

牙科护理和 资源指南



2026

目录

1. 居家口腔健康护理
2. 为成功的牙科就诊做准备
3. 关于 Medi-Cal 牙科计划
4. Medi-Cal 牙科承保范围和计费
5. 流动牙科保健师 (RDHAPs)
6. 镇静牙科
7. 牙科服务方案
8. ACRC 在牙科服务中的作用

披露声明:

本文档的创建者与主题内容无任何财务关系、隶属关系或商业利益。文中提及的任何产品、服务或链接仅用于教育目的, 并不代表认可。

第 1 节: 居家口腔健康护理



口腔健康始于每天刷牙和使用牙线。对于某些人来说,口腔护理可能很困难。但是没关系。以下提示可以帮助您更轻松、更舒适地进行居家护理。更多详细信息,请参阅《[人人绽放笑容服务指南](#)》。页码列在每个提示之后。

注意哪些方面感觉不适

注意哪些方面让刷牙不舒服。这可能包括味道、质地、声音、压力或作呕。如果可能,请做出改变。更多建议请参见[指南](#)第 4-8 页。

使用温和和专业的工具

尝试使用软牙刷或硅胶牙刷,使用温和或无味牙膏,以及静音或低振动的电动牙刷。有很多工具和产品可供探索和尝试。[指南](#)的第 30 页提供了许多替代传统牙刷和牙线的实用建议。

保持可预测的日常流程

从一项活动切换到另一项活动可能很困难。给出明确的提示,例如“还有五分钟”。使用计时器、歌曲、图片、日程表或清单来帮助做好刷牙的准备。请参阅[指南](#)第 4-8 页和附录 A8。

循序渐进

从小处着手。只刷一个区域,用清水代替牙膏,或者缩短刷牙时间。随着舒适度的提高,逐渐增加刷牙时间。请参阅[指南](#)第 4-8 页。

让刷牙变得有趣和积极

使用游戏、角色扮演、歌曲或刷牙应用程序。有趣的牙刷或引导式刷牙工具可以提高兴趣和配合度。请参阅[指南](#)的附录 A8。

尝试不同的姿势

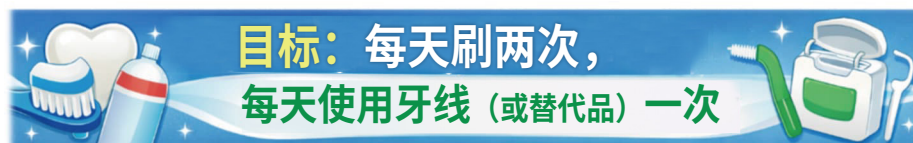
坐着、站立或躺着刷牙。尝试不同的角度,找到最舒适的姿势。请参阅[指南](#)第 27-29 页。

给予表扬和奖励

赞美所有的努力,即使是很小的进步。使用鼓励、贴纸或简单的奖励来建立信心。更多相关建议,请参阅[指南](#)第 7 页。

保持耐心和灵活性

调整工具、时机和程序以适应个人的需求。进步可能缓慢,但这没关系。请参阅[指南](#)的第 9-11 页,了解更多实用的日常口腔护理技巧!



第 2 节: 为成功的牙科就诊做准备

对某些人来说,看牙医可能是一件困难的事情。做好准备并获得支持,可以让牙科就诊更加轻松顺利。更多详细信息,请参阅[人人绽放笑容服务指南](#),第 22-26 页和附录 A10。

在家练习

护理人员可以在就诊前练习牙科就诊的部分流程:

- 练习躺在椅子上或沙发上
- 用手电筒照射口腔
- 使用与牙科诊所类似的牙膏刷牙
- 用一面假镜子练习数牙齿
- 播放带有牙科诊所声音的视频



就诊之前

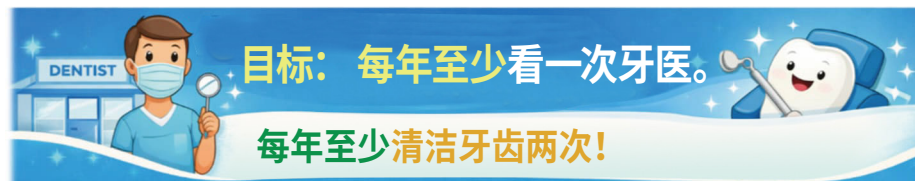
- 如果可能,使用带有牙医和诊所照片的社交故事
- 使用“首先/然后”句式和视觉辅助工具
- 观看展示牙医治疗的视频
- 提前访问牙科诊所,与工作人员会面并熟悉环境
- 要求预约较为安静的就诊时间
- 如有需要,询问是否可以缩短就诊时间或安排多次就诊

牙科就诊期间

- 与牙科团队分享患者的需求、偏好和挑战
- 要求调暗灯光或戴太阳镜
- 携带耳机以便听音乐或观看视频
- 携带一些安抚物品,例如玩具或加重毯子
- 使用沟通工具或辅助工具
- 请牙医使用“讲解-演示-操作”的方法,并让患者使用手镜



以积极的态度结束就诊! 即使就诊未完成,也要对他们的努力给予表扬和奖励。



请访问《[人人绽放笑容服务](#)》[主页](#),按主题、视频浏览指南,
或访问 [1 小时](#)或 [2 小时](#)的护理人员培训模块。

第 3 节: 关于 Medi-Cal 牙科计划

Medi-Cal 涵盖牙科护理！ 个人拥有的 Medi-Cal 牙科计划类型取决于他们的居住地。 居住在 Sacramento County 的 Medi-Cal 参保人拥有特殊的牙科管理式护理计划。 居住在所有其他县的参保人只有一种牙科计划。

Sacramento County

如果个人的 Medi-Cal 计划位于 Sacramento County, 则他们享有 Medi-Cal “牙科管理式护理计划”。 Sacramento County 有三个牙科管理式护理计划, 个人会被分配到其中之一:

- Liberty
- HealthNet
- DentaQuest

如需协助寻找牙医:

请联系指定的 Medi-Cal 牙科管理式护理计划, 以获取寻找牙医的帮助。 *如果您不确定个人属于哪项 Medi-Cal 牙科管理式护理计划, 请拨打 1-800-430-4263 向 HealthCare Options 咨询, 然后直接致电该计划, 请求转诊至网络内牙医。 您也可以点击以下链接访问各计划的在线医疗服务提供者名录搜索

- Liberty 牙科计划 888-703-6999 [Medi-Cal 牙医搜索](#)
- HealthNet 牙科计划 833-493-0428 [Health Net Medi-Cal 牙科 | Health Net](#)
- DentaQuest 833-479-1984 [California Medi-Cal 牙科保险 | DentaQuest](#)

Sacramento County 以外地区

(或在 *Sacramento County* 内没有 *Medi-Cal* 牙科管理式护理计划的人) 居住在 Sacramento County 以外的人拥有直接的 Medi-Cal 牙科计划, 也称为“按服务收费 (FFS) Medi-Cal 牙科计划”。 以下联系电话, 可帮助你查找牙医。 点击链接浏览在线医疗服务提供者名录搜索。

- Medi-Cal 牙科 800-322-6384 [提供者名录搜索](#)

专科医生转诊

有时需要转诊以获得专门的牙科服务。 这些服务包括镇静、拔智齿、根管治疗等。 如果个人需要转诊以获得专门的牙科服务, 请采取以下任意步骤:

1. 向全科牙医寻求转诊
2. 致电 Medi-Cal 牙科计划以请求转诊
3. 向 ACRC 服务协调员寻求帮助

第 4 节: Medi-Cal 承保范围和计费

Medi-Cal 牙科计划承保哪些内容?

所有 Medi-Cal 牙科计划都为儿童和成人提供相同的广泛服务,通常是免费的。儿童每 6 个月可获得一次清洁、检查、X 光检查和涂氟治疗等预防性服务,成人每 12 个月可获得一次。其他修复和专科服务也包括在内,包括补牙、牙冠、根管、拔牙、假牙、镇静和紧急牙科服务。请访问 Smile CA 网站,查看按年龄组划分的承保服务详情:[承保服务 | Smile California](#)

如果收到牙科服务账单,该怎么办?

所有 Medi-Cal 牙科计划都涵盖医疗必需的牙科服务,以确保患者恢复良好的口腔健康。如果收到牙科服务账单,通常是针对未承保的服务,这些服务可能被视为辅助治疗、选择性治疗或美容治疗。牙医可能收费的一些常见未承保服务包括骨移植和膜植入、激光治疗、特制白色牙冠、种植牙等等。

如果牙医建议患者接受 Medi-Cal 不涵盖的服务,且患者需自付较高费用,则患者有权要求仅接受 Medi-Cal 涵盖的服务,并要求牙医在治疗前遵循 Medi-Cal 规则以确保获得 Medi-Cal 涵盖的服务。[B&P Code § 654.3(h)(1)].” 更多相关信息,请点击此处:https://dental.dhcs.ca.gov/MCD_documents/providers/provider_bulletins/Volume_41/Number_03.pdf

ACRC 服务协调员可与 ACRC 牙科协调员协商,讨论患者可能产生的任何自付费用。

在牙科紧急情况下有哪些选择?

如果患者出现剧烈疼痛,或者有发烧、肿胀或脓肿等感染迹象,则应立即就医。紧急护理方案包括:前往急诊室、紧急护理中心,或紧急预约牙医或初级保健医生。有关如何应对牙科紧急情况的更多信息,请参阅[“人人绽放笑容服务指南”](#)的第 19-21 页。

如果计划团队在寻找紧急牙科需求资源方面需要进一步的帮助,ACRC 客户的服务协调员可以咨询 ACRC 牙科协调员以探索各种选择。

第 5 节: 流动牙科保健师 (RDHAPs)



“RDHAP”是“替代执业注册牙科保健师 (Registered Dental Hygienist in Alternative Practice)”的缩写。



什么是 RDHAP?

RDHAP 是配备便携式牙科设备的牙科保健师,他们可以在家中、日间照护中心和其他社区场所,为人们提供牙科服务。

RDHAP 提供哪些类型的牙科服务?

清洁、X光检查、氟化物治疗、临时填充等。 RDHAP 还提供宝贵的口腔健康信息、营养咨询、改善家庭护理的建议、牙齿脱敏治疗,并可根据需要提供合适的牙科服务转诊。

RDHAP 是否接受 Medi-Cal 牙科计划和其他牙科保险计划?

是的,大多数 RDHAP 接受 Medi-Cal 牙科计划。RDHAP 提供的所有服务均包含在 Medi-Cal 牙科计划中。如需超出 Medi-Cal 服务频率或承保范围的额外服务,请考虑与计划团队进行讨论。如果计划团队有意了解 RDHAP 的服务,服务协调员可以提供当地 RDHAP 的名单。

ACRC 的客户受邀参加由当地 RDHAP 提供的流动式牙科诊所!

客户受邀参加由 RDHAP 在舒适的社区场所举办的以客户为中心的趣味牙科活动! **活动每隔几个月举办一次。** 请向客户的服务协调员咨询更多信息;服务协调员可以咨询 ACRC 牙科协调员,了解即将举行的活动!



第 6 节: 镇静牙科

即使提供了许多便利措施和调整,有些人可能仍然难以顺利完成牙科就诊。接受全面牙科护理的患者可能需要进行牙科镇静。

需要注意的是,有许多不同程度的镇静方案可供选择。如果牙科治疗需要镇静,最好根据个人需求选择**限制最小**的镇静形式。

镇静方案选择范围

以下信息和图形解释了可用的镇静方案选择范围,从限制最小(1)到限制最大(5)。这些只是示例,实际情况可能有所不同。

1. **就诊前用药** – 可在牙科就诊前服用抗焦虑药物
2. **轻度镇静** – 可在就诊期间使用笑气以促进放松
3. **中度镇静** – 使用处方药口服镇静,以达到更深层次的放松
4. **深度镇静** – 通过静脉注射,患者会昏昏欲睡,但仍会对刺激做出反应
5. **全身麻醉** – 患者完全失去意识,通常在手术中心或医院进行



在 ACRC 的服务范围内,有很多牙科诊所可以在牙科就诊期间提供不同程度的镇静服务。患者及其家属可以与医疗和牙科团队讨论合适的镇静方案。ACRC 服务协调员可咨询 ACRC 牙科协调员,以协助查找能够提供适当推荐级别镇静服务的医疗保健服务提供者。

第 7 节: 牙科服务方案

牙科服务种类繁多, 旨在满足每个人的个性化需求。虽然有些人可以在传统的牙科诊所定期获得护理, 但其他人可能需要额外的支持或镇静。了解可用的牙科服务范围有助于确保每个人都能获得最符合其独特需求的护理。

牙科服务范围

1. **传统牙科诊所:** 适合准备在牙科诊所接受治疗的人士。ACRC 服务协调员和牙科协调员可帮助寻找接受其牙科计划并能满足其需求的当地牙医。
2. **流动牙科诊所:** 适合有兴趣参加专为 ACRC 客户定制的流动式诊所的人士。计划团队可以与服务协调员和牙科协调员合作, 安排与 RDHAP 或牙医的会面。
3. **居家 RDHAP 服务:** 适合偏好居家护理的人士。流动牙科保健师 (RDHAPs) 上门为患者提供各种预防性牙科服务。
4. **牙科脱敏:** 适合需要更多时间才能适应牙齿护理的人士。某些 RDHAPs 可以提供循序渐进、频繁的上门服务, 通过多次治疗帮助患者建立舒适感。
5. **镇静牙科:** 适合需要在一定程度镇静下进行牙科护理的人士。计划团队可以与服务协调员和牙科协调员合作, 协助探索在需要时可提供适当镇静方案的医疗保健提供者。



第 8 节: ACRC 在牙科服务中的作用

虽然牙科服务主要由通用资源（如 Medi-Cal 牙科计划和其他私人牙科计划）承保，但 ACRC 也发挥着支持作用，确保客户能够获得满足其需求的牙科服务。

- **充分利用资源:** 协助客户使用可用的通用牙科资源。
- **联系当地医疗保健提供者:** 帮助客户寻找能够满足其特定需求的牙科服务提供者。
- **获取供应商服务:** 支持客户利用 ACRC 供应商的牙科资源。
- **持续支持:** 咨询服务协调员，以满足任何牙科需求。

ACRC 牙科协调员

ACRC 牙科协调员是 ACRC 服务协调员和客户服务经理的内部资源，旨在支持客户获得最合适且限制最少的牙科服务。ACRC 牙科协调员的职责是提供咨询，不能直接为客户提供牙科治疗或服务。

如果您认为需要就本文档中概述的特定牙科需求咨询 ACRC 牙科协调员，请联系 ACRC 服务协调员。