

【附件1】

臺南市112學年度松林國民小學健康促進主推議題成效說明

壹、主推議題：口腔保健

貳、主推原因、背景成因及現況分析說明：

一、主推原因：

本校學童齲齒率比全市甚至是全國高出許多百分比。尤其109學年度小四生齲齒率為36.84%，也高出108學年度的18.57%。而小四生的齲齒率109學年度又升至36.84%，108到109四年級學生的齲齒未治癒率平均升高幅度為18.09%。

根據健康促進問卷顯示，本校四年級學童的定期牙齒檢查率、貝氏刷牙法使用率、在學校兩餐間不吃零食比率較低，顯示學生在口腔保健的知識、態度、技能還有待加強與改善；而口腔保健知識、午餐飯後搭配含氟牙膏潔牙比率是次要改善項目。

二、背景成因及現況分析：

(一)背景成因：

學區內家長大部分屬於勞工階層，普遍缺乏健康生活型態的相關知識，加上由於近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本校單親家庭、隔代教養學童及外籍配偶子女比例高，學童之生活、學習與成長頗值得關切，心理健康課題更需加強與輔導。另外，因歷屆校長的努力，學校湧入其他學區之學生，學區外的家長重視學生的教育品質，關切學校活動，願意配合校方與老師。

1. 小一學童未治療齲齒率相當驚人，訪問結果顯示家長認為學童的乳牙會換新，所以蛀牙也無妨。因此治癒率低。
2. 刷牙的技能需要再建立，運用牙菌斑顯示劑發現學童的刷牙計能有待加強。
3. 早餐喝含糖飲料，喝完未潔牙。
4. 家長與老師容易以含糖飲料獎勵學生。

(二)現況分析

表 1-1 松林國小 108-111 年一、四年級與全校、全國未治癒齲齒率對照一覽表

齲齒率	松林國小平均		臺南市平均		全國平均	
	一年級	四年級	一年級	四年級	一年級	四年級
108	28%	18.75%	37.61%	26.65%	40.54%	33.85%
109	50%	36.84%	34.22%	27.22%	37.87%	32.95%
110	45.45%	14.29%	33.79%	27.67%	35.29%	30.33%
111	24%	23.81%	30.73%	25.3%	32.95%	27.92%

如表1-1，本校109學年度小一生齲齒率為50%，高過市平均與全國平均。110學年度45.5%，由數據上來看，本校學童齲齒率比全市甚至是全國高出許多百分比。尤其109學年度小四生齲齒率為36.84%，也高出108學年度的18.57%。而小四生的齲齒率109學年度又升至36.84%，108到109四年級學生的齲齒未治癒率平均升高幅度為18.09%。

臺南市 111 學年度健康促進學校口腔保健議題問卷-松林國小四年級前測結果	
題目	前測結果
口腔保健態度正向率	1.0000 (0.0000)
口腔保健知識平均答對率	0.6714 (0.2473)
定期牙齒檢查達成率	0.4762 (0.5118)
午餐餐後潔牙比率	1.0000 (0.0000)
學生睡前潔牙比率	0.9524 (0.2182)
貝氏刷牙法使用率	0.3849 (0.4269)
學生午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)潔牙比率	0.6667 (0.4830)
學生在學校兩餐間不吃零食比率	0.1905 (0.4024)
學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	0.4762 (0.5118)
正向心理健康口腔保健-正向情緒	0.3810 (0.4976)
正向心理健康口腔保健-正向關係	0.2857 (0.4629)

根據表1-2，本校四年級學童的定期牙齒檢查率、貝氏刷牙法使用率、在學校兩餐間不吃零食比率較低，顯示學生在口腔保健的知識、態度、技能還有待加強與改善；而口腔保健知識、午餐飯後搭配含氟牙膏潔牙比率是次要改善項目。

參、實施過程：(可依六大範疇條列說明並檢附佐證照片)

一、學校衛生政策

1. 成立學校衛生委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。成立健康促進委員會，並定期召開會議。
2. 落實餐後潔牙（早餐後、午餐後），潔牙氟化物結合：使用 >1000PPM 牙膏潔牙，每週一次含氟漱口水含漱措施。
3. 宣導教師、家長不以含糖飲料、不提供甜食作為獎勵。
4. 寒暑假發放健康自主管理實踐卡，鼓勵學生養成健康自主管理好習慣，優良學生可參加摸彩活動。
5. 宣導定期更新潔牙工具，維護口腔衛生。

1. 學校衛生政策

<p>臺南市西港區松林國民小學 112 學年度口腔保健教育推動實施計畫。</p> <p>一、計畫依據：◦</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 學校衛生法◦ (2) 臺南市 111 學年度健康促進學校實施計畫◦ (3) 臺南市西港區松林國民小學 111 學年度健康促進學校實施計畫◦ <p>二、計畫摘要◦</p> <p>依據學校衛生法，本計畫旨在運用健康教育與活動，結合社區資源，改善學生及教職員工衛生與健康知能，以期引導學生、教職員工能自主性健康管理，共創健康校園。◦</p> <p>本年度健康促進計畫除必選議題以視力保健、口腔保健、健康體位、菸(檠)防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防治)、正向心理健康促進等 7 項為必選議題外，自選推動議題為：【安全與急救教育】，主推議題為：【口腔保健】，依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，以增進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提升健康品質；此外亦進行過程評價，以期適時回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之效果。◦</p> <p>三、背景說明◦</p> <p>本校位處於西港區橫林里，屬於偏遠學校，是一所小型學校，一至六年級共有六班，學生數共 119 人，教職員工 20 人。學區內家長大部分屬於勞工階層，普遍缺乏健康生活型態的相關知識，加上由於近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本校單親家庭、隔代教養學童及外籍配偶子女比例高，學童之生活、學習與成長頗值得關切，心理健康課題更需加強輔導。另</p>		<p>口腔保健議題多元活動與研究期程◦</p> <table border="1"> <tr> <td>1◦</td> <td>利用新生座談會向家長宣導◦</td> <td>111/9◦</td> <td>學務組◦</td> </tr> <tr> <td>2◦</td> <td>利用松林資訊室等口腔衛生議題(附件二)◦</td> <td>經常性◦</td> <td>教學處◦</td> </tr> <tr> <td>3◦</td> <td>推動每日午餐後潔牙，飯後播放潔牙歌，由導師督促學生確實潔牙並詳實紀錄。◦</td> <td>每日◦</td> <td>導師◦</td> </tr> <tr> <td>4◦</td> <td>每週二進行全校小朋友進行含氟漱口水。◦</td> <td>每日◦</td> <td>健康中心◦</td> </tr> <tr> <td>5◦</td> <td>四年甲班進行口腔問卷前測◦</td> <td>111/12◦</td> <td>資訊組長◦</td> </tr> <tr> <td>6◦</td> <td>問題分析與計畫撰寫◦</td> <td>111/12◦</td> <td>學務組◦</td> </tr> <tr> <td>7◦</td> <td>貝式刷牙法、牙線使用介入教學◦</td> <td>112/02◦</td> <td>健康中心◦</td> </tr> <tr> <td>8◦</td> <td>3 月早中晚潔牙紀錄推行◦</td> <td>112/03◦</td> <td>四甲導師◦</td> </tr> <tr> <td>9◦</td> <td>牙菌斑控制指數前測◦</td> <td>112/03◦</td> <td>健康中心◦</td> </tr> <tr> <td>10◦</td> <td>牙菌斑控制指數後測◦</td> <td>112/04◦</td> <td>健康中心◦</td> </tr> <tr> <td>11◦</td> <td>口腔保健硬筆字比賽◦</td> <td>112/04◦</td> <td>教學組◦</td> </tr> <tr> <td>12◦</td> <td>邀請衛生單位進行口腔衛生師生宣導 112 年 4 月 30 日時間 13:00-14:00。◦</td> <td>112/04◦</td> <td>教學處◦</td> </tr> <tr> <td>13◦</td> <td>辦理口腔保健家長講座。辦理時間 112 年 4 月 30 日 13:00-14:00。◦</td> <td>112/04◦</td> <td>教學處◦</td> </tr> <tr> <td>14◦</td> <td>口腔議題融入體育會活動當中◦</td> <td>112/04◦</td> <td>學務組◦</td> </tr> <tr> <td>15◦</td> <td>四年甲班進行口腔問卷後測◦</td> <td>112/05◦</td> <td>資訊組◦</td> </tr> <tr> <td>16◦</td> <td>研究報告撰寫◦</td> <td>112/04-5◦</td> <td>學務組◦</td> </tr> </table>			1◦	利用新生座談會向家長宣導◦	111/9◦	學務組◦	2◦	利用松林資訊室等口腔衛生議題(附件二)◦	經常性◦	教學處◦	3◦	推動每日午餐後潔牙，飯後播放潔牙歌，由導師督促學生確實潔牙並詳實紀錄。◦	每日◦	導師◦	4◦	每週二進行全校小朋友進行含氟漱口水。◦	每日◦	健康中心◦	5◦	四年甲班進行口腔問卷前測◦	111/12◦	資訊組長◦	6◦	問題分析與計畫撰寫◦	111/12◦	學務組◦	7◦	貝式刷牙法、牙線使用介入教學◦	112/02◦	健康中心◦	8◦	3 月早中晚潔牙紀錄推行◦	112/03◦	四甲導師◦	9◦	牙菌斑控制指數前測◦	112/03◦	健康中心◦	10◦	牙菌斑控制指數後測◦	112/04◦	健康中心◦	11◦	口腔保健硬筆字比賽◦	112/04◦	教學組◦	12◦	邀請衛生單位進行口腔衛生師生宣導 112 年 4 月 30 日時間 13:00-14:00。◦	112/04◦	教學處◦	13◦	辦理口腔保健家長講座。辦理時間 112 年 4 月 30 日 13:00-14:00。◦	112/04◦	教學處◦	14◦	口腔議題融入體育會活動當中◦	112/04◦	學務組◦	15◦	四年甲班進行口腔問卷後測◦	112/05◦	資訊組◦	16◦	研究報告撰寫◦	112/04-5◦	學務組◦
1◦	利用新生座談會向家長宣導◦	111/9◦	學務組◦																																																																	
2◦	利用松林資訊室等口腔衛生議題(附件二)◦	經常性◦	教學處◦																																																																	
3◦	推動每日午餐後潔牙，飯後播放潔牙歌，由導師督促學生確實潔牙並詳實紀錄。◦	每日◦	導師◦																																																																	
4◦	每週二進行全校小朋友進行含氟漱口水。◦	每日◦	健康中心◦																																																																	
5◦	四年甲班進行口腔問卷前測◦	111/12◦	資訊組長◦																																																																	
6◦	問題分析與計畫撰寫◦	111/12◦	學務組◦																																																																	
7◦	貝式刷牙法、牙線使用介入教學◦	112/02◦	健康中心◦																																																																	
8◦	3 月早中晚潔牙紀錄推行◦	112/03◦	四甲導師◦																																																																	
9◦	牙菌斑控制指數前測◦	112/03◦	健康中心◦																																																																	
10◦	牙菌斑控制指數後測◦	112/04◦	健康中心◦																																																																	
11◦	口腔保健硬筆字比賽◦	112/04◦	教學組◦																																																																	
12◦	邀請衛生單位進行口腔衛生師生宣導 112 年 4 月 30 日時間 13:00-14:00。◦	112/04◦	教學處◦																																																																	
13◦	辦理口腔保健家長講座。辦理時間 112 年 4 月 30 日 13:00-14:00。◦	112/04◦	教學處◦																																																																	
14◦	口腔議題融入體育會活動當中◦	112/04◦	學務組◦																																																																	
15◦	四年甲班進行口腔問卷後測◦	112/05◦	資訊組◦																																																																	
16◦	研究報告撰寫◦	112/04-5◦	學務組◦																																																																	

說明：擬訂當年度相關健康促進議題

說明：學校各處室口腔健促相關活動



說明：對教師與家長宣導



說明：高年級學生在潔牙前使用牙線



說明:學務組長對全校說明多喝白開水



說明:潔牙用具統一放置在通風處，並定期檢查與更換。

二. 健康教學與活動

1. 結合校訂課程與其他領域課程，健康促進議題融入健康教育程。
2. 辦理全校口腔衛教宣導活動，培育學生健康生活技能，養成自主健康管理習慣、並融入家庭，全家一起來。
3. 安排教師及志工進修口腔保健增能研習。
4. 一年級新生安排志工入班進行貝氏刷牙法潔牙指導。
5. 中年級以上學生使用牙線潔牙，落實餐後潔牙執行維護口腔生。
6. 於健康促進網路問卷施測前，請協助施測之教師提醒學生作答相關注意事項。



說明:護理師貝氏刷牙法教學



說明:雙語健康課教學



說明:親子刷牙



說明:晨讀志工受訓

三. 學校物質環境

1. 提供充足水龍頭、洗手台配置。設置飲水機，定期更換濾心與水質檢測，定期清洗水塔
2. 提供安全環境、穿堂海報標示校園危險區域。
3. 購置立鏡、牙菌斑顯示劑、牙線、牙刷，牙齒模型等提供貝氏刷牙法教學使用。



說明:每班購置擺放刷牙用具籃



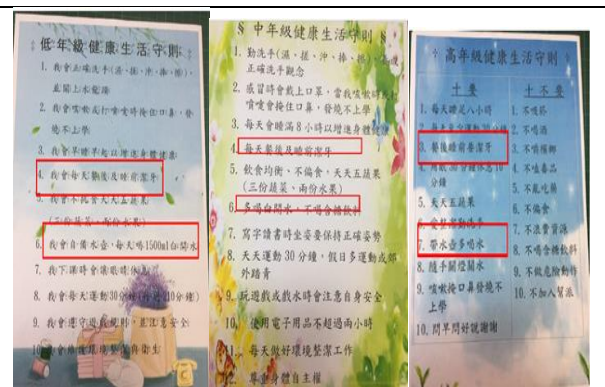
說明:親子運用牙菌斑顯示劑

四. 學校社會環境

1. 制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制度、勉勵持續保持無齲齒、自主餐後潔牙等良好行為學生。
2. 弱勢、就醫困難、有特殊需求學生適當協助與關懷。
3. 口腔保健情境佈置。
4. 未能就醫診療學生之協助。
5. 宣導養成學生餐後及睡前刷牙好習慣。



說明:112年度口腔保健書法比賽



說明:低中高年段健康班級公約



說明:巡迴牙醫入校協助



說明:112年度口腔保健繪畫比賽

五. 健康服務

1. 落實一、四年級學生健檢牙齒檢查與統計分析。
2. 口腔衛生異常學生落實轉診矯治。
3. 高齲齒、口腔衛生不良學生列冊管理，提供相關衛教，並辦理個案管理、追蹤輔導。
4. 高齲齒、口腔衛生不良學生家長知能輔導。
5. 落實窩溝封填矯治塗氟。
6. 與醫院合作牙齒塗氟到校服務。



說明:口腔保健宣講-學生



說明:例行性巡迴牙醫看診



說明：一、四年級牙齒檢查與統計



說明：學校獲贈診療椅，校牙醫入校

六. 社區關係

1. 結合聯絡簿小貼、健康小叮嚀、實踐通訊，傳達口腔衛教相關知能。
2. 結合運動會、新生家長座談、社區運動會等，辦理健康促進活動，邀請家長參與。
3. 邀請專家辦理健康議題 增能講座。
4. 結合社區醫療資源、相關單位合作，協助學校推動健康促進。
5. 指導學生健康生活技能融入家庭，親子一起培育自主健康管理習慣。
6. 利用學校網頁、川堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息。



說明：口腔保健宣導-家長-1



說明：口腔保健宣導-家長2



說明:迎新活動宣導貝氏刷牙法



說明:校慶運動會宣導口腔保健

學務宣導專欄

親愛的松林家長您好:

近來發覺學校裡有孩子攜帶零食,尤其是五顏六色的糖果到校,在下課甚至上課時間食用,糖果包裝隨處亂丟。孩子在非用餐時間吃零食容易造成正餐吃不下,因為無法及時清潔,而提升齲齒率,導致蛀牙。擁有健康的牙齒可以幫助學生正常咀嚼、發音清晰與面容的飽滿,使用含氟牙膏(1000ppm)正確刷牙,一天至少兩次、使用牙線、含氟漱口水、減少食用含糖食物,能夠維持您與孩子維護口腔健康。請您與孩子一起閱讀下面的宣導單張,守護牙齒健康囉!

松林國小學務組守護您的健康!

兒童保護牙齒五部曲

一 長牙就要看牙醫	開始長牙前1歲以前,至少要看牙醫1次 1-6歲之幼兒,每2-3週檢查一次 6-12歲兒童,每3-6月檢查一次 12歲以上,每年至少檢查一次
二 正確潔牙	學齡前幼兒水平來回刷,學齡兒童採用貝氏刷牙法,一天至少刷二次,睡前一定要刷牙。
三 均衡飲食	食物盡量多樣化,不甜食,不濃飲糖食; 控制攝食大量食物,少糖,少鹽,少油,多喝水,多纖維,更健康。
四 氟化物使用	使用含氟牙膏(1000-1500ppm)、含氟漱口水,定期塗氟,服用氟錠。
五 高溝封填	定期看牙醫,必要時乳牙也可做高溝封填; 恆牙第一次白齒完形萌發後即可操作。

說明:校刊上進行學務宣導



說明:學校觀星活動夜間親子刷牙

肆、成效:

一、量化部分

1. 口腔保健態度正向率達95.24%,結果顯示口腔保健態度正向率下降 ($p = 0.0829 > 0.05$) 但未達顯著差異。
2. 口腔保健知識正確率由67.14%提升到77.62%,顯著提升。
3. 學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率達85.71%,結果顯示學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率有改善趨勢 ($p = 0.1623 > 0.05$) 但未達顯著差異。
4. 學生睡前潔牙比率,結果顯示學生睡前潔牙比率有改善趨勢 ($p = 0.3293 > 0.05$) 但未達顯著差異。
5. 貝式刷牙法使用率由38.49%提升到70.24%,顯示透過護理師的教

學與各種講座與宣導，學生貝式刷牙使用率有明顯提升。

6. 學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率，結果顯示學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率有改善趨勢 ($p = 0.1623 > 0.05$) 但未達顯著差異。
7. 學生在學校兩餐間不吃零食比率，結果顯示學生兩餐間不吃零食比率提高 ($p = 0.6657 > 0.05$) 但未達顯著差異。
8. 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率，結果顯示比率下降 ($p = 0.0565 > 0.05$) 但未達顯著差異。
9. 正向心理健康口腔保健-正向情緒，結果顯示學生正向心理健康口腔保健-正向情緒得分提升 ($p = 0.3293 > 0.05$) 但未達顯著差異。
10. 正向心理健康口腔保健-正向關係，結果顯示正向心理健康口腔保健-正向關係得分提升 ($p = 0.7152 > 0.05$) 但未達顯著差異。

二、質性結果：

研究對象在提升潔牙技能(潔牙後的牙菌斑量減少)目標上，有大幅度的改善與提升。透過下表可以得知，研究對象的清潔次數有2/3以上的人達到早中晚都能清潔牙齒。

編號	潔牙未施作次數				符合次數總計	不符合次數總計
	早	中	晚	睡前		
401					124	0
402					124	0
403					124	0
404					124	0
405					124	0
406			30		94	30
407					124	0
408		1	24		99	25
409	1	7	13	3	100	24
410		2	27		95	29
411					124	0
412		1	1	2	120	4
413			31		93	31
414					124	0
415					124	0
416					124	0
418					124	0
419					124	0
420					124	0
421			9	7	108	16
422			10		114	10

而下表更能說明牙菌斑控制指數大幅進步，學生潔牙技能有顯著改善。透過教學、親子宣導、親子潔牙紀錄與牙菌斑顯示劑，多方促使學生在潔牙技巧上有明顯改善。

編號	總牙數面(前)	牙菌斑顯示面(前)	牙菌斑控制指數(前)	總牙數面(後)	牙菌斑顯示面(後)	牙菌斑控制指數(後)	改善率
402	108	46	42.6%	108	16	14.8%	28%
404	108	28	25.9%	108	8	7.4%	19%
406	108	16	14.8%	108	10	9.3%	6%
408	103	13	12.6%	103	6	5.8%	7%
410	108	25	23.1%	108	8	7.4%	16%
412	108	26	24.1%	108	23	21.3%	3%
414	108	15	13.9%	108	8	7.4%	6%
416	108	21	19.4%	108	6	5.6%	14%
418	108	15	13.9%	108	6	5.6%	8%
420	103	24	23.3%	103	15	14.6%	9%
422	108	21	19.4%	108	11	10.2%	9%
平均			21.19%			11.30%	

除了潔牙紀錄與牙菌斑控制指數的對照，本研究也針對家長進行問卷調查與訪談。調查資料顯示家長大多會跟著孩子一起潔牙並一起使用牙菌斑顯示劑，帶著孩子一起做的時候，孩子的意願與用心程度也相對提高了，家長表示孩子會分享怎麼刷牙才完整，有些孩子甚至是每天都會潔牙，有紀錄表時會更主動去潔牙，不太需要提醒。

此外，家長不約而同表示口腔衛生知能講座(家長場)非常生動，顯示本校家長樂於吸收新知，講師有趣的引導也讓口腔保健知識變得平易近人。

伍、分析改進：

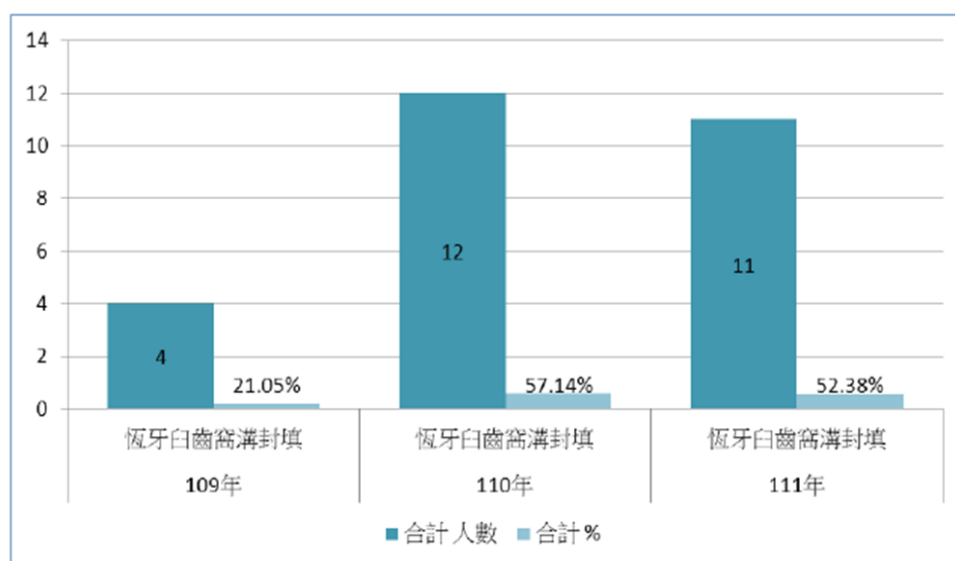
一、齲齒率從109年到112年逐年下降

1. 學校 109~111 學年度齲齒率狀況

學年度	牙科類別	男		女		合計*		齲齒率
		人數	%	人數	%	人數	%	
109年	未治療齲齒率	5	55.56%	2	20.00%	7	36.84%	73.68%
	已治療齲齒率	2	22.22%	5	50.00%	7	36.84%	
110年	未治療齲齒率	1	10.00%	2	18.18%	3	14.29%	66.67%
	已治療齲齒率	6	60.00%	5	45.45%	11	52.38%	
111年	未治療齲齒率	3	25.00%	2	22.22%	5	23.81%	47.62%
	已治療齲齒率	6	50.00%	2	22.22%	8	23.81%	

補充說明:依上圖表顯示本校齲齒率有逐年遞減趨勢，學校透過口腔保健宣導、課程融入口腔議題、訂定校園含糖飲料與零食管理政策、牙醫師入校服務及持續推動餐後潔牙撥放潔牙歌...等等，學童了解擁有一口好牙的重要，知道餐後潔牙的好處；每當午餐飯後都可以在校園裡看到學童主動拿起刷牙工具來做潔牙。

2. 窩溝封填率逐年提升



109-111年窩溝封填施作率狀況

二、改進策略：

1. 與家長、教師一起制定並遵守少喝含糖飲料，並不以含糖飲料為獎勵。
2. 宣導升小一之前進行治癒齲齒。
3. 宣導即使在餐後潔牙的重要性，含氟牙膏1000PPM
4. 運用牙菌斑顯示劑進行潔牙。