

## 桃園市雙龍國小推行學童含氟水漱口活動計劃

### 壹、目的

藉由氟化物與牙齒高頻率的接觸，可改善牙齒琺瑯質的抗酸性，達到降低齒齲的目的，以維護學童口腔的健康。

### 貳、對象

全校經家長同意之學生（鼓勵儘量全部參加）

### 參、時間

- 一、每週一次
- 二、每週二午餐後全校同時實施。

### 肆、方法

- 一、請各班導師先發含氟水漱口計劃家長通知書，並完成各班名冊。
- 二、安排導師及全校學生觀看含氟水漱口錄影帶，以了解如何指導及使用。
- 三、請導師指導使用並妥善保管含氟漱口水，勿讓學生自行操作。
- 四、含氟漱口水使用步驟：
  - 1 發漱口水每生 10CC。
  - 2 提醒學生清除唾液與鼻涕，避免漱口時呼吸不暢。
  - 3 口水倒入口中，由老師統一口令「上上、下下、左左、右右，再來一次」的口訣，讓漱口水充分與牙齒接觸後，計時一分鐘後吐出於水桶內。
  - 4 用衛生紙擦嘴巴及漱口杯。
  - 5 三十分鐘內不可飲水或進食，也不需再用清水漱口，避免影響氟化物的效果。
  - 6 不願參加之學生請以白開水代替，以免影響其他學生的意願及進行。
  - 7 吐出之漱口水可利用班級水桶收集，再倒於水槽（洗手台）或水溝中。

### 伍、紀錄

- 一、當天有漱口的同學請不做任何記號，缺席者記上「A」記號。
- 二、每週實施一次，由班導師於當天完成班級紀錄，每月末送回健康中心，做全校性的統計。

### 陸、其他

- 一、氟就像牙齒的維他命，請鼓勵學生都能參加含氟水漱口的工作。
- 二、大量誤食或特異體質有噁心、嘔吐症狀，可服用鮮奶以減少氟之吸收並送醫處理。提醒各位老師，請親自指導使用。

柒、本辦法經校長同意後施行，修正時亦同。

護士：

衛生組長：

學務主任：

校長：

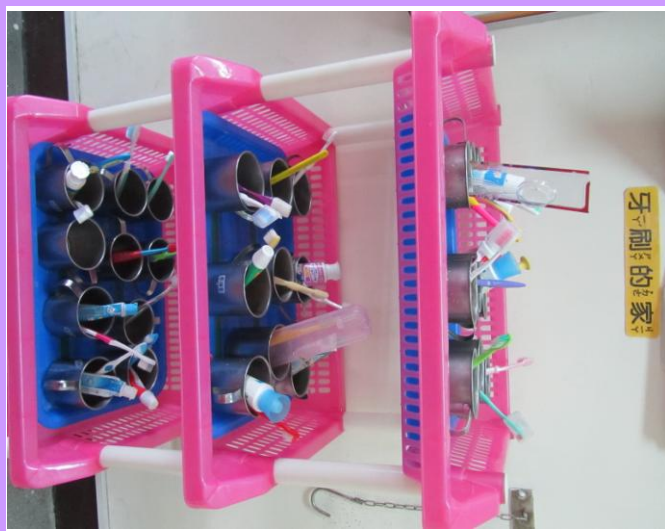
# 桃園市雙龍國小辦理「午餐餐後潔牙」活動

107

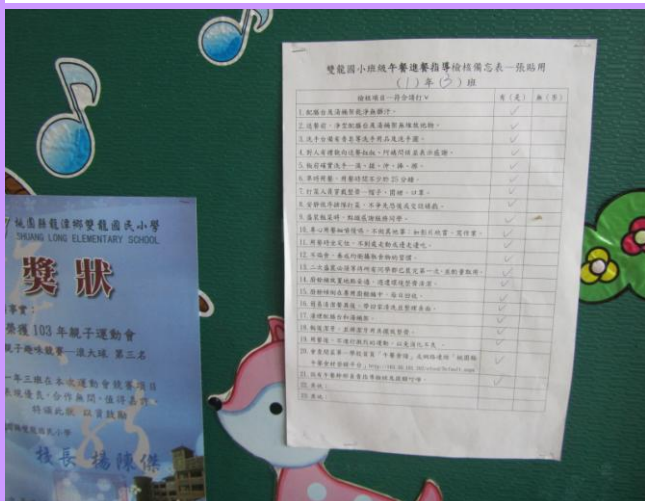
各班教室及陽台



每天含氟漱口對牙齒多一層保護



牙刷的家整齊擺放著同學的牙刷和牙杯



教室張貼「午餐進餐指導檢核備忘表」



餐後用專屬小牙杯含氟在口中漱漱口



同學陸續餐後進行潔牙注重牙齒衛生



教室黑板設置潔牙完成登錄表格

參加含氟漱口家長同意書

家長回條

1029

- 我同意我的小孩參加學校漱口水計畫  
 我不同意我的小孩參加學校漱口水計畫

原因(請簡述): \_\_\_\_\_

您是學生的  父親  母親  祖父母  其他 \_\_\_\_\_

學生姓名: 鄒 [redacted] 龍 國小 一 年 二 班 9 號

家長簽名: [redacted]