

歯みがきを嫌がる原因と対応方法

歯みがき介助を嫌がる時は、このような原因が考えられます

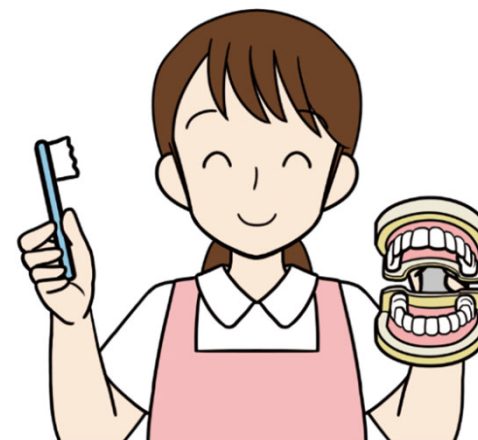
心理的拒否：過去の不快な歯みがき体験が心理的ダメージとなって拒否反応がみられます。優しく丁寧な関わりと励まし、ほめるなどの声かけを行い、歯みがきに対するイメージを是正していく必要があります。

触覚過敏：誰がみがいても、どんな刺激でも、口や身体に触れた直後から力が入り拒否反応がみられます。触れられることに少しずつ慣れるように、触覚過敏の除去が必要です。

原因	対応方法
口の中 <ul style="list-style-type: none">・むし歯・口内炎・歯がグラグラしている・つめものがとれている <ul style="list-style-type: none">・歯ぐきが腫れている	<ul style="list-style-type: none">・口の中をよく観察し、痛みのある部分は注意してみがく・歯科に受診・相談 <ul style="list-style-type: none">・柔らかい歯ブラシを使う・優しくみがく
生理的なこと <ul style="list-style-type: none">・眠い時・体調の悪い時	<ul style="list-style-type: none">・生活リズムを整える・眠い時や体調の悪い時は避けて機嫌の良い時に行う
関わり方 <ul style="list-style-type: none">・黙ってみがいている・怒りながらみがいている	優しく丁寧な関わり
みがき方 <ul style="list-style-type: none">・つらい姿勢・無理に唇を引っ張る・ゴシゴシみがき	みがき方や介助方法の改善

お困りの場合は歯科医師・歯科衛生士にご相談ください

障害のある方への 歯みがき介助



東京都立心身障害者口腔保健センター

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1
セントラルプラザ事務棟8・9階

TEL 03-3267-6480 (診療予約)

FAX 03-3269-1213

URL <https://tokyo-ohc.org/>

基本的なみがき方

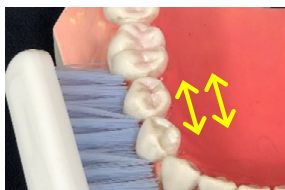
持ち方



鉛筆持ちで持つ

強く握るとみがく力が強くなるため、軽く持つ

当て方とみがき方



歯と歯肉の境目に毛先を当て細かく動かす

触覚過敏の場合は柔らかい歯ブラシで優しくみがく

みがく力



毛先が広がらない程度の力でみがく



毛先が広がると力の入れすぎ！

みがく姿勢

A 座らせて前から



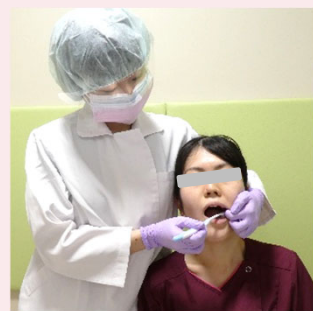
背が高い方の場合、座らせてみがくと見やすい

B 立たせて前から



壁を背にしてみがくと姿勢が安定しやすい

C 座らせて後ろから



自分の身体で対象者の上半身を支え腕で頭を固定する

D 寝かせみがき



姿勢が安定し、口の中をしっかりと見ることができる



上半身と頭を支えながらみがくと見やすく手が挙がるのも防げる



クッションやタオルを入れてあごを下げるとむせにくい

口唇や頬のよけ方

前歯



奥歯



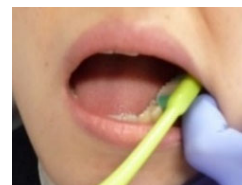
左手の人差し指を深く入れ、指の腹全体を使って広げる

対象者の右側をみがく時に有効

前歯



奥歯

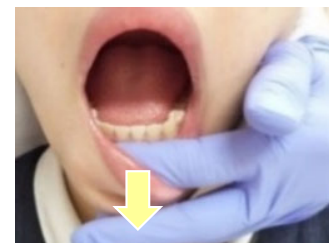


左腕で頭部を固定したまま指の腹全体を使って広げる

対象者の左側をみがく時に有効

口が開かない時

「なかなか口を開けない」「すぐに閉じてしまう」ときには…



下唇の内側に指の腹を入れあごを押し下げる

押し下げた指と手のひら全体で下あごを支える

関わり方

歯みがきが不快な体験とならないように優しく丁寧な関わりが大切

1、2、3…10！



よく頑張ってるね！

- 優しい声かけや表情
- できた時はよく褒める
- 我慢の目安をつくる

10ずつ数える
タイマーを使う