



不再是一個人

文◎翁慧菁

前言（牙醫全聯會特照委員會）

籌備近一年的第一屆全國特殊需求者機構潔牙觀摩會終在 108.11.29 於台北劍潭海外青年活動中心舉辦，匯聚近 500 多位來自全國各縣市優秀推動潔牙衛教的身障機構、老人福利單位及學校，一起為特殊需求者口腔照護宣導活動齊努力。更深獲得衛生福利部陳時中部長支持、宜蘭縣政府、國際扶輪 3523 地區，國際扶輪 3502 地區第三分區，國際扶輪 3522 地區第七分區，上海商銀文教基金會等熱心公益團體響應，共同投入活動支援，活動順利圓滿成功！

牙醫界自民國 90 年起致力從最弱勢族群的口腔照護，遍及各身障族群，培訓許多特殊需求者口腔照護指導員，深入各身障福利機構及居家，強化社會大眾對於口腔保健的認知與重要性，給予各個年齡層無微不至的

口腔照顧。特殊需求者口腔推廣教育是一段緩慢、任重道遠且辛苦極需耐心歷程，但經歷多年牙醫及各特照指導員無私的熱誠教育播種下，口腔衛教小小種苗在機構及家庭還是逐漸開花結果，不經意在你我生活週邊得到那令人欣喜的笑容回饋。



■ 開場－心燈啟智教養院太鼓表演！



■ 辛苦的各縣市裁判醫師們！



■ 第一屆特殊需求者「愛牙護齒保健康」繪畫比賽得獎作品展覽

這次全國特照潔牙觀摩會活動後，我們再次邀請參與潔牙觀摩會的單位代表參與活動的檢討，希望獲得各身障及老人福利機構對活動及在特殊需求者口腔照護上牙醫界可以再努力的建議。其中遠道而來的台南啟智學校李麗敏校護娓娓道來一段我們意想不到的故事，一位辛苦無助的媽媽，一個家庭緊密的聯結，因為愛……因為刷牙……





■ 宜蘭縣政府支援口腔保健闖關遊戲深獲參與者好評



■ 學齡前國小組潔牙中



■ 老人組潔牙中



■ 秉誠寶貝要潔牙囉！

原本以為自己會平平淡淡過一生，但我的人生在生下秉誠後就不再是自己的，秉誠3歲時為了把握黃金期，我辭去了工作，專心訓練、照顧他，因為當了全職媽媽，所以每天像陀螺一樣繞著孩子轉，壓力大到想休息也不敢休息，灌咖啡硬撐著，就怕自己的懈怠會影響秉誠的進步，也不敢倒下，怕自己倒下沒有人可以接手照顧孩子。懸著一顆心日復一日的過著，真的覺得這條路好漫長、好孤單，沒有人可以了解我的痛苦跟憂慮，「為什麼是我？」在心中也已不知問過上天多少次。

二年級下學期因緣際會下轉學到台南啟智學校，在老師的邀請下我們參加了「108年南台灣特殊需求者潔牙比賽」當時我是想透過比賽練習，督促自己順便增加口腔按摩的頻率，沒想到意外獲得比賽的「最正定格獎」、「佳作獎」，過了一陣子老師告知在台北舉辦「第一屆全國特殊需求者機構潔牙觀摩會」，問我們是否要參加，當下我本來是打算放棄的，家裡有3個孩子，最小的才2歲多，如果北上小孩怎麼辦？沒想到婆婆聽到後說：「這是妳努力的成果，應該要去」，誠爸也在我邀請下，要一同北上參賽，於是開始了我們的賽前準備。



一開始我是按照平常牙醫教的手勢練習，過沒多久學校校護把我拉進比賽群組，現場細心教我正確手勢跟注意事項，所以晚上幫秉誠刷牙時，我就打開音樂，開始算時間練習，因為刷的時間比平常久，所以秉誠掙扎得比較激烈，誠爸會幫忙壓腳，讓我比較好刷，後來有幾次我人不舒服，好幾次想休息不刷，但怕這次休息秉誠下次刷牙口腔會更敏感更難刷，只好請誠爸幫忙，雖然沒有步步到位，但長期在旁協助的他，刷起來也有模有樣，減輕我不少負擔。

比賽當天秉誠情緒似乎不佳，掙扎的情況比較嚴重，多虧誠爸一邊幫忙壓腳，一邊塗乳液安撫，才順利完成了刷牙流程，開心的是國小組拿到了第一名！

有了誠爸幫忙的經驗後，我覺得放手讓其他人照顧秉誠好像沒想像中那麼困難，過去因為怕增加壓力，一直沒讓誠姐參與照顧秉誠，但是我們會老，現在不學以後她會對秉誠更陌生，也更沒時間了解他，所以我設計了一張值班表，3個人排班訓練秉誠感統跟認知，誠爸跟誠姐剛開始對訓練方式比較陌生，我都會在旁協助給建議，漸漸的他們越來越上手，也更熟悉秉誠的各種反應，有時候忙還可以互相調班，我們一家人也有一致的目標跟話題，讓一直把秉誠的一切攬在身上的我，不再覺得孤單、疲憊，終於我不再是一個人了～這條漫漫長路我們全家人一起走！👉

■ 恭禧台南啓智學校榮獲學齡前國小組第一名！

