

全國僧伽 伶牙俐齒 專案

僧醫會秉持護持法師健康的理念，廣邀醫界菁英一起為法師健康把關。

「全國僧伽伶牙俐齒專案」3大項目，護持法師牙齒，守護法師健康。

Step1 刷牙，使用牙線，定期檢查

牙周病是齒牙動搖的主要原因之一；但齒牙動搖和年齡無關，清潔才是關鍵。

因此，牙周病的預防，最重要的是學會正確的刷牙方式，不可以漏掉任何一個牙齒的層面。

貝氏刷牙法是目前最普遍推薦的刷牙方式（參見圖一）。

沖牙機的效果其實也有限，往往只能沖到食物殘渣而非牙菌斑，所以正確使用牙線（參見圖二）非常重要。

有些人喜歡用牙線棒來潔牙，它的缺點是可能造成齒槽溝內細菌的交叉感染。

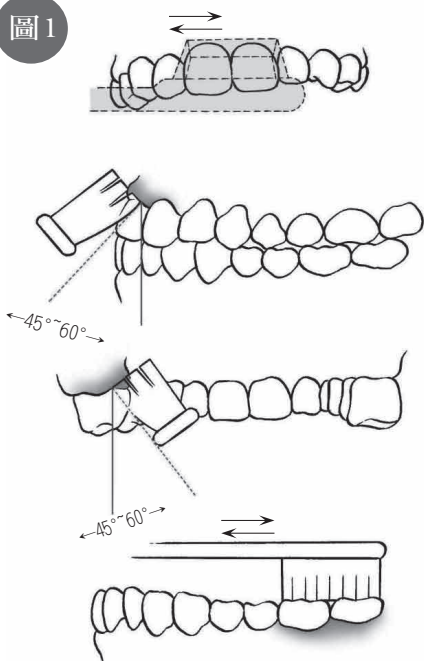
台灣的健保對洗牙的給付是六個月一次。但是，這對牙周病的預防及治療效果仍然有限，因為洗牙往往也只是表面的清潔而已，不能有效清除深層牙結石。

精確的牙周病診斷必須藉助「牙周探針」及牙根X光檢查，通常定期檢查、洗牙，就能看出是否有牙齦炎或早期牙周病，尤其牙醫師會針對最好犯的大臼齒和門牙檢查和清潔。

僧醫會舉辦的健診都有牙科檢查、洗牙，正可以幫助師父們早期發現及治療牙周病。接受牙周病治療後的病患，必須每三個月回診一次。因為，根據行為學的研

圖1

貝氏刷牙法



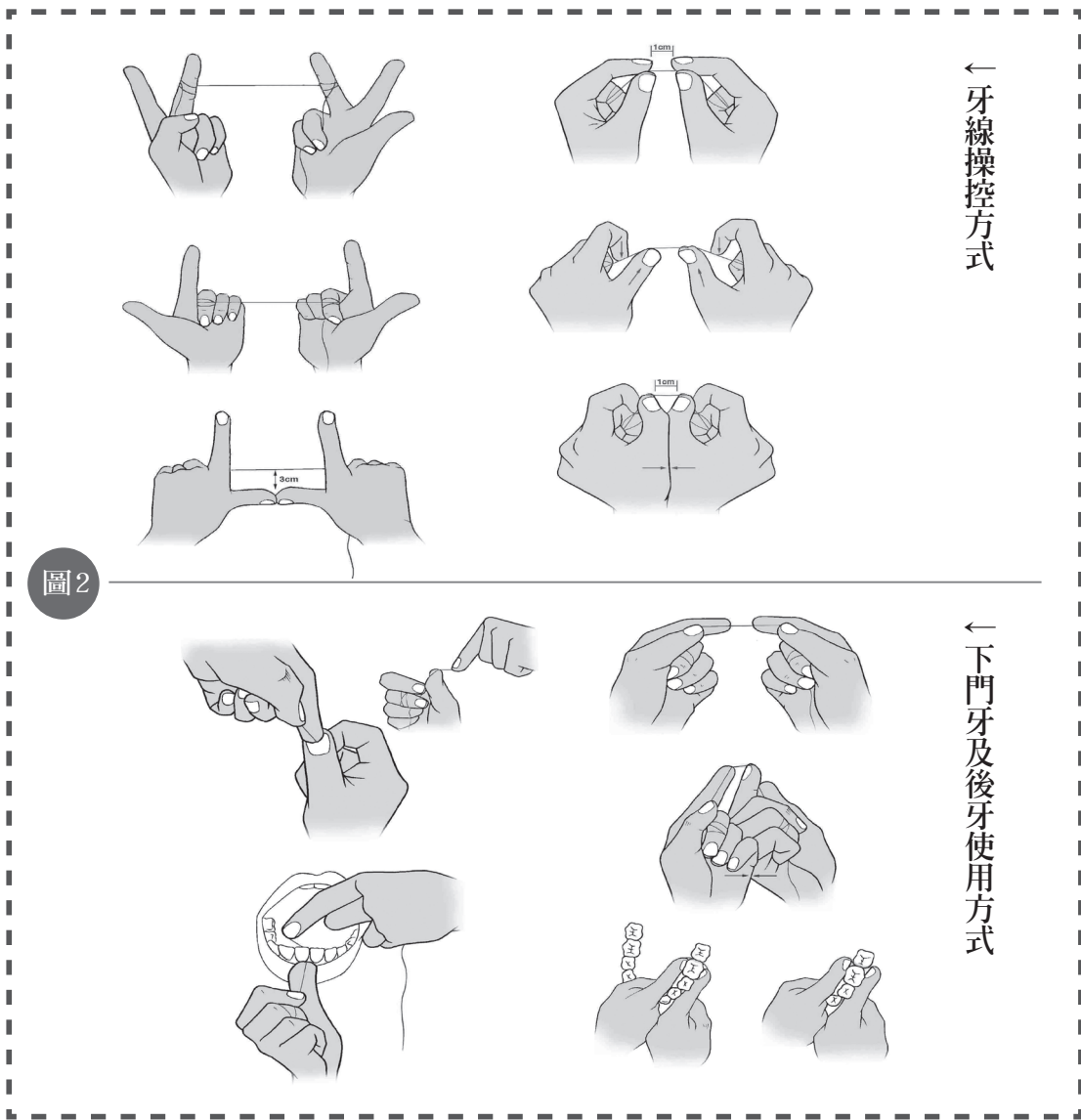
如圖所示，將刷毛對準牙齒與牙齦交接處，涵蓋一點點牙齦，兩顆兩顆來回地刷。刷毛與牙齒的縱軸成45°~60°角，且輕輕壓向牙齒，使刷毛的側邊也能接觸牙齒。

(中華民國牙醫師公會全國聯合會提供)

究，三個月回診一次的病人，潔牙的動機最強。

牙周病的徵兆

1. 刷牙時牙齦很容易流血。



(中華民國牙醫師公會全國聯合會提供)

2. 牙齦紅、腫或有觸痛感。
3. 熬夜後，第二天牙齦就會腫痛、流血。
4. 當牙齦受壓時，有膿從牙齒和牙齦之間流出。
5. 持續性的呼吸臭味或怪的味覺及口

臭。

6. 恆牙鬆動或逐漸分離，產生縫隙。
7. 當咬合時，牙齒有任何密度的改變。

8. 活動假牙的適合度出現變化。

如果你有以上任何一種情形，建議你

該去看牙醫接受檢查了。但是必須提醒的是，即使已罹患牙周病，也有可能不會出現上述徵狀。許多患者不會有任何疼痛感，所以定期接受檢查相當重要。

Step2 牙齒免費健檢・假牙補助

法師到與僧醫會簽約的特約牙科診所製作假牙，將可享有優免補助。

「全國僧伽伶牙俐齒專案」牙齒免費健檢，102年共有11家特約牙醫診所，法師前往檢查、洗牙、製作假牙、治療牙周病等，費用都有優免。請法師把握此因緣，將攸關健康的牙齒顧好。弘法利生，功德無量。

・如果您是法師，當您有口腔方面的困擾時，請務必前往本會特約診所看診

・如果您是一般民衆，願意發心供養，歡迎指定捐款「全國僧伽伶牙俐齒專案」計畫

・如果您是牙科診所，願意發心成為僧伽醫護基金會「全國僧伽伶牙俐齒專案」特約牙醫診所，歡迎直接與僧醫會醫護組連絡（電話：02-26829188）

Step3 牙周病治療的骨粉補助

牙周病的治療包括深層清潔，牙根整平和開刀。這些固然是幫忙病患做深層清潔，以及使其以後的清潔能做得較徹底。治療過程中的骨粉，健保並不給付，因此，從103年度起，法師到與僧醫會簽約的特約牙科診所治療牙周病，將可享有骨粉的費用優免補助。

103年護僧護口腔特約診所(共12家)

區域	院數	診所名稱	負責人	診所地址
台北	1	怡安牙醫診所	林志鑫醫師	新北市土城區廣明街 81 號
	2	漢聲牙醫診所	許獻忠醫師	新北市永和區中正路 547 號
	3	安人牙醫診所	林峻峰醫師	台北市信義區忠孝東路五段 508 號 2 樓-8
	4	全品牙醫診所	方隆琦醫師	台北市大同區寧夏路 110-3 號 1 樓
	5	子欽牙醫診所	葉必信醫師	新北市板橋區大智街 15 號
	6	德全牙醫診所	鄭連樹醫師	台北市文山區羅斯福路 6 段 248 號 1 樓
台中	7	豐富牙醫診所	豐富醫師	台中市西區美村路一段 30 號 10 樓-12
	8	權泓牙醫診所	黃泓傑醫師	台中市南區德富路 217-1 號
彰化	9	正道牙科診所	張正道醫師	彰化縣員林鎮中山南路 58 號
台南	10	大立牙醫診所	張太政醫師	台南市新營區中原街 3-1 號
屏東	11	遠東牙醫診所	陳瑞祥醫師	屏東市台糖街 27 號
花蓮	12	遠東牙醫診所	陳瑞祥醫師	花蓮市建林街 188 號(請連絡院長)