

1985-01-01

บทสรุปวิธีแปรงฟัน ของ เด็กและผู้ใหญ่ในชุมชน

ประทีป ชันธุวานิช

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



Part of the [Dentistry Commons](#)

Recommended Citation

ชันธุวานิช, ประทีป (1985) "บทสรุปวิธีแปรงฟัน ของ เด็กและผู้ใหญ่ในชุมชน," *Chulalongkorn University Dental Journal*: Vol. 8: Iss. 1, Article 12.

DOI: 10.58837/CHULA.CUDJ.8.1.10

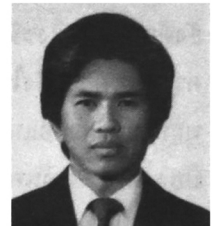
Available at: <https://digital.car.chula.ac.th/cudj/vol8/iss1/12>

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.



บทสรุปวิธีแปรงฟัน ของเด็กและผู้ใหญ่ในชุมชน

ประทีป พันธุมนิช*



จากรายงานและข้อวิจารณ์ของผู้เสนอบทความ เรื่องวิธีแปรงฟัน ซึ่งได้แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ วิธีแปรงฟันของเด็กในชุมชนและวิธีแปรงฟันของผู้ใหญ่ในชุมชน ปรากฏว่าได้ข้อสรุปวิธีแปรงฟัน 2 วิธี ใน 2 กลุ่ม กล่าวคือ

วิธีแปรงฟันของเด็กในชุมชน ให้ใช้วิธีสครับ (Scrub method)

วิธีแปรงฟันของผู้ใหญ่ในชุมชน ให้ใช้วิธีมอดิฟายด์เบส (Modified Bass method)

ทั้งนี้ โดยพิจารณาถึงลักษณะรูปร่างทางกายวิภาคของฟันน้ำนม และฟันแท้ สภาพเหงือก ลักษณะการเกิดโรคฟันผุและโรคปริทันต์ ตลอดจนความพร้อมในการฝึกทักษะของการแปรงฟันซึ่งแตกต่างกันในแต่ละวัยตามธรรมชาติ โดยได้วิเคราะห์จากผลของการศึกษาการแปรงฟันวิธีต่าง ๆ ที่ได้มีผู้ค้นคว้าวิจัยมาแล้วในประเทศต่าง ๆ ซึ่งผู้รายงานและผู้วิจารณ์ต่างก็เห็นพ้องต้องกันว่าจำเป็นที่จะต้องมีการแปรงฟันที่ต่างกัน โดยพิจารณาถึงความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติควบคู่ไปกับผลได้ผลเสียที่จะเกิดขึ้นทางทฤษฎีด้วย

ในเด็กเล็กที่ยังไม่มีฟันแท้ หรืออาจจัดเป็นเด็กก่อนวัยเรียน และเด็กอนุบาล ซึ่งพ่อแม่หรือครูเป็นผู้สอนและชี้แนะวิธีแปรงฟัน ก็ควรจะสอนสิ่งที่เด็กจะทำได้จริงมากกว่าการสอนวิธีการที่ยุ่งยาก ซึ่งเด็กจะรับไม่ได้ วิธีการแปรงฟันแบบสครับ เป็นวิธีการที่เด็กชอบแปรงตามธรรมชาติ ตามวัยของเด็กอยู่แล้ว จึงเป็นสิ่งที่น่าจะสนับสนุนให้แปรงถูกต้องทั่วถึง เพื่อหวังประสิทธิผลในทางปฏิบัติอย่างจริงจังต่อไป

เมื่อเด็กโตขึ้นมีฟันแท้ขึ้นมาแล้ว ตั้งแต่เด็กประถม มัธยม เป็นต้นไป จนกระทั่งเป็นผู้ใหญ่ การสอนวิธีแปรงฟันก็ควรจะเปลี่ยนเป็นวิธีมอดิฟายด์เบส ซึ่งให้ประสิทธิภาพในการทำจาดคราบจุลินทรีย์ ซึ่งเป็นสาเหตุของโรคฟันผุและโรคปริทันต์ได้ดีกว่าตามที่ผู้รายงานและผู้วิจารณ์ได้ค้นคว้าแนะนำเสนอในที่ประชุมนี้ นอกจากนี้ผู้เสนอบทความและที่ประชุมยังได้คำนึงถึงความเป็นไปได้ และการยอมรับของชุมชนในการเปลี่ยนวิธีแปรงฟันจากที่เคยสอนอยู่เดิมในอดีต อันได้แก่วิธีโรลล์มาเป็นวิธีมอดิฟายด์เบส ว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ไม่มากนัก เพราะขั้นตอนการวางขนแปรงที่ขอบเหงือกเป็นวิธีถูกต้องอยู่แล้ว เพียงแต่เพิ่มขั้นตอนการขยับขนแปรงไปมาสั้น ๆ ก่อนที่จะถึงขั้นตอนบดขึ้นหรือบดลง โดย

* รองศาสตราจารย์ ภาควิชาชีวเคมี คณะทันตแพทยศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เน้นว่าการเปลี่ยนแปลงเล็กน้อยนี้จะมีผลในทางปฏิบัติในการลดคราบจุลินทรีย์ ซึ่งจะนำไปสู่การป้องกันโรคที่พบบ่อย ๆ ในช่องปาก คือโรคปริทันต์ และโรคฟันผุต่อไป

อย่างไรก็ดี วิธีแปรงฟันที่จะได้ผลอย่างเต็มที่ ยังต้องคำนึงถึงชนิดและลักษณะของแปรงสีฟัน ควบคู่ไปด้วย ซึ่งในการประชุมนี้ผู้เสนอบทความทุกท่านได้เสนอแนะให้ใช้แปรงสีฟันขนอ่อน เพื่อป้องกันการทำอันตรายต่อเหงือกและฟันด้วย

ในการประชุมครั้งนี้ ที่ประชุมและผู้เสนอบทความได้จำกัดขอบเขตอยู่เฉพาะที่วิธีการแปรงฟัน ในชุมชนเท่านั้น จึงยังมิได้มีการพิจารณาอย่างละเอียดถึงแปรงสีฟัน ระยะเวลาของการแปรงฟัน ความถี่บ่อยของการแปรงฟัน ยาสีฟัน ตลอดจนองค์ประกอบอื่น ๆ ที่จะมีส่วนช่วยในการดูแลทันตสุขภาพของชุมชน ซึ่งหวังว่าคงจะมีการประชุมวิชาการที่จะนำไปสู่ข้อสรุปต่าง ๆ เหล่านี้ต่อไปในอนาคตอันใกล้

ในวงการสาธารณสุข รวมถึงทางทันตสาธารณสุขในปัจจุบัน ย่อมเป็นที่เข้าใจกันดีว่า เป้าหมาย

ของการดำเนินการต่าง ๆ มุ่งตรงไปสู่ “สุขภาพดีถ้วนหน้าในปี 2543” รวมทั้ง “ทันตสุขภาพดีถ้วนหน้า” ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งของสุขภาพโดยทั่วไปด้วย ซึ่งกลวิธีที่จะไปถึงเป้าหมายดังกล่าวที่เป็นที่ทราบกันดีอยู่ในขณะนี้ ได้แก่ กลวิธีสาธารณสุขมูลฐาน โดยหลักการสำคัญ คือการให้ประชาชนทุกคนสามารถดูแลป้องกันสุขภาพของตนเอง และชุมชนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อลดสภาวะของโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ให้น้อยลง ในทางด้านทันตสาธารณสุข การดูแลรักษาความสะอาดในช่องปากเป็นจุดเริ่มต้นที่จะนำไปสู่การควบคุมป้องกันโรคในช่องปากต่าง ๆ ดังนั้นการที่ได้ข้อสรุปเกี่ยวกับวิธีการแปรงฟันซึ่งเป็นวิธีการดูแลรักษาทันตสุขภาพในชุมชนด้วยตนเองขึ้นพื้นฐาน จึงเป็นการสนับสนุนหลักการสาธารณสุขมูลฐานอย่างแท้จริง และหวังว่าคงจะมีส่วนช่วยให้การดำเนินงานทันตสาธารณสุขเข้าสู่เป้าหมาย “ทันตสุขภาพดีถ้วนหน้าในปี 2543” ต่อไป

(ได้รับเรื่องเมื่อวันที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2527)