

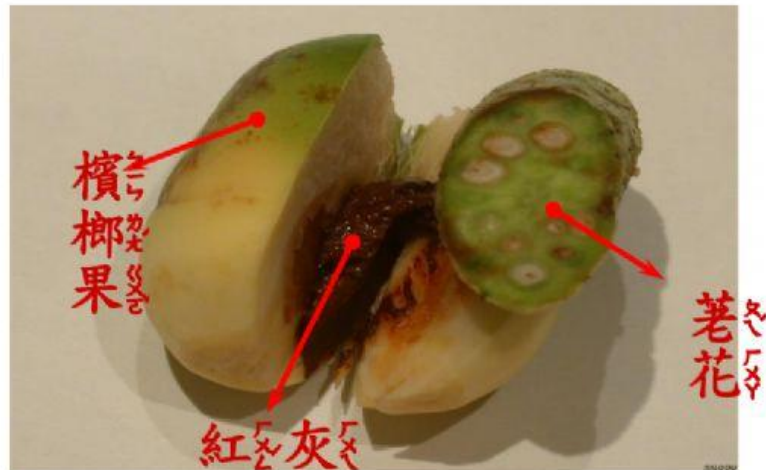
維持口腔健康

拒絶菸、酒、檳榔

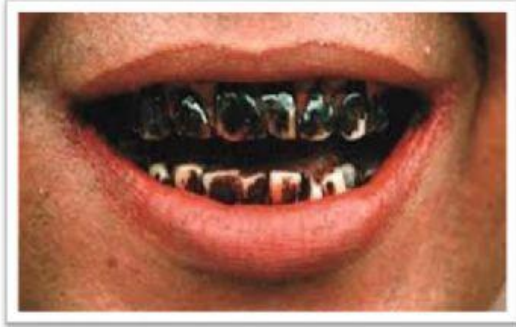


檳榔對身體的傷害

- ➡ 檳榔果：富含「檳榔素」及「檳榔鹼」，這兩種物質會讓口腔長腫瘤並破壞口腔。
- ➡ 配料：石灰和老花是我最好的朋友，會讓嘴巴發炎受傷。



檳榔對身體的傷害



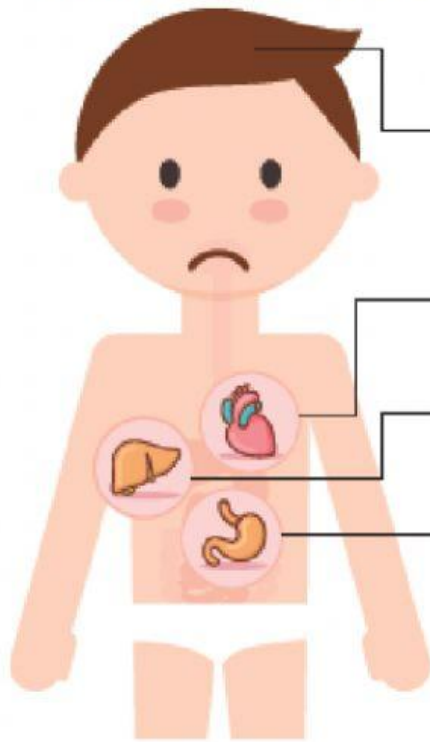
牙齒變黑、磨損、動搖、牙齦萎縮及牙周病。



檳榔讓我的嘴巴慢慢長出可怕的東西，是可怕的口腔癌！

酒精對身體的傷害

酒精濫用造成的人體傷害



腦部：頭暈、噁心、焦慮、憂鬱、認知受損、中樞神經受損

心臟：心跳減緩、血液流通受限

肝臟：脂肪肝、肝炎、肝硬化、肝癌

消化道：腸胃潰瘍、出血、胃食道逆流、營養不良

飲 酒 勿 開 車
未滿十八歲者，禁止飲酒
本場所不販賣酒予未滿十八歲者



口腔衛生好习惯



保持口腔清潔



定期口腔健檢



養成飲食好習慣



減少菸、酒、檳榔



請你找出對身體有害的物品，
把它圈起來。

1



2



3



4



5



6

