

活動假牙的護理 長者及照顧長者 的人士

參考指引

注意口腔衛生，重要的是清除牙齒的有害細菌、清除牙菌斑(牙垢)、清潔牙齦和活動假牙，並且保持口腔健康。對於長者和其照顧長者的人士而言，每日均要護理口腔，並不容易，但緊記要這樣做，因為蛀牙和感染，可以迅速蔓延。健康的口腔，有助全面地保持身心健康。

大部分牙科疾病，均可以預防，方法是每日護理口腔、定期接受專業人員清洗牙齒，並且每年由牙醫檢查牙齒一次。配戴活動假牙的長者，亦應如此。

活動假牙護理工具:

- 牙刷或活動假牙的刷子
- 視個人情況所需
- 洗手液或活動假牙專用的牙膏
- 供通宵存放活動假牙的杯子

照顧者使用的工具:

- 用完即棄的手套
- 毛巾或面巾
- 清洗盆和一杯清水
- 口腔用具、視個人情況所需

長者本身如仍有真牙，但亦配戴活動假牙，請參閱《真牙的護理》資料單張。



把乾爽的活動假牙通宵存放在專用杯子內。



除下活動假牙，並用洗手液或清潔假牙的牙膏，以假牙專用的刷子或柔軟刷子潔淨。



牙科用品。

欲知更多資料，請瀏覽網址：yourdentalhealth.ca，觀看網上的教育影片。

Caring for Dentures tips for Seniors and Caregivers (Traditional Chinese)



長者須知:

- 每天清潔活動假牙兩次。
- 在清潔活動假牙之前，必須把它脫下。
- 用洗手液或清潔假牙的牙膏，以假牙專用的刷子或柔軟的牙刷潔淨活動假牙。不要使用牙膏，因為這樣可能把假牙刮花。
- 在把活動假牙放回口腔之前，先刷淨任何原有的牙齒，〔參閱《真牙的護理》資料單張〕，並用濕潤的牙刷潔淨口腔和牙齦。
- 把活動假牙通宵存放，讓口腔休息。
- 定期見牙醫。

照顧長者人士須知:

- 鼓勵長者自行脫下活動假牙，並加以清潔。在需要時，加以協助。
- 總要帶上手套，避免交叉感染。
- 脫下活動假牙時，先脫掉下層假牙。用拇指和食指捏著下層前排假牙，然後把假牙掀出來。
- 要脫除上層假牙，先掀起上唇，然後用手指捏著牙齒。這樣有助把牙齒輕輕向前、後搖動，也有助從後鬆開活動假牙，並把它掀出來。慎防不要把手指卡在牙縫。
- 要脫下局部假牙，用手指輕輕把金屬扣拉出至牙齒的咬合表層。
- 動作要輕柔，以免對活動假牙或局部假牙的金屬扣造成任何損壞。
- 脫下活動假牙後，檢查口腔是否有任何瘡口。
- 清潔活動假牙和任何真牙，參閱《真牙的護理》資料單張。
- 如長者能夠自行放回活動假牙，則讓其自己動手做。如需要協助，則在進行時告訴長者。如果全口均有活動假牙，則先放置上層假牙，然後才放入下層假牙。

緊記! 如果你無法脫下你認為是活動假牙的裝置，則切勿把它拉出。它可能是曾經植入、但不能脫除的假牙。請徵詢牙科專業人員的意見。



British
Columbia
Dental
Association

MEMBER OF THE CANADIAN DENTAL ASSOCIATION

