

## การดูแลความสะอาดช่องปาก ในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองที่มีภาวะอัมพาตครึ่งซีก อาจมีปัญหาในการทำความสะอาดช่องปากและฟันด้วยตนเอง ผู้ดูแลจึงควรให้ความช่วยเหลือเพื่อป้องกันการติดเชื้อในช่องปาก และลดความเสี่ยงของการเกิดโรคปอดอักเสบ โดยจำแนกวิธีการให้ความช่วยเหลือตามระดับความสามารถของผู้ป่วย ดังนี้

### กลุ่มที่ 1 ผู้ป่วยสามารถทำความสะอาดช่องปากได้ด้วยตนเอง

ผู้ดูแลจัดเตรียมของใช้ในการแปรงฟันให้พร้อม และให้ผู้ผู้ป่วยแปรงฟันด้วยตนเอง ดังนี้



วางแปรงเอียง 45 องศา ระหว่างเหงือกและฟัน



ฟันบน: ขยับไปมาสั้น ๆ เบา ๆ แล้วปัดลง



ฟันล่าง: ขยับไปมาสั้น ๆ เบา ๆ แล้วปัดขึ้น



ฟันหน้าด้านใน: วางแปรงในแนวตั้ง แล้วดันออกมาเบา ๆ



ฟันด้านบดเคี้ยว: ขยับแปรงสีฟันไปมา



ลิ้น: แปรงลิ้นให้ทั่ว จากด้านหลังมาทางด้านหน้า จนสะอาด

ทั้งนี้ อาจดัดแปลงแปรงสีฟัน ให้เหมาะสมกับสภาวะของผู้ป่วย เช่น ปรับด้ามจับให้ถนัดมือ จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการแปรงฟัน



กลุ่มที่ 2 ผู้ป่วยที่ไม่สามารถทำความสะอาดช่องปากได้ด้วยตนเอง แต่ไม่มีภาวะกลืนลำบากและยังสามารถบ้วนปากได้อย่างปลอดภัย

ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยในการแปรงฟัน ดังนี้

1. ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านั่ง หรือนอนศีรษะสูง ถ้าศีรษะไม่อยู่นิ่ง ให้ผู้ป่วยนั่งศีรษะพิงผู้ดูแลที่ยืนอยู่ด้านหลัง



2. ผู้ดูแลช่วยแปรงฟันและเหงือกเบา ๆ สลับกับหยุดพัก ให้ผู้ป่วยบ้วนน้ำลาย 2-3 ครั้ง แปรงจนสะอาดทั่วช่องปาก โดยแปรงด้านในของฟันกรามล่างเป็นตำแหน่งสุดท้าย

กลุ่มที่ 3 ผู้ป่วยที่ไม่สามารถทำความสะอาดช่องปากได้ด้วยตนเอง และมีภาวะกลืนลำบาก

ผู้ดูแลช่วยทำความสะอาดช่องปากให้ผู้ป่วยดังนี้

1. จัดให้ผู้ป่วยนอนตะแคง หันหน้ามาทางผู้ดูแล
2. หากผู้ป่วยมีอาการเกร็ง อ้าปากลำบาก อาจใช้ไม้กดลิ้น ด้ามแปรงสีฟัน หรือด้ามช้อน พันด้วยผ้าก๊อช ช่วยเปิดช่องปากของผู้ป่วย
3. ใช้ผ้าก๊อชพันด้ามช้อนหรือด้ามแปรงสีฟันอีกด้ามหนึ่ง ชุบน้ำเกลือ แล้วทำความสะอาดช่องปาก ฟัน เหงือก ลิ้นให้ทั่วจนสะอาด
4. ทาครีมฝีปากด้วยวาสลีนหรือลิปมันเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้น และป้องกันริมฝีปากแห้ง



ทั้งนี้อาจปรับวิธีการให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยในการแปรงฟัน ตามความร่วมมือและความสามารถของผู้ป่วย

### ข้อควรปฏิบัติในการดูแลความสะอาดช่องปาก

1. แปรงฟันหรือทำความสะอาดช่องปากอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ตอนเช้าและก่อนนอน หรือหลังรับประทานอาหารทุกมื้อ
2. สำหรับผู้ป่วยที่ได้รับอาหารทางสายยาง ควรทำความสะอาดช่องปาก ฟัน และลิ้น ก่อนการให้อาหารทุกมื้อ

3. เลือกใช้แปรงสีฟันที่มีขนแปรงนิ่ม ปลายขนแปรงโค้งมนเล็กน้อย

4. กรณีที่มีฟันปลอมชนิดถอดได้ ต้องถอดออกเพื่อทำความสะอาดทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร และก่อนนอน

5. ควรพบทันตแพทย์ตามนัดทุกครั้ง และหากมีอาการปวดบวมอักเสบหรือมีอาการผิดปกติของเหงือกเลือดออกอยู่ ต้องแจ้งให้ทันตแพทย์ทราบก่อนเข้ารับการรักษาเสมอ

#### เอกสารอ้างอิง

1. อรุณี เจษฎาวิสุทธิ และสุธาทิพย์ เชื้อภักดี. การดูแลและฟื้นฟูผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก. พิมพ์ครั้งที่ 3 .กรุงเทพฯ, 2550

2. อัมพรพรรณ ธีรานูตร, เพลินตา ศิริปการ และอำพน นวลโคกสูง. คู่มือการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่บ้าน. ขอนแก่น: หจก. โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา, 2544

3. เตือนน้อย ไบคำ. คู่มือสำหรับประชาชน การป้องกันและการดูแลผู้ป่วยอัมพาตที่บ้าน งานการพยาบาลอายุรศาสตร์และจิตเวชศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช มหาวิทยาลัยมหิดล, 2542

4. ปิติกานต์ บุรณาภาพ. คู่มือดูแลผู้ป่วยอัมพฤกษ์ อัมพาต และผู้ป่วยที่ต้องการความช่วยเหลือเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยสาธิต, 2552

5. [โรคหลอดเลือดสมองสำหรับประชาชน](http://pni.go.th/stroke/)  
<http://pni.go.th/stroke/>

#### จัดทำโดย

- นางสาว กาญจนา ระโหวนอก
- นางสาว วรณวิไล กลิ่นเอี่ยม  
งานการพยาบาลศัลยศาสตร์และศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์

#### ที่ปรึกษา

- แพทย์หญิง พวงแก้ว ธิติสกุลชัย  
ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู
- นางสาว รุ่งนภา เตชะกิจโกศล  
หัวหน้าหอผู้ป่วยเฉลิมพระเกียรติ 11

#### สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งสุดท้าย ปี พ.ศ. 2561

รหัสหน่วยงาน NS 07210146164

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



แผ่นพับ  
สุขภาพ  
ออนไลน์



มหาวิทยาลัยมหิดล  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

## การดูแลความสะอาดช่องปาก ในผู้ป่วย โรคหลอดเลือดสมอง



หอผู้ป่วยเฉลิมพระเกียรติ 11  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

SIPI NS1059161