

## 雙龍國小『餐後潔牙』實施辦法

- 一、 依據衛服部「衛生白皮書」、健康促進計劃與學務處工作計畫，推廣實施餐後潔牙口腔保健工作。
- 二、 主旨：
  1. 增進學童口腔保健知識，學習正確潔牙方法，養成良好口腔衛生習慣。
  2. 藉由學校推動、導師教學協助、學生的自主學習，進而推展至家庭環境。
- 三、 對象：全校學生。
- 四、 時間：每學期開學第一天開始進行每日餐後潔牙。
- 五、 潔牙用具：由學生自備牙刷、杯子、含氟牙膏，鏡子（自行斟酌）。
- 六、 實施目標：
  - (一) 低年級：學習正確貝氏刷牙的知識與技巧。
  - (二) 低中高年級：正確使用貝氏刷牙法，確實養成良好刷牙技巧與培養習慣。
  - (三) 高年級牙菌斑檢測，讓學生了解疏漏的潔牙位置，進而加強正確潔牙方式與技巧。
- 七、 實施辦法：
  - (一) 口腔保健潔牙教育：
    1. 會議中由學校護理師對導師作貝式刷牙法宣導並說明本校實施方式。
    2. 每學期初提醒老師安排時間給學生觀看潔牙操作影片，已放置在網路硬碟/導師專區/潔牙影片，另外健康中心網頁內也放連結影片，讓師生認識刷牙、潔牙步驟及保健方法可隨時參閱。
    3. 結合社區資源由新生醫專護理科或口腔衛生科學生入班進行相關宣導與牙菌斑檢測，認識正確刷牙的重要性與餐後應潔牙的習慣養成，經牙菌斑檢測了解自己何處潔牙不足。
    4. 入班活動後利用教師會議進行雙向回饋，分享學生牙菌斑抽測的結果與提醒注意事項。
  - (二) 班級午餐後潔牙實施細項：
    1. 於每天午餐後 12：25 請老師指導並要求學生餐後潔牙正確性，並且紀錄有確實執行刷牙者，打勾，每月連同「晨檢紀錄簿」收回紀錄表呈核與備查。
      - (1) 器具：茶杯 1 個、牙刷一支，含氟牙膏一條，鏡子自行斟酌。
      - (2) 時間：每日餐後應做潔牙，本校行事曆明訂第一天開學日開始午餐後確實執行，每天中午 12：25~35 分，用完午餐後立即做潔牙工作。
      - (3) 方式：採 貝式刷牙法
        - 步驟一：於午休前，在自班教室後陽台洗手台分別進行
        - 步驟二：使用含氟牙膏施行正確貝式刷牙法。
        - 步驟三：清洗刷牙用具並正確整齊擺放牙刷刷頭朝上放置風乾。
    2. 學期中不定期入班抽查各班學生實施率，作”量的監測”。
    3. 學期中作不定期抽查個人或班級作牙菌斑顯示劑檢查，實際刷牙後做”質的評量”，並將抽查結果在教師會議分享。
    4. 護理師期末統計各班潔牙執行確實與否作總表統計檢討分析呈核上級督導列教師考核參考。
- 八、 本實施辦法呈校長同意後每學期固定實施，修正亦同。

## 雙龍國小「餐後潔牙教育宣導口腔保健系列活動」



新生醫專護理科入班宣導潔牙知識



班級潔牙用具專區擺放



餐後潔牙我最確實



乾式貝式潔牙，「兩顆兩顆…貝氏刷牙」



學校護理師入班牙菌斑抽查



牙齒哪裡牙菌斑最多啊?