

# 口腔預防保健服務

中華民國牙醫師公會全國聯合會

口衛委員會 黃茂栓主委

# 本會推動口腔健康目標

從小保護牙、老來不缺牙

保留自然牙 Nature, we care!

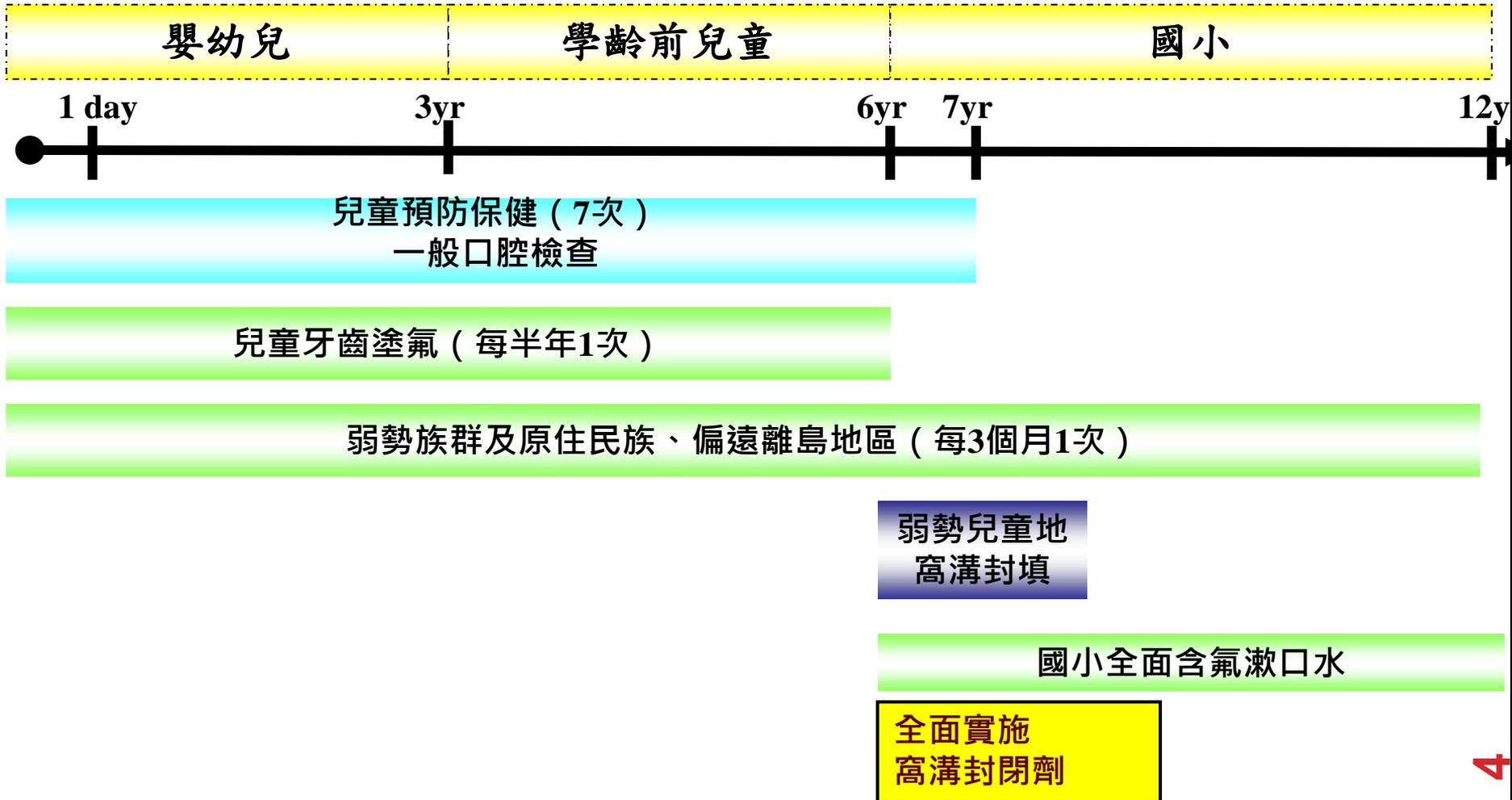
# 本會口腔預防保健服務

- \* 和衛福部、國健署共同合作，辦理各項專案執行(塗氟、窩溝封填、漱口水、口腔黏膜、戒菸、國小學童潔牙觀摩、全民口腔健康週等)
- \* 口腔衛教教材編製
- \* 培訓社區潔牙指導員
- \* 社區口腔保健推廣活動(口愛特攻隊系列活動、幼兒/銀髮族保健課程等)



# 兒童口腔預防保健服務

目標與策略：運用窩溝封填、氟化物、衛教及潔牙



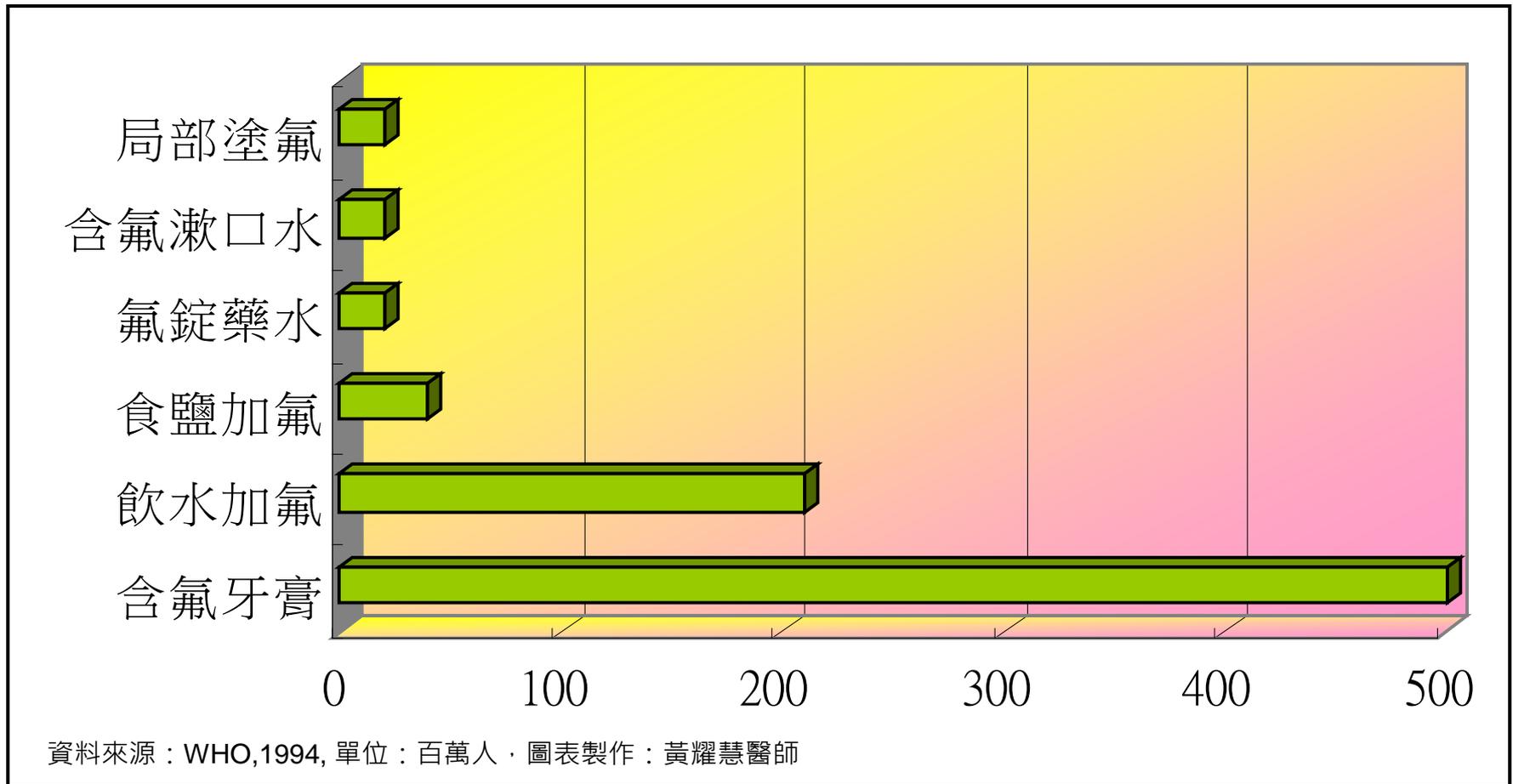
# 兒童口腔預防保健防齲五部曲

- \* 長牙就要立即看牙（定期看牙醫）
- \* 正確潔牙（1天至少要2次、使用含氟牙膏）
- \* 均衡飲食習慣（少甜食、多漱口）
- \* 氟化物使用
- \* 窩溝封填

# 氟化物對抗齲齒的機制

- \* 加速牙齒表面再鈣化速率
- \* 增加牙齒對酸的抵抗力
- \* 抑制細菌生長及新陳代謝
- \* 加速牙齒表面的成長過程
- \* 使牙齒表面齒溝裂變淺

# 全世界常用氟化物方法之比較



# 台灣常用氟化物口腔保健推廣方法

年度	口腔保健推動內容
61~73	飲水加氟試辦計畫（中新興村）
84~94、 100~106	全國國小學童潔牙觀摩
86~106	86年國小含氟漱口水推廣試辦計畫-5萬名學童 88年國小學童含氟水漱口計畫-45萬名學童 89-105年國小學童含氟水漱口計畫-120-190萬名學童
93~106	93年兒童牙齒塗氟保健服務 101年兒童牙齒塗氟保健服務增加社區巡迴服務 102年兒童牙齒塗氟擴大服務年齡層至72月齡
102~106	推廣含氟牙膏、加強宣導防齲五部曲
106	推廣食鹽加氟

# 兒童口腔預防保健氟化物整合



含氟牙膏  
潔牙



專業塗氟



含氟漱口水  
系統性氟化  
物



如食鹽加氟

# 氟化物預防齲齒的作用方式

使用氟化物類型	全身性	局部性
直接接觸牙齒表面	V	V
由口腔進入血液	V	
經由唾液作用到牙齒表面	V	
有益於萌發前的牙齒	V	
有益於萌發後的牙齒	V	V

局部性

兒童牙齒塗氟

含氟牙膏

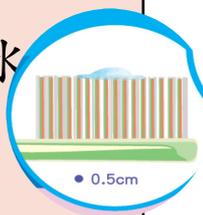
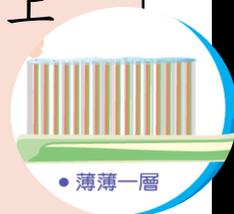
全身性

含氟水漱口水

食鹽加氟

# 年齡有別的潔牙技巧

年齡	刷牙方式	執行者	輔助
0~3 歲	水平來回刷	家長負責潔牙	使用牙線(棒) 含氟牙膏
3~6 歲	水平來回刷	小朋友先刷 1遍，家長再完整刷 1遍	1000ppm以上 薄薄一層 塗氟
6~9 歲	學習貝氏 刷牙法	小朋友刷 1遍，家長加強重點(恆牙大白齒及門齒)	使用牙線 含氟牙膏 1000ppm以上 豌豆大
9~18歲	貝氏刷牙法	小朋友自己刷，家長監督	含氟漱口水 窩溝封劑



# 兒童含氟牙膏（1000PPM）牙膏建議用量



0~6歲：薄薄一層

6歲以上：0.5cm、豌豆大

# 局部專業使用方式 氟漆 (FLUORIDE VARNISH)



透明氟漆



黃褐色氟漆

# 2016台灣開始實施食鹽加氟(全民)

飲水加氟最佳替代方案

降低30%蛀牙率

成本低

瑞典(1955)、法國(1986)、哥斯大黎加、牙買加(1987)、德國(1991)、西班牙、奧地利、比利時、捷克、法國

目前國人對於氟化物預防齲齒的作用，普遍缺乏認知，需加強宣導、衛教

# 國小學童含氟漱口水防齲計畫

- 含氟漱口水之生產與配送之管控
- 透過發送宣導單張、DVD光碟與家長同意書，提高全國國小學童參與率
- 進行牙醫師與校護/教師的人力資源的培訓，提高學童口腔保健相關知能，並期望能實踐於校園中
- 透過牙醫師到校監測、校園巡迴訪查及執行情形問卷調查，了解學校實際執行狀況，並訂定輔導對象學校
- 辦理學童潔牙比賽，期盼落實口腔保健並透過競賽活動提高動機、增加榮譽感
- 辦理校園口腔健康促進研討會，邀請各領域保健人員專業知能與經驗交流
- 辦理口腔保健宣導記者會，宣導相關政策內容，提升民眾口腔保健服務利用

# 含氟水漱口水 計畫校園施作 (7~12歲)

由同學帮大家倒10c. c. 的含氟漱口水



在老師的指導下全體同學一同施作



# 含氟漱口水宣導單張

## 從小保護牙 老來不缺牙

牙醫超人





**要：**餐後睡前要刷牙，一天至少刷兩次

**要：**要使用含氟牙膏、含氟漱口水、每半年接受牙醫師塗氟及口腔檢查

**不：**不要吃甜食及含糖飲料

**不：**不要與其他人共用餐具或吹涼食物（避免口水互相接觸）

● 3歲以上含氟牙膏  
使用量為豌豆大  
(約 0.5m.e.)

● 0-3歲含氟牙膏  
使用量為米粒一匙

### 保護牙齒5部曲

**1. 長牙就要立即看牙**  
(定期看牙醫)  
▶ 長牙就可以每6個月至牙醫診所口腔檢查

**2. 正確潔牙**  
▶ 1天至少2次(睡前那次最重要)  
▶ 餐後及睡前都要使用含氟牙膏刷牙(含牙齦及刷牙)

**3. 均衡飲食習慣**  
▶ 不要吃甜食及含糖飲料、多漱口、不要與其他人共用餐具或吹涼食物(避免口水互相接觸)

**4. 氟化物使用**  
▶ 要使用含氟牙膏/含氟漱口水/牙醫師專業塗氟(氣漆、氣膠)/氣錠/氣壁  
▶ 塗氟：在牙齒表面上塗氟化物，以保護牙齒  
▶ 含氟漱口水正確使用方式：要上下下左左右充分漱口1分鐘，漱後30分鐘內不進食(含喝水、漱口)

**5. 窩溝封填**  
▶ 窩溝封填：在牙齒咬合面溝隙使用窩溝封劑，以保護臼齒

年齡	刷牙方式	執行者	搭配
0-3歲	水平來回刷	家長負責刷牙(紗布/牙刷)	● 使用牙線(稀) ● 含氟牙膏(1000ppm以上，牙膏標為薄薄一層抹平在牙刷上) ● 塗氟
3-6歲	水平來回刷	小朋友刷1遍，家長再完整刷1遍	● 使用牙線(稀) ● 含氟牙膏(1000ppm以上，牙膏標為豌豆大) ● 塗氟
6-9歲	學習貝氏刷牙法	小朋友刷1遍，家長加強重點(恆牙大白齒及門齒)	● 使用牙線 ● 含氟牙膏(1000ppm以上，牙膏標為豌豆大)
9-18歲	貝氏刷牙法	小朋友自己刷，家長監督	● 含氟漱口水 ● 窩溝封劑

牙醫超人 (牙醫超人)

牙痛超人 (牙痛超人)

牙齒王 (牙齒王)

均衡飲食 (均衡飲食)

本方案由衛生福利部應用於品健康福利捐支產  
社康法人中華民國牙醫師公會全國聯合會製作 / TEL: 02-2500-0133 / 網址: www.cda.org.tw

## 學校含氟漱口水防齲計畫



對於六歲以上之孩童，因吞嚥動作已經成熟，所以可使用含氟漱口水。目前學校含氟漱口水防齲計畫是採用每週使用10cc之含氟濃度900 ppm之漱口水，一般而言可降低約20%~35%的蛀牙率。

學校含氟漱口水防齲計畫在牙醫全聯會的推廣下，由1996年的二萬名國小學童，到2014年達到約126萬名學童，其中並包括山地離島及偏遠地區。

### 含氟漱口水使用注意事項

- 含氟漱口水濃度及使用法  
氟化鈉 (NaF) 濃度為 0.2% 者(含氟濃度約 900ppm)，每星期使用一次，每次10cc(現行國小使用)。  
氟化鈉 (NaF) 濃度為 0.05% 者(含氟濃度約 225ppm)，每日使用一次，每次10cc。
- 購買含氟漱口水使用時請注意包裝說明及有效期限。
- 每次使用含氟漱口水，要上下下左左右充分漱口1分鐘
- 使用含氟漱口水後，30分鐘內請勿喝水及進食。
- 含氟漱口水請長期(至少二年)定時使用，效果才會顯著。
- 20公斤學童大量誤吞100cc可能使身體不適，如誤吞每週使用含氟漱口水10cc，尚不會造成身體的傷害。

### 蛀牙的預防對策

#### 口腔疾病預防對策

- 諮詢牙醫師
- 定期檢查
- 做好口腔清潔
- 均衡的飲食
- 窩溝封劑的使用
- 氟化物的使用



衛生福利部補助 / 社康法人中華民國牙醫師公會全國聯合會製作 / TEL: 02-25000133 / 網址: www.cda.org.tw

# 兒童親善愛心院所活動 (每年婦幼節前後)



記者會授旗-活動開跑



貼紙標章

**2015 兒童口腔健康週**  
**塗氣封填護口腔 愛心院所來幫忙**

- 活動目的：提供兒童專業牙科治療及預防保健服務，促進家長及兒童對口腔健康之重視，並養成定期口腔檢查之習慣
- 活動對象：12歲以下兒童
- 活動內容：12歲以下兒童於活動期間內，至參與本活動之院所就診或接受預防保健服務，免收掛號費  
★為節省民眾寶貴的時間，建議前往參與院所前，先打電話去院所確認及預約
- 活動期間：104年3月30(一)至4月6日(一)  
(部分院所展延，請利用下列方式查詢確認)
- 參與活動院所名單查詢方式：  
(一)請連結右下方 QR code  
(二)牙醫師公會全國聯合會網站：<http://www.cda.org.tw>  
(查詢步驟：新聞資訊→活動資訊→兒童親善愛心院所名單)  
(三)22縣市之牙醫師公會網站
- 活動諮詢電話：  
牙醫師公會全國聯合會 (02)2500-0133  
分機：255 許小姐、233 吳小姐

衛生福利部、社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會 廣告

活動海報

# 全國暨各縣市國小學童潔牙觀摩活動 (10月)



# 口腔黏膜檢查醫師教育訓練計畫

提升預防保健服務之口腔黏膜檢查篩檢品質

辦理口腔黏膜檢查牙醫師教育訓練(初階、進階、確診課程)，標準化訓練課程與教材，培訓有志牙醫師及提升口腔黏膜篩檢之熱忱

編列教材及口腔篩檢手冊、彩色鑑別圖鑑，建置口腔黏膜學習網站，提供口腔黏膜檢查醫師線上學習與進修課程，使醫師自我學習不間斷，訊息更容易傳達

協助國健署對於口腔癌篩檢品質離群之醫療院所進行輔導

規劃偏鄉地區口腔黏膜檢查確診簡易設備標準設置(含工具及藥物、設備)

# 學習網站暨教材

The screenshot shows the homepage of the Oral Cancer Screening Service Learning Website. At the top, there is a navigation bar with links for Home, Online Learning, Activities & Courses, Announcements, Results Sharing, Download Area, Q&A, and Question Mail. Below the navigation bar, there are three cartoon illustrations: 1. A doctor examining a patient's mouth, with a speech bubble saying '適度恐怖，若有痛癢感，這種癌中心診所醫生機會非比尋常！' 2. A woman pointing to a scroll, with a speech bubble saying '庫存5000多支口腔黏膜相紙等你来索，近年來很多味檳榔毒壯年男性抽到！記得定期自驗口腔癌，以免帶來出問題！' 3. A man holding a cigarette, with a speech bubble saying '我當男子漢！還是半裝來戒煙吧。緊改緊好！健康最重要！人生才會是彩色的！' Below these are sections for '常用服務' (Common Services) with icons for online learning, activities, announcements, results sharing, download area, Q&A, and question mail. The '最新消息' (Latest News) section lists several news items from 2014, including updates on VPN system operations, oral cancer screening effectiveness, and various seminars. The '相關網站連結' (Related Website Links) section includes links to the Ministry of Health's tobacco component database, Sunlight Social Welfare Foundation, and other resources.

## 口腔黏膜鑑別圖譜

The image shows a 2x2 grid of four photographs of oral mucosal lesions. The top-left photo shows a white, leathery patch on the inner surface of the lower lip. The top-right photo shows a white, plaque-like lesion on the buccal mucosa. The bottom-left photo shows a white, plaque-like lesion on the buccal mucosa. The bottom-right photo shows a white, plaque-like lesion on the buccal mucosa.

指導單位：衛生福利部國民健康署  
 主辦單位：社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會  
 資料提供：台大醫院口腔病理科江俊斌教授

# 牙醫師參與戒菸服務訓練計畫

製作標準化牙醫門診戒菸教材

辦理初階&進階教育訓練課程

辦理種籽師資課程

辦理戒菸服務現況調查

計畫成效評價

維護戒菸訓練醫師學員及講師資料庫

辦理品質提升輔導與溝通

# 戒菸新聞露出及教材編製

國民健康署主導

## 牙醫診所 推戒菸門診

黃英傑/撰稿

想要戒菸的民衆又多了一個新的管道可選擇囉！為推廣菸害防制及提供民衆更便捷、更有效的戒菸管道，國民健康署與中華民國牙醫師公會全國聯合會共同合作，於牙醫診所中推出「戒菸門診」的服務，民衆可於國健署認可的戒菸處方醫師資格之牙醫診所中尋求戒菸協助。

根據世界衛生組織(WHO)資料指出，牙醫研於診療時可近距離、長時間接觸患者的口腔，只要患者一開口，便能聞其口腔氣味與口內之染色可知是否為吸菸者，不僅可於第一時間發現吸菸對民衆口腔的危害，同時也能站在最有效的位置勸導民衆戒菸及提供相關衛教知識，協助民衆成功

戒菸，再加上牙科門診據點分布全國大小社區，牙醫診所提供的戒菸服務，相較於其他醫療更能全面且有效。

有鑑於此，中華民國牙醫師公會全國聯合會提供全國牙醫診所一套戒菸專業之訓練課程，目的是希望能夠藉由牙科門診普及的優勢結合戒菸專業訓練，擴大並深耕戒菸門診之服務範圍，讓更多醫療專業人士加入戒菸防制的推動，進而提高國人戒菸率，維護全民健康。

自102年起至今已培育逾1,000名具備戒菸專業的牙醫師，未來中華民國牙醫師公會全國聯合會持續培育牙醫師投入戒菸服務。民衆可透過國民健康署戒菸治療管理中心查詢各地醫療院所進行戒菸諮詢與診療的服務。



牙醫師參與戒菸服務訓練計畫課程

牙醫門診戒菸醫師使用手冊

衛生福利部國民健康署 中華民國牙醫師公會全國聯合會



戒菸諮商技巧手冊 103

牙醫師參與戒菸服務訓練計畫

衛生福利部國民健康署

氟化物免付費諮詢專線  
0800-555-086

FB：中華民國牙醫師公會全國聯合會-  
口衛委員會

謝謝您的指教！