

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ときは、このような原因が考えられます

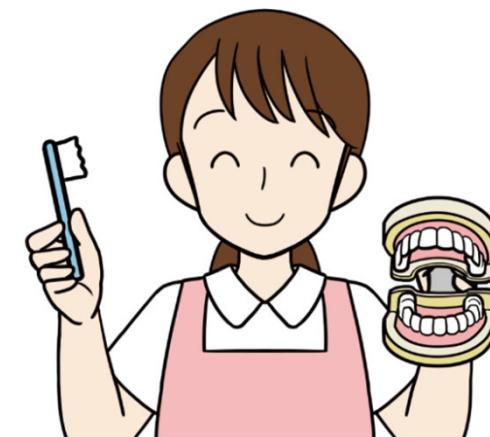
心理的拒否：過去の不快な歯みがき体験が心理的ダメージとなって拒否反応がみられます。優しく丁寧な関わりと励まし、ほめるなどの声かけを行い、歯みがきに対するイメージを是正していくことが必要です。

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づつ慣れるように、触覚過敏の除去が必要です。

原因	対応方法
口の中 ・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 ・歯ぐきが腫れている	・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 ・柔らかい歯ブラシを使う ・優しくみがく
生理的なこと ・眠い時 ・体調の悪い時	・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 ・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 ・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

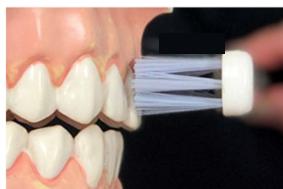
当て方とみがき方



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



背が高い方の場合は、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

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