

## 臺南市健康促進學校口腔衛生議題問卷

親愛的同學，你好！

這份問卷主要是想了解學校推動口腔保健方面的成效狀況，你個人所填寫的結果會保密，只做整體研究分析使用，不會公開，不會算成績，也不會對學校造成影響，所以請你安心的依實際的生活情形填寫。

回答調查表時，請依照老師的說明去做，如果有不明白的地方，請隨時舉手發問。謝謝你！

敬祝

學業進步，身體健康！

### 一、口腔保健行為：

以下各題，是想了解你平日清潔口腔的習慣，請仔細閱讀每一個題目，並在□內勾選一個符合你的選項，請按照你的實際情形作答。

1. 你的牙齒有蛀牙嗎？（從以前到現在）

1. 沒有

2. 我不知道

3. 有，我有\_\_\_\_\_顆蛀牙。請繼續作答 1-1

1-1 你有去治療蛀牙嗎？

1. 有

2. 沒有。沒有去的原因是（可複選）

1. 我害怕看牙 2. 父母沒空帶我去 3. 牙醫離我家太遠

4. 我牙齒沒有痛，不必去 5. 其他：請寫下原因

2. 過去一週，你起床後是否都有刷牙？

是 否

3. 過去一週，你早餐後是否都有刷牙？

是 否

4. 過去一週，你午餐後是否都有刷牙？

是 否

5. 過去一週，你晚餐後是否都有刷牙？

是 否

6. 過去一週，你睡前是否都有刷牙？

是 否

7. 過去一週，你一吃完東西，是否立即清潔牙齒（刷牙或用牙線）？

是 否

8. 過去一週，你是否每天使用牙線？

是 否

9. 你是否有使用含氟漱口水的習慣？

是 否

10. 你多久做一次牙齒檢查？ 每半年一次 每一年一次

每兩年或以上檢查一次。

11. 你用什麼方法刷牙？（可複選）

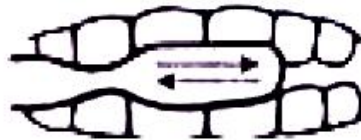
1. 橫擦法：刷毛與牙面呈 90 度接觸，往返橫刷。



2. 貝氏法：刷毛朝牙根接觸牙齦，深入牙齦溝內並與牙面呈 45 度角，微用力前後短距離震動。



3. 馮尼氏法：刷毛與牙齒表面呈 90 度，外側作大圓形運動(左圖)，內側水平前後運動(右圖)。



4. 生理刷牙法：刷毛放置近牙冠處，由牙冠向牙齦弧形輕刷之。



## 二、口腔保健態度

以下各題，是想了解你對口腔保健的看法。請仔細閱讀每一個題目，並在□內

勾選一個符合你的選項，請按照你的實際情形作答。

	非常同意	同意	不同意	非常不同意
1. 牙齒的疾病會引起身體其他部位的疾病。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 小朋友的乳牙會換，蛀了沒關係。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 餐後立刻刷牙是很重要的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 我認為每餐飯後潔牙是一件麻煩的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 我認為只要有刷牙就足夠保護牙齒，刷得仔細或正確不那麼重要。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 每天要認真刷牙，就可以不用使用牙線。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 我會因為動作不好看而不去使用牙線。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 用含氟漱口水漱口，就可以不用刷牙。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 牙刷的刷毛沒有彎曲或變形，就可以用很久沒關係。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我會為了牙齒健康而少吃甜食。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 按照規定定期找牙醫師做口腔檢查是必要的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我會因害怕牙醫治療而不去看牙醫。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 三、口腔保健知識（選擇題）

以下各題，是想了解你的口腔衛生知識，請仔細閱讀每一個題目，並在□內勾選一個你認為正確的答案，若不知道答案，請勾選不知道。

- 造成蛀牙最主要的原因是什麼？  
1. 口腔中的細菌吸收醣類產生酸 2. 蛀蟲跑到牙齒內  
3. 營養不良 4. 不知道。
- 下列哪些食物最容易造成蛀牙？  
1. 芭樂 2. 糖果 3. 運動飲料 4. 不知道。
- 以下何者是貝氏刷牙法的要領？ 1. 每次刷兩顆，來回震動約 10 次 2. 用力刷 3. 刷毛與牙面呈 90 度角 4. 不知道
- 一天中何時刷牙最能保護牙齒？ 1. 起床後 2. 三餐後及睡前 3. 放學回家後 4. 不知道
- 牙菌斑是什麼？ 1. 附在牙齒表面的細菌及其產物 2. 食物殘渣附在牙齒上 3. 牙齒形成過程鈣化不全所致 4. 不知道
- 造成牙周病的原因是什麼？  
1. 刷牙沒刷乾淨 2. 牙結石及牙菌斑過多堆積在齒齦下

---

3. 以上皆是 4. 不知道

---

7. 氟化物對牙齒的主要功能為何？ 1. 強化琺瑯質抗酸能力

2. 美白牙齒 3. 增加牙齒堅硬度 4. 不知道

---

8. 漱完含氟漱口水後，至少要等多久後才可進食？ 1. 三分鐘

2. 十分鐘 3. 二十分鐘 4. 不知道

---

9. 清潔牙縫及牙齒鄰接面最好的工具是什麼？

1. 牙線 2. 牙籤 3. 牙刷 4. 不知道

---

10. 如何正確選擇牙刷，下列何者不是？ 1. 較小的刷頭 2. 刷毛不可太硬

3. 廣告牙醫保證的牙刷 4. 不知道

---

11. 在一般狀況下，我們應多久做一次定期口腔檢查？

1. 半年 2. 一年 3. 二年或以上 4. 不知道

---

12. 牙齦發炎的主要原因是什麼？ 1. 口腔清潔不徹底 2. 火氣大 3. 吃太多

辛辣食物 4. 不知道

---

13. 牙齒若撞掉脫離牙床，在就醫請牙醫種回去之前，應如何處理？

1. 用紗布或面紙包著 2. 放在冷開水、生理食鹽水、冷牛奶裡或含在口內

3. 用刷子把牙齒刷乾淨 4. 不知道

---

#### 四、個人基本資料

1. 性別：男 女

2. 父親教育程度：

國小或以下 國中 高中職

專科或大學 碩士或以上 不知道

3. 母親教育程度：

國小或以下 國中 高中職

專科或大學 碩士或以上 不知道