



含氟填溝有保障 潔牙少糖好口腔

111-112學年度學幼童口腔保健計畫



中央輔導委員與縣市政府教育局處
共識會議

學生參與導向之口腔保健策略推動

報告者：余坤煌 兼任助理教授
國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系
中華民國112年10月24日



計畫標語

- 此口號呼應計畫中的**主要推動項目**

《**Protection**:專業口腔保護》
氟化物使用與第一大臼齒窩溝封填

含氟填溝有保障

潔牙少糖好口腔

《**Prevention**:預防保健行為》
正確潔牙與含糖飲食控制

主持人群

計畫主持人

協同主持人



黃曉靈教授
高雄醫學大學
口腔衛生學系



台灣口腔衛生學會
張進順 理事長



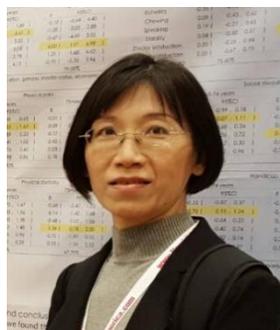
台灣口腔照護協會
邱耀章 理事長



中國醫藥大學
牙醫學系
謝宗明 教授



中國醫藥大學
公共衛生學系
林子賢 教授



高雄醫學大學
口腔衛生學系
何佩珊 教授



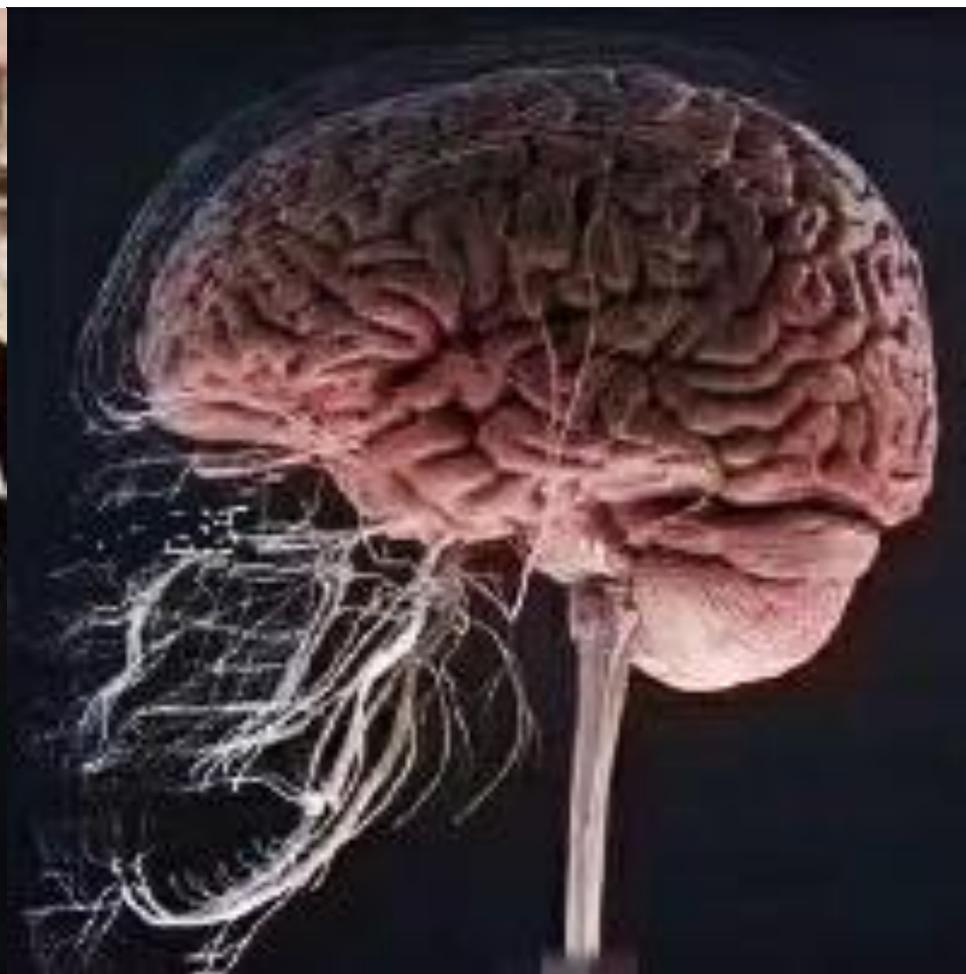
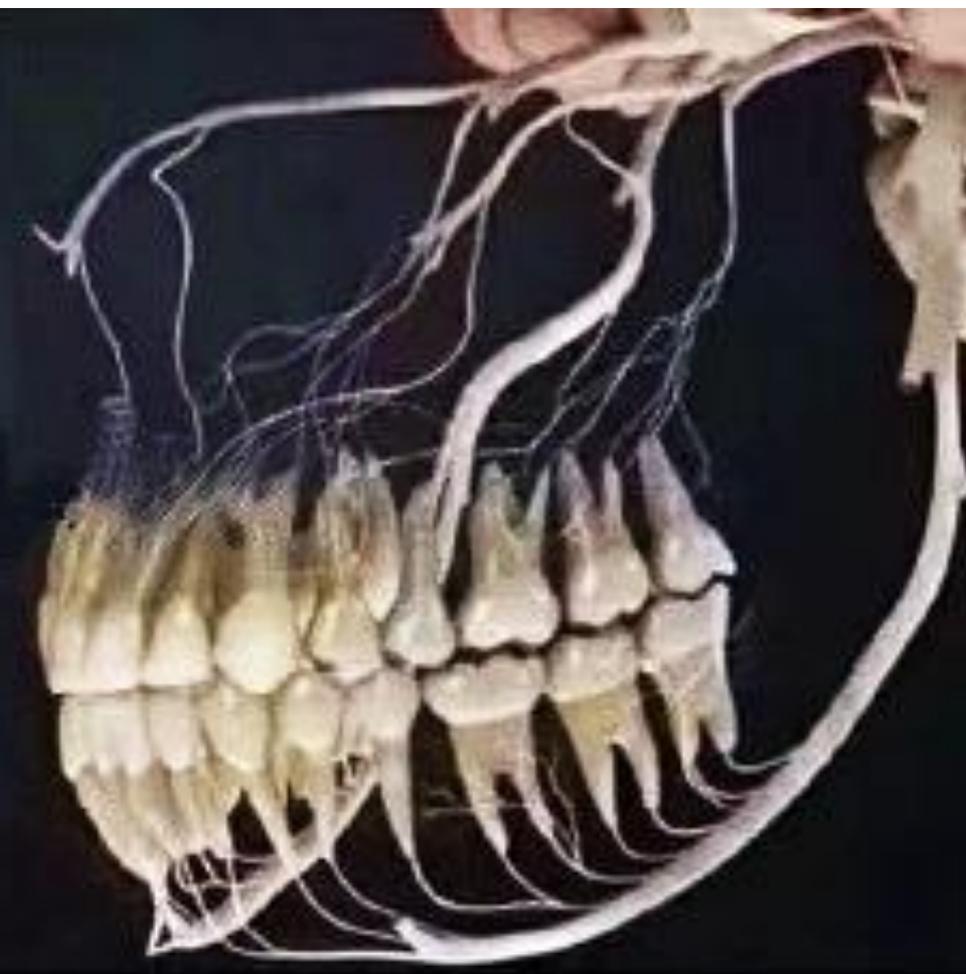
高雄醫學大學
口腔衛生學系
黃詠愷 教授



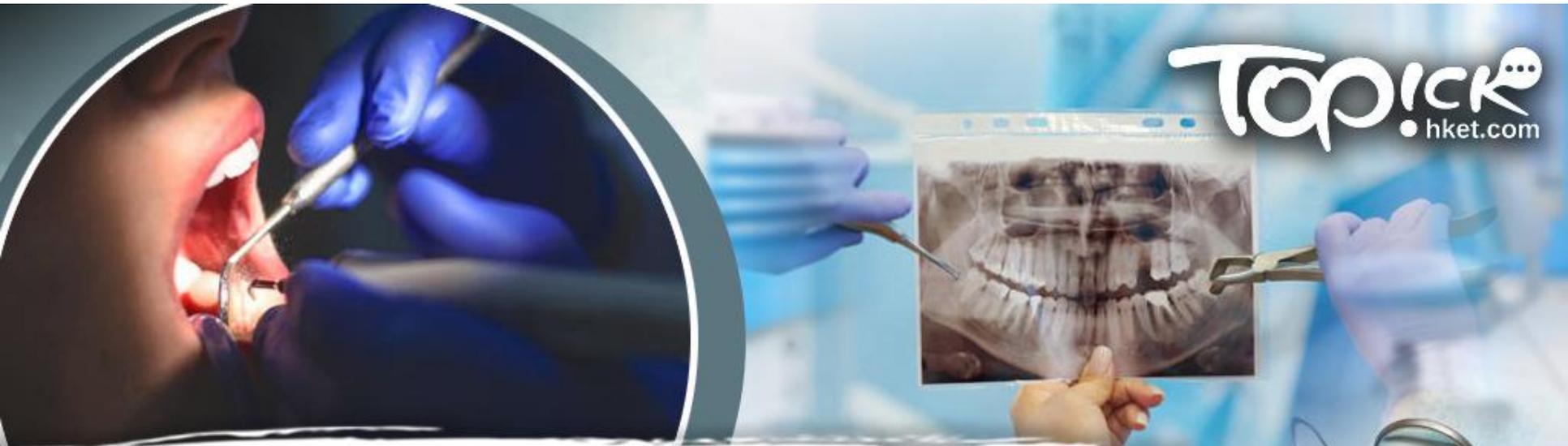
國立臺灣師範大學
健康促進與衛生教育學系
余坤煌 兼任助理教授



新生醫專
口腔衛生學科
涂筱培 助理教授



口腔健康與大腦退化、心血管疾病可能都有關



牙周病是世界第11大常見病

BBC：牙周病可影響大腦到心臟

甚至可能導致死亡的風險

口腔健康的影響遠遠超出口腔的範圍，由大腦到心臟

兒童具科學實證之防齲措施

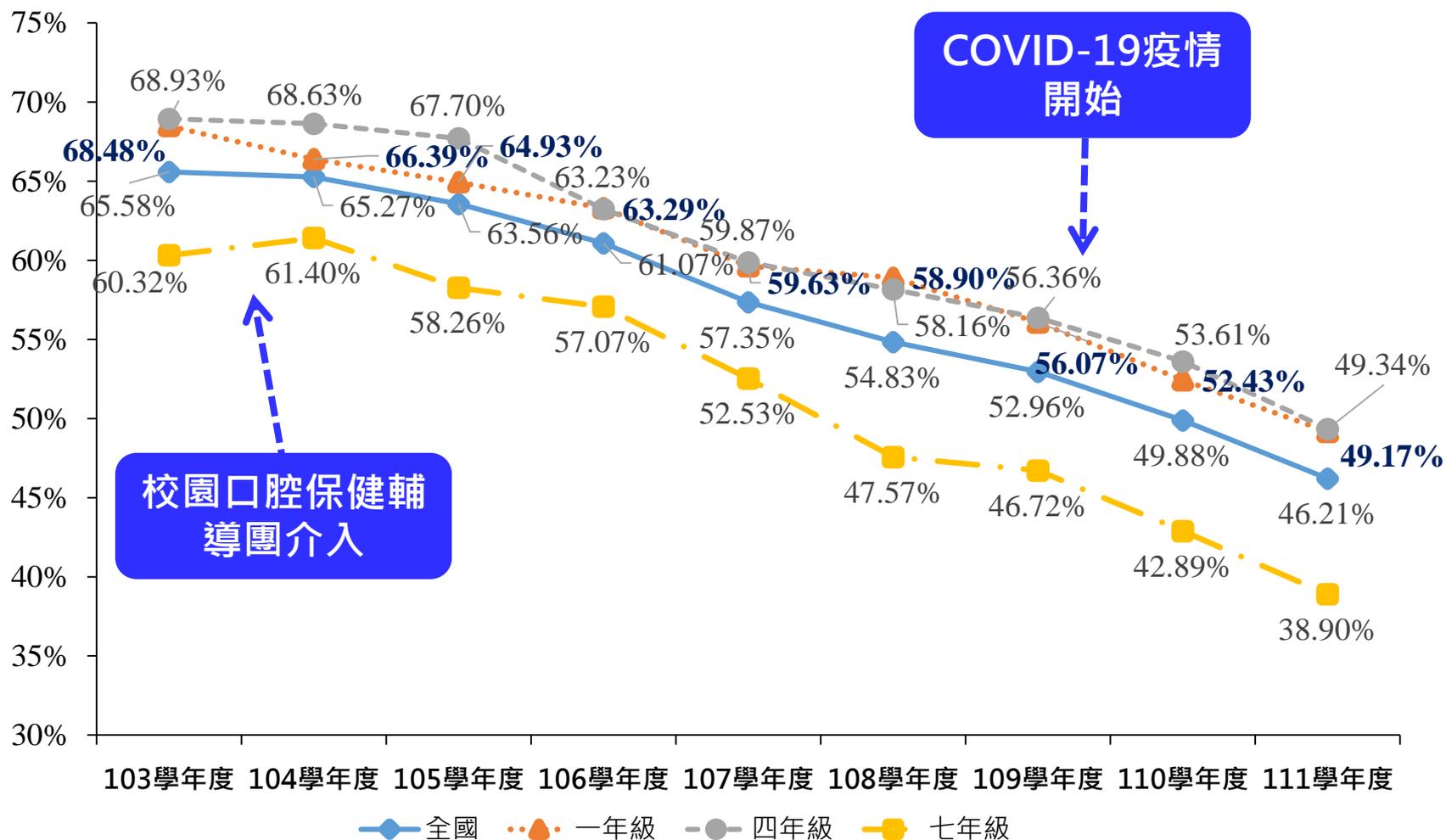
初段預防:健康促進與特殊防護

項次	自我防齲措施	證據等級
1	睡前刷牙 ，選另外時機至少1次	I, III, GPP
2	每天用 含氟牙膏 至少刷2次牙	I, B
3	牙膏 氟離子濃度 應在 1,350-1,500 ppm	I, A
4	刷完牙吐出即可，不再漱口，以保持 氟離子濃度	III, B
5	應減少含糖飲食之次數與用量。	I, III, D

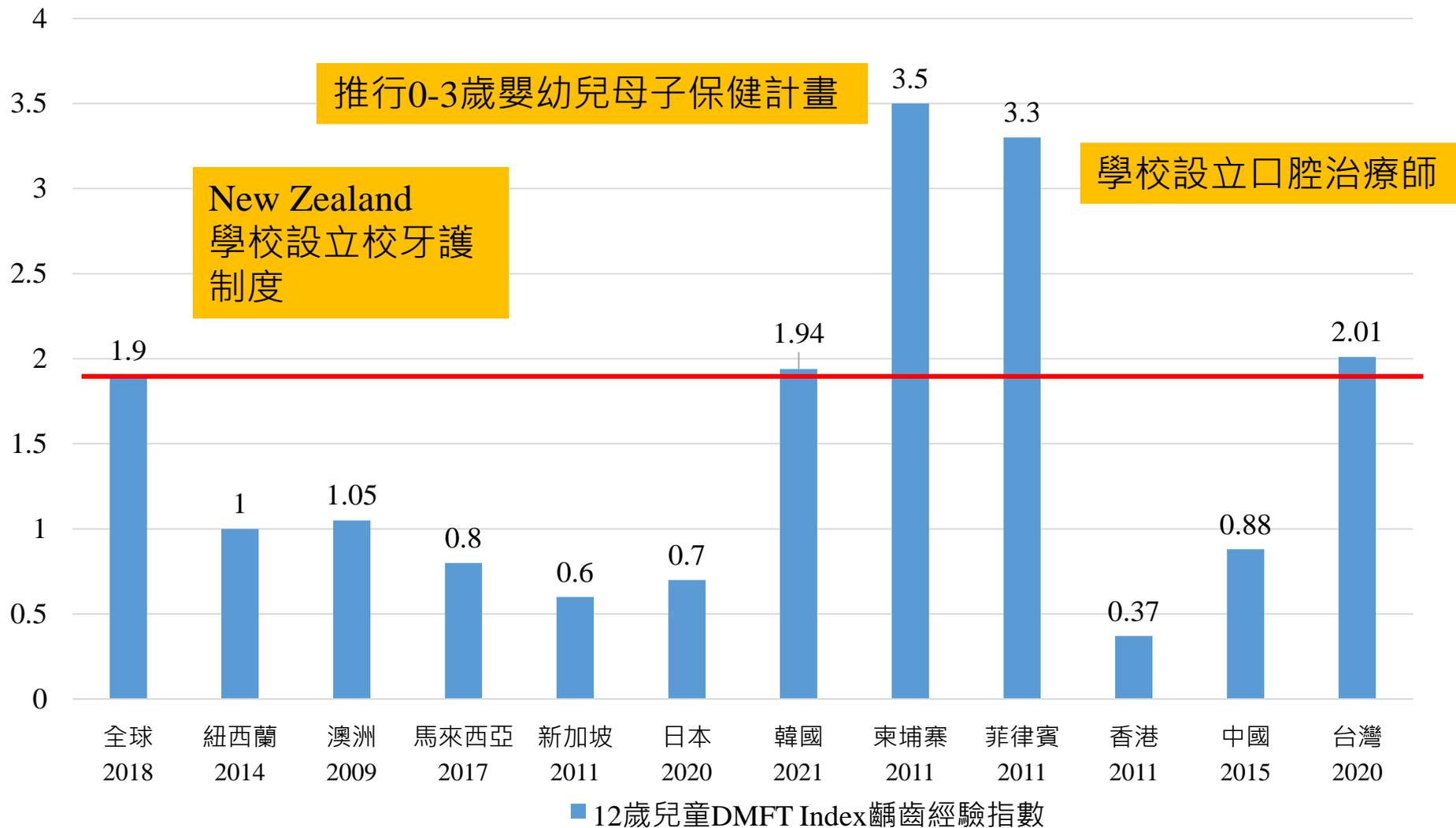
項次	專業人員施作	證據等級
1	每半年 塗氟漆 1次(2.2% NaF ⁻)	I, A
2	臼齒 窩溝封填	I, A

(林子賢, 口腔健康國際趨勢及策略文獻回顧 2015, 英國衛生署, 2017; 愛爾蘭衛生署, 2009)

我國學童近9年齲齒盛行率分布



台灣12歲DMFT與西環太平洋各國比較



(WHO委托瑞典馬爾默大學(Malmö University, Sweden)所統整之全球12歲兒童DMFT Index調查資料、韓國疾病管理本部(Korea Disease Control and Prevention Agency)、日本文科省(Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology)與本國衛福部調查資料)

2022健保花費前十大疾病排名

口腔唾液腺疾病位居**第二**

排名	疾病別	醫療費用(億元)	就醫人數(萬人)
1	急性腎衰竭及慢性腎臟疾病	587.40	50.2
2	口腔及唾液腺之疾病	470.51	1141.3
3	糖尿病	401.62	186.2
4	高血壓性疾病	265.61	274.3
5	消化器官之惡性腫瘤	239.33	188
6	缺血性心臟病	218.26	611
7	腦血管疾病	202.85	447
8	急性上呼吸道感染	178.26	102.74
9	呼吸道及胸內器官之惡性腫瘤	172.54	86
10	因其他特定健康照護而接觸者 (放、化療或免疫療法 等抗腫瘤治療、緩和 照護等特定照護)	143.70	290

資料來源：健保署-國人全民健康保險就醫疾病資訊(111年)

https://www.nhi.gov.tw/Content_List.aspx?n=D529CAC4D8F8E77B&topn=23C660CAACAA159D

牙菌斑

- **牙菌斑**：細菌、食物殘渣與唾液的混和物，附著於牙齒表面，尤其在牙齒與牙齦交接處。使口腔環境呈酸性。



經牙菌斑顯示劑塗布的牙齒表面，顏色較深處為**牙菌斑**附著處

資料提供：陳日生

國小學生牙菌斑檢測

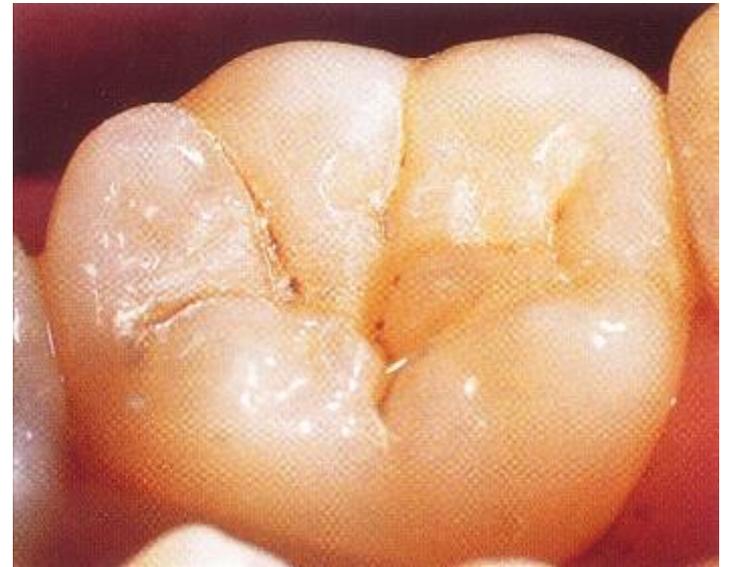
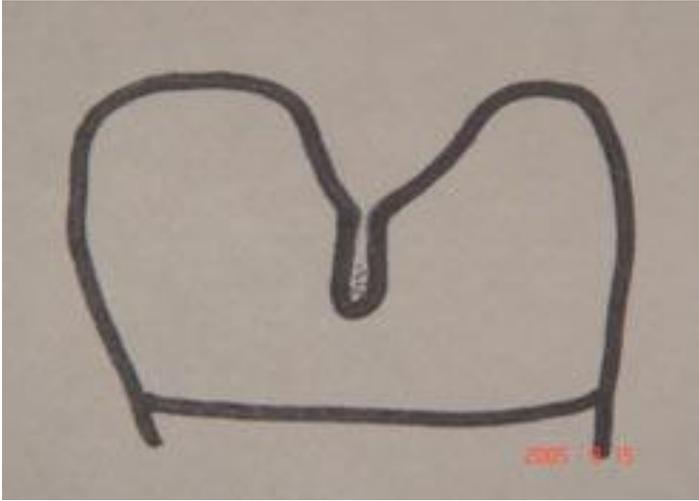


『第一大臼齒』齲齒

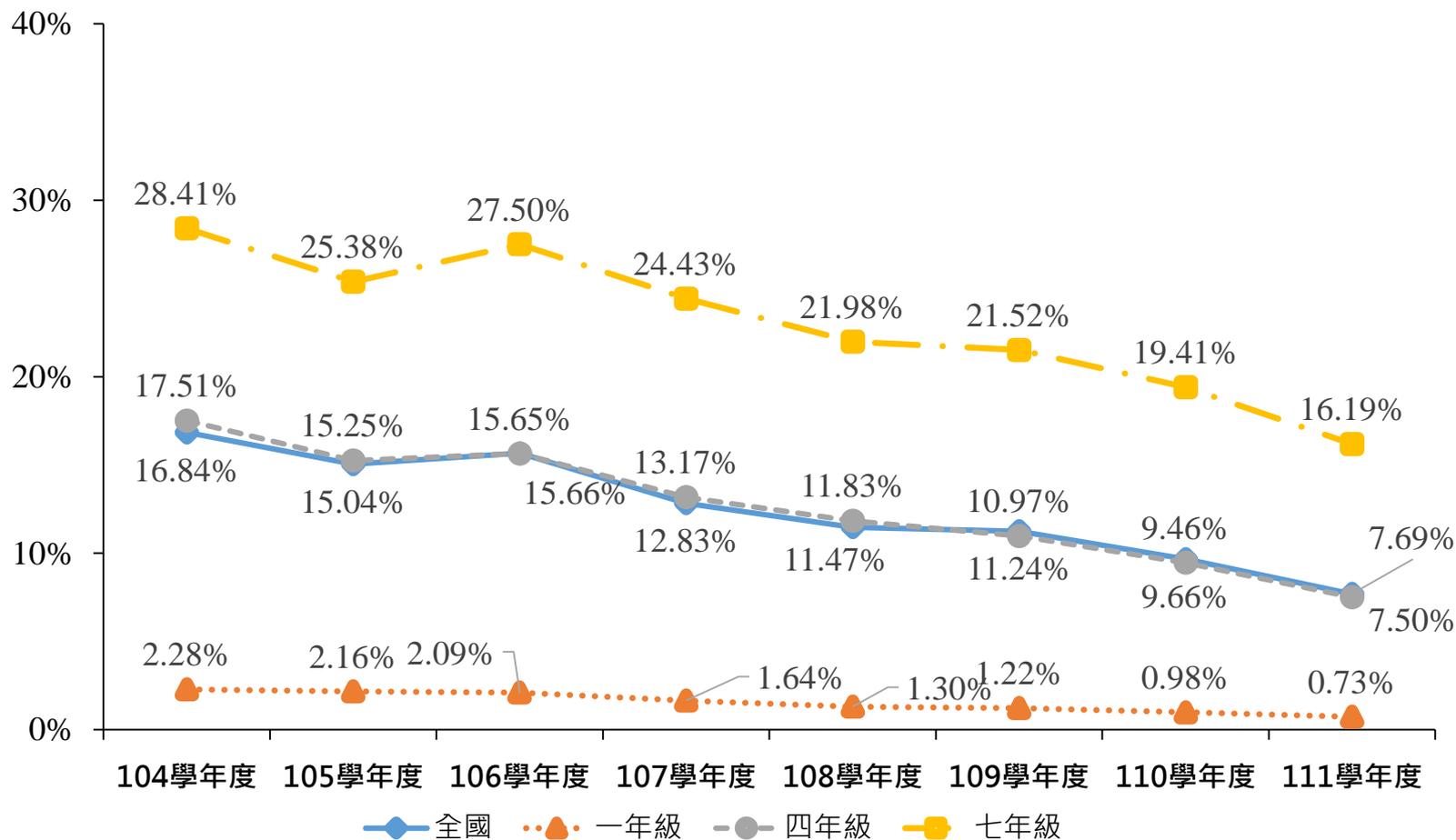
- **臼齒咬合面**非常容易發生齲齒
- 國小一年級恆牙**第一大臼齒**占所有齲齒近**50%**
- 台灣1~2年級大學生**第一大臼齒拔除率**為日本的**13.1倍**(CS Chang, 2010)



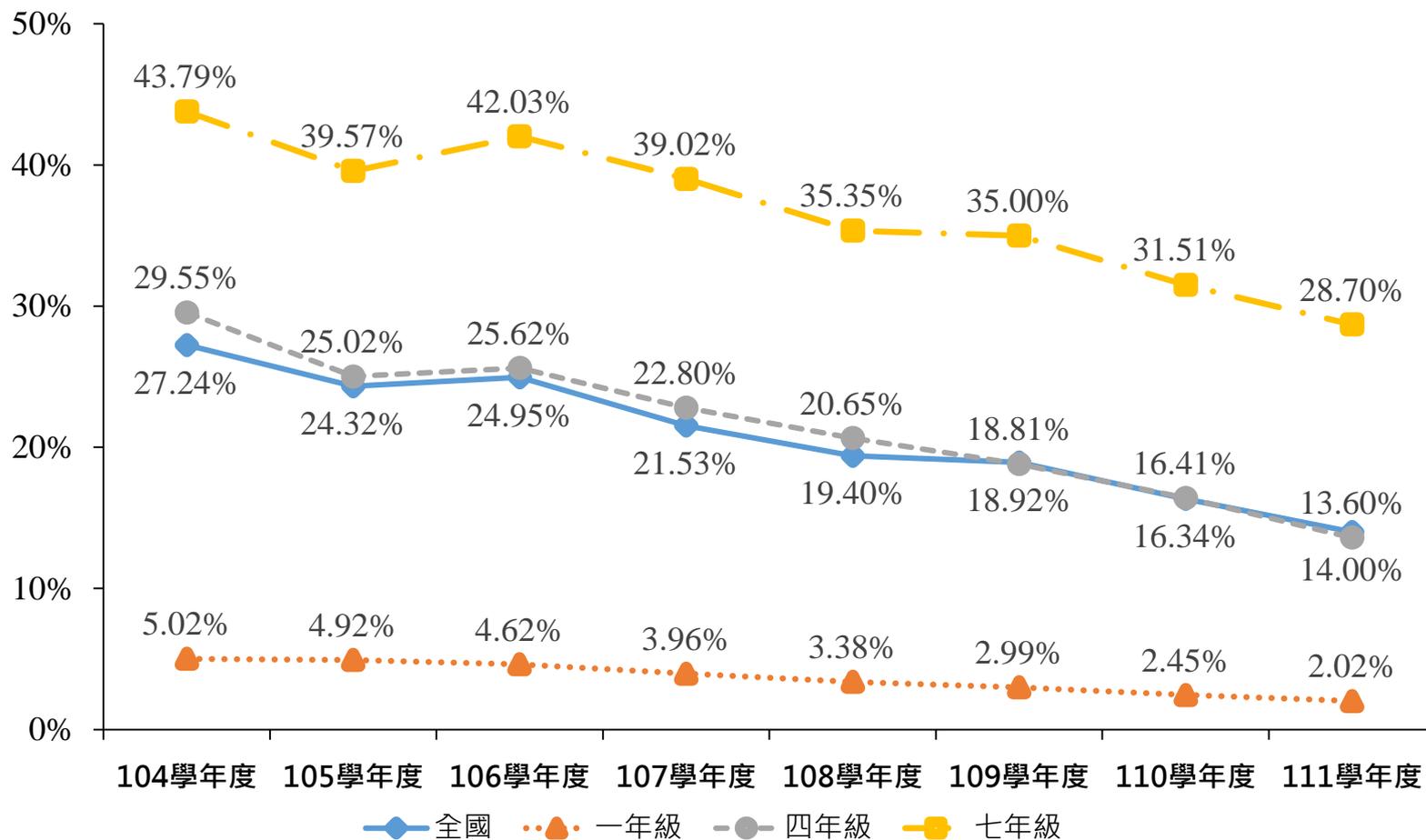
大白齒窩溝型態



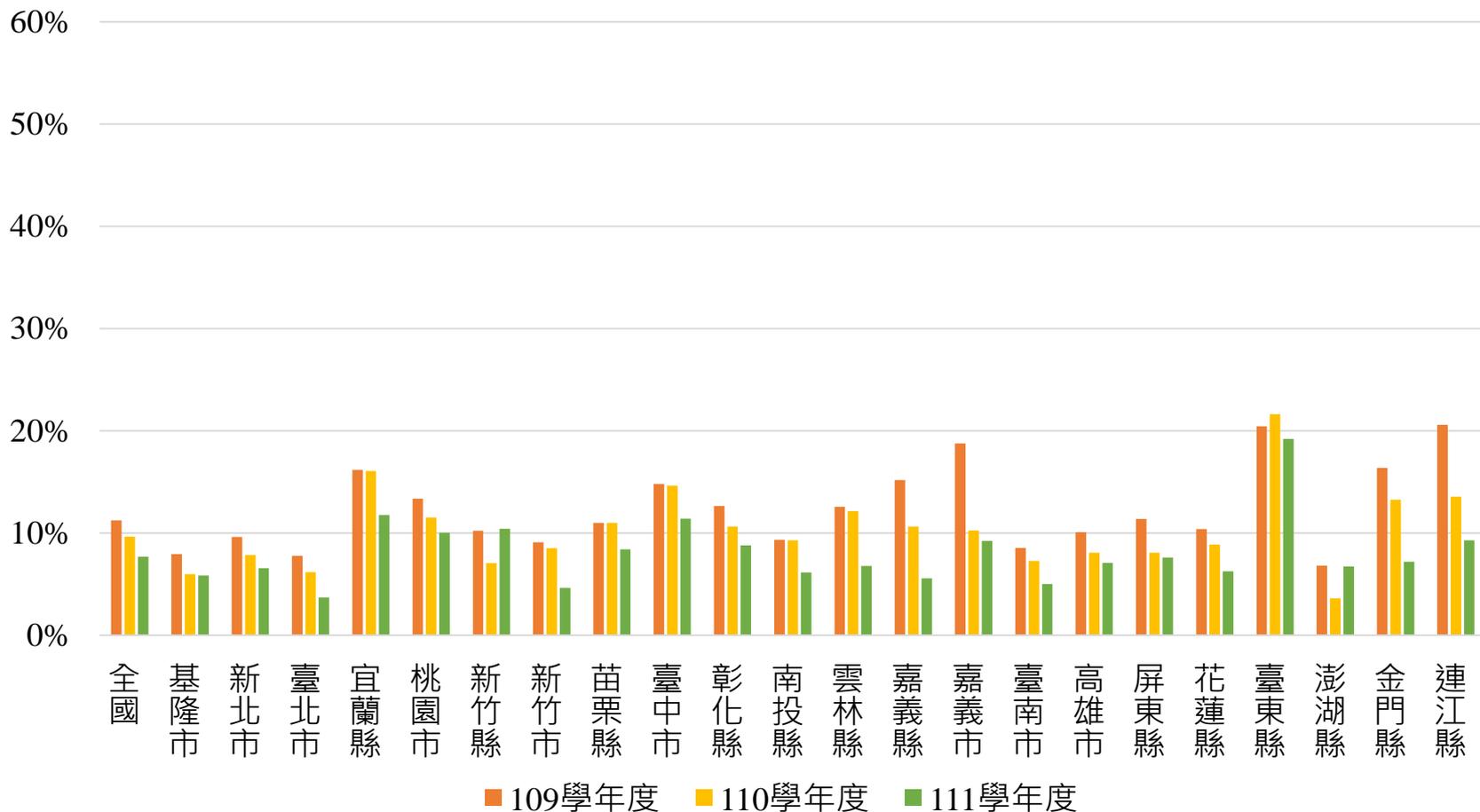
104-111學年度上顎第一大臼齒齲齒率分佈



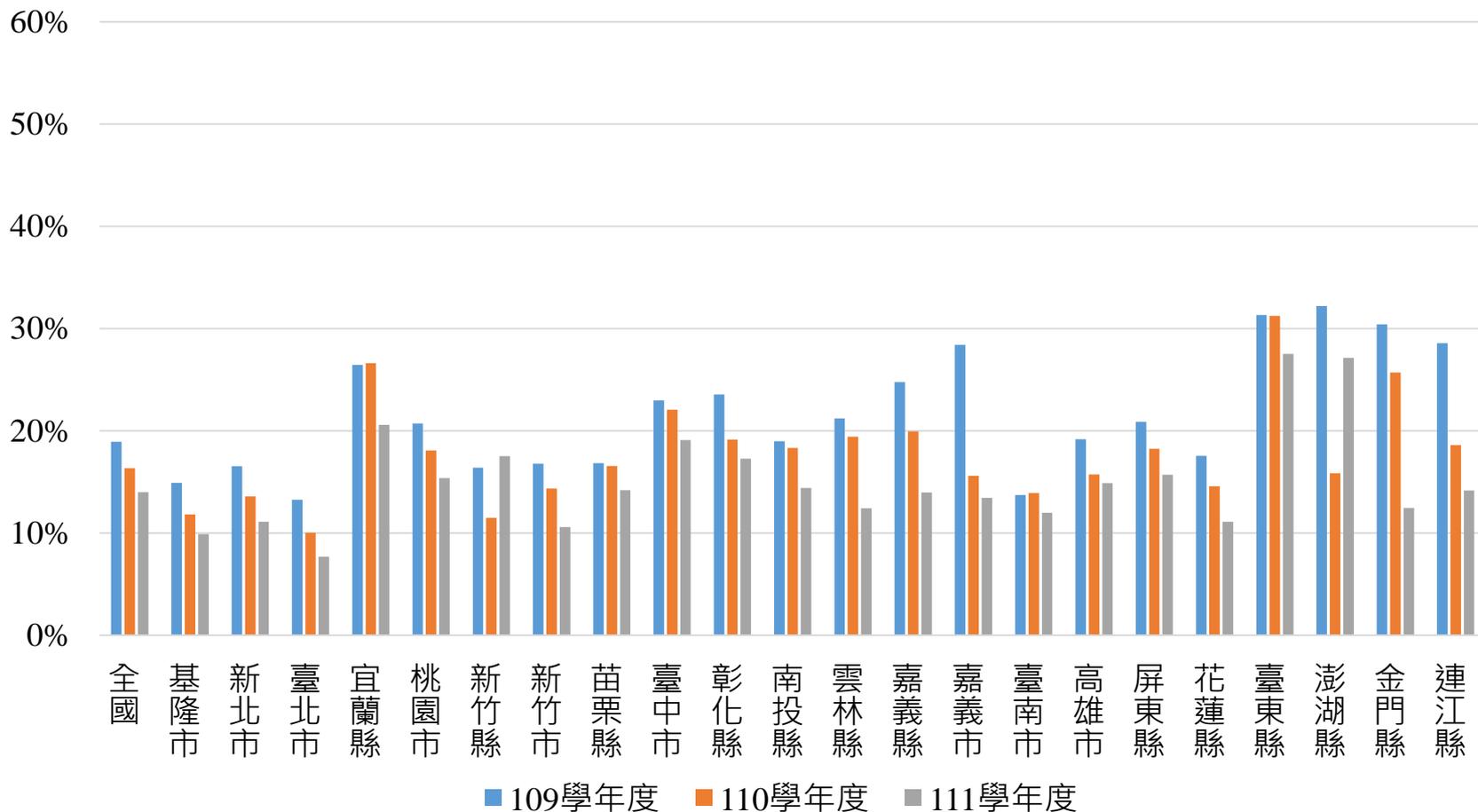
104-111學年度下顎第一大臼齒齲齒率分佈



各縣市上顎第一大臼齒齲齒率分佈



各縣市下顎第一大臼齒齲齒率分佈



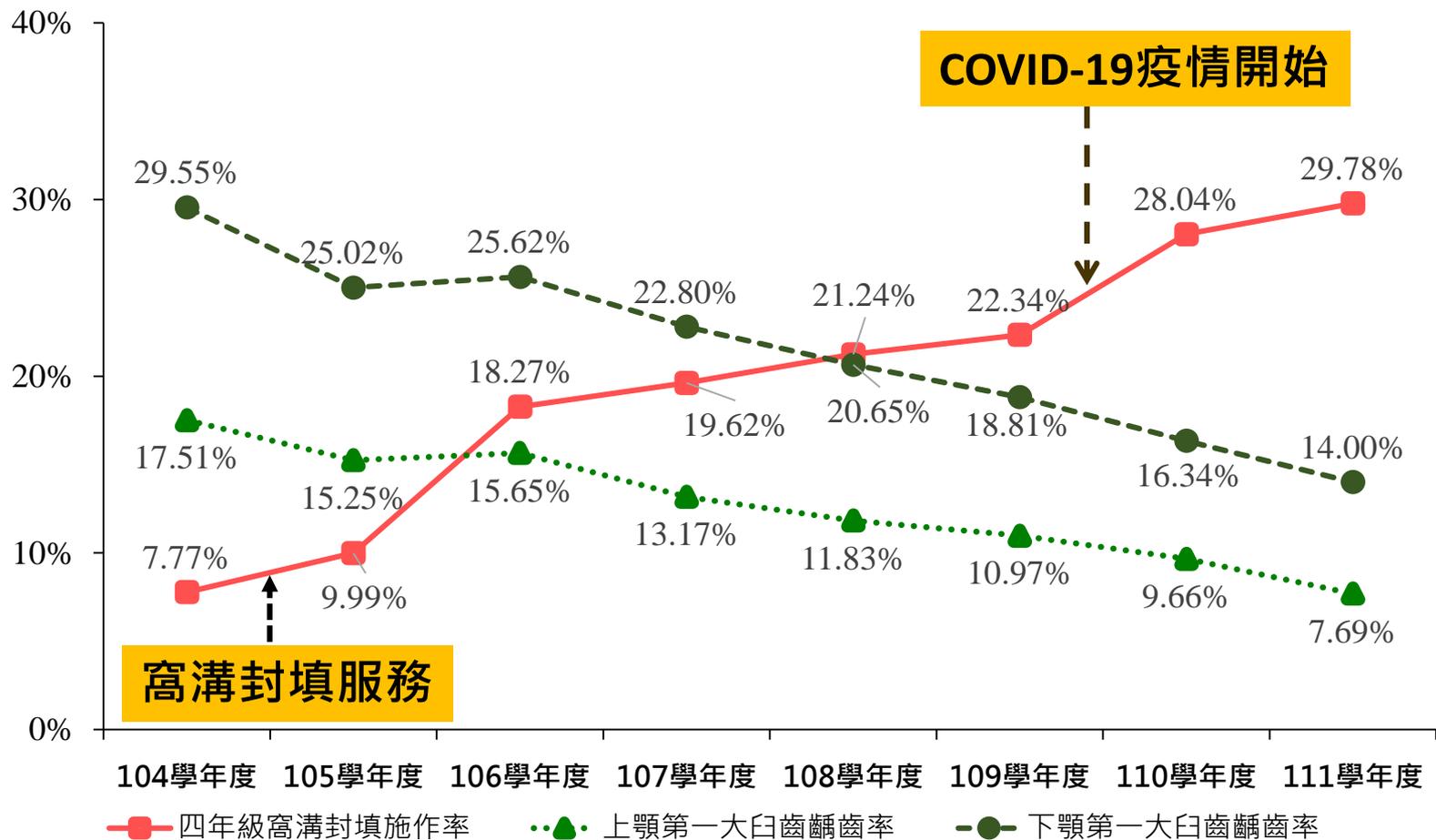
窩溝封填劑

- 一種塗在恆牙咬合面的流動性塑脂
- 隔絕細菌侵入牙齒的窩溝及縫隙
- 應用在**6-8歲**第一大臼齒或**12-14歲**第二大臼齒屬於齲齒高危險的兒童，**剛萌出時**隨即使用
- 窩溝封填劑要**合併氟化物**使用

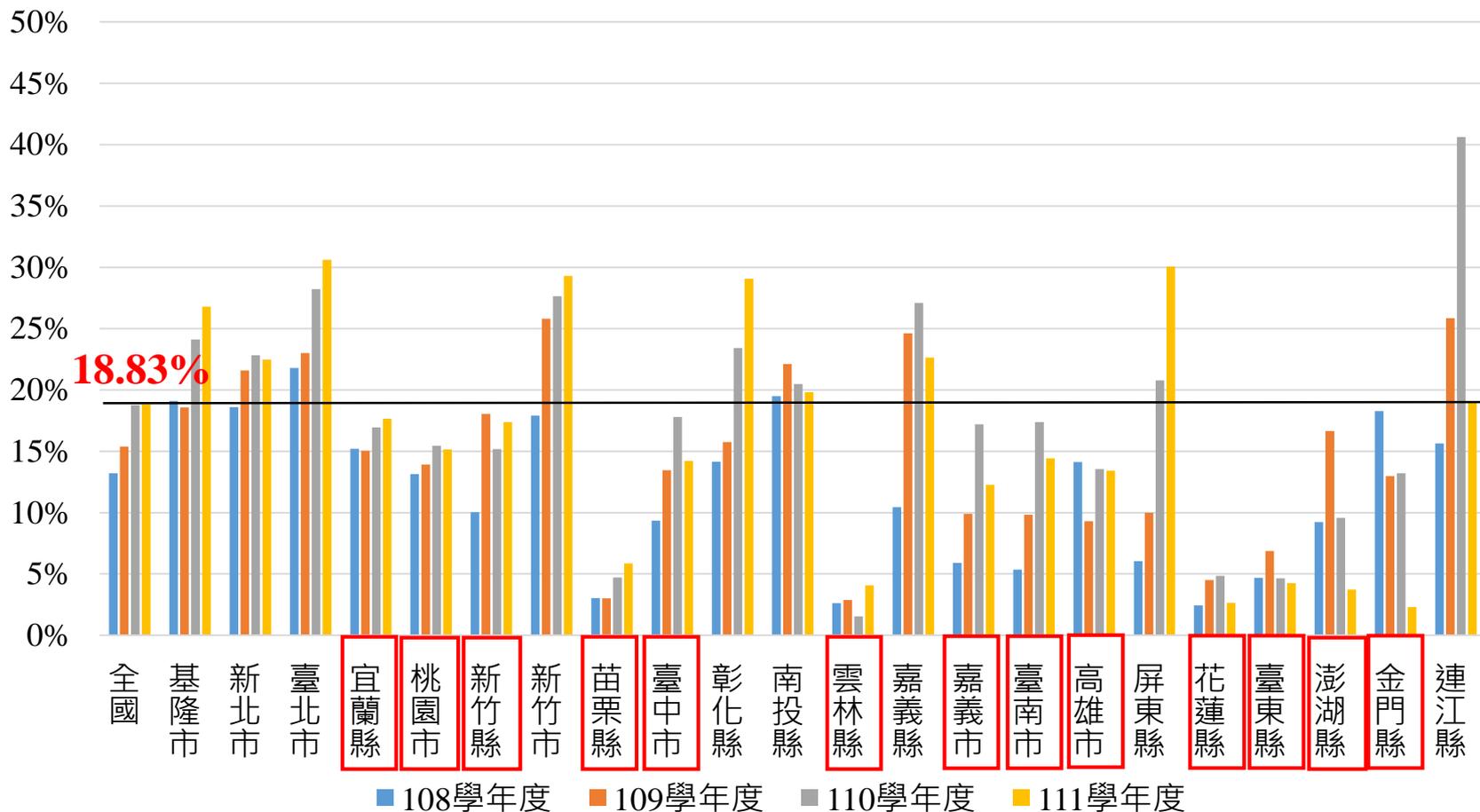


104-111學年度

四年級窩溝封填施作率與第一大臼齒齲齒率分布



各縣市窩溝封填施作率分佈





口腔保健向下扎根

111-112學年度學幼童口腔保健計畫

112學年度**國小**口腔保健輔導策略

112學年度學校口腔保健輔導策略(國小適用)

HPS範疇 輔導策略

保健政策 提高口腔衛生委員會功能與運作
制定教室餐後在座位上潔牙政策
擬定校園零食及含糖飲料管理政策
推動學幼童睡前潔牙政策

物質環境 防齲潔牙工具(小刷頭、軟毛牙刷、牙線)
含氟物[含氟牙膏(含氟量1000PPM以上)、含氟漱口水]
教具與齒模購買
發展媒體海報、潔牙影片

社會環境 培訓種子教師以及**潔牙小天使**

健康技能 全面性的口腔健康教育課程融入

教師/照顧者/學生口腔保健生活技能教學

健康服務 持續追蹤齲齒狀況(定期牙齒檢查)
口腔健康服務[窩溝封填、塗氟(低收入戶、身心障礙、設籍原住民族地區、偏遠及離島地區)]
健康中心定期編列口腔保健經費購置教具與耗材
高關懷(弱勢、隔代、新住民等)學生口腔個案管理

社區關係 建立學校學區內社區口腔保健網絡
協助學校與衛生單位、牙醫師公會連結

112學年度**幼兒園**口腔保健輔導策略

112學年度學校口腔保健輔導策略(幼兒園適用)

HPS範疇 輔導策略

保健政策 擬定**幼兒園**零食及含糖飲料管理政策
推動學幼童睡前潔牙政策

物質環境 含氟物[含氟牙膏(含氟量1000PPM以上)]
教具與齒模購買

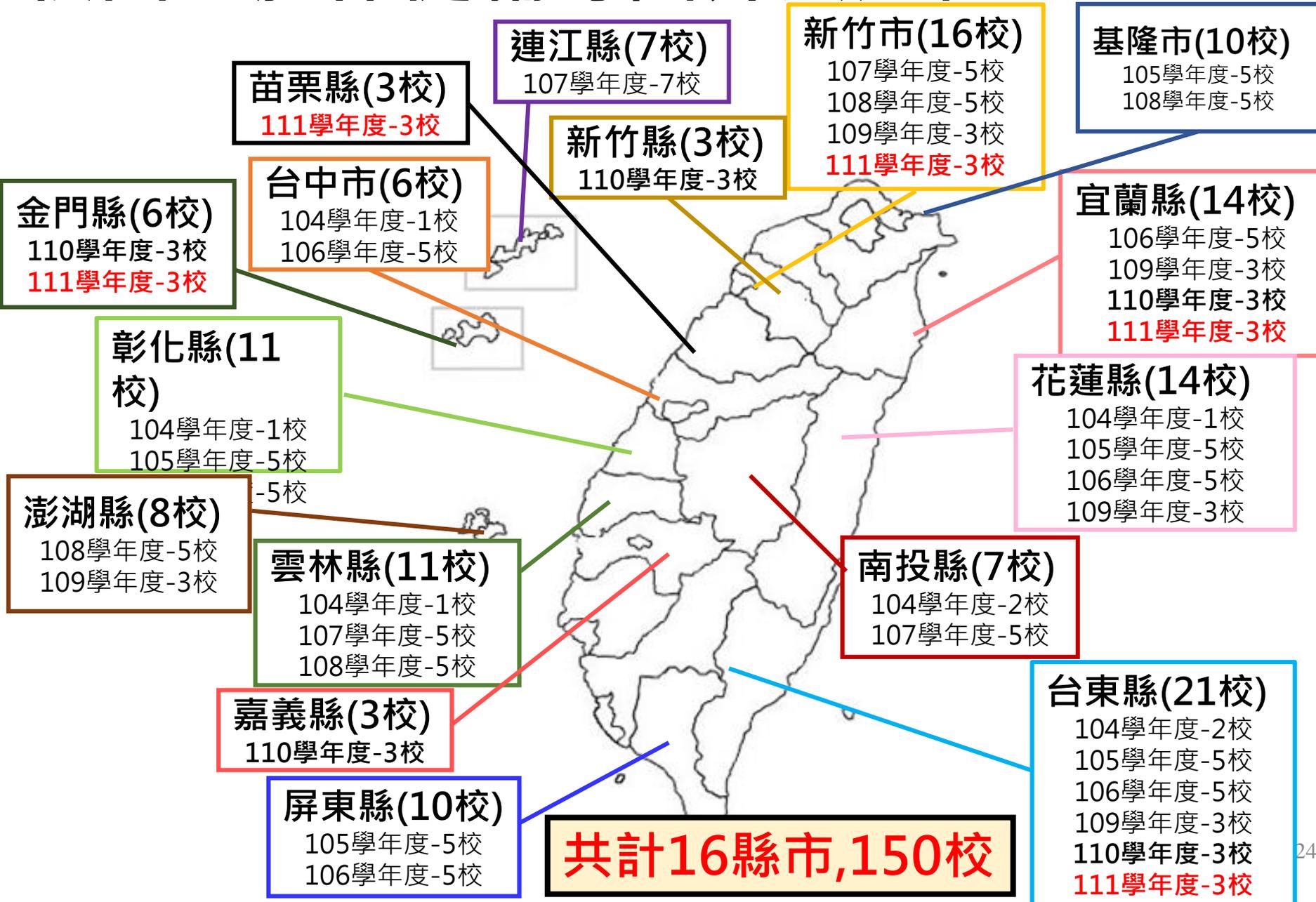
社會環境 培訓教保服務人員

健康技能 **實施口腔保健主題課程教學**
教師/家長口腔保健生活技能教學(含潔牙工具與刷牙法)

健康服務 持續追蹤齲齒狀況(定期牙齒檢查)
口腔健康服務(塗氟、窩溝封填)
高關懷(弱勢、隔代、新住民等)學生口腔個案管理

社區關係 建立學校學區內社區口腔保健網絡
協助學校與衛生單位、牙醫師公會連結

校園口腔保健輔導團介入歷程



基隆市(10校)
105學年度-5校
108學年度-5校

新竹市(16校)
107學年度-5校
108學年度-5校
109學年度-3校
111學年度-3校

連江縣(7校)
107學年度-7校

新竹縣(3校)
110學年度-3校

苗栗縣(3校)
111學年度-3校

宜蘭縣(14校)
106學年度-5校
109學年度-3校
110學年度-3校
111學年度-3校

台中市(6校)
104學年度-1校
106學年度-5校

花蓮縣(14校)
104學年度-1校
105學年度-5校
106學年度-5校
109學年度-3校

金門縣(6校)
110學年度-3校
111學年度-3校

彰化縣(11校)
104學年度-1校
105學年度-5校
-5校

南投縣(7校)
104學年度-2校
107學年度-5校

澎湖縣(8校)
108學年度-5校
109學年度-3校

雲林縣(11校)
104學年度-1校
107學年度-5校
108學年度-5校

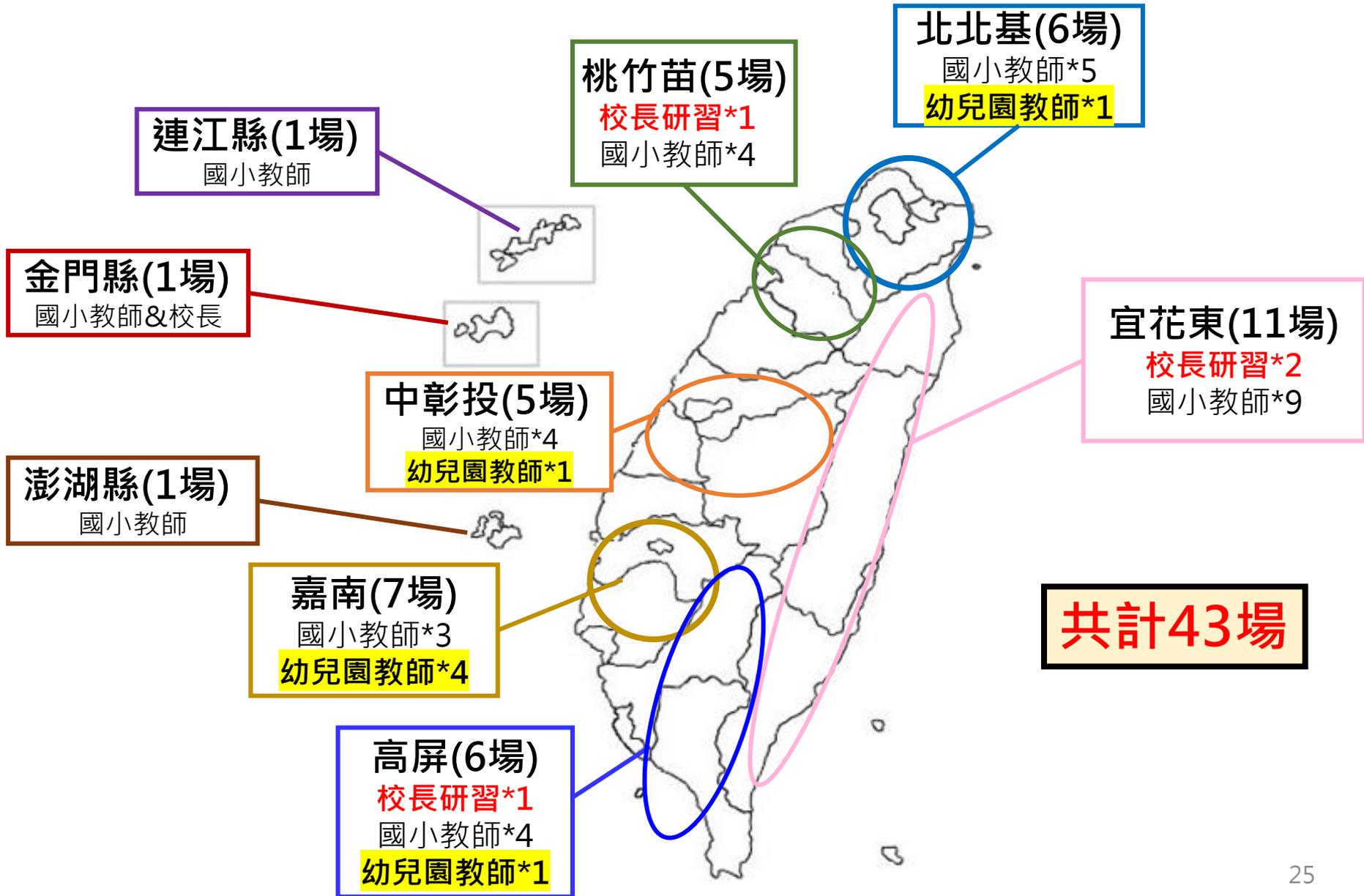
嘉義縣(3校)
110學年度-3校

台東縣(21校)
104學年度-2校
105學年度-5校
106學年度-5校
109學年度-3校
110學年度-3校
111學年度-3校

屏東縣(10校)
105學年度-5校
106學年度-5校

共計16縣市,150校

教師口腔保健研習課程辦理歷程



臺灣健康促進學校—口腔保健專區

- 網站首頁

<https://hps.hphe.ntnu.edu.tw/topic/oral>

臺灣健康促進學校
Health Promoting School

首頁 | English

輸入關鍵字

最新消息 ▾ HPS輔導計畫 ▾ 資源專區 ▾ 視力保健 ▾ 口腔保健 ▾ 健康體位 ▾ 全民健保 ▾ 正確用藥 ▾ 菸癮防制 ▾ 性教育 ▾ 線上問卷 ▾ 家長專區

首頁 > 健康議題 > 口腔保健

口腔保健

主頁

計畫簡介

指標及測量工具

增能教材

教學教材

績優推動案例

線上課程

衛教資源

家長專區

相關網站資源

活動花絮

幼兒口腔健康現況

學童口腔保健計畫 塗氟填溝有保障・潔牙少糖好口腔

學校教師口腔保健研習

主辦單位：教育部國民及學年教育署 | 承辦單位：高雄醫學大學口腔衛生學系

影音

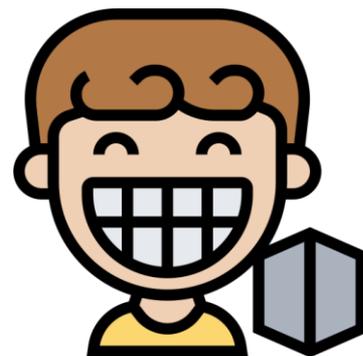
看更多

「牙寶的冒險旅程-認識緊急處置過程與學童口腔保健知識」

「熟悉牙科診所」教學影片

「貝氏刷牙法」

學生參與口腔健康活動



學生參與口腔健康活動

擔任潔牙小天使



學會選擇牙刷及牙膏

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-包裝標示軟毛

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：三氟羧酸鹽+水溶性高分子、氟化鈉
0.32% w/w (1450ppm F⁻)、二氧化矽

進口商：好萊化工股份有限公司
台北市敦化南路一段2號9樓
保存方法：請置於密罐
愛製商

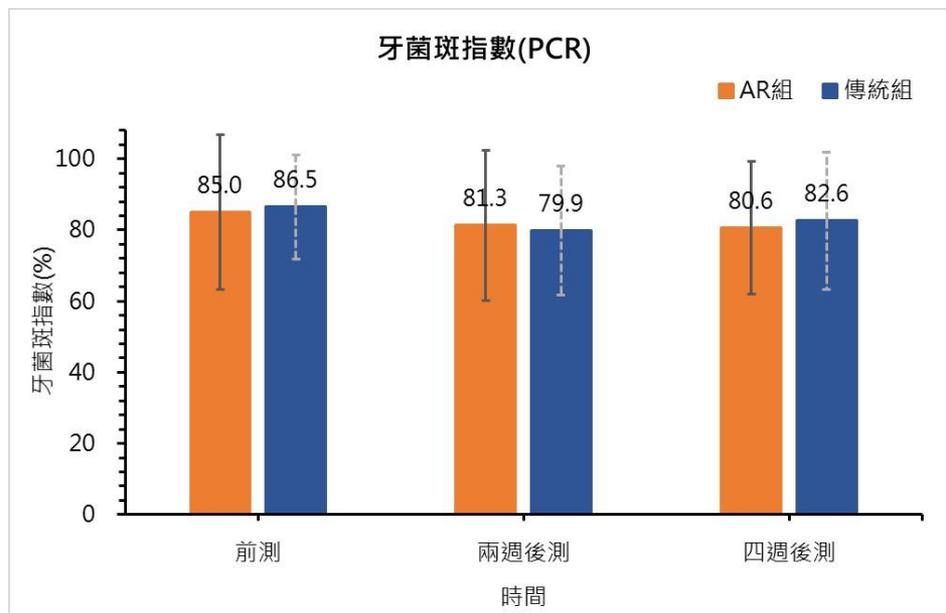
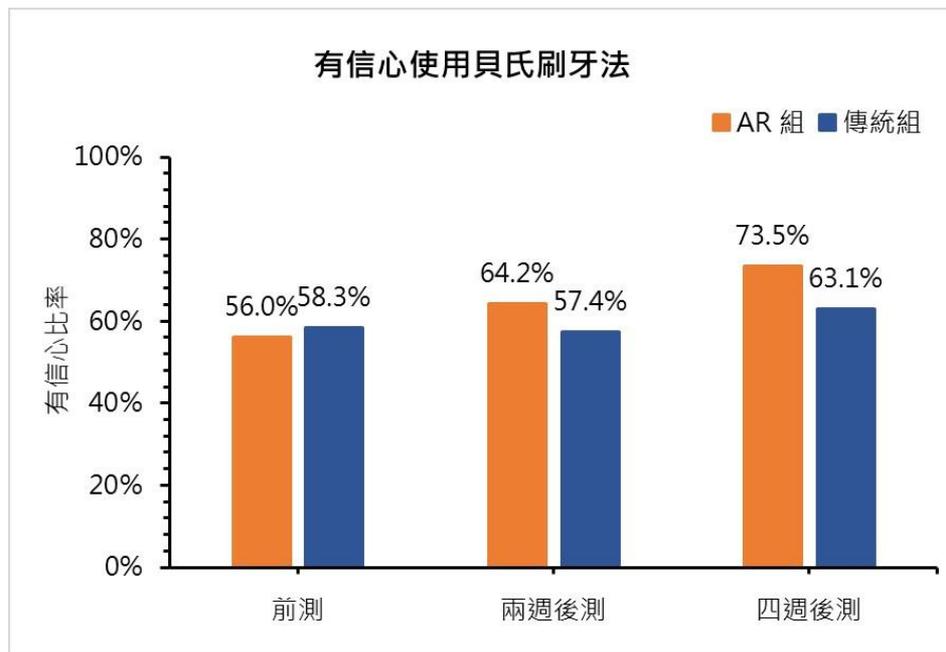


含氟牙膏可預防蛀牙
牙膏用量約碗豆大小即可

自主學習潔牙技巧 (AR成效)



學生自主使用AR科技刷牙
機學習潔牙，有效提升潔牙
技巧操作信心與降低牙菌斑
比率





謝謝聆聽
敬請指教!