

兒童口腔衛生

一、乳牙的重要性：

1. 咀嚼幫助消化
2. 促進頷骨的生長
3. 幫助發音
4. 美觀的維持
5. 引導恆牙生長至一定位置

二、第一顆永久白齒長出的時間：

約在六歲。

三、引起蛀牙的原因：

1. 甜食
2. 細菌
3. 口腔衛生不良
4. 營養不均衡

四、何時應開始維持口腔衛生？

在出生後，餵奶後即給少量開水清潔口腔的奶渣，長牙後除食後餵開水外，每天以紗布或棉花棒擦一次牙齒。



五、開始刷牙的年齡：

約兩歲或在乳牙長齊時。

六、刷牙的方法：

旋轉法或貝氏法，只教一種，動作要輕。

七、刷牙的時間：

三餐後(以睡前的一次最重要，加刷牙線)，若晚餐後再進食，則睡前要再刷。

八、父母的角色：

協助孩子刷淨直到約九歲小孩能自己刷淨時，才讓孩子自己負責(先由孩子刷，父母再刷)。

九、每半年檢查一次，早期發現，早期治療。

祝您健康愉快！



北醫健康諮詢專線(02)2738-7416



臺北醫學大學附設醫院 957
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY HOSPITAL 印製