

1100325健康中心 動態閱讀

護理師羅靜容

一、口腔保健宣導

二、傳染病防治宣導

口腔保健宣導

★貝氏刷牙法請點播放

口腔保健宣導

★牙線使用方法請點播放

(長庚牙線衛教動畫)

口腔保健宣導

★含氟漱口水施作請點播放

含氟漱口水施作

1. 請學生先將鼻涕擤乾淨，避免漱口時呼吸不順暢。
2. 發給學生一人一杯10cc含氟漱口水，一張衛生紙
3. 漱口時間為一分鐘「上上、下下、左左、右右」，閉住牙齒、用力漱口」。
4. 時間到，請學生將漱口水吐掉，不能吞下去。
5. 含氟水漱口後30分鐘內請勿飲食或用清水漱口。
6. 請每週實施一次，紀錄表學期末交回健康中心。

*未參加含氟水漱口的同學請用清水代替



<https://ohpc.kmu.edu.tw/index.php>

教育部口腔保健資訊網請參閱

含氟潔牙 溝牙少糖 有良好口腔



預防蛀牙的方法

可以靠自己做到

需要牙醫師協助

刷牙配合
含氟牙膏

使用牙線

減少甜食及含糖飲料的攝取

塗氟漆

窩溝封填

定期看牙醫



正確潔牙

- 每天至少刷牙2次
- 使用含氟牙膏潔牙
- 睡前一定要刷牙
- 每天用1次牙線

定期看牙醫

- 每6個月定期看牙醫

牙齒塗氟

- 牙齒塗氟是幫牙齒穿上防彈衣，可以減少蛀牙發生
- ▶ 未滿6歲兒童每半年補助1次
- ▶ 未滿12歲弱勢兒童（含低收入戶、身心障礙、原住民族地區、偏遠及離島地區）

避免甜食攝取

- 減少甜食及含糖飲料攝取次數（養樂多、奶茶、汽水）



窩溝封填

- 牙齒咬合面溝隙使用窩溝封填劑，以保護第一大臼齒
- ▶ 第一大臼齒窩溝封劑全面補助國小一、二年級學童（103年9月起入學）。
- ▶ 低收入戶、中低收入戶、身心障礙者、山地原住民鄉及離島地區國小學童（施作年齡條件：6歲至9歲間）



教育部國民及學前教育署補助
高雄醫學大學 口腔衛生學系製作





給家長的話 學童口腔健康大小事



1. 每天至少刷牙 **2 次**，**睡前**最重要
2. 刷牙用**握筆式**，含氟牙膏 **1000ppm** 以上
3. 高年級使用**牙線**
4. 6-9 歲牙科施作**窩溝封填**
5. 每 **6 個月**至牙科檢查，6 歲以下可**塗氟**

學童蛀牙，全體總動員



睡前刷牙提醒



- ◆親愛的學童家長們好，除了平時三餐飯後刷牙，**睡覺前**刷牙更是重要，記得要提醒小孩刷牙喔~



牙刷及牙膏的選擇



◆牙刷如何選擇

- ✓ 刷頭小-約一節食指長



- ✓ 刷毛軟硬適中

每三個月換一次牙刷
刷毛有分岔立刻更換

◆含氟牙膏如何選擇

- ✓ 含氟量**1000ppm**以上

主要成份：三氯羥二酚醌+水溶性高分子、氟化鈉
0.32% w/w (1450ppm F⁻)、二氧化矽

進口商：好來化工股份有限公司
台北市敦化南路一段2號9樓
保存方法：請置於室溫
委製商



含氟牙膏可預防蛀牙
牙膏用量約碗豆大小即可

有關本市「傳染病停課標準」

疾病名稱	班級消毒水使用	請假休息天數	新竹市停課標準
腸病毒	漂白水1:100	7天	國小一、二年級同班 737
水痘	漂白水1:100	7天	國小同班727
流感	75%酒精	5天	國小一日內同一班有1/5 以上(含)，停課五天

新竹市政府 公告

發文日期：中華民國108年3月14日
發文字號：府教體字第1080046419號
附件：



腸病毒

主旨：公告「新竹市國小一、二年級及幼兒園、托育機構腸病毒通報暨停課標準」並自即日起生效，請查照。

依據：傳染病防治法第三十七條第一項第六款。

公告事項：

- 一、本市國小一、二年級、幼稚園及托育機構，如發現學童疑似或確診為疱疹性咽峽炎、手足口病或腸病毒個案者，應於48小時內通轄區內衛生所。
- 二、本市國小一、二年級於一週內(含假日)同一班級有3名以上(含)學童經醫師臨床診斷為疱疹性咽峽炎、手足口病或腸病毒感染，除患者須居家休養至少7天(含例假日)外，該班級停課至少7天(含例假日)。
- 三、本市幼兒園及托育機構一週內(含假日)同一班級有二名以上(含二名)學童經醫師臨床診斷為疱疹性咽峽炎、手足口病或腸病毒感染，除患者須居家休養至少7天(含例假日)外，該班級停課至少七天(含例假日)。
- 四、違反前三項規定者，將依傳染病防治法第七十條第一項第三款規定，處新台幣三千元以上一萬五千元以下罰鍰；必要時，並限期令其改善，屆時未改善者，按次處罰之。

市長 林智堅

正 本

檔 號：

保存年限：

新竹市政府 公告

發文日期：中華民國108年3月14日
發文字號：府教體字第1080046426號
附件：



水痘

主旨：公告「新竹市國中、小學及幼兒園水痘通報暨停課標準」並自即日起生效，請查照。

依據：傳染病防治法第三十七條第一項第六款。

公告事項：

- 一、本市國中、小學及幼兒園，如發現一週內同一班級有2名以上(含)經醫師臨床診斷為水痘感染，應於四十八小時內通報轄區內衛生所。
- 二、本市國中、小學及幼兒園一週內同一班級有2名以上(含)學幼童經醫師臨床診斷為水痘感染時，除患者須居家休養至少7天(含例假日)外，該班級宜停課至少7天(含例假日)。
- 三、違反前二項規定者，將依傳染病防治法第七十條第一項第三款規定，處新台幣三千元以上一萬五千元以下罰鍰；必要時，並限期令其改善，屆時未改善者，按次處罰之。

市長 林智堅

正 本

檔 號：

保存年限：

新竹市政府 公告

發文日期：中華民國108年3月14日
發文字號：府教體字第1080046422號
附件：



流感

主旨：公告「新竹市國中、小學及幼兒園流感通報暨停課標準」並自即日起生效，請查照。

依據：傳染病防治法第三十七條第一項第六款。

公告事項：

- 一、本市國中、小學、幼兒園，如發現一日內同一班級有五分之一以上(含)學幼童經醫師臨床診斷為流感者，應於四十八小時內通報轄區內衛生所。
- 二、本市國中、小學、幼兒園一日內同一班級有五分之一以上(含)學幼童經醫師臨床診斷為流感時，除患者須居家休養外，該班級宜停課至少五天(含例假日)。
- 三、違反前二項規定者，將依傳染病防治法第七十條第一項第三款規定，處新台幣三千元以上一萬五千元以下罰鍰；必要時，並限期令其改善，屆時未改善者，按次處罰之。

市長 林智堅

請老師不定時指導學生，發燒不上學、呼吸道症狀戴口罩，身體不適務必就醫，落實肥皂勤洗手並擦乾（濕搓沖捧擦、內外夾弓大立腕）、班級消毒，生病不上學，班級有通報傳染病請導師於48小時內通知健康中心，每週五傳染病週報請紀錄，健康小天使培訓交回，當天上傳CDC，感謝各班協助及配合。