

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

DANH SÁCH TÀI LIỆU

(Kèm theo Quyết định số **1683** /QĐ-BGDĐT ngày **17** tháng 6 năm 2026
của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo)

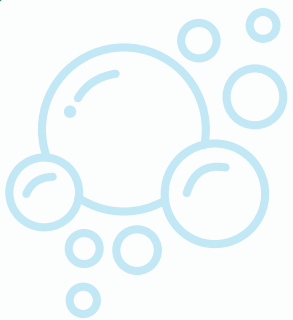
1. Các bài giảng điện tử về chăm sóc và dự phòng các bệnh răng miệng, bệnh mắt thường gặp ở học sinh:

- Các bệnh răng miệng thường gặp ở trẻ em, học sinh.
- Hướng dẫn vệ sinh răng miệng đúng cách cho trẻ em, học sinh và dinh dưỡng hợp lý.
- Hướng dẫn xử trí chấn thương răng ở trẻ em, học sinh.
- Phát hiện thói quen xấu ảnh hưởng đến sức khỏe răng miệng ở học sinh.
- Hướng dẫn truyền thông chăm sóc sức khỏe răng miệng cho trẻ em, học sinh.
- Các bệnh mắt thường gặp ở trẻ em, học sinh.
- Tật khúc xạ và kiểm soát tiến triển cận thị trên học sinh.
- Các bệnh lý gây đỏ mắt và chấn thương mắt ở trẻ em.

(địa chỉ truy cập: https://drive.google.com/drive/folders/1gX7pBwHyg-J-RzOhAljT8iq9mwpLxD-s?usp=drive_link).

2. Bộ tranh lật về chăm sóc sức khỏe răng miệng cho trẻ em.

3. Tài liệu truyền thông nâng cao năng lực về dự phòng, chăm sóc các bệnh răng miệng, bệnh mắt thường gặp ở học sinh.



Ban hành kèm theo
Quyết định số /QĐ-BGDĐT ngày tháng năm 2026
của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo



CHĂM SÓC SỨC KHOẺ RĂNG MIỆNG CHO TRẺ EM



TUỔI MỌC RĂNG

Quá trình mọc răng sữa

từ 6 tháng tuổi đến 3 tuổi

Hàm trên Tuổi mọc răng

Răng cửa giữa	8-12 tháng
Răng cửa bên	9-13 tháng
Răng nanh	16-22 tháng
Răng hàm thứ nhất	13-19 tháng
Răng hàm thứ hai	25-33 tháng

Hàm dưới Tuổi mọc răng

Răng hàm thứ hai	23-31 tháng
Răng hàm thứ nhất	14-18 tháng
Răng nanh	17-23 tháng
Răng cửa bên	10-16 tháng
Răng cửa giữa	6-10 tháng

Quá trình mọc răng vĩnh viễn

từ 6 tuổi đến 21 tuổi

Hàm trên Tuổi mọc răng

Răng cửa giữa	7-8 tuổi
Răng cửa bên	8-9 tuổi
Răng nanh	11-12 tuổi
Răng hàm nhỏ thứ nhất	10-11 tuổi
Răng hàm nhỏ thứ hai	10-12 tuổi
Răng hàm lớn thứ nhất	6-8 tuổi
Răng hàm lớn thứ hai	12-13 tuổi
Răng hàm lớn thứ ba	17-21 tuổi

Hàm dưới Tuổi mọc răng

Răng hàm lớn thứ ba	17-21 tuổi
Răng hàm lớn thứ hai	11-13 tuổi
Răng hàm lớn thứ nhất	6-7 tuổi
Răng hàm nhỏ thứ hai	11-12 tuổi
Răng hàm nhỏ thứ nhất	10-12 tuổi
Răng nanh	9-10 tuổi
Răng cửa bên	7-8 tuổi
Răng cửa giữa	6-7 tuổi

BẤT THƯỜNG KHI MỌC RĂNG



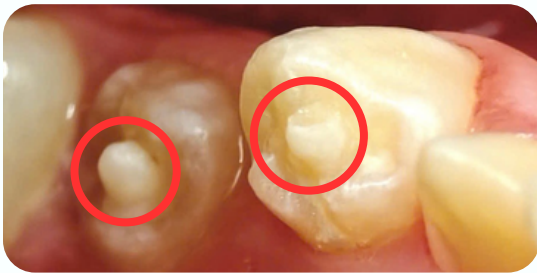
① Răng mọc lầy



② Răng mọc lệch lạc



③ Răng thừa

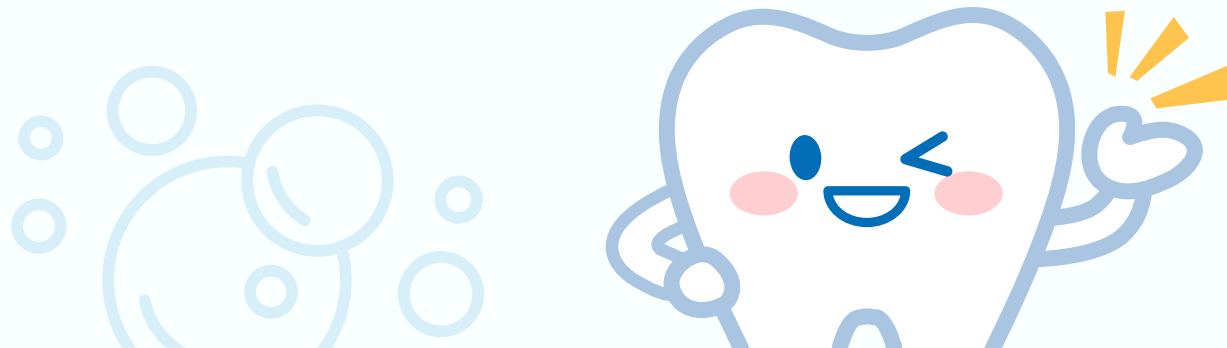


④ Răng có nướu phụ



⑤ Thiếu răng

Đi khám răng miệng
ngay khi có dấu hiệu
bất thường về mọc răng



BỆNH SÂU RĂNG

là tình trạng tổn thương mô cứng (men và ngà) của răng do quá trình mất khoáng, gây ra bởi các vi khuẩn ở mảng bám răng và hình thành các lỗ sâu trên răng

CÁC YẾU TỐ NGUY CƠ



Vệ sinh răng miệng
chưa đúng cách



Ăn thức ăn, đồ uống
chứa nhiều đường



Tình trạng răng
lệch lạc

CÁC GIAI ĐOẠN SÂU RĂNG



Sâu men

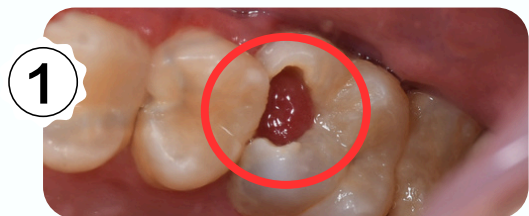


Sâu ngà



Viêm tủy

BIẾN CHỨNG



Viêm tuỷ răng



Sưng mặt



Áp xe lợi



Mất răng sớm

DỰ PHÒNG



Chăm sóc răng miệng đúng cách



Chải răng với kem đánh răng phù hợp với lứa tuổi



Sử dụng nước súc miệng có chứa Fluor theo hướng dẫn và chỉ định của bác sĩ



Chế độ dinh dưỡng cân bằng và hợp lý



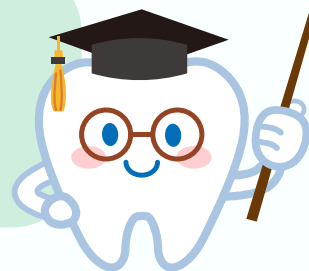
Bôi Vecni Fluor theo hướng dẫn và chỉ định của bác sĩ



Trám bít hố rãnh

BỆNH VIÊM LỢI

Là tình trạng viêm nhiễm của lợi/nướu



CÁC YẾU TỐ NGUY CƠ



Vệ sinh răng miệng
chưa đúng cách



Các bệnh lý
toàn thân



Mọc răng



Thiếu vitamin C
và khoáng chất



Răng lệch lạc



DẤU HIỆU VIÊM LỢI



Hơi thở có
mùi hôi



Đau ở lợi



Lợi chảy máu
tự nhiên hoặc
khi chải răng



Nhiều mảng bám,
cao răng



Lợi phì đại

DỰ PHÒNG



**Chăm sóc răng
miệng đúng cách**



**Chế độ dinh dưỡng
cân bằng và hợp lý**

**Chăm sóc răng miệng đúng
cách từ sớm giúp trẻ có
hàm răng khỏe mạnh
và nụ cười rạng rỡ**

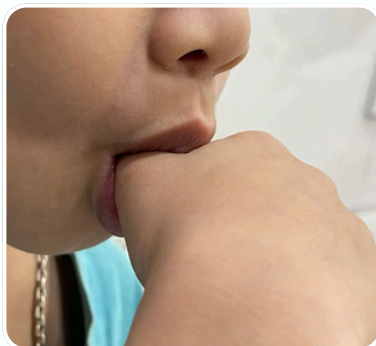


NHỮNG THÓI QUEN XẤU

Cắn bút/móng tay



Mút ngón tay/môi



Cắn môi



Thở miệng



Đẩy lưỡi



HẬU QUẢ

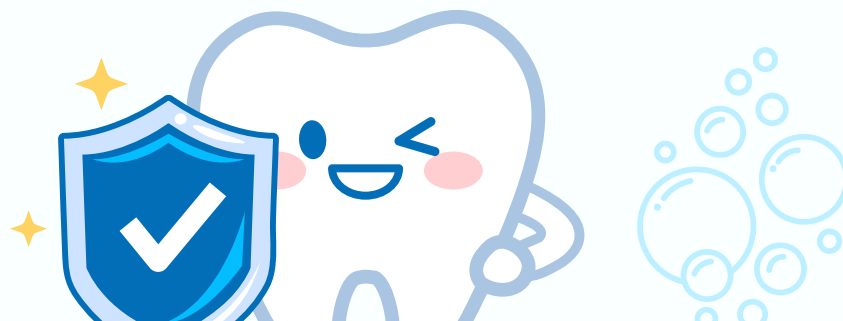


Tình trạng răng hô



Khớp cắn hở

PHÁT HIỆN SỚM và
BỎ thói quen xấu
để có hàm răng đẹp



CHẤN THƯƠNG RĂNG

Hay gặp ở trẻ em, thường xảy ra ở trường học, trong sinh hoạt, lao động hàng ngày

PHÂN LOẠI



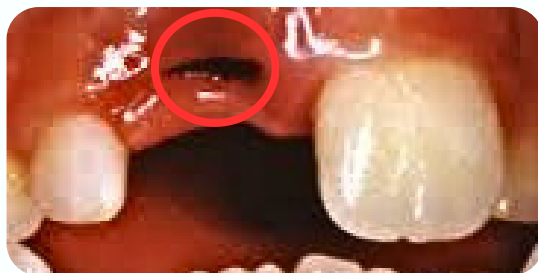
Gãy men ngà



Gãy hở tủy răng



Răng bị trật khớp



Răng rơi ra ngoài

XỬ LÝ RĂNG VĨNH VIỄN RƠI RA NGOÀI MIỆNG

- Tìm lại răng rơi
- Chỉ cầm vào phần thân răng
- Ngâm răng vào cốc sữa tươi không đường hoặc nước muối sinh lý
- Đưa trẻ đến các cơ sở khám chữa bệnh Răng Hàm Mặt, tốt nhất là trong vòng 1 giờ đầu



HƯỚNG DẪN CHẢI RĂNG ĐÚNG CÁCH



Chải mặt ngoài

- Đặt bàn chải nghiêng 45 độ ở vị trí cổ răng và đường viền lợi
- Chải xoay tròn nhẹ nhàng theo nhóm 2 đến 3 răng, mỗi vị trí khoảng 10 lần



Chải mặt trong răng cửa

Đặt bàn chải dọc và chải lên xuống



Chải mặt trong

Tương tự mặt ngoài



Chải mặt nhai

Đặt bàn chải song song mặt nhai, chải tới lui khoảng 10 lần



Chải lưỡi

Chải từ trong ra ngoài bằng bàn chải đánh răng hoặc dụng cụ chải lưỡi chuyên dụng

Chải tất cả các bề mặt của răng



Sử dụng chỉ nha khoa để làm sạch kẽ răng



Thay bàn chải mỗi 3 tháng hoặc khi có dấu hiệu bị mòn



CHẾ ĐỘ DINH DƯỠNG CÂN BẰNG VÀ HỢP LÝ

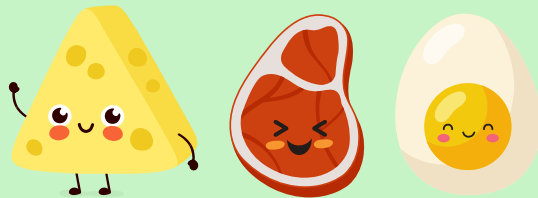
THỰC PHẨM TỐT



Thực phẩm chứa
nhiều chất xơ



Các loại rau xanh,
trái cây tươi

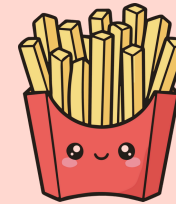
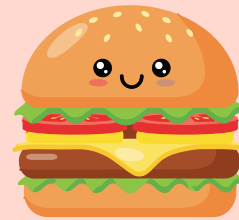


Thực phẩm giàu đạm,
canxi: thịt, cá, trứng,
sữa, phomai...



Ngũ cốc

THỰC PHẨM KHÔNG TỐT



Đồ ăn nhanh:
khoai tây chiên,
xúc xích...



Thức ăn nhiều đường:
bánh ngọt, kẹo



Đồ uống có gas



Thức ăn cứng,
dính răng

THÔNG ĐIỆP 2-2-2-2 CHO HÀM RĂNG KHOẺ ĐẸP

2 LẦN



Sáng



Tối

Chải răng ít nhất
2 lần/ngày



2 PHÚT



Chải răng ít nhất
2 phút/lần



2 GIỜ



Hạn chế ăn trong
khoảng 2 giờ
sau khi chải răng



2 LẦN



Khám răng định kỳ
ít nhất 2 lần/năm hoặc khi
có dấu hiệu bất thường

