



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的每个部分。
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，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，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