

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

# 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.我在學校每星期喝幾次含糖飲料呢，例如：多多、汽水、奶茶、紅茶等等？

- (1) 我不喝含糖的飲料
- (2) 1-2 次
- (3) 3-4 次
- (4) 5-6 次
- (5) 每天都喝

接下來請翻頁，繼續回答題目！

7.我在學校每星期吃幾次零食呢，例如：糖果、餅乾、巧克力等等？

- (1) 我不吃零食
- (2) 1-2 次
- (3) 3-4 次
- (4) 5-6 次
- (5) 每天都吃

8.在過去 7 天裡，我有幾次使用牙線清潔牙縫呢？

- (1) 0 次
- (2) 1-3 次
- (3) 4-6 次
- (4) 每天至少 1 次

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) 晚上睡覺前
- (4) 都沒有使用牙線

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) 我從來沒有看過牙醫
- (2) 牙齒痛
- (3) 口腔不舒服
- (4) 想要檢查看看
- (5) 拔搖晃的乳牙
- (6) 其他：\_\_\_\_\_

13.當我的牙齒、口腔看起來很棒，我會充滿自信

- (1) 非常不符合
- (2) 不符合
- (3) 符合
- (4) 非常符合

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
14.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"/>
15.刷牙要用小刷頭的牙刷。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.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"/>
17.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"/>
18.牙齦發炎主要原因是因為火氣大。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.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"/>
20.貝氏刷牙法是刷毛與牙面呈 90 度角。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.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
22.我有信心能將牙齒刷乾淨	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.我有信心能在午飯後刷牙	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.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"/>
25.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
26.我有信心能用牙線清潔牙齒。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.我覺得使用牙線很簡單。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.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"/>
29.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「✓」。

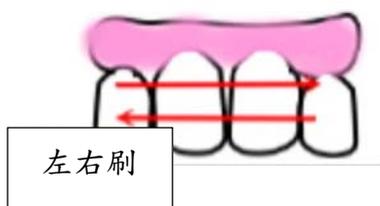
	非常不同意	不同意	同意	非常同意
30.我覺得牙齒疾病與身體其他疾病(如感冒或肚子痛)一樣重要	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.我覺得刷牙是很麻煩的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.我會因為動作不好看而不去使用牙線。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33.我覺得蛀牙會影響我的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.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"/>
35.我覺得使用牙線很麻煩。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36.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"/>
37.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"/>
38.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！

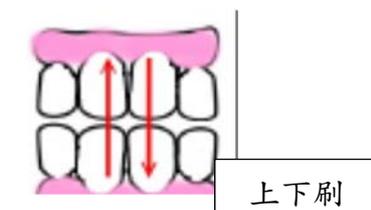
## 七、刷牙技能

39.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

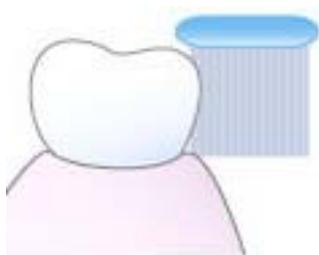


④刷毛靠牙齦 45 度角來回刷



40.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



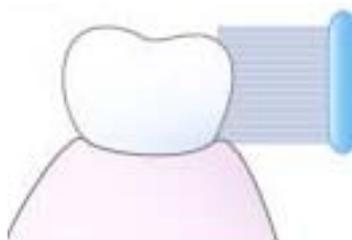
(2)要斜斜的刷牙齒光滑的地方



(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



接下來請翻頁，繼續回答題目！

**41.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

**42.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！**