



第五章

清洁护理



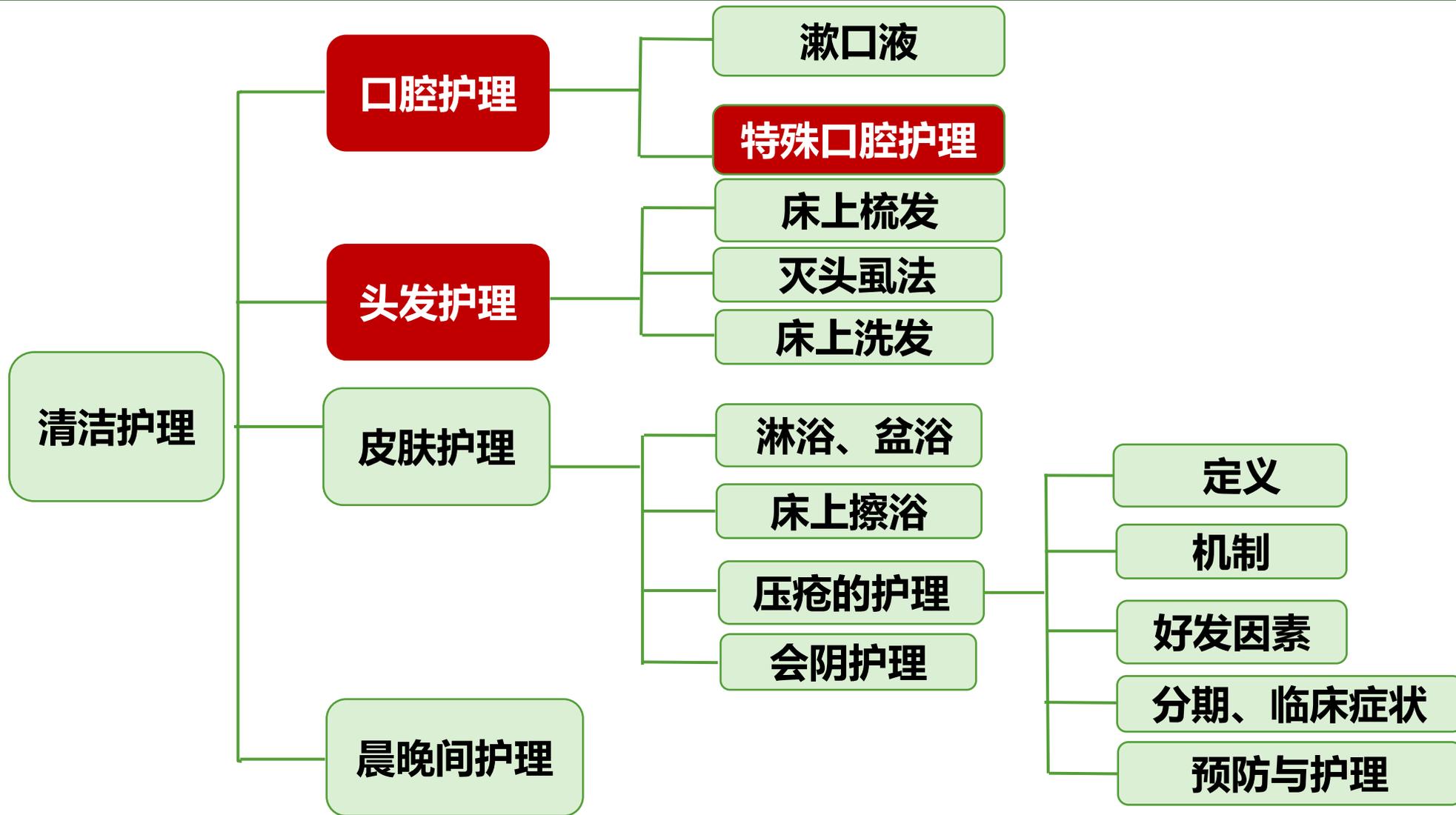
主讲人：陈亚静



单位：郑州澍青医学高等专科学校



本章框架



你今天清洁了吗？



清除身体表面的微生物和污垢，防止微生物繁殖，促进血液循环，增强皮肤的抵抗力，预防感染和并发症。

口腔护理 **头发护理**
皮肤护理 **会阴部护理**



第一节

口腔护理



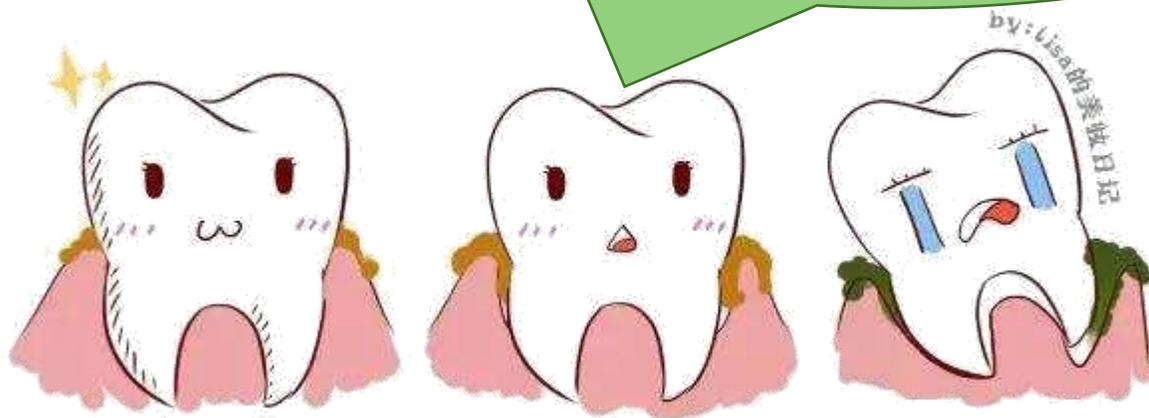
学 习 目 标

- ◆ **掌握口腔护理常用溶液及其作用。**
- ◆ **熟悉口腔护理的操作步骤和注意事项；能正确实施特殊口腔护理操作。**
- ◆ **了解牙线剔牙法。**

正常人口腔中是否有细菌

- A 有
- B 无
- C 不知道

正常人口腔中存在大量的致病菌与非致病菌。由于机体抗力较强，一般不会出现口腔问题。



提交

口腔护理

若病人抵抗力下降，饮水、进食、漱口等活动减少时，口腔内细菌繁殖增多，可出现多种口腔溃疡甚至继发中耳炎、腮腺炎等问题。



口腔溃疡



牙龈萎缩、牙周脓肿



牙垢、牙斑



一、一般口腔护理



口腔卫生指导



你会选择什么样的牙刷和牙膏？

你能够正确刷牙吗？

会用牙线剔牙吗？



一、一般口腔护理



	幼儿	7-12岁	13-18岁	成人
牙刷全长mm	120~130	140~150	155~160	160~180
刷头长度mm	16~18	20~24	25~30	30~35
刷头宽度mm	7~8	9~10	10~11	11~12
毛束高度	8.5~9	9.5~10	10.5~11	11~12
毛束排数	2~3	3	3	3~4
刷毛直径	不超过0.18	不超过0.18	不超过0.2	不超过0.2
刷毛尖端	圆钝形	圆钝形	圆钝形	圆钝形

你会选择什么样的牙刷呢?



一、一般口腔护理



你会选择什么样的牙刷呢？

- ◆ 尽量选用外形较小、表面平滑、质地柔软的牙刷。
- ◆ 牙刷在使用间隔时应保持清洁、干燥。
- ◆ 牙刷应每隔三个月更换一次。





一、一般口腔护理



你会选择什么样的牙膏呢？

- ◆使用的牙膏不应具有腐蚀性，以防损伤牙齿。
- ◆药物牙膏可以抑制细菌的生长，根据个人需要选择。
- ◆牙膏可轮换品种使用。（含氟）





一、一般口腔护理



你能够正确刷牙吗

正确刷牙方法



1 先刷上下排牙齿的外侧面。



2 刷上下牙齿外侧面时，从右往左



3 然后再刷牙齿的内侧面。



4 重复上述动作



5 刷门牙内侧面时，从上往下

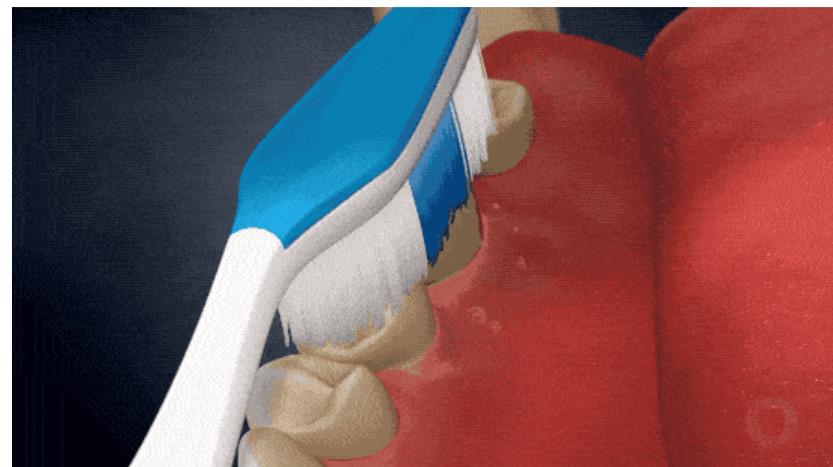
刷牙方法—颤动法



牙齿和牙龈的交界处，刷毛与牙齿表面成 45° ，快速环形颤动刷洗，上排的牙齿向下、下排的牙齿往上轻刷，注意轻刷牙龈；



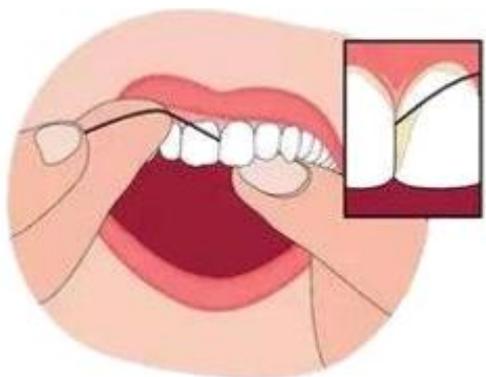
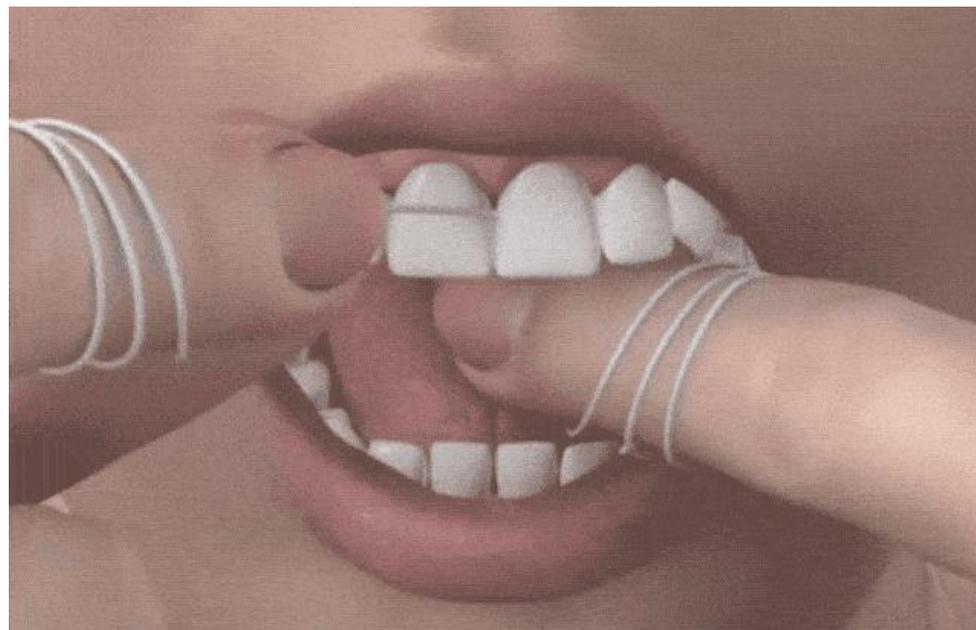
刷牙齿背面牙刷竖起，同样成 45° 斜放，上排牙齿向下，下排牙齿向上提拉轻刷；



牙刷倾斜，与咬合面垂直，来回刷。分别深入清洁牙面及牙间缝隙。

牙线剔牙法

- ◆ 使用牙线时用力要轻柔，可以压入龈沟底清洁龈沟区，但不能压入沟底以下的组织，以防出现牙龈出血、疼痛等症状。
- ◆ 餐后应立即剔牙，效果更佳。
- ◆ 牙线使用建议每日两次。



义齿的清洁与护理

- ◆ 每日清洁义齿，避免牙龈感染和刺激。
- ◆ 协助病人每日清洁义齿2次，按刷牙的方法用牙膏或清洁剂。
- ◆ 暂不使用的活动义齿，可浸泡于清水中保存，每日更换1次。
- ◆ 义齿**不可浸泡于热水或乙醇**等消毒溶液中，以免变色、变形和老化。



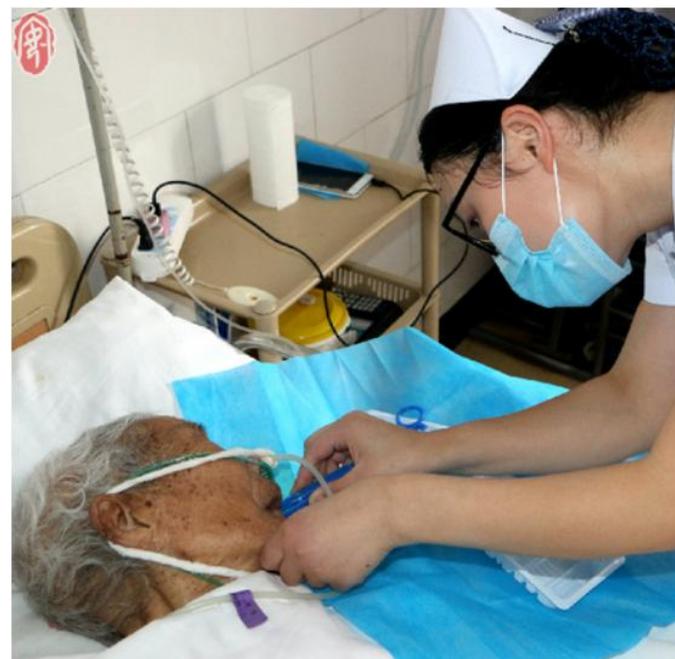


二、特殊口腔护理



适用于高热、昏迷、禁食、危重、口腔疾患、大手术后自理能力缺陷的病人。

(一般给与口腔护理2-3次，根据病情酌情增加次数)





二、特殊口腔护理



- ◆ 保持口腔清洁、湿润，**预防口腔感染等并发症。**
- ◆ 去除口腔异味，增进食欲，**保持口腔正常功能。**
- ◆ 观察口腔粘膜、舌苔和特殊口腔气味，**提供病情变化的动态信息。**



二、特殊口腔护理



操作流程



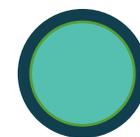
评估

- 1.患者病情及自理能力
- 2.患者心理反应、合作程度
- 3.患者口腔状况
- 4.患者知识及口腔卫生



计划

- 1.病人准备
- 2.护士准备
- 3.用物准备
- 4.环境准备



实施

- 1.核对解释
- 2.安置体位
- 3.铺巾置盘
- 4.湿润口唇
- 5.口腔评估
- 6.协助漱口
- 7.擦洗口腔
- 8.协助漱口
- 9.观察涂药



二、特殊口腔护理



病人口腔状况

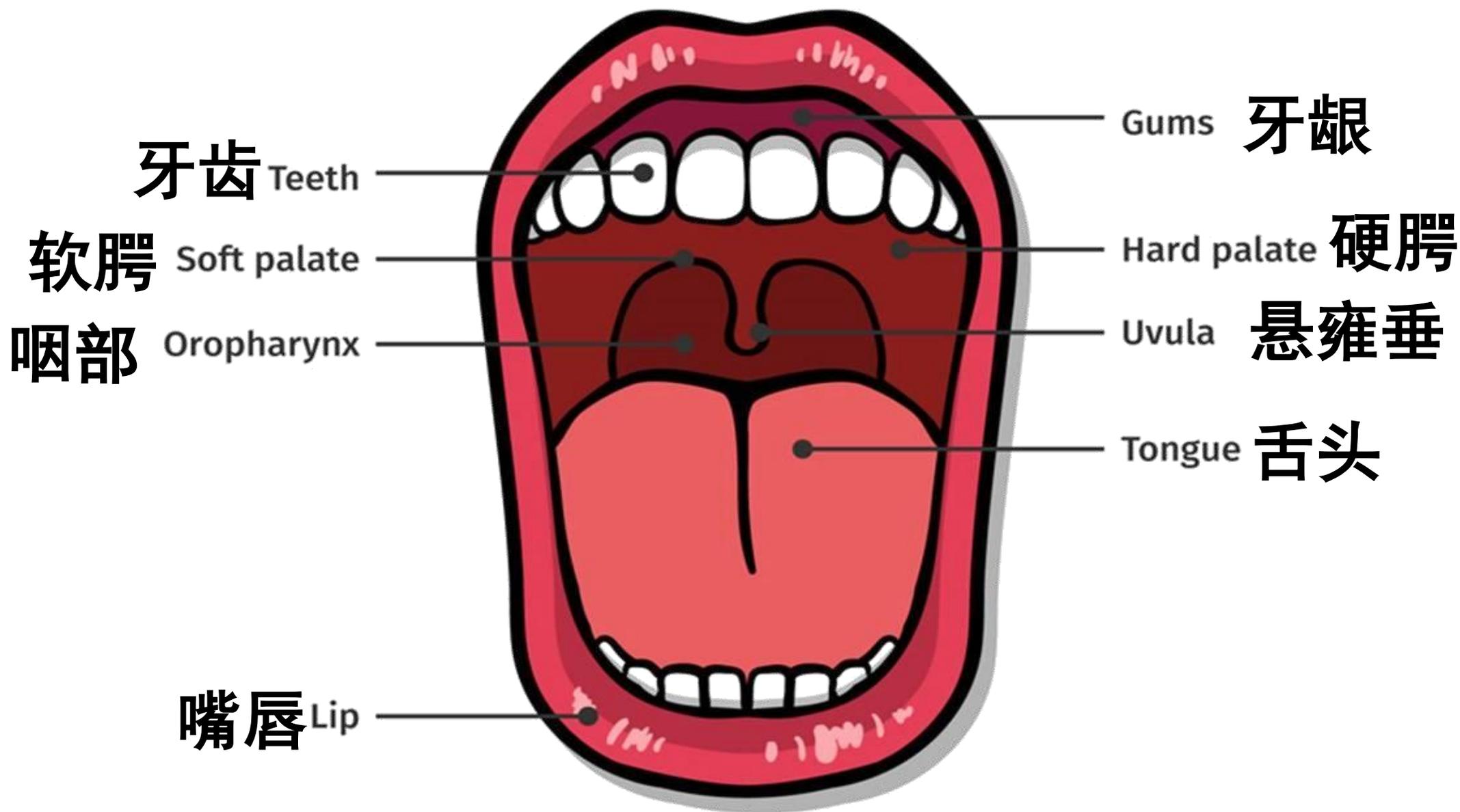
- (1) 口唇：色泽、湿润度，有无干裂、出血、疱疹等。
- (2) 牙齿：是否齐全，有无义齿、龋齿、牙石、牙垢等。
- (3) 牙龈：颜色，有无溃疡、肿胀或萎缩、出血、脓液等。
- (4) 舌：颜色、湿润度，有无溃疡、肿胀或齿痕等。
- (5) 口腔黏膜：颜色、完整性，有无溃疡、出血、疱疹等。
- (6) 腭部：悬雍垂、扁桃体的颜色，有无肿胀及异物分泌物等。
- (7) 口腔气味：有无异味。

烂苹果味

氨臭味

肝臭味

大蒜样臭味





特殊口腔护理



用物准备

(1) 治疗盘内备：治疗碗2个（一个盛漱口溶液，一个盛浸湿的无菌棉球）、镊子、弯止血钳、弯盘、压舌板、纱布、吸水管、棉签、液体石蜡、手电筒、治疗巾。必要时备开口器。

(2) 治疗盘外备：常用漱口液（下一页）、口腔外用药（按需准备，常用的有口腔溃疡膏、西瓜霜、维生素B2粉末、锡类散等）。





特殊口腔护理



口腔PH	选用漱口溶液	作用
中性	0.9%NaCl溶液	清洁口腔、预防感染
中性	多贝尔溶液（复方硼砂溶液）	轻度抑菌、消除口臭
中性	0.02%呋喃西林溶液	清洁口腔，广谱抗菌
偏酸性	1%~4%碳酸氢钠溶液	破坏真菌的生长环境
偏酸性	1%~3%过氧化氢溶液	抗菌防臭，用于口腔有溃烂、坏死组织
偏碱性	2%~3%硼酸溶液	酸性防腐剂、抑菌，清洁口腔
偏碱性	0.1%醋酸溶液	铜绿假单胞菌感染

患者，男，77岁，因慢性支气管炎合并铜绿假单胞菌感染入院，患者高热，精神差，疲乏无力，护士为其做特殊口腔护理时应选用的漱口溶液是（ ）

- A 0.9%氯化钠溶液
- B 0.1%醋酸溶液
- C 0.2%呋喃西林溶液
- D 1%~3%过氧化氢溶液
- E 1%~4%碳酸氢钠溶液

提交



特殊口腔护理



常用口腔外用药物

锡类散 冰硼散 新霉素



制霉菌素甘油

金霉素甘油

液状石蜡

西瓜霜



特殊口腔护理 - 实施

病人准备

口腔评估

漱口

擦洗口腔

漱口

涂药整理

- 核对
- 解释
- 安置体位
- 铺治疗巾
- 清点棉球

- ◆ 有活动义齿者取下义齿，**用冷水**刷洗，**浸泡于冷水中**
- ◆ 开口器从**臼齿**处放入
- ◆ 观察口腔有无出血、炎症、溃疡、特殊气味（压舌板）



特殊口腔护理 - 实施

病人准备

口腔评估

漱口

擦洗口腔

漱口

涂药整理

- 擦洗顺序由外向内，由上向下，先左后右的顺序进行
- 每个部位使用1-2个棉球，每个棉球只用1个部位。
- 棉球拧至不滴水为宜，防止水分过多造成误吸。
- 动作轻柔，防止碰伤黏膜和牙龈。
- 勿触碰咽部，防止引起恶心。
- 防止棉球遗漏口腔。
- 凝血功能差的患者防止碰伤黏膜或者牙龈。

漱口使用吸水管
温水漱口，**昏迷**
患者禁忌漱口



(一) 牙外侧面



先左后右，由内齿向门齿纵向擦拭。



(二) 牙内侧面和咬合面



上内侧面→上咬合面→下内侧面→下咬合面→弧形擦洗一侧颊部



(三) 上颚及舌面舌下



由内向外横向擦洗上颚、舌面及舌下。

注意

- ◆昏迷病人不可漱口，以免引起误吸。
- ◆昏迷病人用开口器时从臼齿处放入，牙关紧闭者不可暴力开口。
- ◆擦洗时，一次只能夹取一个棉球，棉球不应过湿，切忌遗留在病人口腔内。
- ◆长期应用抗生素患者，观察口腔粘膜有无真菌感染。
- ◆不可将义齿浸于热水或乙醇中，以防变色、老化。
- ◆传染病患者用物按消毒隔离原则处理。





第二节

头发护理





头发护理



床上梳发



床上洗发



灭头虱、虬法



适应症



长期卧床、关节活动受限、
肌肉张力降低、共济失调、
生活不能自理的患者给予床
上梳发1-2次/d。



目的



- ◆ 去除头皮屑及脱落的头发，使病人整洁、舒适、美观。
- ◆ 按摩头皮，促进其血液循环，提高头发生长和代谢能力。
- ◆ 维护病人自尊、自信，建立良好的护患关系。

评估



计划

- ◆ 仰卧位
- ◆ 半坐卧位

实施

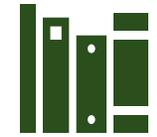
- ◆ 头发分为两股
- ◆ 从发根梳向发梢（长发或打结？）
- ◆ 如有打结，从发梢向发根梳发，可使用30%乙醇湿润后梳洗

解释核对

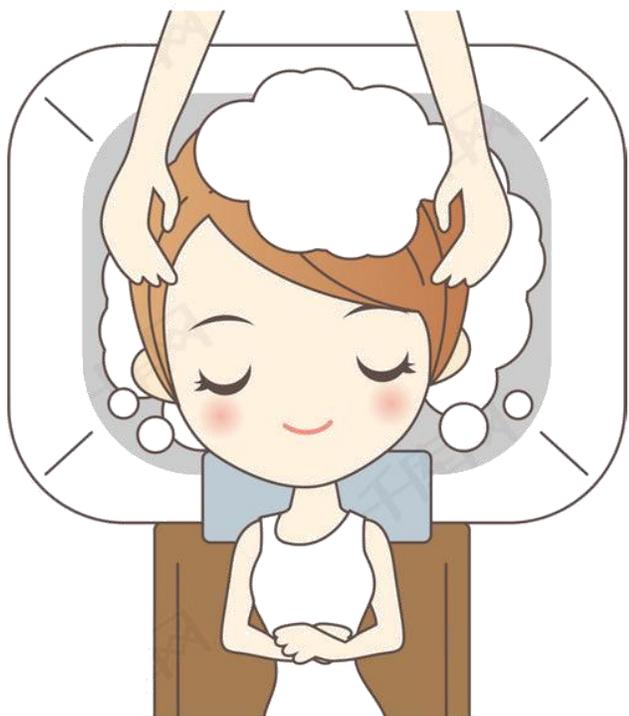
安置体位

铺巾梳发

整理记录



目的



- ◆ 去除头发污垢及脱落的头屑，保持头发清洁，促进舒适。
- ◆ 按摩头皮，促进血液循环，促进头发生长与代谢。
- ◆ 维护病人自尊、自信，建立良好的护患关系。
- ◆ 预防和消灭虱、虮，防止疾病传播。



评估

计划

- ◆ 热水温度以40-45℃为宜
- ◆ 病人仰卧位，枕头移于肩下
- ◆ 调节室温为22-26℃，冬季关闭门窗
- ◆ 关注病人有无不适
- ◆ 注意保暖

不洗头
毁所有!



床上洗发

核对

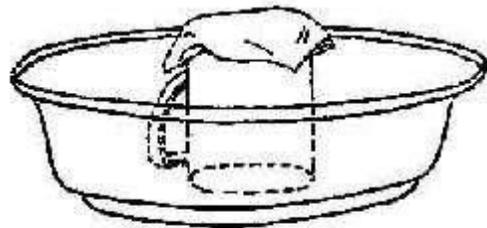
调节环境

安置体位

放洗头器

洗发擦干

整理记录



◆马蹄形卷洗发法

◆洗头车洗发

◆扣杯式洗发法

◆保护眼耳

洗发过程中棉球塞两耳、纱布或眼罩盖眼睛，防止水流入眼睛或耳朵。





核对

调节环境

安置体位

放洗头器

洗发擦干

整理记录



- 洗发过程中注意水温
- 避免指甲损伤头发
- 及时擦干，避免着凉
- 脱落的头发置于纸袋，燃烧处理
- 尊重病人的个人习惯



床上洗发



- ◆ **洗发过程中随时注意患者病人变化**，如出现面色、呼吸、脉搏异常，及时停止操作。
- ◆ **危重症患者和身体虚弱患者不宜洗发。**
- ◆ 洗发时间不宜过长，**以免引起头部充血、疲劳，造成病人不适。**
- ◆ 洗发时注意保暖，保持病人舒适体位，保护伤口和各种管道，**防止污水溅入眼、耳**，避免沾湿衣、被。
- ◆ 护士操作过程中遵循节力原则



头虱、虬除灭法



目的

- 去除头虱，促进病人舒适
- 预防皮肤感染和疾病的传播

评估计划

- 维护病人自尊
- 护士穿隔离衣

□ 常用灭虱要有：**30%含酸百部酊；30%百部含酸煎剂；灭虱香波**

实施

- 男性或儿童剃头，女士剪短发，剪下头发用纸包好后焚烧
- 操作过程中防止灭虱药沾污面部及眼睛
- 药水擦头发后反复揉搓10min，后带帽子或治疗巾严密包裹24h
- 用药后注意观察患者面色及反应，注意不良反应

注意事项

- 如发现仍有活虱，重复进行灭虱
- 严格执行消毒隔离制度，防止感染发生
- 灭虱后更换干净的衣物以及床单被罩，防止传播
- 操作中保护自己，免受传染

The background features a complex, abstract design in various shades of green. It consists of overlapping low-poly, faceted shapes that resemble crystalline structures or stylized foliage. A fine grid of small dots is visible in the background, particularly in the upper and lower sections. The overall aesthetic is modern and digital.

谢谢观看