



衛生福利部國民健康署
Health Promotion Administration, MOHW

新竹縣政府衛生局

印刷經費來自菸品健康福利捐補助

關心您

廣告



一、兒童視力

參考資料來源：蔡馨儀醫師 / 學齡前兒童視力保健及斜弱視篩檢 / 簡報

(一) 視力篩檢

1 治療斜弱視；需要早期發現早期治療，把握3-5歲最佳的治療期。



斜視
(示意圖)



弱視
(遮蔽治療)

2 3-4歲前，家長要觀察孩子的的眼睛發展狀況，並利用健保【兒童預防保健服務】，完成眼睛構造的基本檢查。



一、兒童視力

(一) 視力篩檢

3【NTU】亂點立體圖；可找出兩眼共同視覺機能不良之幼兒。例如內斜視、單眼嚴重弱視；且可幫忙發現單眼視力不良問題。



NTU亂點立體圖
·要連續答對五次才算通過測試



★ 小朋友請於空白紙中畫出保護眼睛的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護眼睛的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護眼睛的方法

一、兒童視力

(二)護眼6招

1 每日戶外活動
2-3 小時以上，
配戴帽子及太陽眼鏡。



2 未滿2歲兒童避
免看螢幕， 2歲
以上每日不要
超過1小時。



3 用眼 30 分鐘，
休息 10 分鐘，
看書保持 35-45
公分距離。



一、兒童視力

(二)護眼6招

4 讀書光線要充足，坐姿要正確。



5 均衡飲食，天天5蔬果。



6 每年定期1-2次檢查視力。



★ 小朋友請於空白紙中畫出保護眼睛的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護眼睛的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護眼睛的方法

二、兒童塗氟

參考資料來源：國民健康署

(一) 兒童口腔預防保健服務

六歲以下兒童每年至多可接受兩次氟化防齲服務（即牙齒塗氟），包括：檢查、衛教及醫師專業塗氟處理，每次服務須間隔六個月以上。



★ 作者：新竹縣光明國小 六平 / 陳侑成同學及二和 / 陳奕涵同學

二、兒童塗氟

參考資料來源：國民健康署

(二)國小學童窩溝封填服務

1 補助對象：國小1年級學童及弱勢2年級學童（低收入、中低收入、身心障礙者、山地原住民鄉及離島）。



△窩溝未封填容易蛀牙



○封填後較好清潔

2 兒童臼齒窩溝封填施作
診所名單：可至新竹縣政府衛生局官網／兒童臼齒窩溝封填施作診所名單查詢【<https://www.hcshb.gov.tw/>】。



新竹縣政府
衛生局官網

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護牙齒的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護牙齒的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護牙齒的方法

二、兒童塗氟

參考資料來源：國民健康署

(三)二要二不要~防齲小步



一要：睡前一定要刷牙，一天至少刷兩次。

二要：要有「氟」，包括使用含氟牙膏、每半年接受牙醫師塗氟及口腔檢查。

一不要：不要傷害牙齒，少吃甜食，多漱口，絕對不要含奶瓶睡覺。

二不要：不要以口餵食，家長們自己咀嚼過的食物不要再餵食小朋友。



★作者：新竹縣光明國小 六平 / 陳侑成同學及二和 / 陳奕涵同學

二、兒童塗氟

參考資料來源：何曼麗醫師 / 兒童口腔保健 / 簡報

(四)潔牙技巧

- 1 0~3歲：家長刷，用牙線（前牙）。
- 2 3~6歲：小朋友先刷，家長協助清潔，使用牙線（後牙）。
- 3 6~9歲：小朋友先刷，家長協助刷恆牙大臼齒及門牙，使用牙線。
- 4 9~18歲：小朋友刷，家長監督。



★作者：新竹縣光明國小 六平 / 陳侑成同學及二和 / 陳奕涵同學

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護牙齒的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護牙齒的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護牙齒的方法

三、學齡兒童聽力健康

參考資料來源：童綜合醫院-兒童發展中心<https://zh-tw.sltung.com.tw/tung/child/00home/a7-33.php>

(一)兒童聽力篩檢

兒童聽力篩檢對象：滿3歲學齡前兒童，可於就讀幼兒園或轄區衛生所做初步檢查。



(二)家長觀察孩童在什麼情況需要接受聽力檢查？

- 1 喜歡自己一個人玩或發呆。
- 2 上課不專心或答非所問。
- 3 遇有突發之強大噪音時，孩子不會嚇到或反應較慢。
- 4 已經滿三歲，還不會說完整的句子。

三、學齡兒童聽力健康

參考資料來源：童綜合醫院-兒童發展中心<https://zh-tw.sltung.com.tw/tung/child/00home/a7-33.php>

(二)家長觀察孩童在什麼情況需要接受聽力檢查？

- 5 常常要你再說一遍。
- 6 說話時漏掉一些音或不標準。
- 7 與同齡兒童相比，語言發展明顯落後。
- 8 有時聽得懂，有時似乎聽不懂或不清楚。
- 9 只能做簡單的指令，太複雜的如：「你去幫媽媽拿拖鞋來」，兒童反應就似懂非懂。



★ 小朋友請於空白紙中畫出保護聽力的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護聽力的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護聽力的方法

三、學齡兒童聽力健康

參考資料來源：童綜合醫院-兒童發展中心<https://zh-tw.sltung.com.tw/tung/child/00home/a7-33.php>

(三)如何保護自己的聽力

- 遠離噪音。
- 聽音樂與看電視時音量不要超過最大音量的一半，且不要超過1小時。
- 避免長時間使用手機講電話。



三、學齡兒童聽力健康

參考資料來源：童綜合醫院-兒童發展中心<https://zh-tw.sltung.com.tw/tung/child/00home/a7-33.php>

(三)如何保護自己的聽力

- 4 避免長時間戴耳機，每次佩戴時間 $30\text{--}40$ 分鐘，就讓耳朵休息。
- 5 避免做一些會傷害聽力的動作。
- 6 覺得耳朵不舒服或有異音時要盡快就醫。
- 7 定期做聽力檢查。



★ 小朋友請於空白紙中畫出保護聽力的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護聽力的方法

★ 小朋友請於空白紙中畫出保護聽力的方法

