

تعليم المريض / مقدم الرعاية

## الري الفموي

يوضح هذا المورد كيفية إجراء الري الفموي (يُعرف أيضًا بالغسل).

### نبذة عن الري الفموي

يُجرى الري الفموي للمحافظة على نظافة الفم ورطوبته. قم بري فمك بعد الاستيقاظ صباحًا، وبعد تناول الطعام، وقبل النوم. يمكن أن تقدم لك ممرضتك زجاجة ري فموي لاستخدامها في غسل فمك. يمكنك أيضًا القيام بهذه الخطوات بالمحلول وحده.

يُستخدم غسول بيكربونات الصوديوم (صودا الخبز) في كثير من الأحيان للعناية بالفم. هذا الغسل:

- يحافظ على رطوبة ونظافة أنسجة الفم.
- يساعد على الوقاية من العدوى.
- يمكنك أن يقي من التهاب الأغشية المخاطية الفموية (تورم أو تقرحات الفم) ويعالجها لدى الأشخاص الذين يتلقون العلاج الكيميائي.
- ربما يُحسن مستوى الراحة وجودة الحياة بوجه عام.

### كيفية إجراء الري الفموي

1. اجمع المستلزمات. ستحتاج إلى:

- زجاج الري (اختيارية)

- منشفة أو مريلة بلاستيكية
- ملح المائدة
- صودا الخبز

2. ضع منشفة أو مريلة بلاستيكية حول رقبتك لحمية ملابسك.

3. لإجراء عملية الغسل، صُب ربع جالون من ماء الصنبور الدافئ في الزجاجاة. ثم أضف:

- ملعقة صغيرة من ملح المائدة
- ملعقة صغيرة من صودا الخبز

4. ضع الحافة المُدببة للزجاجاة في فمك (انظر الشكل 1). اعصر الزجاجاة حتى يخرج منها الغسول.



الشكل 1. إجراء الري الفموي

5. حرّك طرف الزجاجة حول فمك أثناء الضغط عليها لإخراج الغسول. توخ الحرص لعدم إخراج الغسول باتجاه مؤخرة فمك لأن هذا قد يسبب لك الرغبة في التقيؤ.
6. دع الغسول يخرج من فمك إلى الحوض.
7. واصل استخدام الغسول حتى يصبح فمك نظيفاً تماماً.
8. اتبع الخطوات الواردة في قسم "كيفية تنظيف مجموعة الري الفموي" لتنظيف مجموعة الري الفموي الخاصة بك.

## كيفية تنظيف مجموعة الري الفموي

1. اغسل كل جزء من المجموعة بالماء الدافئ والصابون.

2. جفف الجزء الداخلي من الزجاجاة بمنشفة ورقية. تخلص من المنشفة الورقية.

3. ضع منشفة ورقية جافة بداخل الكيس لامتصاص أي رطوبة. اترك المنشفة الورقية في الكيس حتى تستخدمه مرة أخرى.

4. خزن مجموعة الري الفموي في مكان بارد وجاف حتى تستخدمها مرة أخرى. في الأيام الحارة، يمكنك وضع زجاج الري النظيفة في حقيبة بلاستيكية وحفظها داخل الثلاجة.

إذا كنت لديك أسئلة أو شواغل، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. سيرد عليك أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية الخاص بك أيام الاثنين إلى الجمعة من الساعة 9 صباحًا حتى الساعة 5 مساءً وبخلاف هذه الأوقات، يمكنك ترك رسالة أو التحدث مع أحد مقدمي الرعاية الآخرين في مركز MSK. يتواجد دومًا طبيب مُناوب أو ممرضة مُناوبة. إذا لم تكن متأكدًا بشأن كيفية الوصول إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك، فاتصل بهاتف رقم 212-639-2000.

لمزيد من الموارد، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) للبحث في مكتبتنا الإلكترونية.

Oral Irrigations - Last updated on February 24, 2026  
جميع الحقوق محفوظة لمركز Memorial Sloan Kettering لعلاج السرطان