**112學年度健康促進學校口腔保健問卷**

親愛的同學:你好！

 這份問卷主要是想了解學校推動口腔保健方面的成效狀況，你個人所填寫的結果會保密，只做整體研究分析使用，不會公開，不會算成績，也不會對學校造成影響，所以請你安心的依實際的生活情形填寫。

 回答調查表時，請依照說明去做。謝謝你！

敬祝 學業進步，身體健康！

**一、口腔保健行為：**

 以下各題，是想了解你平日清潔口腔的習慣，請仔細閱讀每一個題目，並在□內勾選一個符合你的選項，請按照你的實際情形作答。

|  |
| --- |
| 1. 你的牙齒曾經有蛀牙嗎？（從以前到現在）

 □1.沒有 (請跳填第3題) □2.有，我曾經有\_\_\_\_\_\_\_\_顆蛀牙。(請繼續填第2題)2. 你被檢查出蛀牙後，是否有拿學校的複檢單到牙醫診所就診治療？ □有 □沒有。沒有去的原因是?(可複選) □ 1.害怕看牙醫□ 2.父母沒空帶我去□ 3.牙醫診所離我家太遠 □ 4.我的牙齒不會痛，不必去 □5.其他，請寫下原因   |
| 3. 過去一週，你起床後是否天天都有刷牙？□是 □否 |  |
| 4. 過去一週，你早餐後是否天天都有刷牙？□是 □否 |  |
| 5. 過去一週，你午餐後是否天天都有刷牙？□是 □否 |  |
| 6. 過去一週，你晚餐後是否天天都有刷牙？□是 □否 |  |
| 7. 過去一週，你睡前是否天天都有刷牙？ □是 □否 |  |
| 8. 刷牙時會用含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)刷牙嗎? □是 □否 |  |
| 9. 過去一週，你是否有使用牙線潔牙？ □是 □否 |  |
| 一 週有幾次? |  |
|  □ 1次 □ 2次 □ 3次 □ 4次 □ 5次 □ 6次 □ 7次以上 |  |
| 10. 你一星期在學校會吃幾次零食？例如：糖果、餅乾、巧克力等等…。 □我在學校不吃零食 □ 1次 □ 2次 □ 3次 □ 4次□ 5次 □ 6次 □ 7次以上 |  |
| 11. 你一星期在學校會喝幾次含糖飲料？例如：多多、汽水、奶茶、紅茶等。 □我在學校不喝含糖的飲料 □ 1次 □ 2次 □ 3次 □ 4次 □ 5次  □ 6次 □ 7次以上 |
| 12.你用什麼方法刷牙? □1.橫擦法：刷毛與牙面成90度接觸，往返橫刷。□2.貝氏法：刷毛置牙齒和牙齦之間，輕壓並與牙面成45度角， 微用力前後短距離移動。□3.馮尼氏法：刷毛與牙齒表面呈90度角。刷外側畫大圓，刷內側水平前後運動。 13.你是否會將在學校學會的潔牙技巧教導其他家人? □是 □否**二、口腔保健態度** 以下各題，是想了解你對口腔保健的看法。請仔細閱讀每一個題目，並在□內勾選一個符合你的選項，請按照你的實際情形作答。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 非常同意 | 同意 | 不同意 | 非常不同意 |
| 1. 餐後立刻刷牙是很重要的事。
 | □ | □ | □ | □ |
| 1. 每餐飯後潔牙是一件麻煩的事。
 | □ | □ | □ | □ |
| 1. 只要有刷牙就足夠保護牙齒，刷得仔細或正確不那麼重要。
 | □ | □ | □ | □ |
| 1. 每天認真刷牙，就可以不用使用牙線。
 | □ | □ | □ | □ |
| 1. 我會因為動作不好看而不使用牙線。
 | □ | □ | □ | □ |
| 1. 用含氟漱口水漱口，就可以不用刷牙。
 | □ | □ | □ | □ |
| 1. 為了牙齒健康，我會少吃甜食。
 | □ | □ | □ | □ |
| 1. 定期找牙醫師做口腔檢查是必要的。
 | □ | □ | □ | □ |

**三、口腔保健知識（選擇題）(**■表正確答案) 以下各題，是想了解你的口腔衛生知識，請仔細閱讀每一個題目，並在□內勾選一個你認為正確的答案，若不知道答案，請勾選不知道。

|  |
| --- |
| 1. 造成蛀牙最主要的原因是什麼？

■1.口腔中持續的酸環境，造成牙齒無法恢復的脫鈣所造成□2.蛀蟲跑到牙齒內 □3.營養不良 □4.不知道。 |
| 1. 蛀牙侵蝕到牙齒的哪一層後，接觸冷或熱的飲食會引起酸痛感？

 □1.琺瑯質 ■2.象牙質 □3.牙髓腔 □4.不知道 |
| 1. 一天中何時刷牙最能保護牙齒?

 □1.起床後 ■2.三餐後及睡前 □3.放學回家後 □4.不知道 |
| 1. 牙菌斑是什麼？ ■1.附在牙齒表面的細菌及其產物

 □2.食物殘渣附在牙齒上 □3.牙齒形成過程鈣化不全所致 □4.不知道 |
| 1. 造成牙周病的原因是什麼？

 □1.常常吃甜食 ■2.牙結石及牙菌斑等堆積在齒齦下 □3.牙齒長得不整齊 □4.不知道 |
| 1. 氟化物對牙齒的主要功能為何？ ■1.強化琺瑯質抗酸能力，提升牙齒的再礦化能力 □2.美白牙齒 □3.增加牙齒堅硬度 □4.不知道
 |
| 1. 漱完含氟漱口水後，至少要等多久後才可進食？

 □1.三分鐘 □2.十分鐘 ■3.三十分鐘 □4.不知道 |
| 1. 清潔牙縫及牙齒鄰接面最好的工具是什麼？

 ■1.牙線 □2.牙籤 □3.牙刷 □4.不知道 |
| 1. 在一般狀況下，我們應多久做一次定期口腔檢查?

 ■1.半年 □2.一年 □3.二年或以上 □4.不知道 |
| 1. 牙齦發炎的主要原因是什麼？

 ■1.口腔清潔不徹底 □2.火氣大 □3.吃太多麻辣食物 □4.不知道 |
| 1. 貝氏刷牙法牙刷的位置? ■ 涵蓋牙齒和牙齦 □牙齒上 □牙齦上
 |
| 1. 貝氏刷牙法的角度? ■45-60度□ 90度 □ 30度
 |

**四、個人基本資料**1. 性別：□男 □女2.父親教育程度： □國小或以下 □國中 □高中職  □專科或大學 □碩士或以上 □不知道3.母親教育程度： □國小或以下 □國中 □高中職  □專科或大學 □碩士或以上 □不知道 |

嘉義縣口腔保健推廣教育網路問卷填答一覽表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 學校代號 | 學校名稱 | 前後測 |
| 學生午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)潔牙比率 | 學生睡前潔牙比率 | 國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率 | 學生在學校兩餐間不吃零食比率 | 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率 |
|  |  | 第1大題第8題 | 第1大題第7題 | 第1大題第9題 | 第1大題第10題 | 第1大題第11題 |
| 第8題選**「是」**累加÷該校總填卷人數\*100 | 第7題選**「是」**累加÷該校總填卷人數\*100 | 第9題選**「是」**累加÷該校總填卷人數\*100 | 第10題選**「我在學校不吃零食」**累加÷該校總填卷人數\*100 | 第11 題選**「我在學校不喝含糖的飲料」**累加÷該校總填卷人數\*100 |

註： ◎第2大題之第2-1、2-7、2-8題：選「非常同意」給 4 分；選「同意」給 3 分；選「不同意」給 2 分；選「非常不同意」給 1 分

 ◎第2大題之第2-2~2-6題：選「非常同意」給 1分；選「同意」給 2分；選「不同意」給 3 分；選「非常不同意」給 4 分