

1985-01-01

อภิปรายทั่วไป : วิธีแยรงฟันของผู้ใหญ่ในชุมชน

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



Part of the [Dentistry Commons](#)

Recommended Citation

(1985) "อภิปรายทั่วไป : วิธีแยรงฟันของผู้ใหญ่ในชุมชน," *Chulalongkorn University Dental Journal*: Vol. 8: Iss. 1, Article 11.

Available at: <https://digital.car.chula.ac.th/cudj/vol8/iss1/11>

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.

อภิปรายทั่วไป วิธีแปรงฟันของผู้ใหญ่ในชุมชน

รัตน์ Robinson¹ รายงานว่าวิธีแปรงฟันแบบ
แบส และแบบสครับ มีประสิทธิภาพผลใน
การกำจัดคราบจุลินทรีย์เท่าเทียมกัน ถ้า
จะมองในประเด็นที่ว่าวิธีสครับง่ายกว่า
ทั้งในด้านการสอนและด้านการนำไป
ปฏิบัติ เพราะเหตุใดจึงไม่แนะนำให้ใช้
วิธีสครับในผู้ใหญ่ ยิ่งเมื่อแนะนำให้เด็ก
แปรงฟันแบบสครับด้วยแล้ว ยิ่งเห็น
สมควรแนะนำให้ผู้ใหญ่แปรงฟันแบบ
สครับด้วย จะได้เหมือนกันไม่ต้องเปลี่ยน
วิธีในภายหลัง

สมพล วิธีแบสเป็นวิธีแปรงฟันที่ ADA แห่ง
ประเทศสหรัฐอเมริกาแนะนำมาตั้งแต่
ปี ค.ศ. 1977 วิธีนี้ขนแปรงทำมุม 45°
กับฟัน และพยายามให้ปลายขนแปรง
สอดเข้าไปในร่องเหงือก (sulcus) ส่วน
หนึ่ง และอีกส่วนหนึ่งก็ทำความสะอาด
ฟันบริเวณ gingival $\frac{1}{3}$ ซึ่งถือว่าเป็น
critical zone ส่วนวิธีแปรงฟันแบบ
สครับ ขนแปรงตั้งฉากกับฟัน ทำความ

สะอาดใน sulcus ไม่ได้ อาจมีคำถามว่า
ในประชาชน 2 กลุ่มคือฟันน้ำนม เรา
ใช้วิธีสครับ และฟันแท้ใช้วิธีมอดิฟายด์
แบส จะยืดหยุ่นอย่างไร เป็นเรื่องที่ต้อง
อภิปรายต่อ

ฐิตินา

วิธีสครับในแนวราบทำง่าย แต่ข้อเสียมี
สูงในผู้ใหญ่ เพราะลักษณะกายวิภาค
ของฟันและเหงือกต่างกัน อีกอย่างผู้ใหญ่
ใช้แรงมากกว่าเด็ก ฉะนั้นทำให้เกิดอัน-
ตรายต่อเหงือกและเกิดฟันสึกได้สูง แต่
ที่สำคัญคือ critical zone ไม่ได้ทำ
ความสะอาด อีกอย่างหนึ่งการทดลอง
เปรียบเทียบระหว่างวิธีแปรงฟันแบบ
ต่าง ๆ มักทำเพื่อเปรียบเทียบประสิทธิ
ผลในการกำจัดคราบจุลินทรีย์เท่านั้น
ไม่ได้เปรียบเทียบว่าจะมีการทำอันตราย
ต่อเหงือกมากน้อยกว่ากันหรือไม่ เพราะ
จะต้องใช้เวลาทดลองนานมาก ต้องตัด
เหงือกมาดูการอักเสบ ดูการสึกของฟัน
ซึ่งการสึกของฟันก็ไม่ใช้วันเดียวสึก หรือ
ภายในอาทิตย์ เดือน จากตำราและประ-
สพการณ์ยืนยันและกล่าวในทำนองว่า
วิธีแบสและมอดิฟายด์แบส (จะค่อนข้าง
ไปทางวิธีมอดิฟายด์แบส) เป็นวิธีแปรง
ฟันที่เหมาะสมในการใช้สอนชุมชน

¹ Robinson. E. : A comparative evaluation of the scrub and Bass methods of toothbrushing with flossing as an adjunct. Am. J. Pub. Health 66 : 1078-1081, 1976.

สมพล	เวลาที่เรารอ่านรายงานวิจัย ควรสังเกตว่า มีการเปรียบเทียบความแตกต่างโดยใช้มาตรการทางสถิติหรือไม่ ถ้ามีก็จะแสดงถึงความน่าเชื่อถือ	
วาสนา	วิธีมอดิฟายด์เบสน่าจะเป็นวิธีที่เหมาะสมที่จะนำไปใช้ในการแปรงฟันในชุมชนผู้ใหญ่ เพราะวิธีนี้เน้นถึงการทำความสะอาดบริเวณคอฟันและซอกฟัน ซึ่งเป็นบริเวณที่เกิดการผุได้ง่าย จึงสมควรที่จะนำมาใช้มากกว่าวิธีสครับ โดยเฉพาะถ้าใช้แปรงสีฟันที่มีขนแปรงแข็งร่วมกับการแปรงด้วยวิธีสครับ จะทำให้เกิดการสึกของฟันได้ง่าย เป็นผลเสียตามมาอีก	ประทีป เห็นว่า manual dexterity ของเด็ก และของผู้ใหญ่ต่างกัน อย่างที่มีรายงานว่า สอนวิธีแปรงฟันวิธีอื่นให้กับเด็ก พอลงท้ายเด็กก็กลับมาหาวิธีสครับ จึงเห็นควรสอนเด็กให้แปรงวิธีสครับที่ถูกต้องไปก่อน เมื่อโตขึ้น ความสามารถเพิ่มขึ้น จึงค่อยสอนวิธีมอดิฟายด์เบส หากจะนำวิธีมอดิฟายด์เบสไปใช้ในช่วงการทันตสาธารณสุข อาจต้องใช้เวลา 5 ปี หรือ 10 ปี จึงจะรู้จักกันแพร่หลาย แต่เราก็ต้องมีจุดเริ่มต้น และพยายาม
ประทีป	วิธีมอดิฟายด์เบส ใช้ในผู้ใหญ่ได้ดีกว่าวิธีสครับด้วยเหตุผลดังกล่าว วิธีสครับทำให้เกิด abrasion ได้มากกว่าวิธีอื่น นอกจากนี้วิธีมอดิฟายด์เบสยังจะช่วยลดเหงือกและลดการอักเสบด้วย สรุปลแล้วในเด็กประถมอาจสอนวิธีสครับ เด็กมัธยมอาจสอนวิธีมอดิฟายด์เบส	เพ็ญศรี ในแง่หมอพวงทองพูด ถ้าเด็กแปรงวิธีมอดิฟายด์เบส ก็จะได้
พวงทอง	หากต่อไปนี้ แม่แปรงแบบวิธีมอดิฟายด์เบสหรือยังคงแปรงแบบวิธีโรลล์เหมือนเดิม แต่สอนให้ลูกแปรงวิธีสครับ ลูกแอบดูแม่ จะเกิดอะไรขึ้น อยากจะให้ที่ประชุมสรุปว่า จะมีแนวทางใดที่จะได้มาซึ่งวิธีแปรงฟันที่มีประสิทธิภาพพอสมควร แม้ไม่ถึงสูงสุด แต่แม่ลูกมองดูวิธีแปรงฟันของกันและกันแล้ว ใกล้เคียงกันหรือเหมือนกัน	อัมพูชา ในชุมชนเราควรสอนวิธีแปรงฟันแบบสครับในเด็กที่มีฟันน้ำนมและสอนวิธีมอดิฟายด์เบสทันทีที่เด็กมีฟันถาวรขึ้น เนื่องจากความถนัดของมือในเด็กยังไม่ดีพอที่จะทำวิธีมอดิฟายด์เบสได้ ดังนั้นในการสอนผู้สอนอย่าคาดหวังไว้มากเกินไป คนไหนทำได้ทำไป คนไหนทำไม่ได้ผู้สอนคอยกระตุ้นเตือนอยู่ตลอดเวลา เมื่อเด็กมีความพร้อมในด้านความถนัดของมือก็พร้อมที่จะปฏิบัติได้ทันที
ฐิติมา	เนื่องจากมีความแตกต่างกันระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ ทั้งในเรื่องกายวิภาคของฟัน	สมพล ถ้าเด็กแปรงวิธีมอดิฟายด์เบสได้ ยิ่งวิเศษ เพราะแปรงเคลื่อนที่ในแนวราบเหมือนกันกับวิธีสครับ เพียงแต่ขนแปรงทำมุมกับฟันต่างกัน

ประทีป เราจะถือเอาเงื่อนไขเวลาใดเป็นจุดเปลี่ยนจากวิธีสครับ มาเป็นวิธีมอดิฟายด์แบส ผมเห็นว่าจุดเปลี่ยนควรเป็นตอนจบชั้นประถม ขึ้นชั้นมัธยม มากกว่าที่จะสอนวิธีมอดิฟายด์แบสขณะยังอยู่ชั้นประถม

สมพล คิดตรงข้ามกับอาจารย์ประทีป คือเด็กก่อนวัยเรียนจนถึง 6 ขวบ ใช้วิธีสครับชั้นประถมขึ้นไปน่าจะแนะนำวิธีมอดิฟายด์แบส เพราะจะทำให้เกิดความเคยชินจนเป็นนิสัย และทำต่อเนื่องไปจนเป็นผู้ใหญ่

พวงทอง ไม่ควรจะเป็นไปในทำนองว่า ขณะเด็กอยู่ชั้นประถมสอนวิธีแปร่งฟันแบบหนึ่ง พอขึ้นชั้นมัธยมก็เปลี่ยนไปสอนวิธีแปร่งฟันอีกแบบหนึ่ง เหมือนกับให้เด็กฝึกอะไรอย่างหนึ่ง พอเด็กทำได้ดีก็ให้เปลี่ยนไปเริ่มฝึกอีกอย่างหนึ่ง คิดว่าเด็กจะสับสนและเรียนรู้ได้ยากกว่า อยากให้มีการเปลี่ยนแปลงตั้งแต่ฟันแท้เริ่มขึ้น พุดในแง่บังคับ อาจจะเป็นชั้นประถมปีที่ 1

นพดล ถ้าให้เลือกระหว่างวิธีมอดิฟายด์แบส และวิธีสครับสำหรับการแปร่งฟันในผู้ใหญ่ เห็นว่าการเลือกวิธีมอดิฟายด์แบสมีข้อดีที่ว่า การเปลี่ยนแปลงไปจากวิธีโรลล์ซึ่งสอนกันอยู่ในทางทันตสาธารณสุข มีเพียงเล็กน้อยคือ เพียงแต่โยกแปร่งอยู่กับที่เพิ่มขึ้นก่อนที่จะบิดและบิด แต่อาจมีข้อบกพร่องเวลาปฏิบัติจริง ๆ เด็กอาจไม่โยกแปร่งก่อน บิดและบิดไปเลย ผลก็คือแปร่งแบบวิธีโรลล์ตามเดิมนั่นเอง ข้อดีอีกอย่างหนึ่งของวิธีมอดิฟายด์แบสคือ ความเสี่ยงต่อการเกิดฟันสึกมีน้อย

อีกใจหนึ่งคิดว่าการแปร่งวิธีสครับช่วงสั้น ๆ ก็มีข้อดี คือ เป็นวิธีที่เป็นไปตามธรรมชาติ และประสิทธิผลในการกำจัดคราบจุลินทรีย์ก็ไม่ยิ่งหย่อนกว่าวิธีมอดิฟายด์แบส แต่ก็มีผลเสียหากถูยาวและถูแรงเป็นประจำ เพราะฉะนั้นผมจึงมีความลำบากใจที่จะเลือกวิธีแปร่งฟันแบบหนึ่งแบบใดสำหรับผู้ใหญ่ในชุมชน แต่สำหรับผู้ป่วยในคลินิกซึ่งเราสามารถควบคุมได้ใกล้ชิด โดยเฉพาะผู้ที่ขาดความถนัดในการใช้มือวิธีสครับช่วงสั้นน่าจะใช้ได้ และวิธีสครับก็ไม่จำเป็นต้องวางขนแปรงตั้งฉากกับฟันเสมอไป ในบางตำแหน่ง เช่น ทางด้านลิ้นของฟันหลังอาจดัดแปลงไปวางขนแปรงทำมุม 45 องศา เพื่อให้เฉียงเข้าหาคอฟันเฉพาะบริเวณนั้นได้ง่ายขึ้น ในกรณีเช่นนี้ก็จะแปร่งคล้ายวิธีแบส แต่ช่วงขยับยาวกว่า

ฐิติมา

การแปร่งฟันมีหลายวิธี ความเหมาะสมแตกต่างกันไป จากที่อาจารย์นพดล พุดถ้าเหลือขออาจจะอนุญาตให้แปร่งแบบสครับได้ แต่ถ้านำวิธีนี้ไปสอนในชุมชนความเสี่ยงจะสูง การเปลี่ยนจากวิธีโรลล์มาเป็นวิธีมอดิฟายด์แบสก็ไม่ยุ่งยาก เพียงแต่เปลี่ยนจากวางขนแปรงบนเหงือกเดิมที่เป็นวางบนขอบเหงือกเล็กน้อย โยกอยู่กับที่ที่ก่อนแล้วจึงบิดในลักษณะเดียวกันกับวิธีโรลล์ ไม่เปลี่ยนมาก

ประทีป

ข้อนำคิดของอาจารย์นพดล คือ การเปลี่ยนวิธีสอนชุมชน จากวิธีแปร่งฟันแบบโรลล์มาเป็นวิธีมอดิฟายด์แบส ในทางปฏิบัติอาจไม่มีการเปลี่ยนก็ได้ แต่ถ้าเรามีการ

ฝึกที่ดี ปัญหานี้ก็เลยไม่เกิด ขอสรุปว่า
ในเด็กเล็กควรใช้วิธีแปรงแบบสครับ ใน
เด็ก 6 ขวบขึ้นไปควรใช้วิธีแปรงแบบ
มอติฟายด์แบส แต่อยากฝากข้อคิดเห็น
ไว้ว่า กรณีที่เด็กมีฟันเพิ่งจะเริ่มขึ้น การ
ใช้วิธีมอติฟายด์แบสจะทำให้เกิดความ
ชอกช้ำต่อเหงือกได้หรือไม่

เพ็ญศรี ในแง่ชุมชน ถ้าเด็กแปรงฟันวิธีสครับ
ด้วยแปรงแข็ง จะทำให้เจ็บเหงือกเด็ก

ก็จะเลื่อนแปรงถอยห่างจากขอบเหงือก
เป็นผลให้แปรงบริเวณคอฟันไม่ถึง มี
คราบจุลินทรีย์มาสะสม ดังนั้นจึงเห็นว่า
เกี่ยวข้องกับถึงขนแปรงด้วย

สมพล

สำหรับการแปรงฟันวิธีแบสหรือวิธี
มอติฟายด์แบส จะต้องใช้แปรงอ่อน ข้อ
กำหนดของแปรงสีฟันที่ยอมรับกัน เป็น
เรื่องที่ควรดำเนินการต่อไป