mund pflege

Mundpflege: Kompresse

1. Einführung

Wir wollen Zuckerwatte spielen. Was brauchen wir dazu? Wir brauchen eine Zahnbürste, eine Kompresse und unsere Hände.

2. Vorbereitung

Wir nehmen die Kompresse (5 x 5 cm, achtlagig). Wir falten die Kompresse ganz auf und legen die Kompresse in unseren Handteller. So wie ich das hier zeige. Der Daumen fixiert die Kompresse in der Hand. Dann stechen wir mit der Zahnbürste beim Zeigefinger ein, halten die Zahnbürste etwa fünf und vierzig Grad Winkel von uns weg. Wir rotieren die Zahnbürste zu uns hin und wickeln dabei die Kompresse um den Bürstenkopf etwas auf. Den Zipfel, der hier oben entsteht, klappen wir mit dem Zeigefinger ein. Anschließend rotieren wir die Zahnbürste weiter und wickeln so die Kompresse um die Zahnbürste herum zum Schaft hin auf. So haben wir eine Kompresse, die sowohl nach oben als auch nach unten um den Bürstenkopf herum gut gesichert ist.

3. "Zuckerwatte spielen"

Jetzt können wir mit Zuckerwatte spielen, Speisereste, Zahnpasta oder auch Borken aus dem Mund herausbekommen oder aber auch Feuchtigkeit über die Kompresse in den Mund hineinbekommen.

4. Alternative mit Finger und Kompresse

Jetzt zeige ich euch, wie man mit einer Kompresse um den Finger gewickelt noch einfacher die Mundpflege durchführen kann. Das macht Sinn, wenn nicht die Gefahr besteht, dass mir auf die Finger gebissen wird. Die Kompresse falten wir einfach einmal auf und

wickeln diese um den Zeigefinger herum. So können wir in den meisten Fällen den Mund gut auswischen, Speisereste rausholen, Zahnpastaschaum rausholen oder Feuchtigkeit in den Mund hineinbringen.

---

5. Alternative mit Finger und großer Kompresse

Wenn wir die Kompressen besser um den Finger herum sichern möchten, bietet es sich an, eine größere Kompresse zu wählen. Diese Kompresse falten wir einmal komplett auf und dann der Länge nach wieder zusammen. So breit, wie es für uns am besten passt. Dann legen wir den Zeigefinger in der Mitte auf die gefaltete Kompresse, nehmen die Kompresse auf, greifen von unten mit der Hand Beide enden der Kompresse und ziehen diese leicht auf Spannung. Dann drehen wir die Hand nach hinten weg und führen die Kompresse zwischen Daumen und Zeigefinger wieder nach vorne durch.

Quelle: www.mund-pflege.net/unterstuetzung/unterstuetzte-mundpflege/#compositeMediaObject--85121