



臺中市健康促進學校之口腔保健行動研究

—石城國民小學101年「健康牙齒我最行」口腔教育宣導成效探討



學校概況

本校是一所位於鄉間省道旁的小型學校，有普通班7班、幼兒園1班、特教班2班，共10班，學生人數約為146人，教職員工共28人，教師平均年齡為40歲，正值青壯年時期。有高度的教學熱忱及豐富教學經驗，且大部分為本地人。學區內果樹林立，商店、醫療院所稀少。學生家長多為務農，且隔代、單親及新住民比例較高，一般而言健康概念較薄弱。希能將口腔衛生知能融入於課程中，建立學生正確的健康觀念，並能落實於日常生活中。

目的

本校為臺中市健康促進學校之口腔保健推動學校之一，推行口腔保健議題為學校一貫政策，本研究主要目的在瞭解衛生教育知識短期介入國小中、高年級學生，藉由口腔教育的宣導實施，能讓學生的口腔保健知識、口腔保健態度與行為有所進步。

對象

本研究以臺中市石城國民小學中、高年級學童共計100名(男生50人 女生50人)為研究對象。

方法

本研究採用之研究工具為填答式問卷，量表主要是採用臺中市自製研發口腔問卷作為前、後測追蹤工具。

口腔問卷內容有口腔保健知識、口腔保健態度、口腔保健行為及人口學變項等四部份，此次研究針對問卷內容之口腔知識、行為、態度做為分析。

前、後測資料收集時間為於民國101年12月14日至102年4月12日期間完成施測。

結果分析

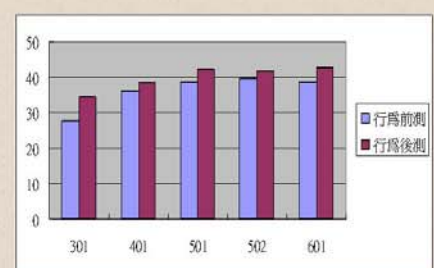
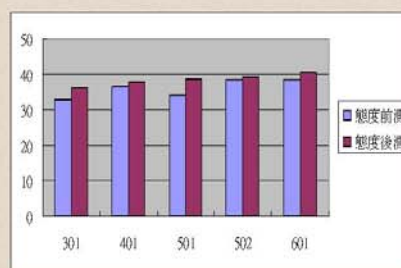
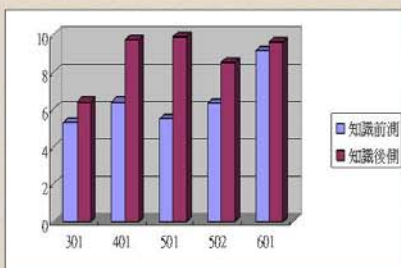
本次研究前、後測結果發現，學生口腔保健知識前測平均數為6.76，後測平均數為8.89，前、後測成對t檢定P值<.001，達顯著差異；學生口腔保健態度前、測平均數為36.11，後測平均數為38.28，前、後測成對t檢定P值<.05，達顯著差異；學生口腔保健行為前測平均數為35.85，後測平均數為38.89，前、後測成對t檢定P值<.001，達顯著差異，結果後測優於前測。

結論

本研究以口腔教育宣導為主軸，以國小中、高年級學生為研究對象，來探討口腔教育宣導介入成效，比較各年級口腔教育介入後結果。經統計結果分析發現，短期的口腔教育宣導介入，對於學童的「口腔保健知識」、「口腔保健態度」、「口腔保健行為」均有顯著成效，可見於口腔衛生教育的介入對於學童而言是有益處的，口腔衛生教育的介入能讓學童增加知識進而養成餐後潔牙的行為與態度，應能有效減少學童的齲齒比率。顯示學童的潔牙行為能透過好的口腔衛生教育宣導來增強其頻率。不間斷的加強良好口腔保健概念，讓學童將知識轉化為技能且能運用於日常生活中，是長期且須持續努力的目標。

建議

1. 本次行動研究結果顯示，在國小階段實施口腔衛生教育介入仍是具有意義的。
2. 此次研究僅針對短期口腔衛生教育宣導評估其成效，日後針對學校健康促進介入活動時，由學校全面性的推動，更能建立並強化學生的口腔保健知識，進而改變其態度與行為。



制定學校衛生政策	健康服務	健康教學與活動	學校物質環境	學校社會環境	社區關係
成立口腔保健工作小組 1. 由校長擔任召集人，家長會長及三處室主任為當然委員，訓導組長、學校護理師、級任導師、家長、學生自治團體等組成。 2. 定期召開健康促進口腔保健學校衛生委員會，並將本議題列入校務計畫及學期行事曆。共同討論推行方案及活動，尋求共識與支持。 3. 制定101學年度餐後潔牙實施計劃。	不定期進行週會、晨會、班級宣導 1. 建立學生健康檔案。 2. 舉辦「我的牙齒亮晶晶」宣導牙齒保健的重要性。 3. 於晨會搭配防菸、戒檳、從齒健康」講座。 4. 發下口腔檢查通知單，通知家長帶學生至合格醫療院所進行口腔節檢及齲齒矯治。 5. 提升家長對於學童口腔保健的重視，發下「口腔知識大會考」單張作為宣導。	口腔衛生學習活動 1. 鼓勵學童參與口腔保健四格漫畫比賽，並辦理校內初賽。 2. 口腔保健教學列入學校課程計劃中。	建置校園潔牙環境 1. 提供足夠的洗手台設備。 2. 提供足夠的潔牙工具給學童作為替換。 3. 學校備有牙齒模型，作為貝氏潔牙的示範教學用。 4. 張貼口腔保健宣導標語及海報。	形成全校重視口腔保健氛圍 1. 每月發下「健康牙齒我最行」供學生作為自我管理記錄。 2. 中午時間由潔牙小幫手定時播放潔牙歌，於週二廣播口腔保健知識。 3. 整體健康氛圍營造定期舉辦健康講座。	親職教育的配合 1. 利用聯絡簿，給家長的一封信，向家長宣導口腔保健的重要性。 2. 利用學校跑馬燈宣導「恆齒健康用到老，餐後潔牙不可少」健康標語。 3. 鼓勵家長定期帶子女作口腔檢查及矯治，由家長輔導紀錄晚餐及睡前刷牙情形。 4. 請家長適量安排並參與學習活動。