



ブクブクうがいができない人は、
歯磨きの後にはどうしたらいいので
しょうか？



ブクブクうがいができないのは、次のような場合です。

- ① 口に水を含んでも、すぐに吐き出してしまう。
- ② 口に水を含むと、飲んでしまう。
- ③ 口に水を入れても唇を閉じることなく、口唇からダラダラとこぼれる。
- ④ 水を口に入れると、すぐにむせる。

① の場合は、それもうがいの1つとして行いましょう。頬をブクブクと動かす
ことも口腔機能の向上を果たす目標にして、練習してみましょう。

② の場合は、むせないで飲み込めるのなら少量飲んでも構いません。うがい
として行いましょう。

③④の場合は、うがいとしての役割を果たせないし、誤嚥のリスクも高くなる
のでやめましょう。ブラッシングの後のうがいの代わりに、ガーゼやスポンジ
ブラシで汚れを拭き取ります。ご自宅に吸引機などがあれば、吸引用の歯ブラ
シなどを使用して磨くと、うがいができなくても大丈夫です。



歯科衛生士 福田の今月のおすすめ



うがいができない方でも、安心して使用して頂ける歯磨き剤です。
ジェルタイプの物で発泡剤が入っていないので、うがいをしなくて
気持ち悪くなりません。クロルヘキシジン配合なので殺菌効果も
あります。(ただし、クロルヘキシジンアレルギーのない方に限る)



医薬部外品

こちらは、泡で出るタイプの歯磨き剤です。
泡がお口の隅々まで行きわたります。うがいができなくても吐き出でも
大丈夫です。

質問などございましたらいつでもご連絡ください。
ゆかわ歯科クリニック 担当 福田
Tel&fax082-434-6552