

新竹市香山區虎林國民小學 114 學年度健康促進學校計畫

成果報告--口腔保健議題

壹、學校背景分析

本校位處於新竹市香山區，是一所小型學校，幼稚園加上一至六年級共有 21 班，學生數約 430 人，教職員工約 60 人。經調查，本校低收入、中低收入、新住民家庭、單親家庭(含寄養)及隔代教養學童比例偏高，學區家長大部分屬於勞工階層，由此顯示家庭社經地位較普通，且普遍缺乏健康生活型態的相關知識。

113 學年度推動口腔健促計畫後，小一齲齒率由上學期的 55.56% 下降至下學期的 46.67% (全市 113 學年度 32.35%)，小四齲齒率由上學期的 50% 下降至下學期的 38.64% (全市 113 學年度 26.54%)，雖有進步，但仍高於全市平均；另，本校 113 學年度齲齒複檢率 92.93%，低於全市 93.64%。齲齒盛行率的偏高，顯示本校學童及家長對於口腔保健的重要性、正確的預防方式及異常複檢的重要性認知仍需要加強。

貳、本校口腔保健議題指標

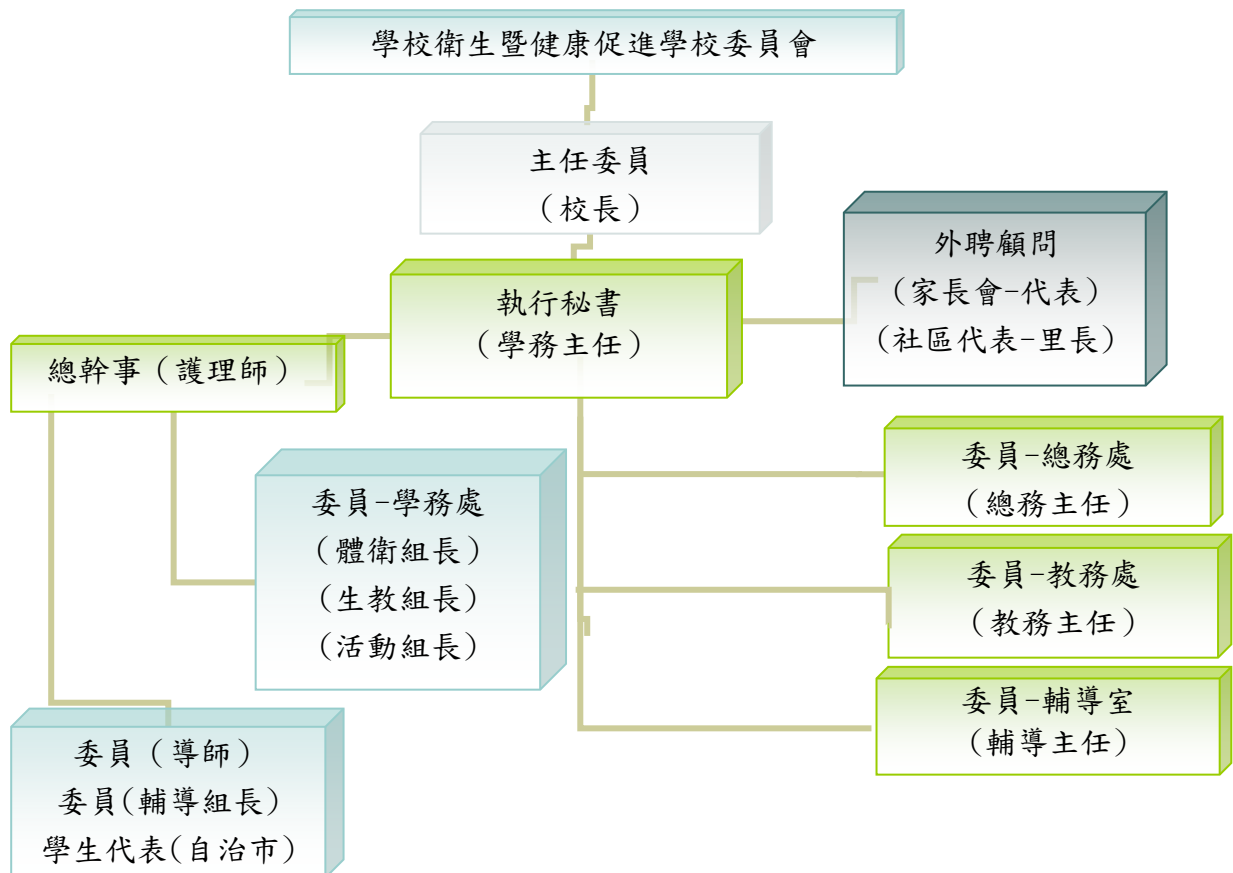
新竹市114學年預期成效指標	本校114學年預期成效指標
1. 初檢齲齒率 (1) 1年級 32% 以下 (2) 4年級 26% 以下 (3) 7年級 20% 以下 2. 國中小初檢齲齒率平均數以上的學校，各校進步幅度0.5%以上。 3. 口腔檢查異常學生矯治率後測達： (1)國小85%以上(2)國中85%以上 4. 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)以上比率：國小達76.50% 5. 含氟漱口水執行率95%。 6. 國小學校每學年辦理潔牙活動至少1場。 7. 學生睡前正確潔牙後測比率： (1)國小95%以上(2)國中95%以上 8. 國小高年級每日至少使用一次牙線比率： 國小後測增加1%以上。	1. 初檢齲齒率 (1) 一、四年級各下降1%。 2. 全校齲齒率進步0.5%以上。 3. 口腔檢查異常學生矯治率達：90%以上 4. 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)以上比率：達90% 5. 含氟漱口水執行率達95%。 6. 每學年辦理潔牙活動至少1場。 7. 學生睡前正確潔牙後測比率：95%以上 8. 國小高年級每日至少使用一次牙線比率： 後測增1%以上。

<p>9. 吃完東西後有白開水漱口或用牙線、或潔牙： 健康行為有益心理健康 (1) 國小1%以上(2) 國中1%以上</p> <p>10. 每半年檢查牙齒： 健康行為有益心理健康 (1) 國小1%以上(2) 國中1%以上</p> <p>11. 國小4年級學童窩溝封填施作率。</p>	<p>9. 吃完東西後有白開水漱口或用牙線、或潔牙：後測增1%以上。</p> <p>10. 每半年檢查牙齒：後測增1%以上</p> <p>11. 本校四年級學童窩溝封填施作率。</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------

參、實施策略

一、學校衛生政策方面

1. 加強學校衛生暨健康促進推行委員會運作，每學期召開兩次會議，共同制定學校衛生及健康促進議題政策，完成校園口腔保健需求評估計畫。
2. 擬定校園口腔保健計畫的重點及推行之優先次序，協調校內或校外資源互動與整合以增強學校本身的能力。健康促進學校計畫活動納入行事曆。
3. 計畫執行後進行評值與檢討工作，做為往後推動之依據參考。



新竹市香山區虎林國民小學學校衛生暨健康促進推行委員會組織架構圖

新竹市香山區虎林國民小學學校衛生暨健康促進推行委員會職掌

職稱	姓名	編 組 任 務
主任委員兼召集人	謝 佳 擘 校 長	綜理本校學校衛生暨健康促進相關事宜，主持委員會議。
執行秘書 - 學 務 主 任	李 建 沛 主 任	負責督導各項工作計畫之執行，協調相關處室配合執行健康促進相關活動。
總幹事 - 護理師	張 蔓 菁	計畫撰寫、活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫，彙整成果撰寫。
委員 - 教務主任	呂 秋 璇 主 任	負責健康促進教學活動之配合，統整教學之規劃，課程安排事宜。
委員 - 總務主任	朱 國 清 主 任	負責營造維持健康促進學校校園環境之規劃及執行。
委員 - 輔導主任	何 兆 軒 主 任	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
委 員 - 體 衛 組 長	范 姜 俊 傑 組 長	負責指導學生日常生活健康行為之評估，及協助口腔保健活動相關活動之推展。
委 員 - 活 動 組 長	王 心 玫 組 長	配合辦理校內相關藝文競賽活動及其他相關宣導活動。
委 員 - 生 教 組 長	黃 玟 瑜 組 長	口腔保健活動協助執行。持續強化餐後潔牙的落實。
委 員 - 輔 導 組 長	吳 采 媛 組 長	協助各項計畫活動之推展。
委 員 - 教 師 導 師	各 學 年	負責課程聯絡與協助活動宣導，學生健康行為觀察、隨機教學、協同家長及學務處、教務處及輔導處一同輔導學生。
委 員 (自 治 市)	張 璇 環 衛 局 長	負責進行兒童朝會健康促進宣導。
顧 問 (家 長 代 表) - 家 長 會 會 長	張 君 源 會 長	協助家長會配合學校宣導「學校衛生暨健康促進」各項事宜。

二、健康教學與活動

1. 健康服務方面

- (1)確實執行牙齒檢查，114 學年度達到全面性 100%篩檢率，複檢率達 91.85%。
- (2)建立學生之健康資訊檔案，以利轉介及後續追蹤，達到完善之口腔保健健康服務。
- (3)個別了解齲齒學生，未達矯治完成的各種因素，並根據原因給予實際協助。貧困生部分，申請相關補助費用協助就醫矯治。
- (4)每周抽各班一名學生進行牙菌斑檢測，檢測前先進行重點衛教。
- (5)對於每月超過 5 次未實施潔牙的學生給予個別指導。
- (6)小一新生入學時贈送牙刷組，開學第一天一起餐後潔牙。

2. 健康教育課程與宣導

- (1)從口腔保健知識、態度、行為三方面，配合本市口腔保健知識前測，對抽測結果進行相關宣導衛教等促進活動後，於下學期進行後測。
- (2)推行早餐後潔牙、午餐後潔牙、使用含氟漱口水；推行多喝白開水不喝含糖飲料等促進活動。
- (3)各年級健康領域及綜合領域、低年級生活領域課程計畫融入口腔衛生議題，進行口腔保健教學課程。
- (4)寒假作業加入全市藝文競賽題目，選出優良作品送件參加新竹市口腔保健健促藝文競賽。
- (5)不定期張貼口腔保健宣導海報。班級製作口腔保健壁報進行張貼宣導。
- (6)辦理口腔保健教師研習，介紹口腔疾病、潔牙知識及矯治與預防方法，以提高教師自我口腔照顧之能力。
- (7)進行四年級各班口腔課程，加強牙線及貝氏刷牙法教學，並利用學習單進行評量學習成效。
- (8)晨會時間撥放口腔宣導影片，讓學生更能清楚了解口腔保健知識。
- (9)各班進行『教室靜坐潔牙』活動，配合牙線潔牙音樂進行牙線使用及貝氏刷牙法潔牙。
- (10)結合馬偕醫院辦理學童口腔保健宣導講座，增加學生口腔保健知識及蛀牙預防方法。

三、物質環境方面

1. 提供公費含氟漱口水給學生使用，進行每週一次含氟漱口活動，每學期達 20 週次，協助孩子預防齲齒。
2. 幼兒園學童執行午餐餐後潔牙並請老師適時進行家長宣導衛教。
3. 宣導品選擇實用性高的牙刷組，提供學童實質的潔牙工具。
4. 請全校教職員共同加強校園食品管理，全面宣導減少用含糖飲料或零食作為獎勵品，避免學童攝取過多含糖食品，並建立多吃蔬果少吃零食的整體氛圍。
5. 校園洗手台設備的維護，提供孩子方便且乾淨的潔牙空間。
6. 班級內統一裝設潔牙用具置放區，讓潔牙用具有乾淨整齊的擺放位置。
7. 健康中心備有口腔教學用大書及模型，提供老師教學時使用。

四、社會環境方面

1. 每日餐後播放潔牙歌，讓學童跟著潔牙步驟進行餐後潔牙。
2. 學校網頁提供口腔保健相關資訊，配合各單位推廣口腔保健各項宣導活動及措施。
3. 公開獎勵協助推展口腔保健績優的老師。學生方面的獎勵，結合生活護照，對於每月刷滿潔牙次數、繳交口腔回條及確實執行含氟漱口次數的學生，給予老虎章認證。
4. 對教職員加強宣導，不要以含糖飲料或甜食作為獎勵品。

五、社區關係

1. 利用家長會日或校慶活動辦理健康促進議題宣導，建立家長正確觀念(包含睡前潔牙、恆牙窩溝封填及含氟 1000ppm 牙膏使用)。
2. 加強親師聯絡活動，如家庭聯絡簿、宣導單張、寒暑假檢核表或群組訊息等。
3. 實施親師聯絡簿上每日功課有睡前要刷牙項目，以提醒家長須督促孩子睡前刷牙。

肆、實施成果暨分析探究

- 一、依據各年段齲齒盛行率顯示，一年級新生齲齒率 50%，較 113 學年度下降了 5.56%，各年級齲齒率與 113 學年度同一群體相比，都有明顯的下降，達到進步幅度 1% 以上指標。全校齲齒率也由 44.91% 下降至 36.29%，達成指標。

新竹市香山區虎林國小 110~114 學年度各年段齲齒率					
學年度	110 齲齒盛行率	111 齲齒盛行率	112 齲齒盛行率	113 齲齒盛行率	114 齲齒盛行率
一	63.64%	54.79%	53.45%	55.56%	50%
二	59.38%	52.94%	54.67%	44.64%	49.18%
三	53.41%	52.38%	51.56%	58.33%	28.07%
四	49.53%	41.18%	35.48%	50.00%	46.15%
五	47.76%	38.46%	45.98%	30.16%	32.84%
六	24.66%	33.33%	27.88%	32.94%	14.93%
全校	49.46%	44.88%	43.56%	44.91%	36.29%

二、依據本校111~114學年齲齒複檢率統計表得知，114學年度複檢率為91.85%，口腔檢查異常學生矯治率達:90%以上，達成指標。

虎林國小 111-114 學年口腔檢查複檢率統計表

年級	111 複檢率	112 複檢率	113 複檢率	114 複檢率
一	83.33%	100.00%	91.67%	95.24%
二	88.57%	94.87%	96%	83.33%
三	82.35%	93.94%	95.45%	100.00%
四	97.14%	87.50%	96.88%	97.22%
五	82.50%	82.05%	89.47%	81.82%
六	90.91%	68.97%	85.71%	100.00%
總計	87.02%	88.21%	92.93%	91.85%

三、由下表可知，本校 114 學年度午餐餐後潔牙率及含氟漱口全校執行率皆均維持在 95%以上。

虎林國小 111~114 學年潔牙率及含氟漱口率統計表				
項目	111 學年度	112 學年度	113 學年度	114 學年度
潔牙率	98.37%	96.91%	99.39%	99.95%
含氟漱口率	98.37%	99.34%	99.48%	99.75%

四、由本市健促問卷前後測統計結果比較得知，學生睡前正確潔牙後測比率皆有達到 95% 以上。國小高年級每日至少使用一次牙線比率，後測增加 3.71%，達到指標。

年級	學生午餐後 潔牙		學生午餐後潔牙搭 配合氟牙膏(超過 1000ppm) 潔牙比率		學生睡前潔牙 比率		國小高年級學生每日 至少使用一次牙線 比率	
	前測	後測	前測	後測	前測	後測	前測	後測
4 年級	100%	100%	70.00%	96.00%	70.00%	96.00%	-	-
5 年級	88.89%	100%	81.48%	96.30%	87.04%	96.30%	74.07%	77.78%

五、另前後測結果發現，吃完東西後有白開水漱口或用牙線、或潔牙，達成增加1%以上的目標。每半年檢查牙齒後測也達到增加1%以上的目標。

年級	吃完零食後， 學生有漱口或潔牙		喝完含糖飲料後， 學生有漱口或潔牙		每半年檢查牙齒	
	前測	後測	前測	後測	前測	後測
4 年級	84.00%	100%	76.00%	100%	100%	100%
5 年級	70.37%	92.59%	62.96%	92.59%	96.30%	100%

六、由下表可知，四年級窩溝封填率也從 43.8% 上升至 47.44%，有明顯的上升。

110-114 學年度窩溝封填率					
年級	110 學年度	111 學年度	112 學年度	113 學年度	114 學年度
一年級	1.5%	8.6%	12.3%	1.6%	4.76%
二年級	23.7%	37.3%	26.8%	21.4%	29.51%
三年級	44.2%	55.9%	45.5%	38.9%	42.11%
四年級	41.4%	50.6%	55.6%	43.8%	47.44%
五年級	30.3%	34.6%	50.0%	63.5%	41.79%
六年級	29.6%	28.8%	35.6%	48.2%	52.24%
全校	30.2%	35.9%	38.3%	37.2%	38.71%

七、口腔保健健康促進活動辦理宣導場次詳如下表。

新竹市虎林國小 114 學年度健康促進-口腔保健議題宣導活動場次一覽表			
日期	內容	對象	講師
114/10/21	一年級口腔保健宣導	一年級	張蔓菁護理師
114/11/28	口腔保健宣導講座	高年級師生	朱晨瑜牙醫師
114/12/01~31	潔牙及牙線技巧課程分班教學	四年級各班	張蔓菁護理師
115/05/20	口腔營養雙重守護	中年級學生	劉美靜營養師
115/05/26	貧困生口腔衛教	1-6 年級貧困生	張蔓菁護理師
115/05/27	口腔保健教師研習	全校教職員工	邱上珍牙醫師

伍、檢討與建議

- 一、小一新生齲齒率普遍偏高，但有逐漸進步，應持續加強幼兒園口腔保健宣導。
- 二、學區內無牙科診所，需要往市區牙科複檢，降低家長帶學童複診意願。
- 三、學生攜帶零食點心到校的狀況很常見，原因是要留到課後安親班時補充能量，所以要全面禁止攜帶零食是有困難的。加強向家長宣導零食與點心選擇的重要性。

陸、活動成果



照片說明：每周抽測牙菌斑



照片說明：寒假作業優良作品



照片說明：貝氏刷牙課程教學



照片說明：牙線教學



照片說明：貧困生口腔衛教課



照片說明：班親會進行窩溝封填宣導



照片說明：牙齒檢查



照片說明：口腔營養雙重守護宣導講座



照片說明：口腔壁報專刊



照片說明：教師口腔衛教研習



照片說明：中年級口腔保健宣導講座



照片說明：低年級口腔宣導講座



照片說明：班級靜坐潔牙



照片說明：提供牙刷牙膏組宣導品

承辦人：

組長：

主任：

校長：