

貝氏刷牙法教育下的省思

簡天正

歐其口衛推廣中心顧問牙醫師羣及口衛士們；正為民衆特別是學童探討貝氏刷牙法為潔牙教材所產生的種種推廣困難及阻礙，發現傳統教育體制下宣傳潔牙是件嚴肅；且為半強迫式的養成，於是乎產生純屬應付式的習慣性質，不若洗澡洗頭般地舒暢快感，尤其潔牙比賽出現了技巧獎及美姿獎，完全忽略潔牙樂趣引導教育下的社會心理學層次問題，加上坊間不斷生產各式各樣多功能全方位的牙刷牙膏及清潔用品，與學校教材及牙醫師提倡的貝氏刷牙法卻使用不上，於是乎牙醫界及教育學者大喊潔牙成績不夠理想，齲齒率提高之餘，廠商也很少支持宣導並製造配合貝氏刷牙法使用的廠牌工具，到底是宣傳刷牙方法太死板呢；還是潔牙工具需求統一呢，假如後者牽涉廠商利益執行不便，不如前者將潔牙有準繩卻要能變通。筆者認為台灣牙醫界在全民健保實施當前，應提倡口腔衛生士專業人員養成，以多方面教育服務民衆患者，每個獨立個體所能取得及使用習慣的個性產品如何地善用，再加強正統潔牙教育方法合而為一才是。

譬如每個人是否至少應有「兩把刷子」；

特別針對牙齒清潔與針對牙齦按摩用的，針對家用習慣與針對外出功能用的，針對生理性牙齦炎與針對病理性治療維持用的，針對整體口腔保健與針對特別死角運用的…等等。

這些思考方向延伸；每日早晚正規刷牙，當日進食後宣導「清刷」運動，以強調刷牙外再增加清潔次數；用一杯水一把牙刷，不限時間地點，進行快速有效率的潔牙為輔助，另外特別對牙周手術過及矯正、植牙、做假牙者，再施予特別清潔教學方法及輔助工具使用，並定期照會家庭牙醫師做例行口腔健康檢查，如此方能達到最佳的潔牙效果。

最後學習日本口衛推廣加強民衆保健的誘因；強調口腔衛生與人際關係有關；與食能力成正比，與社會活動力加成；與身心健康連成一線，與年長抵抗力；癱瘓、癡呆預防皆有影響，那「8020」目標當然能達成，希望能提供給強調貝氏刷牙教育者深省之。

簡歷／高雄醫學院牙醫學士

日安牙醫診所負責醫師

高雄歐其口衛店負責醫師

北市牙醫師公會及全聯會於年底及明年初

將改選理監事

有興趣的校友

請密切注意牙橋後續報導
