

التثقيف بشأن العناية بالفم

ما أهمية العناية بالفم؟

- تُقلل العناية بالفم من خطر الإصابة بالتهابات الفم والجهاز التنفسي.
- يواجه المرضى الذين يعانون بالفعل من ضعف في جهاز المناعة صعوبةً في مكافحة العدوى.
- تُقلل العناية البسيطة بالفم من البكتيريا والفطريات المتكونة في الفم ومدى خطورتها.
- تؤدي العناية بالفم إلى تحسين نوعية حياة المريض وشعوره بالراحة.



كيف تكون العناية الكافية بالفم؟

- التنظيف بالفرشاة
 - يشمل ذلك تنظيف اللسان والأسنان والحنك (سقف الفم) والخدين من الداخل
- استخدام مرطب الشفاه (حسب الحاجة)
 - استخدام مرطب الفم من مجموعة عيوات مستحضرات العناية بالفم (يمكن استخدامه داخل الفم وخارجه)
 - استخدام مستحضر العناية Carmex®، أو Vaseline® أو Chapstick® (للشفاه)
- تنظيف الأسنان بالخيط
 - استخدام خيط الأسنان بشكل صحيح للحفاظ على صحة اللثة



متى يجب تنظيف الفم؟

- يجب تنظيف الفم من ٣ إلى ٤ مرات يوميًا باستخدام فرشاة الأسنان التي تعمل بالشفط ما لم يُحدِّد الطبيب أو أخصائي أمراض النطق والكلام استخدام أدوات أخرى.
- تشمل أوقات تنظيف الفم ما يأتي:
 - كل صباح عندما يستيقظ المريض
 - قبل أوقات تناول الطعام أو بعدها حسب مواعيد تناول الطعام عن طريق الفم و/أو عن طريق أنبوب التغذية.
 - احرص على الرجوع إلى الطبيب أو أخصائي أمراض النطق والكلام بشأن المواعيد المناسبة لتنظيف فم المريض.
 - قبل النوم



من المرضى المعرضون لخطر تدهور صحة الفم؟

- المرضى الذين لديهم أنبوب فتحة القصبة الهوائية و/أو الذين يستخدمون جهاز التنفس الصناعي
- المرضى الذين لا يتناولون الطعام عن طريق الفم/يتناولون الطعام عن طريق الأنبوب
- المرضى الذين قاموا بتغيير أنظمتهم الغذائية
- المرضى الذين هم في حاجة إلى المساعدة على التخلص من الإفرازات
- المرضى الذين يعانون من تسوس/تآكل الأسنان
- المرضى الذين يتلقون أدويةً متعددةً
 - يمكن أن يؤدي تلقّي الأدوية المتعددة إلى "جفاف الفم"
 - قد يؤدي جفاف الفم إلى زيادة البكتيريا في الفم.
- المرضى غير القادرين على استخدام فرشاة الأسنان من دون مساعدة
- المرضى غير القادرين على فتح أفواههم بشكل كافٍ



(اقلب الصفحة)

ما المنتجات المتوافرة للعناية بالفم؟

فُرَش الأسنان

- مجموعات فُرَش الأسنان التي تعمل بالشفط المعبأة سابقًا (ستختلف المكونات):
 - فرشاة الأسنان التي تعمل بالشفط المعالجة بمعجون الأسنان (بيكربونات الصوديوم)
 - الفرشاة المزودة بغسول الفم (بيروكسيد الهيدروجين القاعدي)
- مساحات DenTip
- منتجات التخلص من إفرازات الفم و/أو المنتجات المرطبة للفم
- الجل المرطب للفم
- يمكن طلب هذه المنتجات من Amazon أو Medline أو Sage أو غير ذلك من المواقع



• فرشاة PlakVak

- فرشاة أسنان تعمل بالشفط تصلح للاستخدام مدة تصل إلى ٢٨ يومًا
- يمكن استخدامها مع:
 - معجون الأسنان العادي وأداة الشفط Yankauer
 - معجون الأسنان الآمن عند بلعه (مثل معجون أسنان Orajel المخصص للتدريب على تنظيف الأسنان)
 - غسول الفم (يُفضَّل أن يكون خاليًا من الكحول)
 - ارجع إلى الطبيب أو أخصائي أمراض النطق والكلام بشأن المنتج الأكثر أمانًا الذي يمكنك اختياره للمريض
- اشطف الفرشاة بعد كل استخدام
- يمكن طلب الفرشاة عبر الإنترنت



عضاضات الفك

- تُدخَّل في الفم لإبقائه مفتوحًا في أثناء تنظيفه
- تُستخدَم مرة واحدة فقط
- مفيدة للمرضى غير القادرين على إبقاء أفواههم مفتوحة و/أو المرضى الذين يطبقون الفكين لإرادياً بقوة
- يجب تقييم حالات المرضى الذين يخضعون لاحتياطات النوبات بعناية قبل استخدام هذا المنتج
- استشير الطبيب أو أخصائي أمراض النطق والكلام بشأن ما إذا كانت عضاضة الفك مناسبة للمريض.
- استشير الطبيب بشأن الإحالة إلى طبيب الأسنان.



أدوات الشفط من Yankauer

- من المهم أن تكون أداة Yankauer التي تستخدمها للعناية بالفم مختلفة عن الأداة التي تستخدمها للعناية بفتحة القصبية الهوائية.
- ارجع إلى مدير الحالة/المختص الاجتماعي بشأن طلب هذه الأدوات عند الخروج من المستشفى إلى جانب مجموعة الشفط المحمولة المزودة بأنابيب الشفط.

