 필요한 물품을 준비한다.

나. 환자가 의치에 대해 예민하면 스크린을 쳐준다.

다. 엄지와 검지로 앞니의 앞부분을 거즈나 휴지로 싼 후 의치를 위아래 방향으로 약간 움직여서 뺀다.

라. 빼낸 의치는 흐르는 찬물에서 세정제(치약 X, 주방세제 O)와 칫솔을 사용해 닦고, 닦는 동안 싱크대나 세면대에 수건을 깔아 놓아 떨어져도 파손되지 않도록 한다.

마. 의치를 보관할 때에는 변형 예방을 위하여 의치가 청결할 수 있도록 깨끗한 컵에 찬물(미온수)을 부어 축축한 상태로 뚜껑을 덮어 두어야 한다.

바. 의치를 끼우기 전 입안이 깨끗한지 확인하고 잇몸 자극 증상을 관찰한다.

사. 의치는 구강이 건조하면 잘 삽입되지 않으므로 물에 적셔서 끼우도록 한다.

아. 가능하면 환자 스스로 의치를 끼게 하고 필요하면 도와준다.

자. 손을 씻은 후 관찰 사항을 간호기록지에 기록하고 이상이 있으면 보고한다.

④ 주의 사항

가, 더운물로 의치를 닦을 경우 의치의 모양을 변하게 하므로 더운물은 사용하지 않도록 한다.

나. 마른 상태로 플라스틱 의치를 보관하면 모양이 비틀어져 변하므로 주의한다.

다. 오랫동안 의치를 끼고 있지 않으면 잇몸 주위가 변해 의치가 잘 맞지 않게 되므로 주의하도록 한다.

의치의 제거

의치의 씻기

.

폴리덴트 틀니 접착제 사용법

1) 접착제 도포

양 조절 : 폴리덴트 틀니 접착제를 적당량 짜내어 준비합니다. 너무 많은 양을 사용하면 접착력이 떨어질 수 있습니다.

균일하게 도포 : 틀니의 가장자리를 따라 균일하게 접착제를 도포합니다. 틀니의 중앙 부분에도 적당히 발라주는 것이 좋습니다.

과다 사용 주의 : 접착제를 과도하게 사용하지 않도록 주의하세요. 적당량이 가장 효과적입니다.

2) 틀니 장착

위치 조정 : 접착제를 바른 틀니를 입에 넣고, 올바른 위치에 맞도록 조정합니다.

압력 가하기 : 틀니를 부드럽게 눌러 고정시키고, 몇 초간 압력을 가합니다. 이로 인해 접착제가 잘 붙게 됩니다.

3) 사용 후 관리

틀니를 제거할 때는 부드럽게 잡아당기고, 남아있는 접착제를 물로 잘 헹궈주세요. 틀니를 착용한 후에는 일정 시간 동안 음식을 섭취하지 않는 것이 좋습니다. 이는 접착제가 완전히 고정될 시간을 주기 위함입니다.

4)주의사항

알레르기 반응 : 처음 사용할 경우 알레르기 반응이 있는지 확인하세요. 피부에 발진이나 가려움증이 발생하면 사용을 중단하고 의사와 상담하세요.

보관 : 접착제를 직사광선이 없는 서늘한 곳에 보관하며, 어린이의 손이 닿지 않는 곳에 두세요.

유통기한 : 사용하기 전에 유통기한을 확인하고, 만료된 제품은 사용하지 마세요.

출처 :

기초간호 임상실무 - 연세대학교 간호대학 교수 고일

요양보호사 양성 표준교재 - 보건복지부