

# 桃園縣南美國小 103 學年度學生餐後潔牙實施計畫

## 壹、依據：

- 一、「依國民小學輔導學生餐後潔牙實施計畫」。
- 二、依教育部八十五年十一月十八日臺體(一)字第五五一八三一六號函辦理。

## 貳、目標：

- 一、藉由本辦法的實施，培養學生、教師、家長體認口腔保健的重要性，於日常生活中確實執行餐後及睡前潔牙的良好口腔衛生習慣。
- 二、降低學童齲齒率並落實預防重於治療之觀念。
- 三、落實學生午餐後潔牙之推展工作，提昇學生餐後潔牙之比率。

## 參、實施方法：

- 一、學校利用相關課程或時間，辦理教學活動，增進學生口腔保健，餐後潔牙之知識。
- 二、實施餐後潔牙：
  1. 推動貝氏刷牙法指導並輔導學生攜帶牙刷等潔牙用具到校。
  2. 嚴格規定學童要做好飯前洗手、飯後潔牙的工作。
  3. 每天中餐飯後請學童確實潔牙並登記於「潔牙次數統計表」，每月月初請導師將上個月潔牙統計次數登錄到線上調查系統進行全校資料統計。
- 三、分發與製作口腔保健衛教單張供學生及家長參閱。
- 四、請牙醫師對一、四年級學童做口腔檢查，並給予宣導正確潔牙方式。
- 五、對經常未實施餐後潔牙之學生應個別輔導，並協助解決相關問題。
- 六、培訓學生幹部協助推動餐後潔牙活動。
- 七、利用中午餐後時間播放潔牙歌，提醒學童該執行餐後潔牙。
- 八、鼓勵學生盡量少食精緻、含糖量高之零食。
- 九、利用社區資源聘請鄰近診所牙醫師到本校辦理口腔保健講座。

肆、實施對象：全校師生。

伍、實施期間：常年實施。

陸、本計畫經校長同意後實施，修正時亦同。

承辦人： 衛生組長： 訓導主任： 校長：

# 桃園縣龜山鄉南美國民小學 103 學年度含氟水漱口實施辦法

## 一、依據：

- (一) 教育部口腔衛生保健計畫。
- (二) 中華民國牙醫師公會共同執行「國小學童含氟水漱口防齲計畫」。

## 二、目的：

目前國內孩童罹患齲齒率偏高，對於孩童之口腔健康及生長發育有不良的影響，如何有效預防齲齒發生，實為當務之急。目前含氟水漱口是被証實安全有效的預防齲齒方法，本校將配合執行全校學童含氟水漱口計畫，進而降低學童的齲齒率。

## 三、方法：

含氟水漱口的成效，首重於長期的使用才能提供持久的預防。在學期中每週一次(每星期二午餐潔牙後)採用 10 CC 氟化鈉 0.2%漱口一分鐘，漱口後 30 分鐘內避免吃東西或喝水。

## 四、對象：全校所有學童，經家長同意後執行。

## 五、器材：

- (一) 採用牙醫師公會配送分發的 0.2% 氟化鈉漱口水。
- (二) 計時器或鐘錶(請各導師自備)。
- (三) 記錄表：由班導師填寫班級執行記錄表，於計畫結束後提交護理師彙整。

## 六、時間：

- (一) 每週星期二為漱口日，於中餐後潔牙完成後執行。
- (二) 如逢放假日或校外教學則隔日補漱。

## 七、工作分配：

- (一) 護理師負責之事務。
  1. 分發及回收一年級新生含氟水漱口計畫家長同意書。
  2. 簽收保管配送至學校的漱口水，如有配送不足須向當地牙醫師公會反應。
  3. 於計畫結束後負責相關資料的保管，及報表填送與統計。
- (二) 導師負責督促及協助班級學生按時間且正確持續的執行漱口活動。
  1. 一年級新生需分發家長同意書及對學生說明含氟水漱口的目的與方法。
  2. 督導班上學生確實執行漱口及確實填寫記錄表。
  3. 於實施漱口前先以開水漱口示範，教導學生親自練習一次。於漱口過程前向學生說明漱口應注意事項：(1) 漱口水不可吞食。(2) 分發後不可打翻。(3) 漱口後 30 分鐘，不可喝水或吃東西。
  4. 督導學生每次漱口時，須準備紙巾或衛生紙，於漱口完拭嘴用。
  5. 請統一計時並發令漱口時間一分鐘。
  6. 指導學生將用過的漱口水及垃圾，統一收集後丟棄。

## 八、本計畫如有未盡事宜，可隨時修訂之。

## 九、本計畫呈請校長核定後實施。

護理師：

護理師陳詩婷

衛生組長

衛生鄭玉凌

訓導主任：

訓導主任陳志修

校長：

南美國民小學徐自弘  
校長



### (推動餐後潔牙)成果照片



說明：刷出健康牙。



說明：實際操作如何正確刷牙。



#### <飯後潔牙班級宣導>



飯後潔牙  
每週一次含氣漱口水

說明：飯後班級潔牙宣導。



#### <聯絡簿宣導方式>



在聯絡簿上放上整學期的潔牙記錄表，並附上潔牙與洗手宣導單張。

說明：聯絡簿宣導潔牙。

