

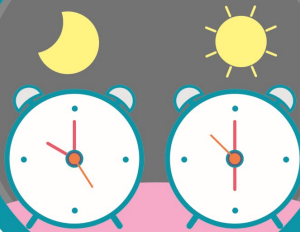


衛生福利部 HOLD住健康 從齒開始

# 好口氣讓我好人氣 年輕的你有健康的牙齒 才有自信的笑容

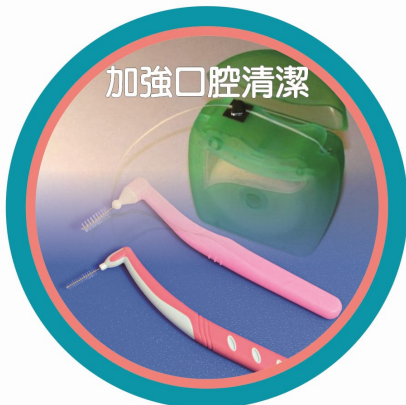
口腔有異味很可能是牙周發炎  
而口腔清潔不良與牙菌斑是罪魁禍首  
牙結石、咬合傷害是主要幫兇，吸菸是危險因子

正常作息



早睡早起身體好

加強口腔清潔



平常搭配牙線或  
牙間刷加強清潔

保持口腔清潔



每天至少刷牙兩次  
睡前刷牙不能少

均衡飲食



多吃蔬果少甜食  
飲食均衡保健康

吸菸會導致牙周病



半年定期看牙醫



全民健保給付13歲以上民衆  
每6個月洗牙一次

戴舌環如果清潔不良  
會容易引發局部潰瘍或口腔感染的問題



承辦  
單位

高雄醫學大學口腔醫學院

協辦  
單位

臺北醫學大學口腔醫學院 / 中國醫藥大學口腔衛生學系

廣告

本項經費是由菸捐支助