

選擇適當的牙刷

- (1) 選擇較小刷頭與軟毛牙刷。
- (2) 選擇或設計較好握住的牙刷柄。



使用適當的牙膏量



固定頭部位置



利用牆角或是輪椅頭靠固定頭部，從特殊需求者前方來進行潔牙工作。看到哪，刷到哪。

製造潔牙的空間

使用較粗的牙刷柄或是張口棒輔助張口或撐開嘴角。看到哪，刷到哪。

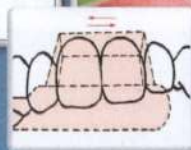
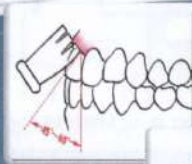


潔牙基本功

潔牙是最有效也最便宜的口腔疾病預防保健方法，受惠在願意實踐的每個人。



- (1) 固定頭部位置。
- (2) 製造潔牙的空間。
- (3) 使用正確潔牙方法：看到哪，刷到哪。
- (4) 適時給予休息，吐出泡泡或是紗布擦拭清除。



貝氏刷牙法

- (1) 牙刷刷毛放在牙齒與牙齦之間角度呈45度~60度。
- (2) 兩顆牙，兩顆牙的距離前後方向來回刷牙。
- (3) 輕輕刷，每顆牙齒刷10~15下。
 - ★ 僅能清潔牙齒的頰面(頰側面)，舌側(腭側面)，咬合面。
 - ★ 刷後牙頰側面時，請嘴巴不要張口太大，才刷得到最後一顆牙齒。

牙齒鄰接面

- (1) 清潔工具：牙線、牙線棒或牙間刷
- (2) 清潔方法：



- ★ 牙線要入牙齦溝，上下刮一刮！重複2至3次。
- ★ 牙線緊貼牙面成“C”字型。



3~6個月，定期看牙醫！

- ★ 應選擇適當粗細的牙間刷。
- ★ 刷毛要放在牙齒與牙齦之間，使牙間刷按照圖片中箭頭的方向清潔。

我們的特殊需求者

- (1) 還不會照顧自己的小朋友
- (2) 行動不方便的長輩
- (3) 領有身心障礙手冊民眾

特殊需求者依照其障礙類別，肢體功能、理解程度或是配合程度給予專屬的潔牙方法，此衛教單僅提供概念性方法，若有疑問請詢問專業牙科醫護人員。

★★特殊需求者牙科門診目前僅提供持有身心障礙手冊或發展遲緩證明之民眾，歡迎來電詢問與多加使用！



交通資訊

1. 搭捷運民眾 -
(高雄營運時間每日06:00~23:30，班距尖峰時間10分，離峰時間15分。)
 - 捷運凹子底站轉乘：紅35路至本院。
 - 高鐵左營站轉乘：紅35路、紅50路至本院。
 - 捷運生態園區站轉乘：紅35路、紅50路至本院。
2. 開車民眾 -
 - 利用國道1號(中山高)：由鼎金系統交流道左營出口(右側)下高速公路，接大中路右轉進榮總。
 - 利用國道3號(南二高)：轉入東西向10號快速道路往西之高雄方向，於左營出口(右側)下快速道路，接大中路右轉進榮總。



高雄榮民總醫院特殊需求者牙科門診
地址：高雄市左營區大中一路386號門診大樓B1F
電話掛號：(07)346-8214; (07)346-8213 專人接聽
特牙門診時間：每週一至週五 下午2:00~5:30



高雄榮民總醫院

口腔醫學部
特殊需求者

基本潔牙方法

Basic Oral Hygiene Instruction
for Special Needs

104年8月

