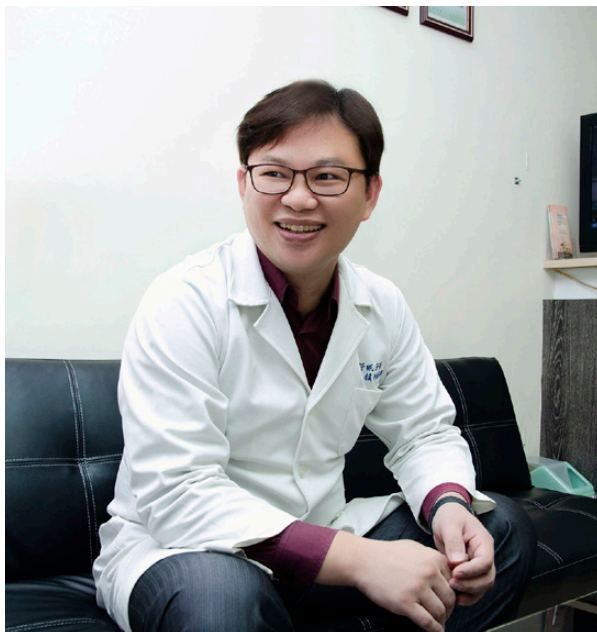


基隆經典牙醫診所化身社區好朋友

黃常樹深耕社區衛教 注重幼兒口腔保健

文／洪詩茵 攝影／何佳華 部分圖片提供／黃常樹



黃醫師熱心社區衛教與公益，從不言累。

衛教與公益的熱血醫師，深耕社區、回饋在地，熱衷於社區及幼兒口腔保健工程，多年來始終不曾懈怠。

紮根基隆 致力口腔衛教

黃常樹醫師本身為嘉義縣人，大學就讀台北醫學大學，因為替代役於基隆衛生局服務，協助推動社區篩檢等相關口腔預防保健事宜，就此在基隆落地紮根，繼續提供基隆鄉親服務。

工作之餘，黃醫師熱心推動口腔衛教與相關公益活動，幼兒園塗氣、特教學校看診、社區潔牙衛教、學校親子口腔研習、國小入校臼齒窩溝封填、舉辦校護 & 幼兒園教師口腔研習、舉辦基隆市潔牙觀摩活動等等，時常應基隆市衛生局之邀主講口腔保健講座，更擔任成功國小校牙醫，無償提供口腔衛教服務，於中午時間每次對



診所引進全新設備，提供更專業服務。

十二位同學（每個年級取二位）進行潔牙衛教，如此每天輪替教學，直到全校學生皆已接受衛教指導，因為深知幼兒口腔衛教的重要性，黃醫師從不言累。

引進舒眠療法 解決牙科恐懼

座

落於基隆市忠二路上的經典牙醫診所，為基隆地區的牙醫治療注入新氣象，引進電腦斷層及口內掃描設備，做到電腦精準繪圖，提供3D齒雕、微創植牙、3D電腦導引式植牙、T0無痛舒眠牙醫治療等服務。診所黃常樹醫師更是位熱心口腔

口腔衛生習慣必須從小養成，尤其人們對看牙的態度，不論是恐懼、排斥或淡然處之，多數起因於小時候的印象。黃醫師指出，幼兒口腔衛生習慣的養成與父母的態度密切相關，有些帶小孩來看牙的父母，小孩一吵鬧就妥協，不僅提高看牙的困難度，也讓小孩養成吵鬧就可以不看牙的認知，面對小孩父母必須學會堅持，曾有一位母親帶小孩來看牙，小孩吵鬧不願張嘴，母親告訴小孩，不看牙就一直待在診所，從早上耗到下午，最後小孩終於妥協；此外，為了誘導小孩願意張嘴，有時牙醫師會提出一些承諾，舉例來說，今天只潔牙與檢查、不治療，對於說出口的承諾務必遵守，



黃醫師擔任成功國小校牙醫，進行潔牙衛教。



黃醫師於基隆特殊教育學校看診。

以免造成小孩未來對看牙的排斥。

黃醫師更強調，有些父母認為乳齒不重要，反正長大之後就會長出恆齒，這是大錯特錯，乳牙有其功能性，太早缺牙，其他牙齒會往缺牙的地方靠，如此會造成未來長牙的諸多問題，尤其，若乳齒蛀牙

太深，同樣要做根管治療，小小年紀就做根管治療，極可能造成未來畏懼看牙。

六年前，基隆經典牙醫推出「T.O. 無痛舒眠牙醫治療」，主要就是針對有「牙科恐懼」的人士，讓其在淺眠

的狀態下完成治療，而不會延誤治療時機。T.O. 舒眠牙醫治療是讓患者在輕度—中度（意識）鎮靜的狀態下完成牙科手術，過程中患者甚至能夠聽從牙醫師的指示做張口或吞嚥口水等動作，完成後五分鐘內就會舒服地甦醒。這類治療術前會由麻醉專科醫師進行身體評估，治療過程中麻醉專科醫師亦會隨時監看在側，確保患者的安全與舒眠治療品質，對於畏懼看牙的人士實為一大福音。

正確潔牙 牙線不可少

許多患者都有刷牙時牙齦流血的問題，造成牙齦流血的原因很多，除了牙周病或某些疾病因素之外，牙刷刷毛太硬、刷牙方式錯誤、壓力過大皆為可能原因，黃醫師叮嚀，造成牙齦流血的原因雖然很多，但絕大多數都是因為牙齒清潔不到位，導致牙齒上有牙菌斑殘留，更甚者，牙縫若有食物殘渣還會孳生大量細菌。

大多數人都知道正確刷牙方式應採貝氏刷牙法，刷毛對準牙齒與牙齦交接處，上排牙齒刷毛朝上、下排牙齒刷毛朝下，呈四十五度角，水平來回



體貼有牙科恐懼患者，診所引進 TCI 無痛舒眠牙醫治療。



2019年基隆市國小幼兒園暨特教生潔牙觀摩活動。



銀髮族口腔保健講習。

震動約十至十五次，每次刷兩、三顆牙齒，刷完外側面、再刷咬合面、最後刷內側面。

但黃醫師表示，每個人有自己的慣用手及慣用姿勢與習慣，很難確實做到每次只刷兩、三顆牙，只要能夠確保牙齒外側、內側、咬合面皆有刷到即可，最重要在於牙線的搭配使用，國人大多習慣使用牙線棒，但牙線棒先天條件限制，只能協助清潔到牙縫的水平面，卻無法清接到牙齦溝的凸面，牙線能夠隨著手的姿勢彎曲貼住牙齒刮刷，才能夠做到牙齦溝凸面的清潔。目前許多牙醫診所洗牙，都會幫患者塗抹牙菌斑顯影劑，目的在於了解患者平日潔牙不確實的部位，患

者亦可向診所詢問購買，藉此了解自己平日刷牙是否確實。

雖然牙齒清潔工具多元，還有牙間刷、沖牙器等，但這些工具只是輔助，真正能夠達到徹底清潔的仍是牙線，只要是來到基隆經典牙醫的患

者，黃醫師都會建議患者使用牙線清潔，即便患者不習慣，也要求他們慢慢地練習到能夠使用牙線清潔牙縫，他說，學習速度緩慢沒關係，半年到診所洗一次牙，就可以盡量避免牙齦發炎的情形發生。

至於每天刷牙的次數，黃醫師也叮嚀，雖說飯後刷牙最好，若無法做到，至少確實做好早、晚兩次的潔牙，尤其是晚上的潔牙更重要，最好搭配牙線進行徹底清潔，因為夜晚睡覺期間，唾液分泌變少，最容易滋生細菌。

每天早晚刷，牙線不可少，半年一洗牙，常保牙康健！

黃常樹醫師 profile

經歷：

基隆市衛生局醫療替代役
經典牙醫診所負責醫師
北醫牙醫學系校友會基隆分會會長
北醫牙醫學系校友總會理事
基隆市牙醫師公會理事
基隆市牙醫師公會口衛組副主委
基隆市牙醫師公會特殊照護組主委
服務項目：

一〇 舒眠牙醫治療
> OOB 微量無痛修磨牙橋
人工植牙／傳統植牙
微創植牙／一日植牙（ODI）
3D 齒雕全瓷冠／全瓷貼片
居家美白／智齒手術／PICC 技術

