

視力檢查結果及矯治回條

班級: 座號: 學生姓名:

裸視視力(未配戴眼鏡/隱形眼鏡/角膜塑型鏡片) 右: 左:

目前有使用輔具☐眼鏡☐隱形眼鏡☐角膜塑型鏡片 右: 左:

檢查結果	醫師建議處置
1. ☐ 弱視 (☐ 右眼 ☐ 左眼)	1. ☐ 長效散瞳劑
2. ☐ 屈光不正	2. ☐ 短效散瞳劑
散瞳: ☐ 是 ☐ 否	3. ☐ 其他藥物
度數:	4. ☐ 配鏡矯治
(1) ☐ 近視:右眼()度 左眼()度	5. ☐ 更換鏡片
(2) ☐ 遠視:右眼()度 左眼()度	6. ☐ 遮眼治療
(3) ☐ 散光:右眼()度 左眼()度	7. ☐ 配戴隱形眼鏡(軟式硬式)
3.其他異常(請註明)_____	8. ☐ 角膜塑型鏡片
	9. ☐ 視力保健
	10. ☐ 定期檢查(下次回診日:_____)

醫療機構名稱: 眼科醫師簽章: 檢查日期:

家長簽名: 善化國小健康中心與您一起關心學童的健康!

(將回條交回健康中心且符合徵選條件之一者,即可參加 115 學年度第一學期期末抽獎活動喔!)

口腔檢查結果及矯治回條

班級: 座號: 學生姓名:

檢查結果 ☐ 無異狀 ☐ 有異狀																檢查結果
18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28	1.未治療齲齒 ☐ 無 ☐ 有,矯治中 ☐ 有,已完成治療
																2.已治療齲齒 ☐ 無 ☐ 有
上 右 下			A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	上 左 下			3.恆牙第一大臼齒齲齒經驗 ☐ 無 ☐ 有 上顎 ☐ 16 ☐ 26 下顎 ☐ 36 ☐ 46
																4.恆牙第一大臼齒窩溝封填 ☐ 無 ☐ 有
			T	S	R	Q	P	O	N	M	L	K				5.其他
48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37	38	☐ 口腔衛生不良 ☐ 牙結石 ☐ 牙齦炎 ☐ 牙周病 ☐ 乳牙待拔牙 ☐ 待拔牙 ☐ 贅生牙 ☐ 缺牙 ☐ 阻生牙 ☐ 咬合不正
																醫療處置 ☐ 不須治療 ☐ 矯治中 ☐ 衛教指導

醫療機構名稱: 牙科醫師簽章: 檢查日期:

家長簽名: 善化國小健康中心與您一起關心學童的健康!

(將回條交回健康中心且符合徵選條件之一者,即可參加 115 學年度第一學期期末抽獎活動喔!)

善化國小健康中心健康促進活動通知單

親愛的家長您好!

孩子期待的暑假即將來臨，您是否已經規劃好孩子的暑假行程？為了兼顧孩子的學習與健康，健康中心規畫一個健康促進活動，提醒孩子們暑假期間也要落實視力保健、口腔衛生及維持健康體位，以下**健康小叮嚀**請家長陪同孩子一起努力喔!

一、視力保健

- 1.用眼 30 分鐘休息 10 分鐘
- 2.每日戶外活動 120 分鐘
(上午 8 點前及下午 4 點後走走路曬曬太陽也很棒喔!)
- 3.不要使用手機打電動，看短影音視頻及上網聊天
- 4.定期眼科檢查(至少 6 個月一次)，及早發現問題，及時處理
- 5.均衡飲食，三餐定時定量，不以零食取代正餐

二、口腔衛生

- 1.餐後+睡前一定要刷牙,使用 1000ppm 含氟牙膏護齒效果好
- 2.少甜食，多喝水，每日建議飲水量=體重*35c.c
- 3.定期看牙醫(每 3-6 個月一次)，及早發現口腔問題，及時處理

三、健康體位

- 8:每天睡滿 8 小時，晚上 10 點前睡覺有利生長激素分泌，長高高喔!
- 5:天天 5 蔬果(3 蔬 2 果)，體態輕盈更漂亮
- 1:每天運動 1 小時 (戶外活動 2 小時)
- 1:每天使用 3C 產品不超過 1 小時
- 0:零含糖飲料，多喝水，每日建議飲水量=體重*35c.c.

****尋找善小健康兒童活動 (115 年 6 月 1 日~116 年 1 月 10 日)****
活動期間持本校發下的通知單回診並符合以下任一資格者

- 1.防齲勇士:經校內外牙科醫師檢查並在報告單上註記
“沒有未治療齲齒者”
- 2.護眼高手:經眼科醫師檢查並在報告單上註記”沒有近視”或”
近視度數與 114 學年度第二學期相同或減少者”
- 3.體位小達人:115 學年度第一學期經健康中心測量身高體重後
“通知單上顯示體位適中者”

將回條交回健康中心即可參加期末健康兒童抽獎活動，視力及口腔就醫結果亦納入 115 學年度第一學期學童複檢資料!

對以上活動說明有任何建議,歡迎致電善化國小健康中心 5817020 分機 825 護理師

善化國小邀請您一起為學童健康把關