

桃園市龜山區福源國小 111 學年度含氟漱口水實施辦法

壹、目的：

- 一、促進學校衛生工作的推展，維護全體學童的身心健康。
- 二、藉由氟化物與牙齒高頻率的接觸，可改善牙齒琺瑯質的抗酸性，達到降低齲齒的目的，以維護學童 口腔的健康。

貳、依據：本校輔導室 111 學年度工作計畫。

參、實施對象：一年級以上所有學童經家長同意後為之。

肆、所需用物：

- 一、0.2NaF 漱口水一桶（桶裝 4000c.c.，每位學童每次 10c.c.）
- 二、記錄表一份，存放各班級，於漱口日當日由潔牙小天使記錄後，期末送回健康中心統計。
- 三、計時器一個（各班自行準備）。
- 四、小藥杯每位學生一個，於實施前發下，班級自行保管。

伍、實施時間：

每週四的餐後潔牙完畢後，各班級於教室內集體施行，時間（12：30—12：50），如遇放假於隔日補行實施。

陸、實施辦法：

- （一）一年級新生於實施前發放含氟漱口水計劃家長同意書，並統一收齊後交由健康中心保管存查。
- （二）於各班級播放含氟漱口水使用教學光碟，請導師指導過程。
- （三）請導師指導使用，勿讓學生自行操縱。
- （四）每週四中午廣播提醒含氟漱口水使用。
- （五）執行步驟：（初次練習）
 - 第一步：每位小朋友準備漱口杯及衛生紙，老師準備計時器及含氟水。
 - 第二步：小朋友將鼻嚏擰乾淨。
 - 第三步：老師在黑板書寫口令『上上、下下、左左、右右、再做一次』計時一分鐘。
 - 第四步：學童用開水練習（一年級）。
 - 第五步：依序至老師前領含氟水 10cc。
 - 第六步：學童聽老師口令漱口，計時一分鐘。
 - 第七步：將漱口水吐出於水溝。
 - 第八步：老師叮嚀：「漱口後至少三十分鐘不可進食與喝水」，也不需再用清水漱口，避免影響氟化物的效果。

柒、記錄：

1. 當天請於名冊中記錄：有執行漱口以『1』記號，出席但為未漱口者做『0』記號，缺席者做『A』記號。
2. 每週實施一次，由班導師於當天完成記錄後先行保管，請於期末送回健康中心統計。
3. 當日潔牙小天使將請假學生登記於備註欄，隔日中午潔牙完畢後補漱口即可。

捌、其他：

1. 氟就像牙齒的維他命，請鼓勵學童都能參與含氟水漱口的活動。如家長回函不同意參加的同學，可用白開水代替含氟漱口水，以防影響其他同學的意願及進行，並能顧及到全班同學的參與感。
2. 如不慎誤食可給予鮮奶（沖泡之牛奶亦可），以減緩氟之吸收，請至健康中心處理。

玖、本計畫經 校長核可後實施，修正時亦同。

護理師：

護理師林惠鈴

組長：

學生事務
組長葉慈惠

主任：

輔導室
主任王盈中

校長：

福源國民小學
校長薛淑芬