

1985-01-01

รายงานวิจารณ์ 2 : วิถีแปรงฟันของเด็กในชุมชน

หาญณรงค์ ลำไย

Follow this and additional works at: <https://digital.car.chula.ac.th/cudj>



Part of the [Dentistry Commons](#)

Recommended Citation

ลำไย, หาญณรงค์ (1985) "รายงานวิจารณ์ 2 : วิถีแปรงฟันของเด็กในชุมชน," *Chulalongkorn University Dental Journal*. Vol. 8: Iss. 1, Article 6.

DOI: 10.58837/CHULA.CUDJ.8.1.6

Available at: <https://digital.car.chula.ac.th/cudj/vol8/iss1/6>

This Original article is brought to you for free and open access by Chula Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Chulalongkorn University Dental Journal by an authorized editor of Chula Digital Collections. For more information, please contact ChulaDC@car.chula.ac.th.



รายงานวิจารณ์ 2

วิธีแปรงฟันของเด็กในชุมชน

หาญณรงค์ ลำไย*



ทันตแพทย์หญิง อัมพข อินทรประสงค์ และทันตแพทย์นพดล ศุภพิพัฒน์ ได้กล่าวรายงาน และวิจารณ์ไปแล้วนั้น ทั้งสองท่านได้ค้นคว้าเอกสารทางด้านวิชาการมาอ้างอิงอย่างมากมาย ทั้งนี้เพื่อที่จะหาวิธีแปรงฟันเด็กในชุมชนมาเสนอแนะให้ทันตแพทย์ทั้งหลายได้นำไปใช้ในชุมชนของเด็กได้ จากเอกสารที่ท่านทั้งสองได้อ้างอิงมานั้น มีความเห็นพ้องต้องกันว่า วิธีแปรงฟันที่เหมาะสมที่สุดที่จะใช้สำหรับเด็กในชุมชนได้แก่ วิธีสครับ (Scrub method) โดยเฉพาะ ทันตแพทย์หญิง อัมพข อินทรประสงค์ ผมเชื่อว่าท่าน และอาจารย์ในภาควิชาได้ใช้วิธีสครับนี้ในคลินิกของภาควิชาทันตกรรมสำหรับเด็ก คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มานานพอสมควร และใช้วิธีแปรงฟันนี้ในคลินิกส่วนตัวของท่านด้วย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าวิธีสครับเป็นที่ยอมรับของอาจารย์ในภาควิชาทันตกรรมสำหรับเด็กด้วย ส่วนข้าพเจ้านั้น จากประสบการณ์ที่ได้ปฏิบัติงาน และเอกสารทางวิชาการ ที่

ได้อ่านมาก็มีความเห็นตรงกับท่านทั้งสองด้วยว่าวิธีสครับ เป็นวิธีแปรงฟันที่เหมาะสมที่สุดที่จะนำไปใช้ในชุมชนเด็กซึ่งมีเหตุผลคล้ายคลึงกับท่านทั้งสองที่กล่าวมาแล้วคือ วิธีการไม่ยาก เด็กสามารถปฏิบัติตามได้ง่าย และกำจัดการบจุลินทรีย์อย่างได้ผล^(1,2,3) ซึ่งการวิจารณ์ของข้าพเจ้าจะมี 2 ตอนด้วยกัน ในตอนแรกนั้น ข้าพเจ้าพยายามจะเปรียบเทียบว่าวิธีสครับนั้นปฏิบัติได้ง่ายกว่าวิธีอื่น ๆ เป็นวิธี ๆ ไป และในตอนที่สอง จะกล่าวถึงแปรงสีฟันที่จะเหมาะสมสำหรับเด็กด้วย ส่วนการเปรียบเทียบเกี่ยวกับการกำจัดการบจุลินทรีย์นั้น ทันตแพทย์หญิง อัมพข อินทรประสงค์ ได้รายงานไว้อย่างครบถ้วนแล้ว ข้าพเจ้าจะไม่กล่าวถึง

I. วิธีแปรงฟันวิธีต่าง ๆ

วิธีสครับ⁽¹⁾

ขนแปรงจะไม่ทำอันตรายต่อเหงือก เนื่องจากวิธีนี้ให้ขนแปรงทั้งหมดอยู่บนผิวของฟัน ขนแปรง

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาปริทันตวิทยา คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แถวริมจะถูกเหวี่ยงเพียงเล็กน้อยเท่านั้น การถูใช้ ขยับไปมาอยู่ในช่วงสั้น ๆ ประมาณไม่เกิน ± 0.5 ซม. ดังนั้นขนแปรงจะไม่ทำอันตรายต่อเหงือกและ ฟัน ขณะขยับด้ามแปรงต้องพยายามออกแรงกด ด้ามแปรงด้วยขนแปรงจะกวาดคราบจุลินทรีย์ และ เศษอาหารในระหว่างซี่ฟัน และร่องเหงือกออก ส่วนด้านบดเคี้ยวซึ่งมีร่องลึกจำนวนมากก็เหมาะ ที่จะใช้วิธีสครับ ดังนั้นจึงควรเน้นให้สอนวิธีแปรง ฟันแบบสครับแก่เด็กในชุมชน ส่วนวิธีอื่น ๆ นั้น ยุ่งยากมาก ถ้าจะสอนให้เด็กทำตาม ซึ่งจะได้กล่าว ต่อไป

วิธีโรตารีสครับ⁽²⁾ (Rotary Scrub method)

ถ้าให้เด็กใช้วิธีนี้ เขาจะไม่สามารถขยับแปรง แบบถวนได้ ทั้ง ๆ ที่วิธีนี้คล้ายคลึงกับวิธีสครับ มาก การวางขนแปรงก็ตั้งฉากกับฟันเช่นเดียวกัน ต่างกันตรงที่การขยับแปรงเท่านั้น เพราะวิธีสครับ ขยับแปรงแบบวนวน ซึ่งขนานกับกล้ามเนื้อ ของเด็ก

วิธีมอดิฟายด์โรตารีสครับ⁽²⁾ (Modified Rotary Scrub method)

วิธีการแปรง ทำมุมระหว่างขนแปรงกับตัวฟัน นั้นจะอยู่ระหว่าง 90 ± 45 องศา ขึ้นอยู่กับว่าจะ แปรงบริเวณร่องเหงือกหรือซอกฟัน และการขยับ แปรงก็เป็นแบบหมุนวน หรือวนวนก็ได้ แต่ต้อง อยู่กับที่ซึ่งเป็นการยุ่งยากมาก เด็กไม่สามารถจะ ทำตามได้ เหมาะสำหรับในผู้ใหญ่โดยเฉพาะผู้ที่ เป็น โรคปริทันต์อยู่ก่อนแล้ว เพราะวิธีนี้สามารถทำความสะอาด ในร่องเหงือก และซอกฟันบางแห่งได้

วิธีชาร์เตอร์ส⁽³⁾ (Charters method)

เหมาะสำหรับฟันที่มีช่องกว้าง เช่นในผู้ป่วย ที่เหงือกเรื้อรัง ฟันเก เพราะวิธีนี้ใช้ทำความสะอาด ได้จุดสัมผัสของฟัน (contact point) ได้ดี ซึ่ง ไม่เหมาะกับการที่จะใช้ในเด็ก วิธีนี้ต้องวางขนแปรง

ทำมุมกับฟันประมาณ 45 องศา และต้องขยับแปรง โดยวิธีถวน ซึ่งเด็กไม่สามารถจะทำได้

วิธีสตัลแมน⁽³⁾ (Stillman method)

วางแปรงที่บริเวณเหงือกยึด (attached gingiva) ทำมุม 45 องศา และขยับแปรงโดยวิธี ถวน ซึ่งทั้งสองอย่างนี้ไม่จำเป็นสำหรับเด็ก เด็ก ไม่ต้องการนวดเหงือก เพราะพบโรคเหงือกอักเสบ น้อยมาก และการหมุนเวียนโลหิตดีอยู่แล้ว ส่วนการ ขยับแปรงแบบนี้ นั้น เด็กก็ทำไม่ได้

วิธีมอดิฟายด์สตัลแมน⁽³⁾ (Modified Stillman method)

วิธีนี้ยุ่งยากมากกว่าวิธีสตัลแมน เพราะวาง แปรงบนเหงือกยึด ทำมุม 45 องศา แล้วลากแปรง ลงมาพร้อมกับขยับแบบสั่นปลายขนแปรงถึงบริเวณ ขอบเหงือกแล้วจึงเริ่มหมุนแปรงบริเวณผิวฟัน ซึ่ง เด็กจะทำได้ ซึ่งถ้านำไปใช้ในเด็ก ยิ่งอาจจะเกิด อันตรายกับเหงือกได้อย่างมาก

วิธีเบส^(3,4,7) (Bass method)

วิธีนี้ต้องวางขนแปรงทำมุมประมาณ 45 องศา โดยให้ปลายขนแปรงอยู่ที่ขอบเหงือก แล้วขยับช่วง สั้น ๆ ไปมา $0 - 0.5$ ซม. ซึ่งเด็กทำตามยาก เพราะ เด็กส่วนมากยังไม่รู้จักมุม 45 องศา

วิธีมอดิฟายด์เบส^(3,7) (Modified Bass method)

จะเพิ่มจากวิธีเบส โดยมีการหมุนแปรง การ ขยับอาจเป็นแบบถวน หรือไปมาก็ได้ แต่อยู่ในช่วง สั้น $0 - 0.5$ ซม. ซึ่งเด็กไม่สามารถจะทำได้

วิธีโรลล์^(3,4) (Roll method)

วางขนแปรงบนเหงือกยึด โดยให้ด้านข้างของ ขนแปรงแนบกับเหงือกยึด แล้วออกแรงกดเบา ๆ ลากแปรงลงมาจนถึงขอบเหงือก แล้วเริ่มหมุนแปรง ซ้ำ ๆ ตามผิวของฟัน ซึ่งเป็นการยากต่อการสอนเด็ก มาก และถ้าทำไม่ได้จะเกิดอันตรายต่อเหงือกได้

วิธีมอดิฟายด์โรลล์⁽³⁾ (Modified Roll method)

การวางแปรงเหมือนวิธีโรลล์ แต่เพิ่มการขยับแปรงแบบสั้น ๆ ไปมาเล็กน้อย ซึ่งเด็กยังไม่สามารถจะทำตามได้

สรุป

จากวิธีแปรงฟันที่กล่าวมาแล้วนั้น จึงพอสรุปได้ว่า วิธีแปรงฟันในเด็กควรจะใช้วิธีถูไปมาช่วงสั้น ๆ และขนแปรงประมาณตั้งฉากกับตัวฟัน ตามที่ภาควิชาทันตกรรมสำหรับเด็ก ได้แนะนำพร้อมรายละเอียด

II. แปรงสีฟันที่เหมาะสมสำหรับเด็ก

สมัยก่อนสงครามโลกครั้งที่ 2 ใช้ขนสัตว์จากประเทศจีน และรัสเซีย มาทำเป็นขนแปรงสีฟัน ต่อมาในระหว่างสงครามโลกครั้งที่ 2 เกิดขาดแคลนขนสัตว์ จึงได้นำพลาสติกสังเคราะห์มาทำเป็นขนแปรงสีฟันแทน ซึ่งใช้ไม่ค่อยได้ผลนัก ต่อมาจึงมีการนำในลอนมาทำขนแปรง ซึ่งปรากฏว่าใช้ได้ผลดีมาก จึงใช้มาจนถึงปัจจุบันนี้⁽⁵⁾

ข้อดีของขนแปรงในลอน ได้แก่⁽⁶⁾

1. มีลักษณะ และขนาดเหมือนกันหมด
2. สามารถควบคุมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางของขนแปรง
3. ไม่แตกแยก
4. ถึงแม้จะเปียกชื้น ยังคงสภาพเดิม มีสปริงดี
5. ต้านทานต่อการสึกกร่อนได้ดี สามารถใช้เป็นประจำทุกวันได้นานหลายเดือน
6. ส่วนปลายของขนในลอน สามารถทำให้มน และเรียบได้

คุณสมบัติของแปรงสีฟันเด็กที่ดี^(1,3,5,6)

1. หัวแปรง ควรจะมีขนาดที่ใช้ได้ทุก ๆ

บริเวณในช่องปาก แต่ต้องไม่เล็กเกินไป เพราะจะทำให้เสียเวลาในการแปรงฟันมาก สำหรับเด็ก ความยาวของหัวแปรง ประมาณ 1.5 ซม. ความกว้างประมาณ 0.8 ซม.⁵

1.1 ความยาวของขนแปรง ควรจะให้ปลายขนแปรงสามารถทำความสะอาดได้พร้อมกันทั้งหมดทุกเส้น จึงใช้ขนแปรงที่ยาวเท่ากันทุกเส้น ยาวประมาณ 0.7 - 0.8 ซม.² ในกรณีที่ใช้ขนแปรงยาวไม่เท่ากัน เราจะต้องใช้แรงกดเพื่อที่จะให้ปลายขนแปรงทุกเส้นทำความสะอาดได้พร้อมกันซึ่งจากแรงกดนั้นอาจจะทำอันตรายต่อเหงือกได้ อีกประการหนึ่งถ้าใช้ขนแปรงสั้นเกินไป จะไม่สามารถแปรงบริเวณซอกฟันได้ รวมทั้งขนแปรงจะแข็งเกินไป ทำอันตรายต่อเหงือก และผิวฟันได้ ทางตรงกันข้ามถ้าใช้ขนแปรงอ่อนเกินไปมันจะโค้งงอได้ง่าย ประสิทธิภาพในการทำทำความสะอาดจึงไม่ดี

1.2 ที่ปลายขนแปรง ควรมนกลม มิฉะนั้นจะทำอันตรายต่อเนื้อเยื่อในช่องปากได้ โดยเฉพาะผู้ที่แปรงแรงมาก ๆ จะทำให้เหงือกเป็นแผล⁽²⁾

1.3 บริเวณหัวแปรง ควรมีลักษณะที่สามารถทำความสะอาดได้ง่าย กลุ่มขนแปรงที่มีจำนวนเส้นน้อยจะมีแปดซี่เรีย เศษอาหาร ยาสีฟัน สะสมได้ยากกว่ากลุ่มขนแปรงที่มีจำนวนเส้นมาก ดังนั้นควรเลือกแปรงสีฟันที่ประกอบด้วยกลุ่มเล็ก ๆ หลายกลุ่ม จึงจะง่ายต่อการรักษาความสะอาด⁽⁵⁾

2. ค้ำแปรง รูปร่าง และขนาดของค้ำแปรง ควรออกแบบให้จับได้ถนัดมือ และสามารถทำความสะอาดฟันทุกบริเวณในช่องปากได้อย่างสะดวก แปรงสีฟันที่มีลักษณะค้ำตรงโดยตลอดเป็นแบบที่มีประสิทธิภาพดีกว่าแบบอื่น ๆ ความยาว ค้ำแปรงของเด็กยาวประมาณ 11 ซม. ความกว้าง 1.5 ซม. รวมความยาวของค้ำ และหัวแปรงประมาณ 12.5 ซม.⁽⁵⁾

3. ขนาดของขนแปรง จากการทดลองเป็นเวลานาน โดยการเปรียบเทียบขนาดต่าง ๆ ของขนแปรง ปรากฏว่าขนแปรงเส้นผ่าศูนย์กลาง 0.005 นิ้ว⁵ เป็นขนาดที่เหมาะสมที่สุดในการทำแปรงสีฟันของเด็ก เพราะทำอันตรายต่อเนื้อเยื่อในช่องปากน้อยกว่าขนาดที่ใหญ่กว่านี้

เอกสารอ้างอิง

1. Manson, J.D. : Periodontics. 3 rd ed., Philadelphia, Lea & Febiger, 1975, pp. 53-58.
2. Chasteen, J.E. : Essential of clinical dental assisting. St.Louis, C.V. Mosby Co., 1975. pp. 20-27.
3. Grant, D.A., Stern, I.B., and Everett, F.G. : Periodontics. 5 th ed., St. Louis, C.V. Mosby Co., 1979. pp. 538-551.
4. O' Toole, E.T. and Gupta, O.P. : Effectiveness of Bass and Vertical Roll methods in plaque removal. J. Dent. Res, 52 : Special issue, IADR abstract no. 641, 1973.
5. Bass, C.C. : The optimum characteristics of toothbrushes for personal oral hygiene, Dent. Items Interest 70 : 696-718, 1948.
6. Vowles, A.D., Wade, A.B. : Importance of filament diameter when using Bass brushing technique. J. Periodontol. 48 : 460-463, 1977.
7. Gibson, J.A. and Wade, A.B. : Plaque removal by the Bass and Roll brushing techniques. J. Periodontol. 48 : 456-459, 1977.

(ได้รับเรื่องเมื่อวันที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2527)