

--	--	--	--	--	--

國小學童口腔保健調查問卷

高年級版

(前測)

教育部國民及學前教育署

委託 高雄醫學大學 口腔衛生學系 執行專題計畫

親愛的同學：

這是一份關於有沒有把牙齒刷乾淨的問卷，要請你花一點點的時間來寫完它，這不是考試，所以沒有標準答案！這份問卷不會有其他人知道你寫的內容，你只要照自己的狀況誠實回答就好。如果有不懂的地方，就舉手發問。有寫錯的地方就擦乾淨再寫一次就好，慢慢寫就好，不用緊張。

接下來請翻頁，開始回答題目！

--	--	--	--	--	--

國小學童口腔保健調查問卷

高年級版

(後測)

教育部國民及學前教育署

委託 高雄醫學大學 口腔衛生學系 執行專題計畫

親愛的同學：

這是一份關於有沒有把牙齒刷乾淨的問卷，要請你花一點點的時間來寫完它，這不是考試，所以沒有標準答案！這份問卷不會有其他人知道你寫的內容，你只要照自己的狀況誠實回答就好。如果有不懂的地方，就舉手發問。有寫錯的地方就擦乾淨再寫一次就好，慢慢寫就好，不用緊張。

接下來請翻頁，開始回答題目！

一、基本資料

1.我的性別是： (1)男生 (2)女生

二、口腔保健行為：請仔細閱讀每一個題目，選一個符合自己的選項，並按照實際的情形作答。

1.我晚上睡覺前會刷牙嗎？

- (1) 都會
- (2) 有時會，有時不會
- (3) 都不會

2.我在學校吃完午餐後會刷牙嗎？

- (1) 都會
- (2) 有時會，有時不會
- (3) 都不會

3.我會用含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)來刷牙嗎？

- (1) 我會用
- (2) 我不會用
- (3) 我不知道我用的牙膏是不是「含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)」

4.我每次刷牙大概要刷多久呢？

- (1) 1 分鐘以內
- (2) 1 分鐘以上至 2 分鐘
- (3) 2 分鐘以上至 3 分鐘
- (4) 3 分鐘以上

5.我在學校的牙刷一學期換幾次？

- (1) 都沒換過
- (2) 換 1 次
- (3) 換 2 次
- (4) 換 3 次或以上

6.我在學校每星期喝含糖飲料幾次呢，例如：多多、汽水、奶茶、紅茶等等？

- (1) 我不喝含糖的飲料
- (2) 1 次
- (3) 2 次
- (4) 3 次
- (5) 4 次
- (6) 5 次
- (7) 6 次
- (8) 7 次以上

接下來請翻頁，繼續回答題目！

7.我在學校每星期吃零食幾次呢，例如：糖果、餅乾、巧克力等等？

- (1) 我不吃零食
- (2) 1 次
- (3) 2 次
- (4) 3 次
- (5) 4 次
- (6) 5 次
- (7) 6 次
- (8) 7 次以上

8.在過去 7 天裡，我曾經多少次用牙線清潔牙縫呢？

- (1) 0 次
- (2) 1-3 次
- (3) 4-6 次
- (4) 每天 1 次
- (5) 每天多於 1 次
- (6) 不確定

9.我會在什麼時候使用牙線呢？只要有用的時候都可以勾選！(可複選)

- (1) 早餐後
- (2) 午餐後
- (3) 晚餐後
- (4) 睡覺前

10.我會不會主動要求照顧我的人帶我去看牙醫呢？

- (1) 會
- (2) 不會

11.我上次看牙醫到今天有多久了呢？

- (1) 我從來沒有看過牙醫
- (2) 超過六個月
- (3) 六個月以內

12.上次去看牙醫的原因是？

- (1) 牙齒痛
- (2) 口腔不舒服
- (3) 想要檢查看看
- (4) 拔搖晃的乳牙
- (5) 其他：_____

接下來請翻頁，繼續回答題目！

三、口腔保健知識：根據自己對於牙齒保健知識的了解，請在適當的格子中打「✓」。

	對	不對	不知道
13. 牙齒會痛才需要去看牙醫，不用定期檢查。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 刷牙要用小刷頭的牙刷。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 含氟牙膏含氟量要達 1000ppm 以上才可以預防蛀牙。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 漱完含氟漱口水後，至少要等 3 分鐘後才可以吃東西。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 牙齦發炎主要原因是因為火氣大。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. 牙線是清潔牙縫與牙齒鄰接面最好的工具。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. 貝氏刷牙法是刷毛與牙面呈 90 度角。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. 牙刷刷毛越硬越可以把牙齒刷乾淨。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

四、潔牙的自我效能：請根據自己的想法，在下列各題中選擇符合實際情形的答案，請在格子中打「✓」。

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
21. 我有信心能將牙齒刷乾淨	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. 我有信心能在午飯後刷牙	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. 我有信心能在晚上睡覺前刷牙	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. 我有信心能在吃完點心後刷牙	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

接下來請翻頁，繼續回答題目！

五、牙線使用的自我效能：請根據自己的想法，在下列各題中選擇符合實際情形的答案，在格子中打「✓」。

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
25.我有信心能用牙線清潔牙齒。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.我覺得使用牙線很簡單。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.我有信心能每天使用一次牙線。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.我有信心能在睡覺前使用牙線。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

六、口腔保健態度：請根據自己的想法，在下列各題中選擇符合自己情形的答案，在格子中打「✓」。

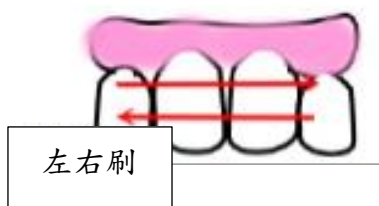
	非常不同意	不同意	同意	非常同意
29.我覺得身體其他疾病(如感冒或肚子痛)比牙齒疾病重要。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.我覺得刷牙是很麻煩的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.我會因為動作不好看而不去使用牙線。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.我覺得蛀牙沒關係。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33.每天只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"/>
34.我覺得使用牙線很麻煩。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35.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"/>
36.我覺得餐後立刻刷牙是很重要的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37.我覺得清潔牙齒與每天洗澡一樣重要。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

接下來請翻頁，繼續回答題目！

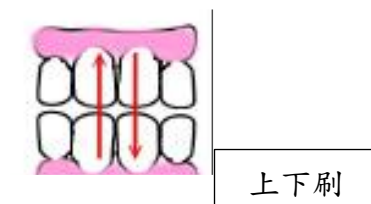
七、刷牙技能

38.我自己平常刷牙使用的方式是什麼？(有用到的都可以勾選)

①左右刷



②上下刷



③轉圈刷

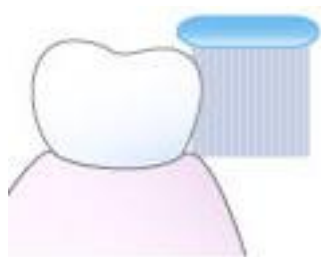


④刷毛靠牙齦 45 度角來回刷



39.我刷牙時牙刷的位置在哪裡？

(1)牙刷的刷毛有碰到牙齒就好



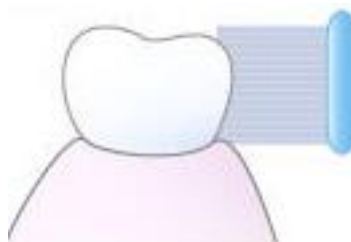
(2)要斜斜的刷牙齒光滑的地方



(3)要斜斜的刷牙齒與牙肉的地方



(4)刷毛與牙齒垂直，也就是 90 度



40.我刷牙一次刷幾顆牙齒？

(1)都可以

(2)一次刷 1 顆牙齒

(3)一次刷 2 顆牙齒

(4)一次刷 3 顆牙齒

接下來請翻頁，繼續回答題目！

41.我刷牙要很用力嗎？

(1)要很用力，讓牙刷緊貼在牙齒上

(2)用一些力氣，讓刷毛有一點壓在牙齒上的感覺

(3)不用用力，只要刷毛有接觸到牙齒就好

問卷結束了！再檢查一下有沒有漏答的題目！