

附件 6



# 防齲 5 部曲



- 1.定期就醫
- 2.正確潔牙
- 3.接受窩溝封填
- 4.均衡飲食，少吃甜食
- 5.多運用氟化物保護牙齒，降低蛀牙機率

## ◎一起來學【貝氏刷牙法】！

### 1.正確握牙刷

( 大拇指向前伸,像是比「棒」的姿勢一樣 )

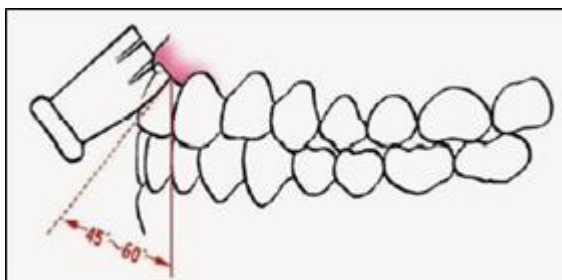
2.刷毛與牙面成45~60度涵蓋一點點牙齦。

3.每次刷兩顆。

4.左右來回刷十次。

5.刷上排牙齒，牙刷刷毛朝上

刷下排牙齒，刷毛朝下。



班級：

座號：

姓名：

◎『從小保護牙，老來不缺牙』

暑假期間憑牙科醫療院所戳章

開學後交回學務處

即可獲贈精美小禮物一份。

診所戳章處

