



Healthier
Scotland
Scottish
Government



Traditional Chinese version: Fluoride varnish aftercare instructions

塗抹氟化物塗膜之後的護理指引

你子女的牙齒今天已被塗抹上氟化物塗膜，以幫助保護它們。

盡量讓淺黃色的塗膜留在其牙齒上更長時間非常重要，這樣才能達至最佳效益。

你應該告訴你的牙醫診所，你的子女最近已於幼兒園或學校內獲得氟化物塗膜。這可讓牙醫診所把塗抹氟化物塗膜的時間拉開，從而確保有最大效益。

我們建議：

- 在塗抹氟化物塗膜後的兩天之內，你的子女不應使用氟滴劑或片劑。其後就可以繼續正常使用。
- 在今天餘下的時間，你的子女應該吃軟質的食物，這會幫助氟化物塗膜留在牙齒上較久。



在家裏保持你子女的牙齒健康

- 每日至少刷牙和牙肉兩次，即在早上及晚上臨睡前。同時使用含有最少 1000 個百萬分之一氟化物的牙膏。
- 家長應該監督子女刷牙，並提醒他們在刷牙時不要把牙膏吞下。
- 刷牙後要「只吐出，勿漱口」，讓牙膏有時間發揮保護牙齒的功效。
- 只在正餐時才進食或飲用含糖食物或飲料。
- 對牙齒最安全的是原味牛奶和清水。
- 在牙醫處登記並定期看牙醫。

重要事項

在大概六個月後，我們會安排再次在你子女的牙齒上塗抹氟化物塗膜。Childsmile 將會聯絡你，讓你有機會更新你子女的醫療紀錄及個人資料。如果這些資料有任何變更，請勿忘記填妥及交回表格。

如果你有任何問題或疑問，請聯絡：

牙科健康支援工作人員[聯絡詳情]

姓名：

塗抹日期：

如欲獲得更多有關 Childsmile 的資料，請瀏覽
www.child-smile.org.uk