



患者及照护者教育

# 口腔冲洗

本资源介绍了如何进行口腔冲洗（也称为漱口）。

## 关于口腔冲洗

进行口腔冲洗是为了保持口腔清洁和湿润。早上起床、进食后和睡前均应进行口腔冲洗。护士会为您提供一个口腔冲洗瓶，供您漱口。也可以只用溶液来完成相关步骤。

碳酸氢钠（小苏打）漱口水常用于口腔护理。此类漱口水：

- 有助于保持口腔组织湿润和清洁。
- 有助于预防感染。
- 可预防和治疗化疗患者的口腔粘膜炎（口腔肿胀或溃疡）。
- 可提高舒适度和整体生活质量。

## 如何进行口腔冲洗

1. 准备所需用品。您将需要：

- 冲洗瓶（可选）
- 毛巾或塑料围兜
- 调味盐
- 小苏打

2. 将毛巾或塑料围兜围在脖子上，以保护衣服。

3. 冲洗时，将 1 夸脱温自来水倒入瓶中。 然后加入：

- 1 茶匙食盐
- 1 茶匙小苏打

4. 将瓶子的尖端放入口中（见图 1）。 挤压瓶子，直到漱口水流出。



图 1. 进行口腔冲洗

5. 在挤出漱口水的同时，在口腔内移动瓶子尖端。 注意不要挤到口腔后部，因为这样会让您产生呕吐反应。
6. 让漱口水从嘴里流到水槽或脸盆里。
7. 继续使用漱口水，直到口腔完全清洁。
8. 按照“如何清洁口腔冲洗套件”部分的步骤清洁口腔冲洗器。

## 如何清洁口腔冲洗套件

1. 用肥皂和温水清洗套件每个部分。
2. 用纸巾擦干瓶子内部。扔掉纸巾。
3. 将干纸巾放在袋子里吸干水分。将纸巾留在袋子里，直到下次使用。
4. 将口腔冲洗套件存放在阴凉干燥的地方，直到下次使用。在温暖的日子里，您可以将干净的冲洗瓶放入塑料袋，然后存放在冰箱里。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Oral Irrigations - Last updated on February 24, 2026

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利