

守護特需孩童的牙齒健康：從居家潔牙、看牙挑戰到牙科全身麻醉

口腔醫學部主治醫師 沈智慧

為特殊需求兒童（Children with Special Health Care Needs, CSHCN）提供牙科照護，是一項富挑戰的任務。這些孩子常因生理、認知或感官因素，面臨日常清潔困難與看牙障礙，導致口腔健康風險增加。但是也有許多的孩子，經過反覆的練習，養成良好的刷牙習慣，長大後擁有一口潔白漂亮的牙齒。

居家口腔清潔技巧：從生活中落實預防

居家口腔清潔不僅是預防口腔疾病的第一道防線，更是幫助特殊需求兒童熟悉口腔接觸、進行看牙去敏化（desensitization）的起點。每日的刷牙、張口、口腔接觸，不只是在清除牙菌斑，也是在讓孩子習慣他人觸碰嘴巴、使用器具、張嘴配合的過程。對許多自閉症或感官敏感的孩子而言，這樣的習慣培養，將有助於日後順利看牙

與接受治療。而對特殊需求兒童而言，口腔保健的三大原則為：使用氟化物、有效清除牙菌斑、控制飲食中的致齲性。

1. 氟化物的正確使用

氟化物是預防蛀牙最有效、最經濟的手段之一。針對特殊需求兒童，建議選用氟濃度至少 1000 ppm 的牙膏，並根據年齡與吞嚥能力調整使用量：

對於未滿 3 歲的兒童，應使用米粒大小的含氟牙膏；對於 3 至 6 歲的兒童，應使用豌豆大小的牙膏量刷牙。每天至少刷牙兩次，尤其以睡前刷牙最為重要。

雖然不建議 6 歲以下兒童使用漱口水，但是因為一部分特殊需求兒童可能無法充分吐出，對於因吞嚥困難或對牙膏泡沫/味道敏感的兒童，可改以牙刷沾取含氟漱口水來刷牙，或是刷牙後再以紗布抹去泡沫。

2. 善用工具與調整姿勢技巧以達到有效的清潔：

為協助特殊需求兒童達到有效的口腔清潔，照護者可以透過調整工具與姿勢來提升效率與孩子的接受度。當牙齒逐漸長齊後，建議每日使用牙線清潔牙縫，預防鄰接面蛀牙。針對常見困難如過度緊咬、刷牙嘔吐反射等，可使用張口棒協助張口，

或刷牙前空腹操作。

對於無法獨自配合的嬰幼兒或感覺敏感的孩子，可採用膝對膝（knee-to-knee）姿勢、十字固定法，或以棉被包裹的方式來穩定頭部與身體，讓清潔過程更順利。肢體活動受限的孩子，則可以善用電動牙刷，減少刷牙所需的手部技巧與力氣提高清潔效率，或搭配握柄輔具或加粗手柄、改造手動牙刷彎曲角度等，讓照護者更方便操作。

另外，建立潔牙常規，每天固定在相同時間與地點刷牙，搭配孩子喜歡的物品或視覺輔助工具（如社交故事、計時器、APP 等），可減少焦慮並幫助養成習慣。

3. 飲食習慣調整：

飲食習慣調整對於降低兒童齲齒風險至關重要，齲齒的發生與高碳水化合物飲食及頻繁攝取密切相關。為有效預防齲齒，建議盡可能將含糖或澱粉的食物與正餐一同食用，避免使用甜食作為獎勵，將點心時間限制在特定時段（建議每天少於 2 次），避免含糖飲料，並於餐後和零食後刷牙。

看牙挑戰與因應方式

1. 看牙挑戰：

診間的強光、高速牙科器械的噪音、口腔內器械的觸覺、材料氣味，以及牙科椅的傾斜動作，都可能引發兒童強烈的感官不適，感官超載會導致過度反應或行為退縮。

此外，自閉症兒童在理解指令或表達需求上可能存在障礙，這會影響他們對「告訴-展示-操作 (tell-show-do)」等傳統行為引導技術的配合度，造成溝通困難。

2. 居家事前準備與居家適應

熟悉化與減敏，家長可在就診前在家中反覆閱讀講解看牙的過程，事前熟悉看診流程，臺大醫院特殊需求牙科示範中心也有製作「小俊看牙記 --- 臺大特需牙科就診紀錄」Youtube 影片 (<https://youtu.be/7ucpZjHu4XM>)，透過孩童看診的視角了解看牙的過程。(看更多…)

事先向家長了解兒童的溝通模式，詢問孩童偏好方式，透過播放孩童喜歡的音樂或影片，將看牙過程分解成小步驟，從最簡單的動作開始，逐步引導兒童配合，使特需兒童透過逐漸熟悉診間的環境，也有助於提升看診的成效。

研究顯示，Papoose board 保護板可以作為提供深層觸覺壓力（Deep touch pressure）輔助設備，透過增加自主神經系統（ANS）中副交感神經活性，減輕身心障礙患者的焦慮感，保持鎮定與穩定的效果。同時，有效協助醫療人員面對不合作或焦慮的病患，並降低在執行醫療處置時的困難與風險。

3. 定期塗氟預防蛀牙：

政府目前提供持有身心障礙手冊的兒童與成人，每三個月一次由牙醫師進行的塗氟補助。這項預防性服務可以有效強化牙齒琺瑯質、減少蛀牙機率。尤其是對於配合度較差、清潔困難的個案，定期塗氟也是維持口腔健康的基本防線，隨著定期回診次數增加，也可以讓孩童更加熟悉牙科環境，降低緊張感，發現齲齒時，即早安排牙科治療。

全身麻醉牙科：適應症與安全性說明

當面對極度無法配合、口腔狀況嚴重或需進行多項複雜治療的兒童，全身麻醉牙科可能是必要選項。當然，並非「看牙困難」就一定需要全麻，醫師會根據風險、效益與替代選項與家屬共同討論。

麻醉前會進行評估（ASA 分級）、必要的檢查（如心電圖、胸腔 X 片、抽血檢查），術中由麻醉醫師全程監控呼吸與血壓，術後則安排恢復室觀察，等到清醒並無異常後才會返家，遇到特需孩童疾病較為複雜時，基於安全考量，也可能需安排術後住院留觀，確認病情穩定後再行出院。

結語

為特殊需求兒童提供高品質口腔照護是一項綜合性任務，需要醫療團隊、家長與兒童共同努力。透過感官友善的環境調整、溝通、循序漸進的行為引導，並在必要時安全地運用藥物管理，為這些孩子創造更積極、更有效的牙科就醫過程，建立他們終身的口腔健康習慣與生活品質。

看更多…

1. 臺大醫院特殊需求者牙科 介紹影片

<https://youtu.be/TK241YiOTrQ>

2. 臺大醫院特殊需求者牙科醫療服務示範中心 環境簡介

<https://youtu.be/6NnEnJvfcTQ>

NTUHF