

自贡市荣县某中学高三学生口腔健康意识调查研究

袁豪 李昕桐 李岚鑫 黄如博 杨忆雪

川北医学院, 四川 南充 637000

摘要: 目的: 为了解自贡市荣县中学学生对口腔健康意识现状, 提高当地学生口腔健康意识提供参考意见。方法: 采用整群随机抽样, 抽取自贡荣县某中学高三的 5 个班级, 共 200 名学生, 通过运用自行设计的调查问卷进行调查。结果: ①75.4% 的学生认为口腔健康非常重要。②83.4% 的学生每天刷牙次数不少于一次。③57.1% 的学生刷牙时间大于 2 分钟, 其中 55.4% 的学生刷牙时间为 2-3 分钟。④25.7% 的学生对口腔进行定期检查。结论: 学生缺乏口腔健康意识, 口腔健康行为水平低。对设置的问题结果进行 χ^2 检验, $p < 0.05$, 具有统计学意义。

关键词: 口腔健康; 健康行为; 学生; 认知

引言

根据 2016 年 10 月 25 日中共中央、国务院发布实施的《“健康中国 2030”规划纲要》中第二篇普及健康生活为主要指导方向。以加强健康教育, 塑造自律的健康行为, 提高全民身体素质为最终目标。口腔健康是人体健康的重要组成部分, 良好的口腔健康意识将有利于居民保持口腔健康。本研究旨在了解高中学生对口腔健康知识的认识情况及高中学生口腔现状, 并以此为基础, 提出可行的应对方针, 为高中学生拥有更健康美好的生活努力。

1 调查对象及方法

1.1 研究对象

采用整群随机抽样法, 随机对自贡市荣县某中学高三的 5 个班级 200 名学生进行调查。

1.2 研究方法

通过自行设计调查问卷的方法, 在调查员讲解本次调查的目的、意义及调查内容后, 统一发放调查问卷, 所有受访者均自行填写完成问卷。

1.3 统计学方法

去除无效问卷后, 使用 EpiData3.1 软件数据库对数据进行录入, 将处理好的数据依次导入 Spss19.0 软件进行统计学分析。

2 结果

2.1 基本情况

本次问卷调查共发放 200 份, 回收 193 份(回收率 96.5%), 有效问卷 175 份(有效率 87.5%), 其中男生 58 人(33.1%), 女生 117 人(66.9%)。

2.2 学生对口腔健康重要性的认识

根据调查可知, 有 75.4% (132 人) 的学生认为口腔健康非常重要, 有 1.7% (3 人) 的学生认为口腔健康不重要, 有 22.9% (40 人) 的学生不知道口腔健康是否重要。

2.3 学生的口腔健康行为情况

据调查显示, 16.6% 的学生每天刷牙次数为一次, 78.9% 的学生每天刷牙次数为两次, 2.9% 的学生每天刷牙次数为 3 次, 1.7% 的学生吃东西后就会刷牙。

在关于刷牙时间的调查中可知, 5.7% 的学生刷牙时间为一分钟, 37.1% 的学生刷牙时间为两分钟, 55.4% 的学生刷牙时间为三分钟, 0% 的学生刷牙时间为三到五分钟, 1.7% 的学生刷牙时间大于五分钟。

本次调查发现, 32% 的学生从不做口腔检查, 42.3% 的学生按照学校安排做口腔检查, 25.7% 的学生定期做口腔检查, 其中一年检查一次和一年检查两次及以上的学生分别占 14.9% 和 10.9%。

3 讨论

3.1 学生对口腔健康重要性的认识

自贡荣县中学高三学生认为口腔健康非常重要的比例为 75.4%, 1.7% 的学生认为口腔健康不重要。据《2017 年中国国民口腔健康状况调查报告》显示, 20 岁以下年龄段认为口腔健康重要的比例为 96.0%。该校高三学生认为口腔健康非常重要的比例较高, 而相比全国水平, 该校高三学生认为口腔健康非常重要的比例低, 与全国水平还有很大的差距。

3.2 学生的口腔健康行为

据调查显示, 该校高三学生每天刷牙两次及以上的比例为 83.5%, 其中刷牙次数为两次的占比 78.9%。相比全国没有年龄组每天刷牙两次能达到 50% 的比例^[1], 当地学生每天的刷牙次数为两次的比例较全国水平高。

高三学生刷牙时间为三分之一的比例为 55.4%, 42.8% 的学生刷牙时间不足 3 分钟。资料显示, 刷牙时间为 3 分钟能够提高牙齿抗脱钙、防龋齿的能力^[2]。有较多的学生刷牙时间不足 3 分钟, 牙齿清洁程度不足, 容易引发多种口腔健康问题。

学生定期做口腔检查的比例为 25.8%, 其中 14.9% 的学生每年检查一次, 10.9% 的学生每年检查两次。定期检查口腔的水平较低, 结果相比于全国大学生水平高。较多的学生未定期对口腔进行检查, 不能及时了解自身口腔问题, 无法准确的对自己的口腔健康做出处理, 容易导致严重的口腔疾病。

4 建议

受调查学生对于口腔健康知识缺乏, 应该通过多种方式, 主动了解常见的口腔问题, 明白口腔健康的重要性, 改正自己的不健康行为。每个人每天刷牙次数应该达到每天两次, 刷牙时长三分钟, 保证自己口腔清洁。大部分人刷牙的方式并不科学, 学习正确的刷牙方式也有助于帮助提高口腔清洁程度, 保证刷牙的效果。同时坚持使用含氟牙膏, 氟化物能够帮助提高牙齿的抗龋齿能力, 也能够修复早期蛀牙, 世界卫生组织也是推荐含氟牙膏来预防龋齿。有较多的人出现了牙龈出血, 却并未及时就医, 口腔问题越发严重, 导致了严重的牙齿坏死。定期检查口腔是非常有必要的, 定期检查能够早发现, 及时处理相应的口腔问题。

参考文献

[1] 台保军. 第四次全国口腔健康流行病学调查知信行结果报告[C]. 中华口腔医学会口腔预防医学专业委员会. 2018 年中华口腔医学会第十八次口腔预防医学学术年会论文汇. 中华口腔医学会口腔预防医学专业委员会: 中华口腔医学会, 2018.

[2] 刷牙用时 3 分钟才有效[J]. 工会博览, 2018(24): 60.