



PROGRAM KESIHATAN PERGIGIAN
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

PROSEDUR OPERASI STANDARD LATIHAN MEMBERUS GIGI BERKESAN



2020

MOH/K/GIG/4.2020(GU)



PROGRAM KESIHATAN PERGIGIAN
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

PROSEDUR OPERASI STANDARD
LATIHAN
MEMBERUS GIGI
BERKESAN

2020

Diterbitkan oleh,

Program Kesihatan Pergigian
Kementerian Kesihatan Malaysia
Aras 5, Blok E10, Kompleks E, Presint 1,
Pusat Pentadbiran Kerajaan Persekutuan,
62590 Putrajaya

Tel: 603 - 88834215

Fax: 603 - 88886133

Email: ohd@moh.gov.my

Website: <http://ohd.moh.gov.my>

Facebook: www.facebook.com/pergigiankkm

KANDUNGAN

1.0	PENDAHULUAN	1
2.0	SKOP	1
3.0	OBJEKTIF	1
	3.1 Objektif Umum	1
	3.2 Objektif Khusus	1
4.0	KEPERLUAN BAHAN DAN PERALATAN	2
5.0	DUA BELAS (12) LANGKAH PELAKSANAAN	3
	5.1 Carta Alir Dua Belas (12) Langkah Pelaksanaan	5
	LAMPIRAN	
	Lampiran 1:	
	• Tunjuk Ajar Memberus Gigi	7
	• Panduan Pemilihan Berus Gigi Yang Sesuai	7
	• Panduan Kuantiti Ubat Gigi Yang Perlu Digunakan	8
	Lampiran 2:	
	Warna Merah Jambu Pada Plak Gigi Yang Telah Diwarnakan Dengan Menggunakan <i>Plaque Disclosing Agent</i>	9
	Lampiran 3:	
	Teknik Memberus Gigi - Teknik <i>Circular/Fones</i>	10
	Lampiran 4:	
	Teknik Memberus Gigi - Teknik <i>Modified Bass</i>	12
6.0	PENGHARGAAN	14

1. PENDAHULUAN

Panduan Prosedur Operasi Standard bagi Latihan Memberus Gigi (LMG) ini merupakan satu inisiatif untuk melatih kemahiran teknik memberus gigi yang berkesan kepada kanak-kanak dan murid-murid sekolah. Kemahiran memberus gigi yang **berkesan** adalah penting untuk memastikan plak dapat dibersihkan dari semua permukaan gigi. Plak merupakan faktor utama kepada penyakit karies gigi dan gusi. Oleh itu, kawalan kepada plak akan dapat memelihara kesihatan mulut yang optimum dan seterusnya mengurangkan prevalen penyakit karies gigi dan gusi.

2. SKOP

Aktiviti ini dijalankan semasa *Incremental Dental Care Programme* yang meliputi kanak-kanak di TASKA, Pra-Sekolah dan Sekolah Rendah.

3. OBJEKTIF

3.1 Objektif umum

Untuk menerapkan amalan memberus gigi yang **berkesan** dalam kalangan kanak-kanak dan murid-murid sekolah ke arah kesihatan mulut yang optimum.

3.2 Objektif khusus

- i. Untuk memberi pengetahuan teknik memberus gigi yang berkesan;
- ii. Untuk memberi tunjuk ajar dan kemahiran memberus gigi yang berkesan kepada kumpulan sasaran; dan
- iii. Untuk mengekalkan kebersihan dan kesihatan mulut pada tahap yang optimum.

4. KEPERLUAN BAHAN DAN PERALATAN

LMG dilaksanakan dengan menggunakan bahan dan peralatan seperti berikut:

- i. Model gigi;
- ii. Berus gigi;
- iii. Ubat gigi berfluorida;
- iv. Bekas air/cawan plastik;
- v. Sumber air;
- vi. Baldi berisi air dan gayung;
- vii. Bahan pewarnaan plak (*Plaque disclosing agent* - pil atau gel);
- viii. Cermin muka;
- ix. Tuala kecil/tisu; dan
- x. Mikrofon & *speaker* mudah alih (jika ada).

5. DUA BELAS (12) LANGKAH PELAKSANAAN

Langkah 1 Rancang pelaksanaan aktiviti Latihan Memberus Gigi (LMG) dengan mendapatkan maklumbalas daripada pihak sekolah.

Langkah 2 Kumpulkan kanak-kanak/murid-murid* di tempat yang sesuai untuk aktiviti LMG.

Langkah 3 Pastikan semua kanak-kanak/murid-murid telah diberi atau membawa sendiri berus gigi, ubat gigi berfluorida, cawan kecil, cermin muka dan tuala kecil/tisu.

Langkah 4 Beri tunjuk ajar memberus gigi menggunakan model gigi (**Lampiran 1**).

Langkah 5 Isikan air bersih dalam cawan.

Langkah 6 Warnakan plak dengan menggunakan *plaque disclosing agent*** dan tunjukkan kawasan di mana terdapatnya plak dengan menggunakan cermin muka (**Lampiran 2**).

Langkah 7 Letakkan ubat gigi pada berus gigi.

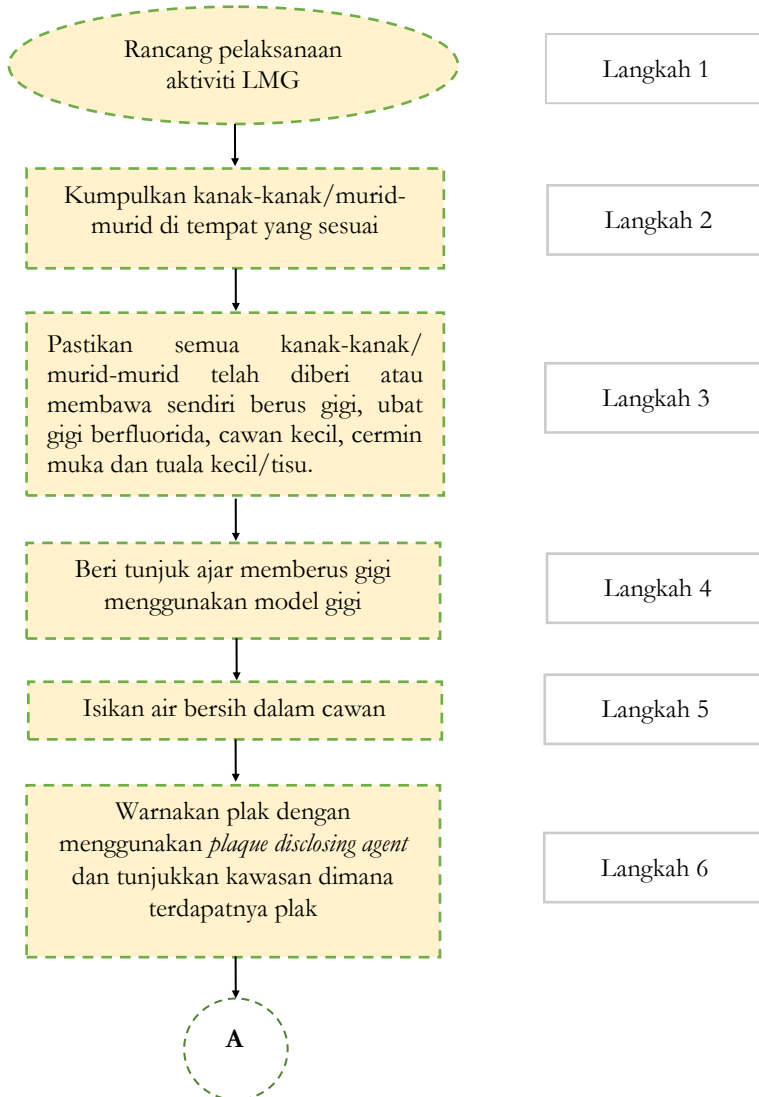
Langkah 8 Pastikan kanak-kanak/murid-murid memberus gigi sekurang-kurangnya 2 (dua) minit menggunakan teknik memberus gigi yang berkesan (**Lampiran 3 atau Lampiran 4**).

Langkah 9	Pastikan kanak-kanak/murid-murid berkumur-kumur setelah selesai memberus gigi.
Langkah 10	Periksa keberkesanan pemberusan (kehadiran plak). Ulang langkah 7 sekiranya masih terdapat plak.
Langkah 11	Pastikan kanak-kanak/murid-murid dan peralatan memberus gigi dalam keadaan bersih sebelum pulang ke kelas masing-masing.
Langkah 12	Rekod aktiviti LMG dalam borang PKP 101.

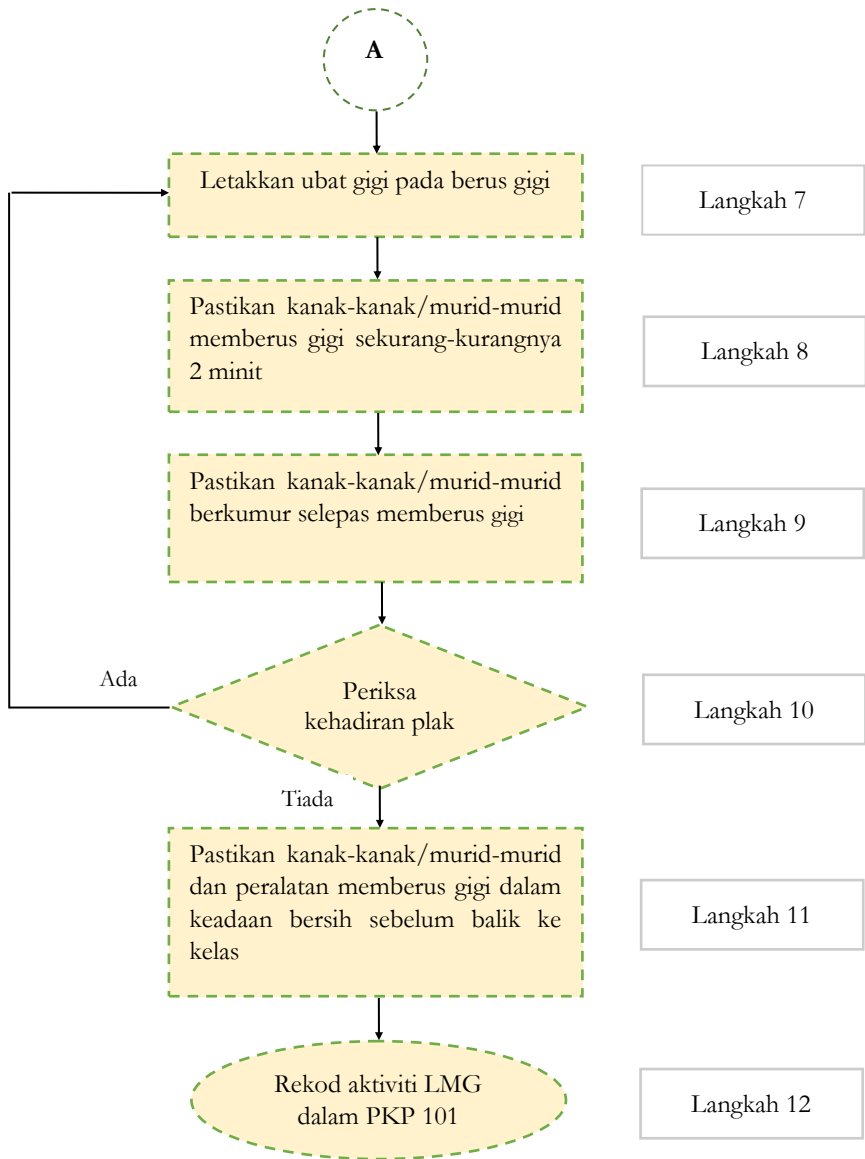
Nota

- * Bagi setiap sesi LMG, dicadangkan maksimum murid yang terlibat untuk setiap kumpulan adalah 15 orang bagi seorang Juruterapi Pergigian.
- ** Laksanakan kepada semua murid jika peruntukan kewangan mencukupi. Jika tidak, keutamaan adalah kepada murid kategori *high risk*.

CARTA ALIR DUA BELAS (12) LANGKAH PELAKSANAAN



Prosedur Operasi Standard Latihan Memberus Gigi



LAMPIRAN 1

TUNJUK AJAR MEMBERUS GIGI

Tunjuk ajar mestilah merangkumi perkara-perkara berikut:

- a. Berus gigi sekurang-kurangnya 2 kali sehari (sekali pada waktu malam sebelum tidur dan sekali pada satu masa yang lain ketika waktu siang hari);
- b. Berus gigi sekurang-kurangnya selama 2 minit;
- c. Pilih berus gigi yang sesuai;[¥]
- d. Guna ubat gigi berfluorida; dan
- e. Gunakan kuantiti ubat gigi yang sesuai.^{¥¥}

Nota : Bagi kanak-kanak yang berumur 0 - 6 tahun, pemantauan/penyeliaan ketika memberus gigi perlu dilakukan oleh ibu bapa/penjaga.

[¥]Panduan Pemilihan Berus Gigi Yang Sesuai

1. Saiz berus gigi

- Saiz kepala berus gigi yang sesuai adalah berbeza mengikut saiz mulut pengguna berus gigi tersebut.
- Pastikan saiz kepala berus gigi yang dipilih boleh digunakan hingga ke permukaan gigi geraham paling belakang supaya semua gigi dapat dibersihkan dengan baik.

2. Bentuk hujung kepala berus gigi

- Bentuk hujung kepala berus gigi yang bulat/tirus adalah lebih mudah digunakan bagi memastikan kesemua permukaan gigi dapat dibersihkan dengan berkesan.
- Selain itu, berbanding dengan berus gigi yang berbentuk bersegi, penggunaan berus gigi bulat/tirus juga dapat mengurangkan kejadian trauma ketika memberus gigi.

3. Jenis berus

- Berus yang lembut lebih berupaya untuk membuang plak dan sisa makanan daripada permukaan gigi.
- Selain itu, berus lembut juga dapat mengelakkan trauma pada gigi dan gusi dalam jangka masa yang panjang.

¥¥ Panduan Kuantiti Ubat Gigi Yang Perlu Digunakan

1. Bagi kanak-kanak berumur bawah 3 tahun, letakkan secalit (*smear layer*) ubat gigi berfluorida di atas permukaan berus gigi (**Gambar A**).
2. Bagi kanak-kanak berumur 3 tahun hingga 12 tahun, letakkan ubat gigi berfluorida bersaiz kacang pis (*pea-sized*) di atas permukaan berus gigi (**Gambar B**).



GAMBAR A



GAMBAR B

LAMPIRAN 2

**WARNA MERAH JAMBU PADA PLAK GIGI YANG TELAH
DIWARNAKAN DENGAN MENGGUNAKAN *PLAQUE DISCLOSING
AGENT***



Permukaan
Labial



Permukaan
Oklusal & Lingual



Permukaan
Bukal

TEKNIK MEMBERUS GIGI - TEKNIK *CIRCULAR/FONES*

Teknik ini dicadangkan untuk digunapakai kepada **kanak-kanak TASKA, Pra-Sekolah dan murid Sekolah Rendah Tahap 1.**



Langkah 1: Permukaan luar

Rapatkan gigi atas dan bawah. Letakkan bulu berus pada kedudukan 90° pada permukaan gigi.



Langkah 2: Permukaan luar

Buat gerakan membulat yang besar meliputi gigi dan gusi pada gigi atas dan bawah sebanyak 8 - 10 kali.



Langkah 3: Permukaan luar

Buat gerakan yang sama untuk bahagian hadapan dan bahagian lain.



Langkah 4: Rahang bawah - Permukaan dalam

Bagi permukaan dalam (*palatal dan lingual*) letak bulu berus di kedudukan 90° pada permukaan gigi dan sedikit pada gusi. Buat gerakan membulat kecil pada setiap permukaan.



Langkah 5: Rahang bawah - Permukaan dalam

← Buat gerakan membulat yang kecil atau gerakan vertikal dari gingival ke arah insisal untuk bahagian anterior lingual dan palatal.



Langkah 6: Rahang bawah - Permukaan gigitan

← Bagi permukaan gigitan, gerakkan berus gigi ke depan dan ke belakang.



Langkah 7: Rahang atas

← Ulang langkah 4 hingga 6 bagi rahang atas



Langkah 8: Permukaan lidah

← Langkah terakhir, gosok permukaan atas lidah.

LAMPIRAN 4

TEKNIK MEMBERUS GIGI- TEKNIK *MODIFIED* BASS

Teknik ini dicadangkan untuk digunapakai kepada **murid-murid Sekolah Rendah Tahap 2.**



Langkah 1: Rahang bawah

Letakkan bulu berus pada permukaan bukal kanan pada kedudukan 45° dan beri sedikit tekanan supaya bulu berus masuk ke dalam poket gusi.



Langkah 2: Rahang bawah

Goyangkan bulu berus ke depan dan ke belakang diikuti dengan golekkan (*rolling*) berus gigi ke arah permukaan oklusal.



Langkah 3: Rahang bawah

Ulang langkah 1 dan 2 pada permukaan bukal kiri dan lingual bagi rahang bawah.



Langkah 4: Rahang bawah

Bagi permukaan oklusal gerakan berus gigi ke hadapan dan ke belakang.



Langkah 5: Rahang atas

Ulang langkah 1 hingga 4 bagi semua permukaan gigi pada rahang atas.



Langkah 6: Permukaan lidah

Langkah terakhir, gosok permukaan atas lidah.

Nota: Saranan tambahan adalah supaya operator tidak terlalu terikat (*rigid*) dengan teknik. Fokus perlu diberi kepada pembersihan yang **berkesan** yang mana plak mesti **dibersihkan sepenuhnya**.

PENGHARGAAN

PENASIHAT

Dr Doreyat Bin Jemun

Dr Chia Jit Chie

AHLI JAWATANKUASA

Dr Salleh Bin Zakaria

Dr Zainab Binti Shamdol

Dr Cheng Lai Choo

Dr Wan Salina Binti Wan Sulaiman

Dr Suzana Binti Sharif

Dr. Mohd Zaid Bin Abdullah

Dr Zurina Asiah Binti Musa

Dr Nurrul Ashikin Binti Abdullah

Dr Azliza Binti Dato' Zabha

Dr. Safwanah Binti Muhamad Nor

Dr. Rabiatul Adawiah Binti Muhammad Azzuar

Pn. Sim Ung Lai

Pn. Haziah Bt. Hassan



**PROGRAM KESIHATAN PERGIGIAN
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA**



**www.facebook.com/pergigiankkm
www.instagram.com/pergigiankkm/
<http://ohd.moh.gov.my/>**