

學童口腔保健-塗氟填溝有保障、潔牙少糖好口腔

(文/ 學生事務及校園安全組高儷菁)



齲齒是好發於學齡兒童的疾病之一，全球有 60-90%的學齡兒童患有齲齒，對於學齡兒童健康有直接影響，而口腔健康為全身健康之一環，攸關其學習、生活品質與身心發展。為加強學童口腔保健成效、降低學童齲齒率，教育部國民及學前教育署(以下簡稱國教署)近年來以「塗氟填溝有保障、潔牙少糖好口腔」為口腔保健宣導重點。

國教署自 104 年起委託高雄醫學大學辦理「學童口腔保健計畫」，以 8 所學校為介入輔導試辦學校，推動校園潔牙活動，營造支持性環境，由於成效良好，105 學年度更將輔導學校提升至 25 校。科學實證資料指出氟化物使用能有效預防齲齒，本計畫鼓勵學童餐後與睡前潔牙搭配含氟量 1000ppm 以上牙膏，減少含糖食物攝取，定期拜訪牙醫師並接受第一大臼齒窩溝封填服務。經輔導介入後學童均能落實使用含氟牙膏進行餐後潔牙、定期更換牙刷並開始使用牙線，使口腔衛生從小紮根，養成良好口腔生活習慣。

除了建立學童正確潔牙知能，「學童口腔保健計畫」也持續辦理教師口腔保健增能研習，課程搭配教案的示範、戲劇的演出、分組討論等，以深入淺出的多元教學方式，提升教師口腔保健教育知能，參與研習教師均表示獲益良多，並將口腔保健議題融入課程教學。

學童口腔健康影響其身心發展及人際交往，為建立學童口腔保健正確觀念與良好習慣，降低齲齒率，國教署持續推動學童口腔保健相關活動，期許我們的孩子未來都能擁有一口好牙、健康一輩子。