兒童口腔保健

二不：不要以口餵食，家長們自己咀嚼過的食物不要再餵食寶寶，含氟食鹽預防齲齒。

一要：睡前一定要刷牙，一天至少刷兩次。

一不：不要傷害牙齒；少甜食，多漱口，絕對不要含奶瓶睡覺。

二要：要有「氟」，包括使用含氟牙膏、每半年接受牙醫師塗氟及口腔檢查。