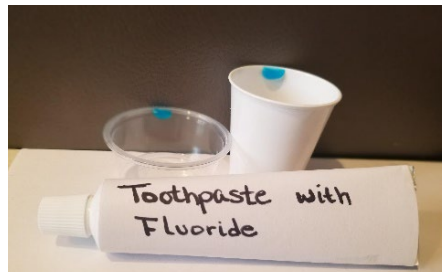


# 在桌子处进行刷牙

## 步骤 1：收集所需用品

- 一个从饮水机或食品准备池（而非洗手池）装满水的水壶。
- 用于老师处理牙刷的手套。
- 为每个孩子准备一支儿童尺寸的牙刷（牙刷柄上应写有他们自己的名字）。
- 含氟牙膏。
- 每人一个一次性的小纸杯或塑料杯。
- 纸巾。



## 步骤 2：做好准备工作，防止病菌传播

- 在刷牙前老师应该对桌子进行清洁、冲洗和**消毒**（请参见下方的注意说明）。
- **在刷牙前孩子和老师均应洗手。**
- 老师将与孩子年龄相适应量的含氟牙膏涂置于每个杯子的边缘。
- 老师给每个孩子一个涂有牙膏的杯子和一张纸巾。
- 老师应该先戴好手套，然后再从晾干架上将牙刷递给每一个孩子。

**注意：**如果在饭后直接刷牙，则不需要对桌子进行重新消毒，孩子也不需要再在刷牙前重新洗手。

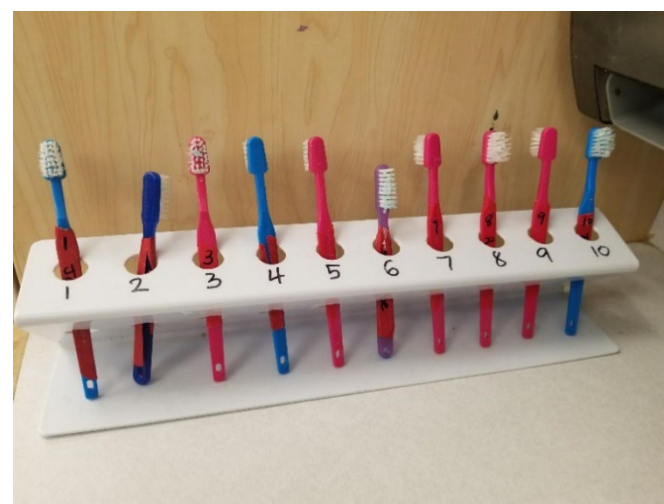
## 步骤 3：将刷牙作为一项集体活动

- 孩子们使用牙刷从杯中挖取出牙膏。
- 孩子们在牙齿的各个侧面（内表面、外表面和咬合面）均以小幅度打圈的方式完成刷牙动作。提醒孩子们也要刷一下舌头。老师可以使用计时器或唱歌的方式来鼓励孩子们**坚持刷牙 2 分钟的时间**。
- 孩子们可以将多余的牙膏吐到杯子里。不需要冲洗。这样，牙膏中的氟化物就能留在牙齿上，为牙齿提供额外的保护，防止细菌的滋生。
- 如果需要，孩子们可以使用纸巾擦脸。

**提示：**让老师坐在桌边和孩子们一起刷牙是示范这项活动的绝佳方法。

## 步骤 4：清理和存放牙刷

- 每个孩子都要将牙刷交给老师，并将杯子和纸巾扔掉。
- **刷牙后孩子们一定要洗手。**
- 老师使用水壶中的水在洗手池上对每支牙刷做好冲洗。**切勿使用洗手池中的水冲洗牙刷。**
- 老师将牙刷放在晾干架上为孩子牙刷留好的对应位置中（请参见下方的注意说明）。
- 老师对桌子进行清洁、冲洗和**消毒**，然后洗手。



**注意：**将牙刷竖直放在晾干衣架上，晾干架上的插槽之间至少应相隔 2 英寸（5 厘米）的距离，这样牙刷在晾干时便不会相互触碰到。牙刷和晾干架插槽均应贴上编号标签，以便牙刷始终都存放在同一个插槽中。每 3-4 个月更换一次牙刷，必要时可以提前更换。