

# 貝氏刷牙法

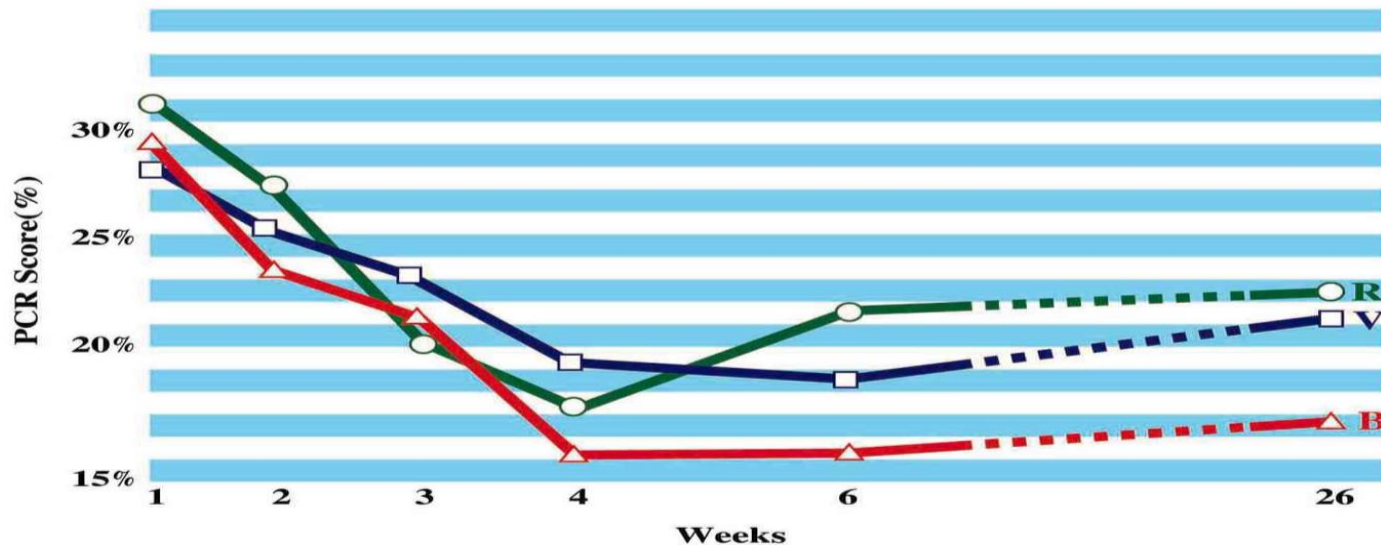
# 貝氏刷牙法的歷史

- ★1920年代，美國耳鼻喉科醫師Dr. Bass 為了改善患者的高就醫率，研發改善口腔健康的刷牙方法。
- ★1930年代，美國牙醫界引進Dr. Bass 的刷牙法，從此貝氏刷牙法成為最被牙醫界推薦的刷牙法。
- ★預防齲齒，更是預防與治療牙周病較有效的刷牙法。

# 臺灣推廣貝氏刷牙法的依據

## 民國八十年牙醫師公會選用貝氏刷牙法的實驗依據

國小六年級學生接受不同刷牙法之衛教後，唇舌面牙菌斑指數之表現，貝氏法最好且牙菌斑指數在兩個月後沒有反彈，旋轉法有牙菌斑指數反彈。 **B (△)：貝氏法**，**R (○)：旋轉法**，**V (□)：只觀看錄影帶法**

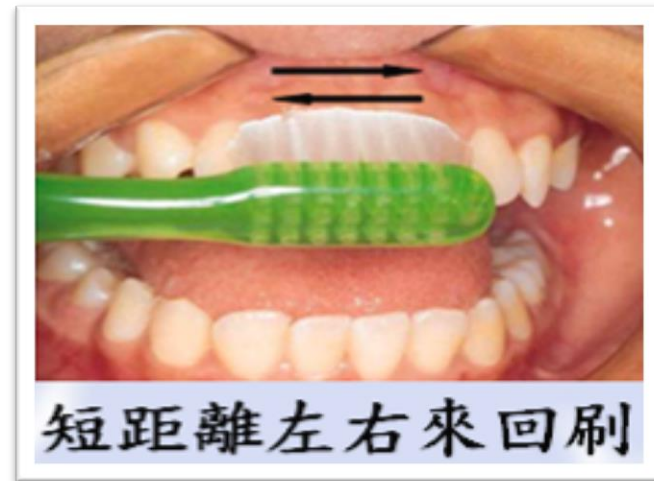
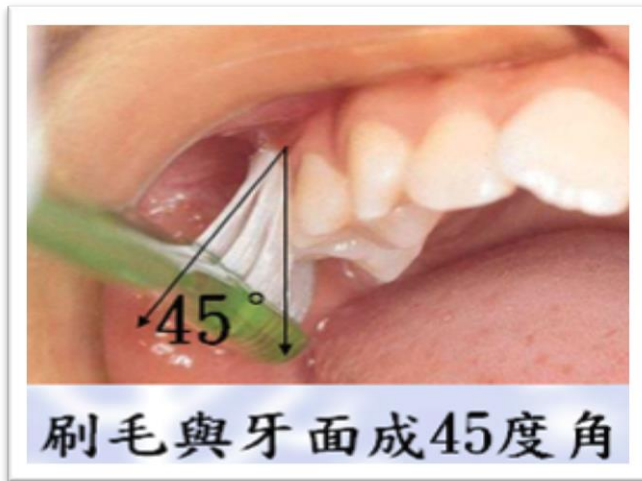


# 台灣推廣貝氏刷牙法沿革

- ★民國80年代時，為了改善國人的高齲齒率與高牙周病現象，發展出「換手刷」的「台灣貝氏刷牙法」。
- ★「頰側牙面用同側手、舌側牙面用對側手」的換手刷牙方式可以很容易地刷到最後方死角。
- ★推廣貝氏刷牙法的最大阻力為「換手刷」，96年起不再強調換手刷牙。

# 貝氏刷牙法

1. 刷毛與牙面成 $45^{\circ} \sim 60^{\circ}$
2. 涵蓋一點點**牙齦**
3. 兩顆兩顆**左右**來回刷10次



# 刷毛的方向

刷毛服貼在齒齦上



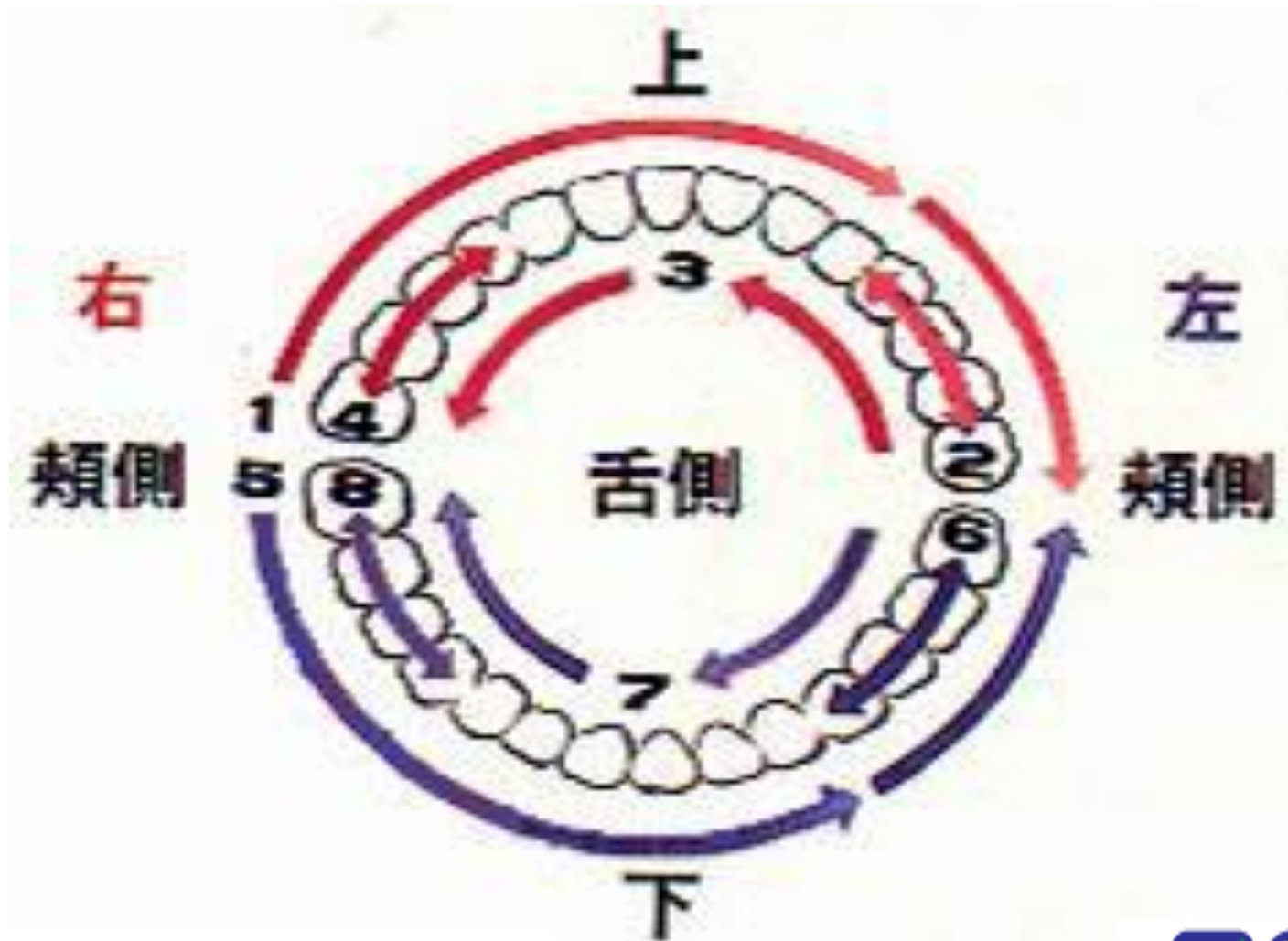
刷上排牙齒刷毛朝上



刷下排牙齒刷毛朝下



# 貝氏刷牙法~順序



# 貝氏刷牙法就像乘坐火車 順著鐵軌全島走透透

