

在桌子邊監督刷牙

以下說明可能需按照機構的個別需要作調整。

做準備

- ◆ 每個孩子都有自己的牙刷，牙刷柄上清楚地標貼有他們的名字。不允許共用或借用牙刷。
- ◆ 孩子和協助活動的老師在孩子刷牙前都要洗手，老師也可以戴上一次性手套。(如果在飯後刷牙，則孩子在刷牙前不需要再洗手。)
- ◆ 刷牙前擦拭、清洗和消毒桌子。
(如果飯後直接刷牙，則無需在刷牙前重新消毒桌子。)
- ◆ 用乾淨水(例如從準備食物的水槽或飲水機取水)裝滿水壺。
- ◆ 為了避免交叉污染，老師把含氟牙膏擠在杯子或碟子的邊緣上(如圖所示)。
 - 3歲以下的兒童→米粒大小分量
 - 3至6歲的兒童→豌豆大小分量



每隔 3 至 4 個月更換一次牙刷。如果牙刷接觸到另一個孩子的牙刷或不乾淨的表面，或者被另一個孩子使用過，或者刷毛磨損或用禿了，則要提前更換。

監督刷牙

- ◆ 老師從架子上取下孩子的牙刷，在牙刷上沾上在碟子上已經分配好的牙膏，然後把牙刷和裝有少量乾淨水的紙杯遞給孩子。
- ◆ 孩子從大牙的咬合面開始刷，然後從左到右、由上到下按順序把所有的牙刷遍。**刷牙持續 2 分鐘。**(即使刷牙技術不理想，牙齒接觸含氟牙膏也是有益的。)
- ◆ 孩子從杯子裡喝一小口水，然後把水和殘餘牙膏吐到杯子裡。
- ◆ 孩子把牙刷放在裝漱口水的容器或洗手水槽的上方，老師從水壺裡倒出乾淨水沖洗牙刷。(切勿從洗手水槽取水沖洗牙刷。)



清理

- ◆ 孩子把牙刷交給老師，老師按指定位置把孩子的牙刷放回晾乾架上。
- ◆ 孩子把紙杯扔掉。
- ◆ 孩子在刷牙後洗手。
- ◆ 用 3 個步驟清潔桌子(擦拭、清洗和消毒)。