忠孝國小含氟漱口水實施方式

一、實施時間：每週一次。每週二午餐潔牙後，遇假日則順延一天。

二、實施方式：

1. 家長通知單的發放及回收，確認家長參與意願，並統一收齊後交由健康中心護理師保管存查。
2. 請各班完成登記名冊。
3. 導師觀看含氟漱口水 DVD，以了解如何指導及使用，請至健康中心借閱。
4. 含氟漱口水影片教學，亦可請點選校網上方檔案中心-忠孝對外檔案中心-健康中心(資料夾)，點選含氟漱口水之影片。
5. 請導師指導使用，勿讓學生獨自操作。
6. 請導師協助記錄學生漱口情形，若學生當天缺席可於第二天補漱。
7. 紀錄單於學期的最後一週統一收回健康中心。

三、漱口水流程：

1. 紀錄學生執行情形於漱口紀錄表上。
2. 正式實施漱口水前，為確保學生學會如何正確的漱口，以達到真正預防齲齒的功效，並向學生說明含氟漱口水的意義，建議先排定練習漱口水日期。
3. 練習漱口水日期，建議於正式實施漱口水前一天，以白開水漱口；於漱口過程中，由老師先向學生說明漱口水的要點及注意事項，然後請老師先示範，最後發令讓學生一起漱口，並依老師的手勢停止，再吐出。
4. 不願意參加之學童，亦請用白開水代替。
5. 老師向學生說明漱口的要點及注意事項：
 - (1)請學生先將鼻涕擤乾淨，避免漱口時呼吸不順暢。
 - (2)發給每位學生一份漱口水及紙巾，老師亦自備一份。
 - (3)漱口水不可吞食。
 - (4)老師要學生將漱口杯放在嘴邊，老師按下碼錶說「開始」，學生就將漱口水導進口中，並用力來回漱口。
 - (5)漱口時間為一分鐘，漱口時「閉住牙齒、用力漱口」，將口內的漱口水充分用力地「上上、下下、左左、右右」來回漱口，讓漱口水可以完全清潔到每一個牙面及牙間隙縫。直到老師說「停」，學生即停止漱口，並將口中的漱口水吐在原來裝漱口水的小杯中，並用紙巾拭嘴。
 - (6)在學生漱口時，老師要監督學生是否確實漱口，學生若只是搖頭晃腦或沒有充分用力漱口，請給予糾正。
 - (7)用過的漱口水及紙巾，以大塑膠袋或垃圾桶統一收集後丟棄。
 - (8)漱口後 30 分鐘內請勿飲食或以清水漱口。

四、突發事件的處理：

誤食 10c.c. 漱口水含氟量不致過量，可給予一杯牛奶以減緩氟之吸收，但若吞服超過 100c.c. 之漱口水、有不適症狀(如:噁心、嘔吐、腹痛等)，應至鄰近醫院做進一步處理。