



กรมอนามัย  
DEPARTMENT OF HEALTH

# การขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากใน คลินิกฝากครรภ์คุณภาพ (ANC) และคลินิกเด็กสุขภาพดี (WCC)



ทพญ.ปฐมา เชาวนเมธา  
กลุ่มพัฒนากันตสุขภาพเด็กปฐมวัยและวัยเรียน  
สำนักทันตสาธารณสุข



# สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก

แจกฟรี  
ห้ามจำหน่าย



ชื่อ-นามสกุล

นำติดตัวทุกครั้งที่ได้รับบริการ ในสถานพยาบาลทุกแห่ง  
ใช้ประกอบการแจ้งเกิด เพื่อออกสูติบัตรและเพิ่มชื่อในทะเบียนบ้าน  
กระทรวงสาธารณสุข 2567

แจกฟรี ห้ามจำหน่าย

"โปรดอย่าทำลาย" หากผู้ใดเก็บหรือพบสมุดเล่มนี้ โปรดส่งคืนด้วย

บริการให้ข้อมูลเพื่อการดูแลสุขภาพแม่และเด็ก โดยกรมอนามัยและยูนิเซฟ

บริการสมัคร ลงทะเบียนฟรี ผ่าน LINE  
เพิ่มเพื่อนใน Line: @9yangth หรือแชนแนล QR Code



## ส่วนที่ 1 บริการหญิงตั้งครรภ์และครอบครัว

### การตรวจสุขภาพช่องปาก (เจ้าหน้าที่บันทึก)

การตรวจฟัน	<input type="checkbox"/> ครั้งที่ 1 วันที่ .....
	<input type="checkbox"/> ครั้งที่ 2 วันที่ .....
การขัดทำความสะอาดช่องปาก หรือ ขูดหินน้ำลาย	<input type="checkbox"/> วันที่ .....
การแนะนำ/ฝึกทักษะ	<input type="checkbox"/> ฝึกแปรงฟัน <input type="checkbox"/> ย้อมควาบบลูอินทรีย์ <input type="checkbox"/> ฝึกใช้ไหมขัดฟัน <input type="checkbox"/> แนะนำการกินและการดูแลช่องปาก <input type="checkbox"/> อื่นๆ ระบุ .....

### การคัดกรองโรคติดเชื้อไวรัสซิกาในหญิงตั้งครรภ์

ลงวันที่ .....

ไข้	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี	วันที่เริ่มมีอาการ.....
ผื่น	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี	วันที่เริ่มมีอาการ.....
ปวดข้อ	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี	วันที่เริ่มมีอาการ.....
ตาแดง	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี	วันที่เริ่มมีอาการ.....
ปวดศีรษะ	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี	วันที่เริ่มมีอาการ.....
อาศัยอยู่หรือมีประวัติเดินทางเข้าไปในพื้นที่ที่พบผู้ป่วยในช่วง 28 วัน	<input type="checkbox"/> ใช่	<input type="checkbox"/> ไม่ใช่	
ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ	<input type="checkbox"/> พบเชื้อไวรัสซิกา <input type="checkbox"/> ไม่พบเชื้อไวรัสซิกา <input type="checkbox"/> ไม่ส่งตรวจ		

หมายเหตุ: หากหญิงตั้งครรภ์มีอาการ ผื่นลักษณะผื่นแดงแบบละเอียด (Maculopapular rash) ร่วมกับมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่ ไข้ ปวดข้อ ปวดศีรษะ หรือตาแดง ควรมีการส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการหาเชื้อไวรัสซิกา

## ส่วนที่ 2 ความรู้การปฏิบัติเพื่อแม่ลูกสุขภาพดี

### ดูแลฟันแม่

โรคเหงือกอักเสบ พบได้บ่อยในหญิงตั้งครรภ์ เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน ส่งผลให้เหงือกและเนื้อเยื่ออ่อนต่างๆ ที่รองรับฟันอักเสบง่าย ถ้าเป็นมากจนเป็นโรครุขี้ฟันดี อาจเกิดการติดเชื้อคลองคอก่อนกำเนิดและเด็กมีน้ำหนักแรกเกิดน้อยได้ อีกทั้งอาการแพ้ท้อง อาเจียนบ่อยช่วงตั้งครรภ์ร่วมกับการมีอนามัยช่องปากไม่ดีทำให้เกิดโรคฟันผุได้ง่าย ซึ่งเมื่อหลังคลอดที่มีฟันผุ ยังสามารถถ่ายทอดเชื้อฟันผุจากแม่สู่ลูกได้ ผ่านการจูบ เป่าอาหาร และใช้ภาชนะร่วมกัน ดังนั้นหญิงตั้งครรภ์ทุกคนควรได้รับการตรวจฟัน ขัดทำความสะอาดฟัน ฝึกทักษะการแปรงฟันและการใช้ไหมขัดฟันที่ถูกต้อง



ควรรับบริการตรวจช่องปาก ขัดทำความสะอาดฟัน และรับบริการทันตกรรมที่จำเป็น



ได้รับความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพช่องปาก ของตนเองและลูก และมีทักษะการแปรงฟัน การใช้ไหมขัดฟันที่ถูกต้อง



หญิงตั้งครรภ์สามารถทำทันตกรรมช่วงของการตั้งครรภ์

### ข้อปฏิบัติขณะตั้งครรภ์

1. กินอาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่ เพื่อให้ลูกมีโครงสร้างร่างกายและพื้นที่สมบูรณ์ หลีกเลี่ยงการกินอาหารที่มีน้ำตาลบ่อยๆ
2. แปรงฟันวันละ 2 ครั้ง เช้าและก่อนดื่มน้ำเย็นผสมฟลูออไรด์ ใช้ไหมขัดฟันทุกวัน และ บ้วนปากทุกครั้งหลังกินอาหาร
3. ถ้ามีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ควรบ้วนปากด้วยน้ำมากหรือบ้วนปากด้วยน้ำผสมผงฟู เพื่อลดความเป็นกรดในปาก

### ข้อแนะนำกิจกรรมทางกายสำหรับหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด



# สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก

แจกฟรี  
ห้ามจำหน่าย



ชื่อ-นามสกุล

นำติดตัวทุกครั้งที่ได้รับบริการ ในสถานพยาบาลทุกแห่ง  
ใช้ประกอบการแจ้งเกิด เพื่อออกสูติบัตรและเพิ่มชื่อในทะเบียนบ้าน  
กระทรวงสาธารณสุข 2567

“โปรดอย่าทำหาย” หากผู้ใดเก็บหรือพบสมุดฉบับนี้ โปรดส่งคืนด้วย  
บริการให้ข้อมูลเพื่อการดูแลสุขภาพแม่และเด็ก โดยกรณอบาเบิ้ลและยูนิเซฟ

บริการสมัคร ลงทะเบียนฟรี ผ่าน LINE  
เพิ่มเพื่อน Line: @9yangth หรือสแกน QR Code



## ส่วนที่ 2 ความรู้สึการปฏิบัติเพื่อแม่ลูกสุขภาพดี

### ฝ้าดูฟัน 5 ขวบปีแรก



0-6 เดือน

ฟันยังไม่ขึ้น ใช้ผ้าสะอาดชุบน้ำต้มสุกที่เย็นแล้วเช็ดหรือก กระทบู้งแก้มและลิ้น วันละ 2 ครั้ง



7-11 เดือน

แปรงฟันให้ลูกตั้งแต่ซี่แรกด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ และปลายขนแปรงพวยเป็ยก ทุไปมาสั้นๆ ในแนวขวาง และใช้ผ้าสะอาดเช็ดฟองออก ทำทุกวันเช้า-ก่อนนอน หลังแปรงฟันตรงความสะอาดโดยใช้หลอดพลาสติกเล็กๆ ปลายมนชูดบนตัวฟัน ต้องไม่มีคราบจุลินทรีย์ออกมา และอย่าลืมพาลูกไปพบหมอฟันครั้งแรก ก่อนอายุ 1 ปี



พบทันตแพทย์  
ทุก 6 เดือน



1-3 ปี

พ่อแม่ต้องแปรงฟันให้ลูกวันละ 2 ครั้ง หลังอาหารเช้าและก่อนนอน หากลูกกินอาหารหลังแปรงฟันอีก ต้องแปรงฟันซ้ำก่อนเข้านอน ถ้าพบฟันเริ่มผุเป็นรอยขาวขุ่น รีบไปพบหมอฟัน ก่อนฟันผุลุกลาม



3-6 ปี

ฝึกให้ลูกแปรงฟันเอง โดยพ่อแม่ประจําจนลูกเข้า ป.1 หรืออายุ 7-8 ปี หรือจนกว่าลูกจะแปรงฟันได้สะอาด

### คำแนะนำสำหรับผู้ปกครองเกี่ยวกับการให้เด็กปฐมวัยได้รับสื่อจอได้อย่างเหมาะสม



สื่ออิเล็กทรอนิกส์ผ่านจอส่งผลกระทบต่อเด็กปฐมวัยอย่างไรบ้าง

ลักษณะการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ผ่านจออย่างไม่เหมาะสมที่บ้าน

- การปล่อยให้เด็กได้รับหรือดูสื่ออิเล็กทรอนิกส์ผ่านจอตามลำพัง (ในขณะที่พ่อแม่ก็ใช้สื่อของตนเองไปด้วย)
- การเปิดจอทิ้งไว้โดยไม่มีคนดู (background media) ถึงแม้ว่าเด็กจะไม่ได้ดูรายการนั้นโดยตรง แต่ก็มีผลกระทบต่อเด็กเล็ก อีกทั้งเนื้อหาบางรายการก็ให้ลูกที่ไม่เหมาะสมสำหรับเด็กอีกด้วย

### ผลกระทบของการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ผ่านจออย่างไม่เหมาะสมต่อเด็กปฐมวัย



พัฒนาการและสติปัญญา

เพียงสื่อพัฒนาการด้านภาษาและการพูดสื่อสารสำคัญ พัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์กับห้องภาวะออทิสซึม สติปัญญาพัฒนาได้ไม่ดีเท่าที่



การทำหน้าที่บริหารของสมองระดับสูง (EF)

เด็กที่ได้รับสื่อมาจนตั้งแต่อายุน้อยกว่าที่เด็กไม่ได้สื่อรายการนั้นก็ตาม มีความสัมพันธ์กับ EF ที่ลดลง



มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม

มักมีปัญหาคือต่อต้าน ปัญหาปฏิบัติทางอารมณ์ มีความรุนแรง ก้าวร้าว มีพฤติกรรมซึมเศร้า



ปัญหาการนอนหลับ

ระยะเวลาหลับลดลง คุณภาพการนอนหลับไม่ดี ฝันบ่อยในเวลากลางวัน และมีปัญหาการนอนหลับได้

### คำแนะนำสำหรับผู้ปกครอง ในการให้เด็กปฐมวัยได้รับสื่ออิเล็กทรอนิกส์อย่างเหมาะสม



ให้ความสำคัญกับการพัฒนาสมองของเด็กผ่านการเล่นที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้ดูแล



กำหนดเวลาและสถานที่ปิดสื่อหน้าจอในบ้าน เช่น เวลากินข้าว และในห้องนอน เพื่อลดโอกาสที่เด็กจะเข้าจอได้ง่ายขึ้น



หลีกเลี่ยงการใช้สื่อหน้าจอในเด็กช่วงระหว่างนมมื้ออาหารและ 1 ชั่วโมงก่อนเข้านอน



ผู้ปกครองควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้สื่อผ่านจออย่างเหมาะสมแก่เด็ก



ทำความเข้าใจกับผู้ดูแลคนอื่นๆ เช่น พี่เลี้ยง ปู่ ย่า ตา ยาย เพื่อทำความเข้าใจการใช้สื่อผ่านจอในแนวทางเดียวกัน



เด็กอายุ 2-5 ปี ไม่ควรได้รับสื่อผ่านจอเกิน 1 ชั่วโมงต่อวัน



การติดตั้งในบ้าน

- ปิดสื่อผ่านจอต่างๆ ในบ้านเมื่อไม่มีคนดูหรือผู้เฝ้า
- หลีกเลี่ยงไม่ให้เด็กได้รับสื่อผ่านจอที่ถูกจัดเป็นประเภทที่ไม่เหมาะสมสำหรับเด็ก
- หากสื่อใช้สื่อผ่านจอควรเลือกโปรแกรมที่เหมาะสมกับเด็ก

ความรู้เกี่ยวกับ  
การดูแลเด็ก



## ส่วนที่ 3 บันทึกหลังคลอดและบริการเด็กแรกเกิด-6 ปี



### การประเมินความเสี่ยง

ความเสี่ยง	อายุ	6 เดือน	9 เดือน	12 เดือน	18 เดือน	24 เดือน	30 เดือน	36 เดือน	48 เดือน	60 เดือน	72 เดือน
1. ต้มถนอมทารก											
2. ต้มนมเมื่อตึก											
3. ลูดนมขวด/หีบคานวด											
4. ลูดนมกรรขานหรือเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลจากขวดนม											
5. รับประทานอาหารว่างนม/เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลระหว่างมื้อหลักมากกว่า 2 ครั้งต่อวัน											
6. เติม ยาสีฟันฟลูออไรด์ตั้งแต่ 1000 ppm ขึ้นไป											
7. ตรวจพบคราบจุลินทรีย์ (ซีฟัน)											
8. ตรวจพบฟันผุระยะแรกๆ (ยังไม่เป็นรู)											
9. มีโรคประจำตัวหรือความพิการที่ทำให้การทำความสะอาดช่องปากมีประสิทธิภาพลดลง											
10. ตรวจพบฟันผุเป็นรู											

การให้คำแนะนำ	6 เดือน	9 เดือน	12 เดือน	18 เดือน	24 เดือน	30 เดือน	36 เดือน	48 เดือน	60 เดือน	72 เดือน
ฝึกแปรงฟัน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ทาฟลูออไรด์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
บริการอื่นๆ (ระบุ)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

หมายเหตุ

- หากประเมินเป็นแถบสีเหลือง (ข้อ 1-7) ปรับพฤติกรรมเสี่ยง สอนแปรงฟัน Hands on ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ 1,000 ppm ทาฟลูออไรด์เฉพาะที่และติดตามทุก 6 เดือน
- หากประเมินเป็นแถบสีส้ม (ข้อ 8-9) ปรับพฤติกรรมเสี่ยง สอนแปรงฟัน Hands on ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ 1,500 ppm ทาฟลูออไรด์เฉพาะที่และติดตามทุก 3 เดือน พบทันตบุคลากรเพื่อรับการรักษาด้านบูรณะรักษาฟัน (ยังไม่เป็นรู)
- หากประเมินเป็นแถบสีแดง (ข้อ 10) ปรับพฤติกรรมเสี่ยง สอนแปรงฟัน Hands on ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ 1,500 ppm ทาฟลูออไรด์เฉพาะที่และติดตามทุก 3 เดือน พบทันตบุคลากรเพื่อรับการรักษาด้านบูรณะฟัน

เพิ่มเติม

- กรณีเด็กอายุ 72 เดือนขึ้นไปให้ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ 1,500 ppm
- การใช้ยาสีฟันที่มีความเข้มข้นของ ฟลูออไรด์ 1,400-1,500 ppm ควรอยู่ภายใต้การแนะนำของทันตบุคลากร ซึ่งจะพิจารณาให้ใช้ได้หากฟลูออไรด์ในน้ำดื่มน้อยกว่า 0.5 ppm และต้องไม่ได้รับฟลูออไรด์เสริมชนิดรับประทาน

อ้างอิงข้อมูลจาก : ทันตแพทย์สมาคมแห่งประเทศไทย



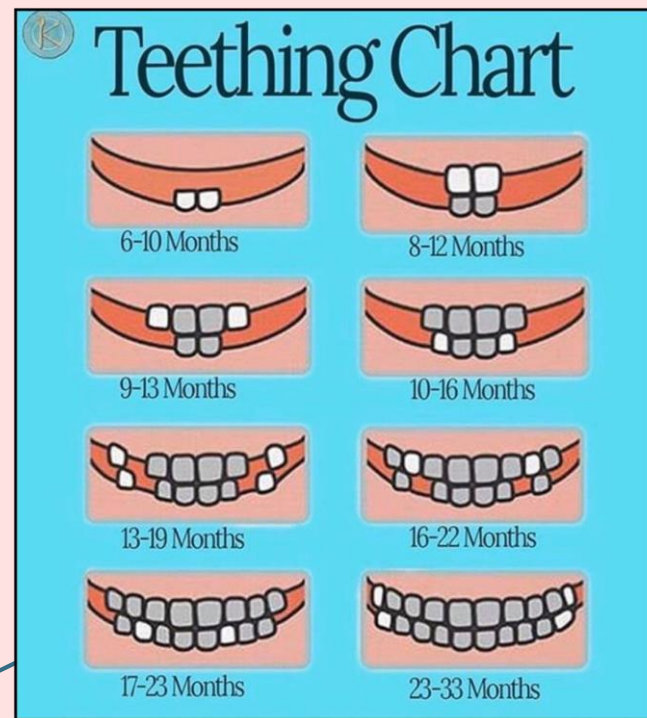
# เด็กในภาพไหน สูงดีสมวัย ป่วยน้อยกว่า พัฒนาการดีกว่า????

A



B





ที่มา : Facebook สมาคมทันตกรรมเด็กแห่งประเทศไทย

# ใจพร้อม แต่กายไม่พร้อม

- ใจ
- กาย



อุปสรรคต่อการเรียนรู้ทางร่างกายของเด็ก ๆ ที่มีถูกมองข้าม

## อันดับที่ 1 ช่องปาก

มีอาการฟันผุ  
ปวดฟันบ่อย  
จนไม่สามารถจดจ่อ  
กับการเรียนได้



- เด็กที่มีปัญหาสุขภาพช่องปากมักมีปัญหาในการ**มีสมาธิ**
- อาการ**ปวดฟัน**ทำให้เด็กหงุดหงิดและไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนได้อย่างเต็มที่
- ปัญหาสุขภาพช่องปากส่งผลต่อ**ความมั่นใจ**และการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในโรงเรียน
- เด็กอาจไม่กล้าพูดหรือยิ้มเนื่องจากกลัวถูกล้อเลียนเรื่องฟัน  
Holt K, Barzel R, 2013

## อันดับที่ 2

### ทุพโภชนาการ

ไม่ได้รับประทานอาหารเข้า  
หรือได้รับสารอาหารไม่ครบ  
ตามหลักโภชนาการ ทำให้มี  
น้ำหนักหรือส่วนสูง  
ต่ำกว่าเกณฑ์



## อันดับที่ 3

### ผิวงัง

มีอาการคันบริเวณผิวงัง  
เนื่องจากมีตุ่ม ผื่น หรือ  
แผลตกสะเก็ดตามตัว



## อันดับที่ 4

### สุขอนามัย

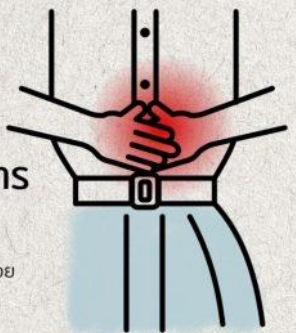
ถูกรบกวนจาก  
กลิ่นไม่พึงประสงค์ เช่น  
กลิ่นตัว กลิ่นเท้า กลิ่นปาก  
หรือมีประจำเดือนประอะเปื้อน  
เสื้อผ้า



## อันดับที่ 5

### ระบบทางเดินอาหาร

รู้สึกไม่สบายตัวเนื่องจาก  
อาการปวดท้อง ท้องผูก  
ท้องเฟ้อ หรือเข้าห้องน้ำบ่อย  
จากอาการท้องเสีย



ที่มา: ผลการจัดสรรความช่วยเหลือเพื่อลดปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ของนักเรียนในโรงเรียนนำร่องจังหวัดเชียงราย  
จัดทำโดย: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ร่วมกับ กสศ.



ที่มา: กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา

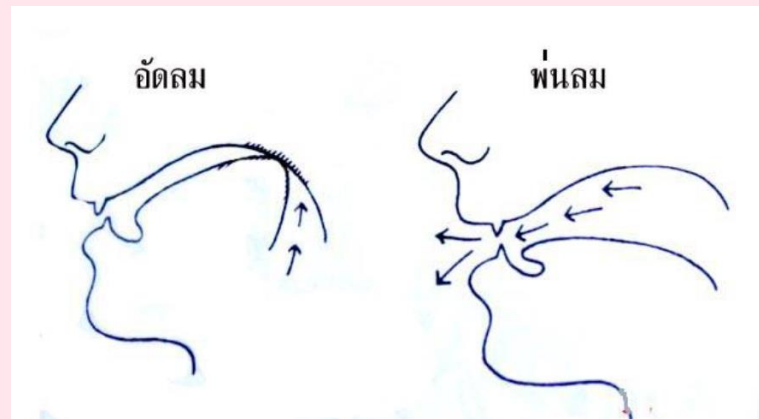
- เด็กที่มีสุขภาพช่องปากไม่ดี มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาในการเรียนและมี**ผลการเรียนที่แย่ลง**  
Carol Cristina Guarnizo-Herreño, Wei Lyu, George L Wehby, 2020



# พัฒนาการทางภาษาและการพูดของเด็กปฐมวัย

## ผลกระทบจากปัญหาสุขภาพช่องปาก

- การสูญเสียฟันน้ำนมก่อนกำหนดส่งผลต่อการ**ออกเสียงและการพูดชัด**
- การสบฟันที่ผิดปกติ (malocclusion) ทำให้มีปัญหาในการออกเสียงบางเสียง
- ฟันผุทำให้เด็กรู้สึกเจ็บปวดขณะพูด ส่งผลต่อความชัดเจนในการออกเสียง



# เด็กอายุ 5 ปีที่มีเพื่อนมากกว่า 4 ชื่



- มีค่าเฉลี่ยของน้ำหนักและส่วนสูง น้อยกว่าเด็กที่มีเพื่อน 1-4 ชื่ หรือเด็กที่ไม่มีเพื่อน
- มีโอกาสเป็นเด็กน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์

**1.4 เท่า** ของเด็กที่ไม่มีเพื่อน

- มีโอกาส เตี้ย กว่าเกณฑ์ **1.5 เท่า** ของเด็กที่ไม่มีเพื่อน

*Kanya Boontham, Srisuda Leelasithon, 2015*





ผลการสำรวจ  
สภาวะสุขภาพช่องปากแห่งชาติ  
ครั้งที่ 9 พ.ศ. 2566

กลุ่มเด็กก่อนวัยเรียน (อายุ 3 ปี และ 5 ปี)



## เด็กอายุ 3 ปี

สภาวะสุขภาพช่องปาก

## เด็กอายุ 5 ปี

โรคฟันผุ 47.0 % เฉลี่ย 2.5 ซี่/คน

โรคฟันผุ 72.1 % เฉลี่ย 4.6 ซี่/คน

38.0% ฟันผุระยะเริ่มต้น 45.5%

40.6% มีคราบจุลินทรีย์ 77.1%



ความจำเป็นต้องรับบริการป้องกันและรักษา

29.5 % เคลือบ/ทาฟลูออไรด์ 32.3 %

22.3% อุดฟัน 2 ด้านขึ้นไป 45.4 %

10.3 % กอนฟัน 23.4 %

6.9 % รักษาโรคฟัน 20.6 %



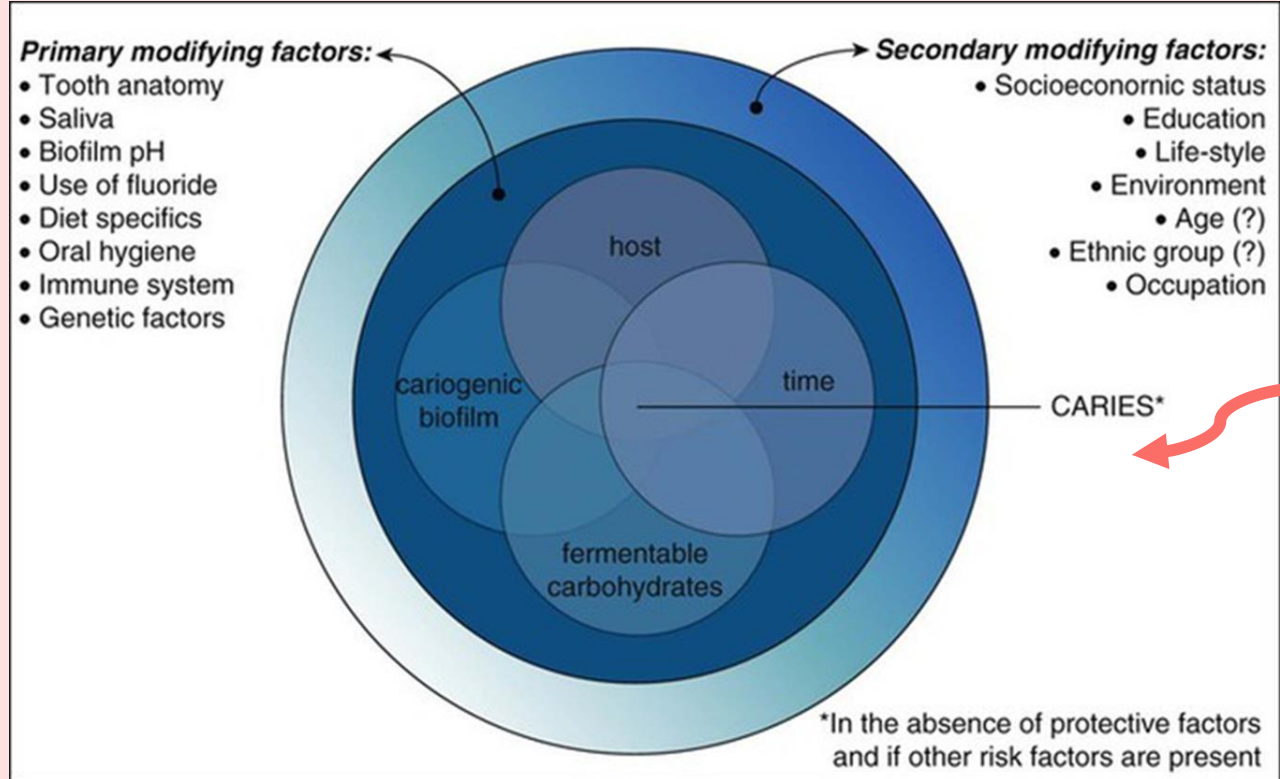
พฤติกรรมสุขภาพช่องปาก

31.1% แปรงฟันเอง 71.2%

49.5% ผู้ปกครองแปรงฟันให้ 19.4%

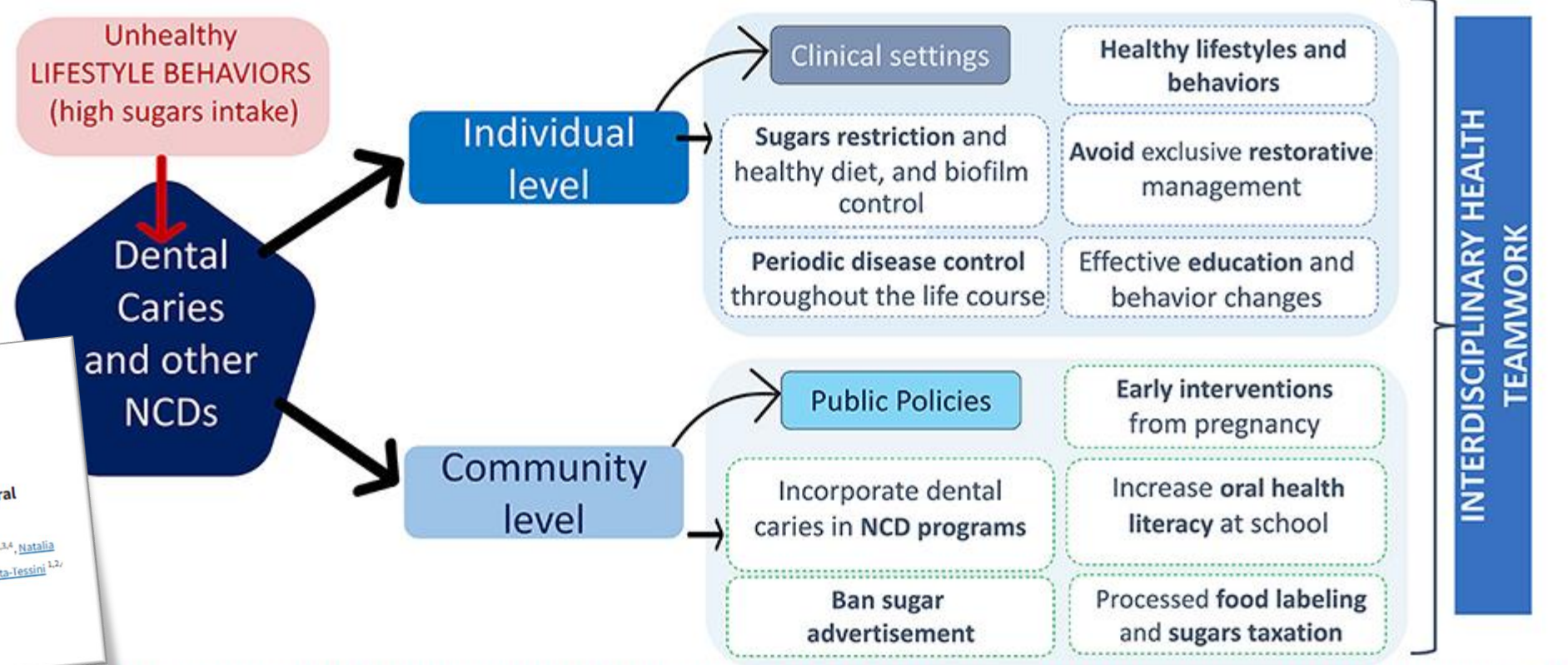
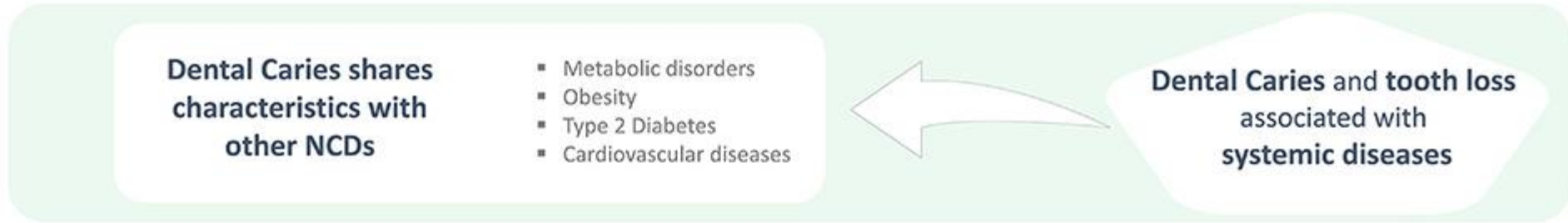
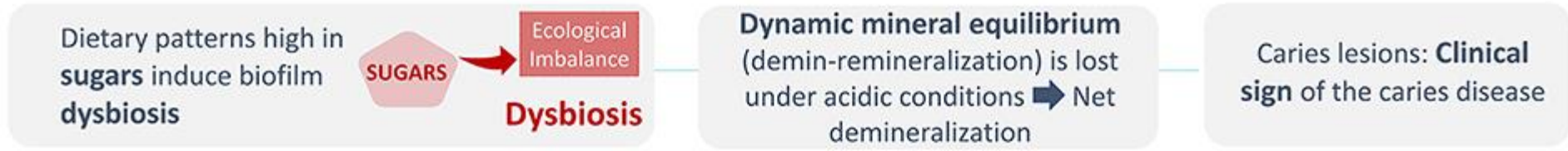
36.7% ดื่มนมหวาน/นมเปรี้ยว 43.3%

38.0% ใช้ขวดนมเมื่ออยู่บ้าน 15.2%



# Dental Caries as a Non-Communicable Disease

Conceptualization



Frontiers in Oral Health

Front Oral Health, 2022 Aug 24;3:764479. doi: 10.3389/froh.2022.764479

**Understanding dental caries as a non-communicable and behavioral disease: Management implications**

Rodrigo A Giacaman<sup>1,2,3,4,\*</sup>, Constanza E Fernández<sup>1,2</sup>, Cecilia Muñoz-Sandoval<sup>1</sup>, Soraya León<sup>1,2,3,4</sup>, Natalia García-Manríquez<sup>1</sup>, Constanza Echeverría<sup>1</sup>, Sebastián Valdés<sup>1</sup>, Ramiro J Castro<sup>1,2,3</sup>, Karla Gambetta-Tessini<sup>1,2</sup>

Author information • Article notes • Copyright and License information

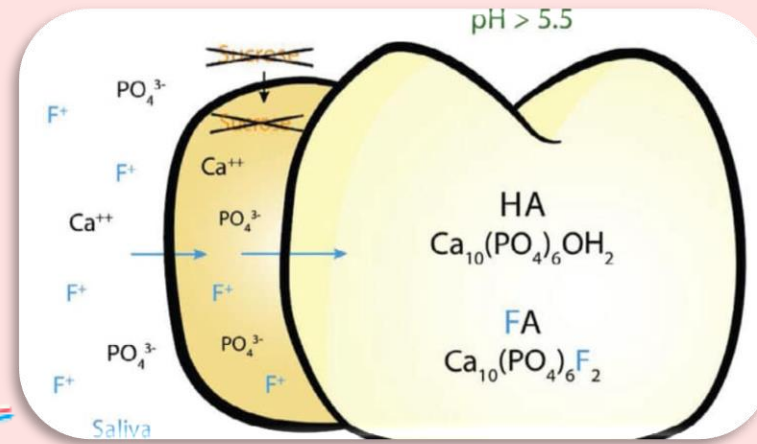
PMCID: PMC9448953 PMID: 36092137

### Enamel

97 % Hydroxyapatite  
translucent

### Dentin

70 % Hydroxyapatite  
ivory colored



### What is enamel?

Enamel is the hardest tissue in our body. But its smooth appearing surface is actually a complex structure made up of countless hydroxyapatite rods, which are vulnerable to acid attacks.

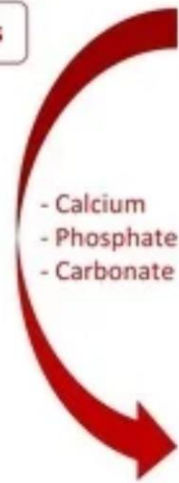
(FE-REM)



### Demineralization process

- o Diet containing sugars
- o pH < 5,5

Partly dissolved enamel crystal: formation of White spot



### Remineralization process

- o Diet control (reduce sugars)
- o pH > 5,5
- o Oral hygiene control
- o Fluoride treatment or biomimetic remineralization agents



Attempt of regeneration of hydroxyapatite crystals



รอยผุระยะเริ่มต้น (รอยขาวขุ่น)



ฟันผุเป็นรู



ฟันผุจนเกิดหนอง ที่เหงือก

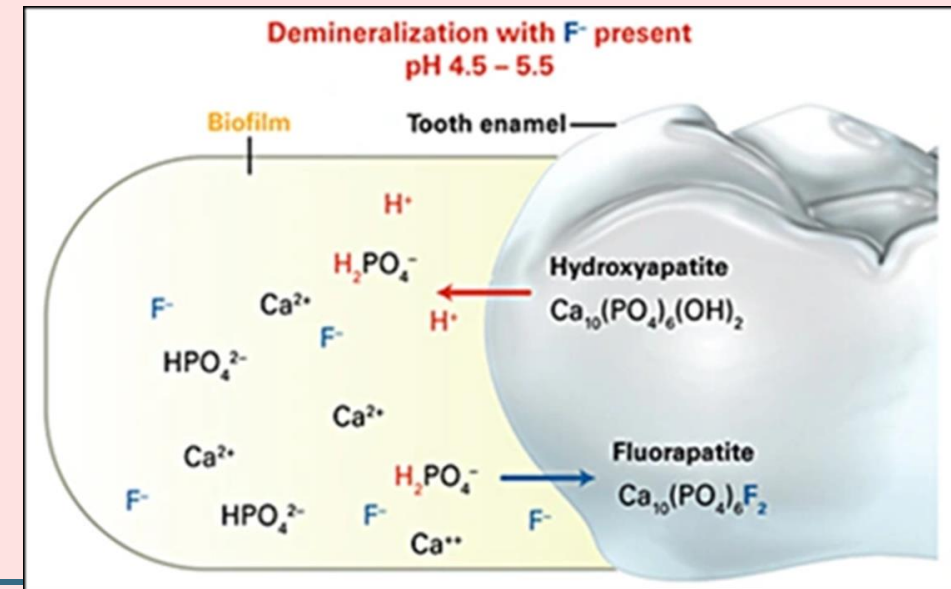
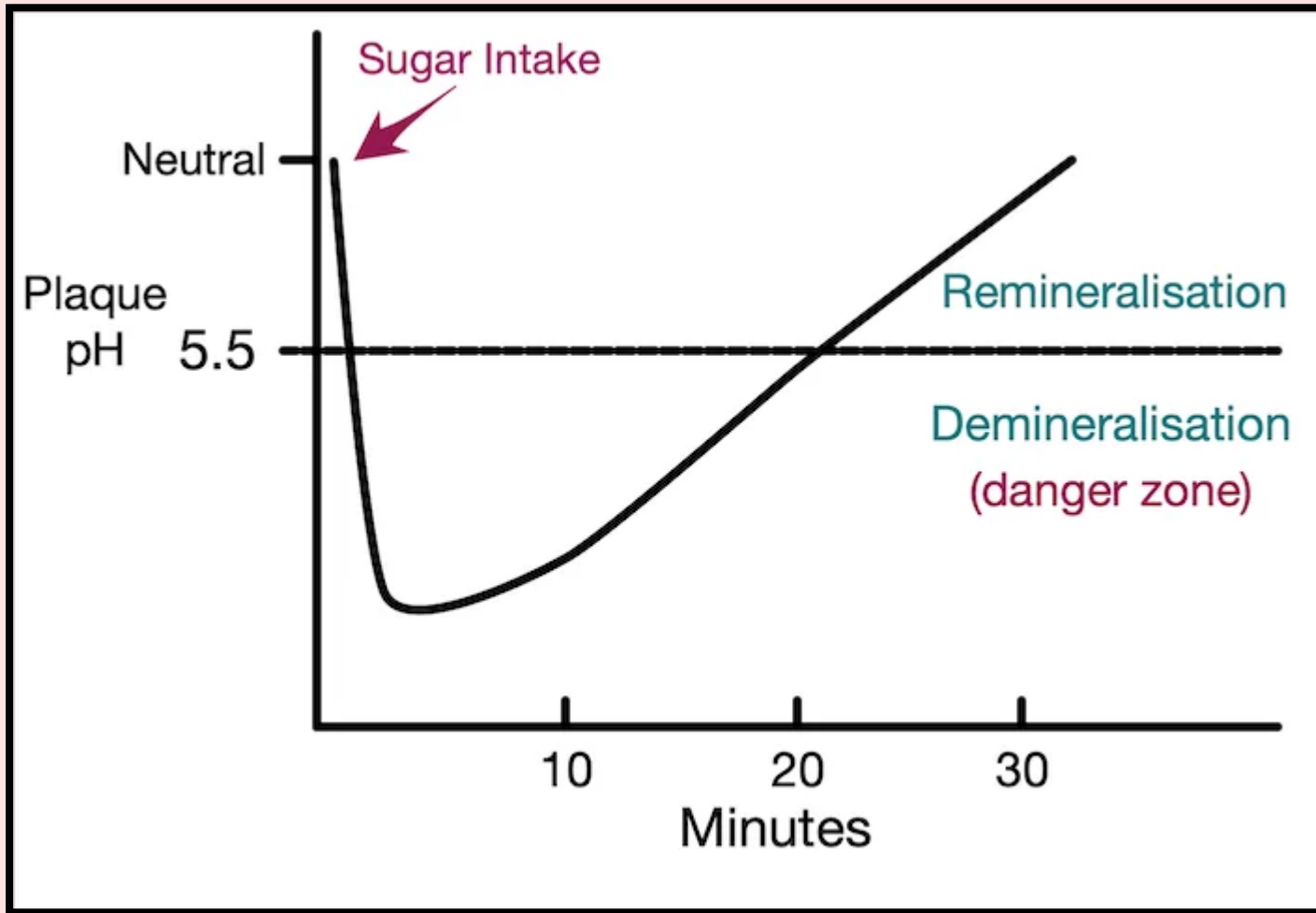


เสียวฟัน กินอาหารได้น้อยลง

ติดเชื้อ ปวดฟัน เป็นหนอง  
นอนไม่หลับ

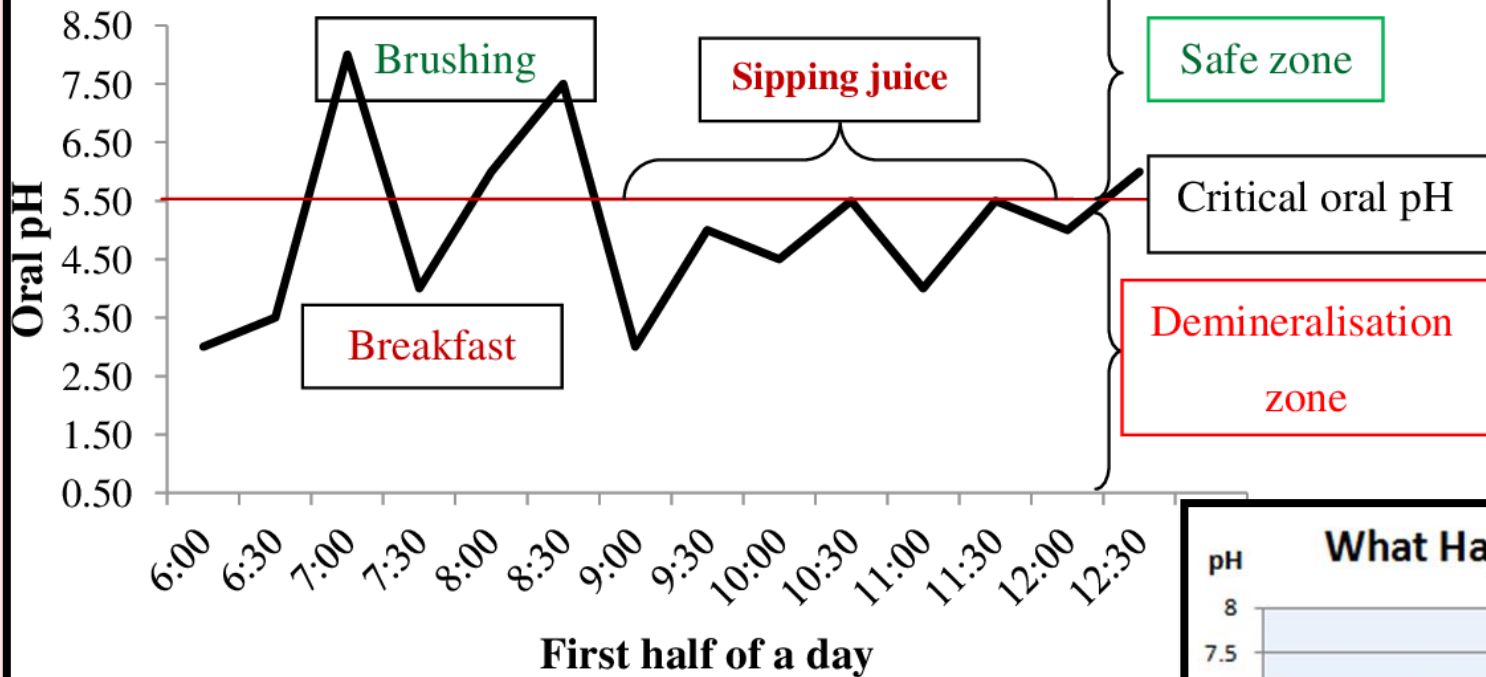


# Stephan Curve

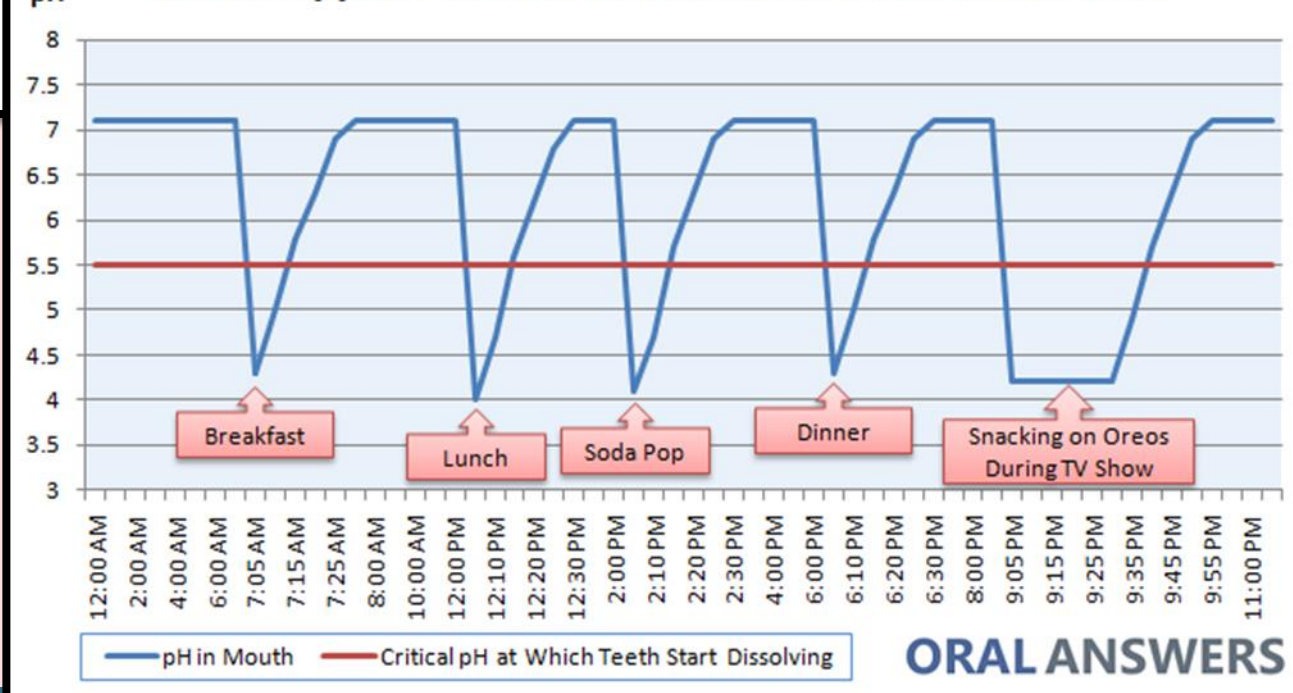


Adapted from: Posner, 1985.

### Example of Stephan curve



### What Happens In Your Mouth When You Eat or Drink



คนไทยห่างไกล  
NCDs



ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหาร  
ลดเสี่ยง โรคไม่ติดต่อ NCDs  
เพื่อชีวิตที่ยืนยาว

เขตสุขภาพที่ 4



YouTube



FOLLOW



โปรตีนอย่าให้ขาด

เพิ่มเติมด้วยไขมันดี

คาร์บอย่าให้เกิน



# Brush and Bright

บริการครอบคลุม  
มีคุณภาพ จำเพาะ



ตื่นรู้ ป้องกัน  
ก่อนรักษา

รู้ทัน รู้เร็ว  
แก้ไขทัน

คนไทยฟันดี ทั่วทั้งแผ่นดิน

Oral Screening



Professional Cleaning



Plaque Control

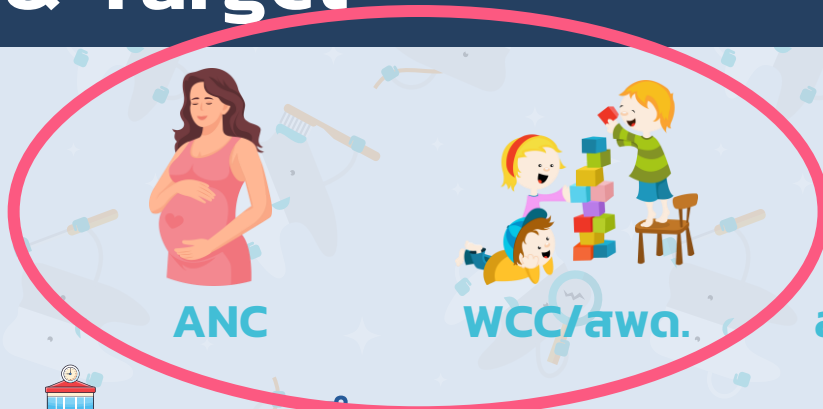




# Key Activities & Target

## Oral screening

15 ล้านคน



สถานศึกษา



สถานประกอบการ



ชมรมผู้สูงอายุ

## Oral cleaning

1.5 ล้านคน



สถานศึกษา

สถานประกอบการ

ชมรมผู้สูงอายุ



## Intensive Plaque control

เป้าหมาย: ผู้ดูแลแปรงฟัน  
ก่อนนอนให้เด็กปฐมวัยด้วย  
ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์

### Campaign



ครอบครัว



ชุมชน



ANC



WCC/สพด.

ลูกรักฟันดี  
เริ่มที่ครอบครัว

- ANC ทุกแห่ง ให้บริการตรวจและขัดทำความสะอาดฟันในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์
- WCC ทุกแห่ง จัดบริการตรวจ & เคลือบ/ทาฟลูออไรด์ใน Vaccine day/period หรือตามการประเมินพัฒนาการช่วง 9 18 30 42 60 เดือน และฝึกทักษะผู้ปกครองแปรงฟันให้เด็กปฐมวัย (OHI ข้างเตียง/โรงเรียนพ่อแม่)
- สพด.ทุกแห่ง จัดกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน

ลูกรักฟันดี  
เริ่มที่ครอบครัว



ANC

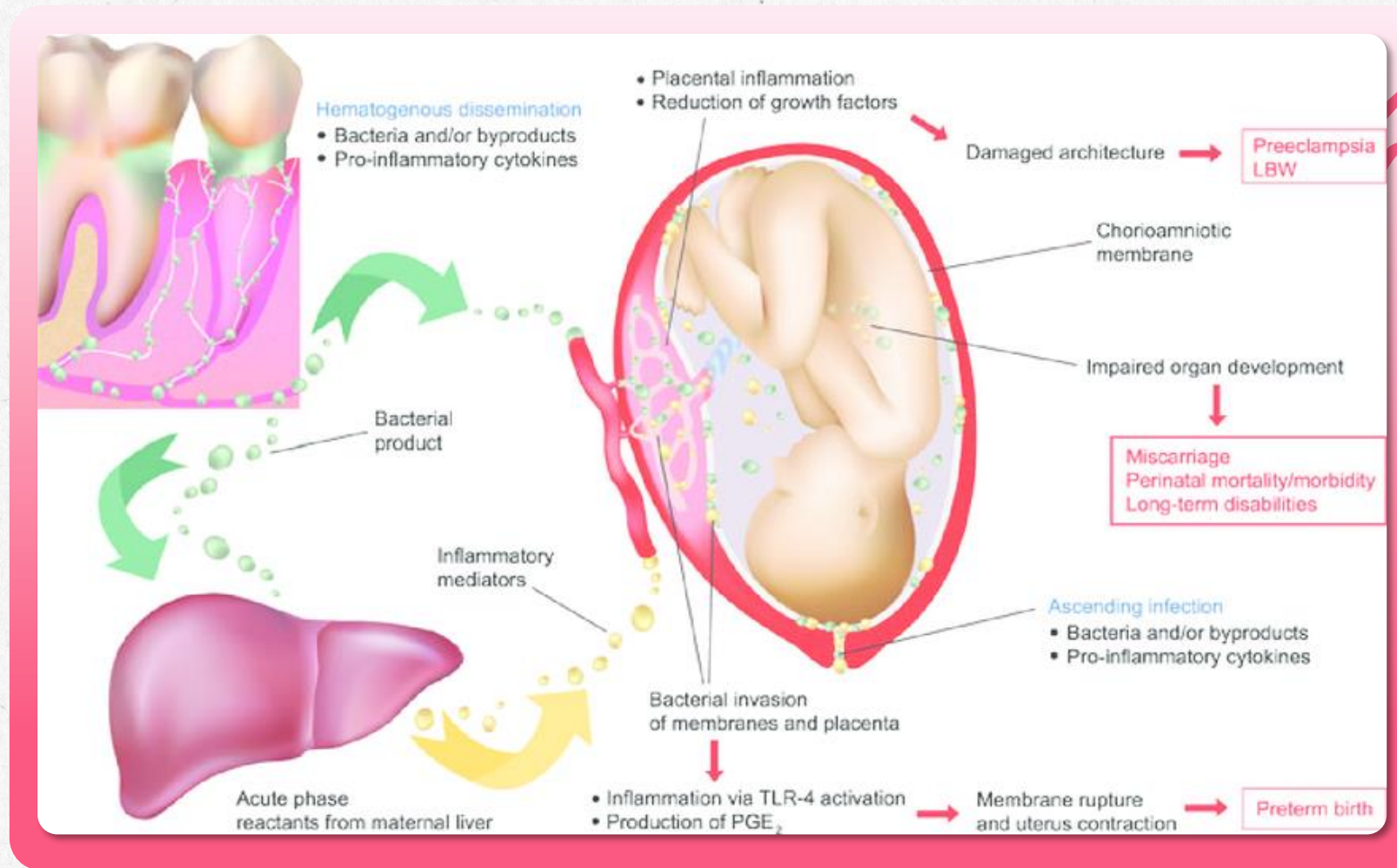
# ภาวะเหงือกอักเสบ

## Preterm / Preeclampsia / Low Birth Weight



- *Aggregatibacter actinomycetemcomitans* \*
- *Porphyromonas gingivalis* \*
- *Tannerella forsythia*
- Spirochaetes
- Treponema

- adjusted odds ratio **2.705**, 95% confidence interval 1.074–6.811,  $p = .035$ . (2024)



# นโยบายการฝากครรภ์คุณภาพสำหรับประเทศไทย พ.ศ. 2565

## 2565



### นโยบายการฝากครรภ์คุณภาพสำหรับประเทศไทย พ.ศ. 2565 เพื่อสร้างการเข้าถึงบริการอนามัยแม่และเด็กอย่างทั่วถึง และเท่าเทียม

#### เป้าประสงค์ของนโยบาย

1. สถานบริการสาธารณสุขทุกเครือข่ายจัดให้บริการอนามัยแม่และเด็กที่มีมาตรฐาน ตามแนวทางการฝากครรภ์คุณภาพสำหรับประเทศไทย พ.ศ. 2565
2. หญิงตั้งครรภ์และคู่ภรรยาได้รับการบริการที่มีคุณภาพ โดยเป็นทางเลือกเสริมสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์ฝากครรภ์ก่อน 12 สัปดาห์ และได้รับการดูแลต่อเนื่องและครบถ้วนตามเกณฑ์ฝากครรภ์คุณภาพสำหรับประเทศไทย พ.ศ. 2565
3. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายและชุมชน ในการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพอนามัยแม่และเด็ก

#### แนวทางปฏิบัติเพื่อการจัดการบริการฝากครรภ์คุณภาพสำหรับประเทศไทย พ.ศ. 2565

สถานบริการสาธารณสุขทุกเครือข่ายจัดให้บริการฝากครรภ์คุณภาพ โดยกำหนดเป็นกิจกรรมคุณภาพ ดังนี้

1. การบริการฝากครรภ์คุณภาพมาตรฐานตามแนวทางวิถีชีวิตใหม่ โดยเน้นส่งเสริมสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์ฝากครรภ์ก่อน 12 สัปดาห์ และฝากครรภ์ต่อเนื่องตามเกณฑ์ฝากครรภ์ 8 ครั้ง
2. หญิงตั้งครรภ์ต้องได้รับการบริการตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ในแต่ละช่วงอายุครรภ์อย่างครบถ้วน รายละเอียด ตามแนวทางการฝากครรภ์คุณภาพสำหรับประเทศไทย พ.ศ. 2565 ดังนี้
  - การซักประวัติ ตรวจร่างกาย การประเมินภาวะสุขภาพ คัดกรองและประเมินความเสี่ยงการตั้งครรภ์
  - การตรวจทางห้องปฏิบัติการของหญิงตั้งครรภ์ ได้แก่ CBC for Hct/Hb, MCV, DCIP, VDRL, Anti HIV, HBs Ag, Blood group ABO, Rh, Multiple urine dipstick
  - การตรวจทางห้องปฏิบัติการของสามี/คู่ ได้แก่ CBC, MCV, DCIP, VDRL, Anti HIV
  - การคัดกรองกลุ่มอาการดาวน์ และคัดกรองเบาหวานในหญิงตั้งครรภ์ทุกราย
  - ตรวจสุขภาพช่องปากและขูดทำความสะอาดฟัน
  - การตรวจครรภ์ด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง
  - การได้รับวัคซีนป้องกันคอตีบและบาดทะยัก ไข้หวัดใหญ่ และโรคโควิด 19
  - การจ่ายยาเสริมธาตุเหล็ก กรดโฟลิก ไอโอดีน และแคลเซียม
  - การให้คำแนะนำผ่านกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่
  - การได้รับสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก
3. จัดเครือข่ายบริการฝากครรภ์และมีระบบส่งต่อไปยังสถานบริการที่มีศักยภาพในการดูแลหญิงตั้งครรภ์ในภาวะดังกล่าว

(นายเกียรติภูมิ วงศ์รจิต)  
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข

2. หญิงตั้งครรภ์ต้องได้รับการบริการตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ในแต่ละช่วงอายุครรภ์อย่างครบถ้วน รายละเอียด ตามแนวทางการฝากครรภ์คุณภาพสำหรับประเทศไทย พ.ศ. 2565 ดังนี้

- การซักประวัติ ตรวจร่างกาย การประเมินภาวะสุขภาพ คัดกรองและประเมินความเสี่ยงการตั้งครรภ์
- การตรวจทางห้องปฏิบัติการของหญิงตั้งครรภ์ ได้แก่ CBC for Hct/Hb, MCV, DCIP, VDRL, Anti HIV, HBs Ag, Blood group ABO, Rh, Multiple urine dipstick
- การตรวจทางห้องปฏิบัติการของสามี/คู่ ได้แก่ CBC, MCV, DCIP, VDRL, Anti HIV
- การคัดกรองกลุ่มอาการดาวน์ และคัดกรองเบาหวานในหญิงตั้งครรภ์ทุกราย
- ตรวจสุขภาพช่องปากและขูดทำความสะอาดฟัน
- การตรวจครรภ์ด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง
- การได้รับวัคซีนป้องกันคอตีบและบาดทะยัก ไข้หวัดใหญ่ และโรคโควิด 19
- การจ่ายยาเสริมธาตุเหล็ก กรดโฟลิก ไอโอดีน และแคลเซียม
- การให้คำแนะนำผ่านกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่
- การได้รับสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก

**กิจกรรมตรวจสุขภาพช่องปากและขูดทำความสะอาดฟัน**  
เป็นหนึ่งในกิจกรรมสำคัญของการฝากครรภ์คุณภาพ

# การให้บริการสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคในช่องปาก

Fee Schedule ทันตกรรมหญิงตั้งครรภ์ (500 บาทต่อการตั้งครรภ์ 1 ครั้ง)



“ฝากครรภ์  
แล้วส่งทำฟัน”



การให้บริการสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคในช่องปาก

Fee Schedule กั้นค่าธรรมเนียมตั้งครรภ์ (500 บาทต่อการตั้งครรภ์ 1 ครั้ง)

**59%**

**of pregnant women**

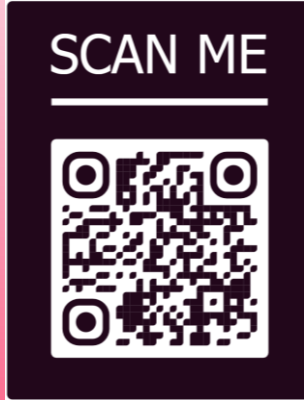
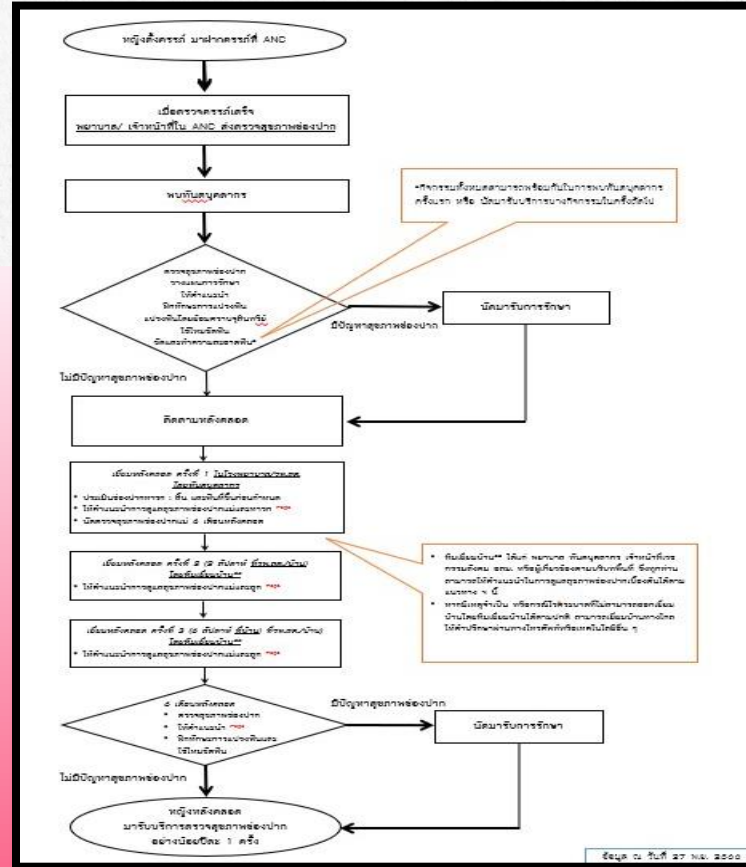
“ฝากครรภ์แล้วส่งทำฟัน”

**did not receive any counseling about Oral**

**health during pregnancy**

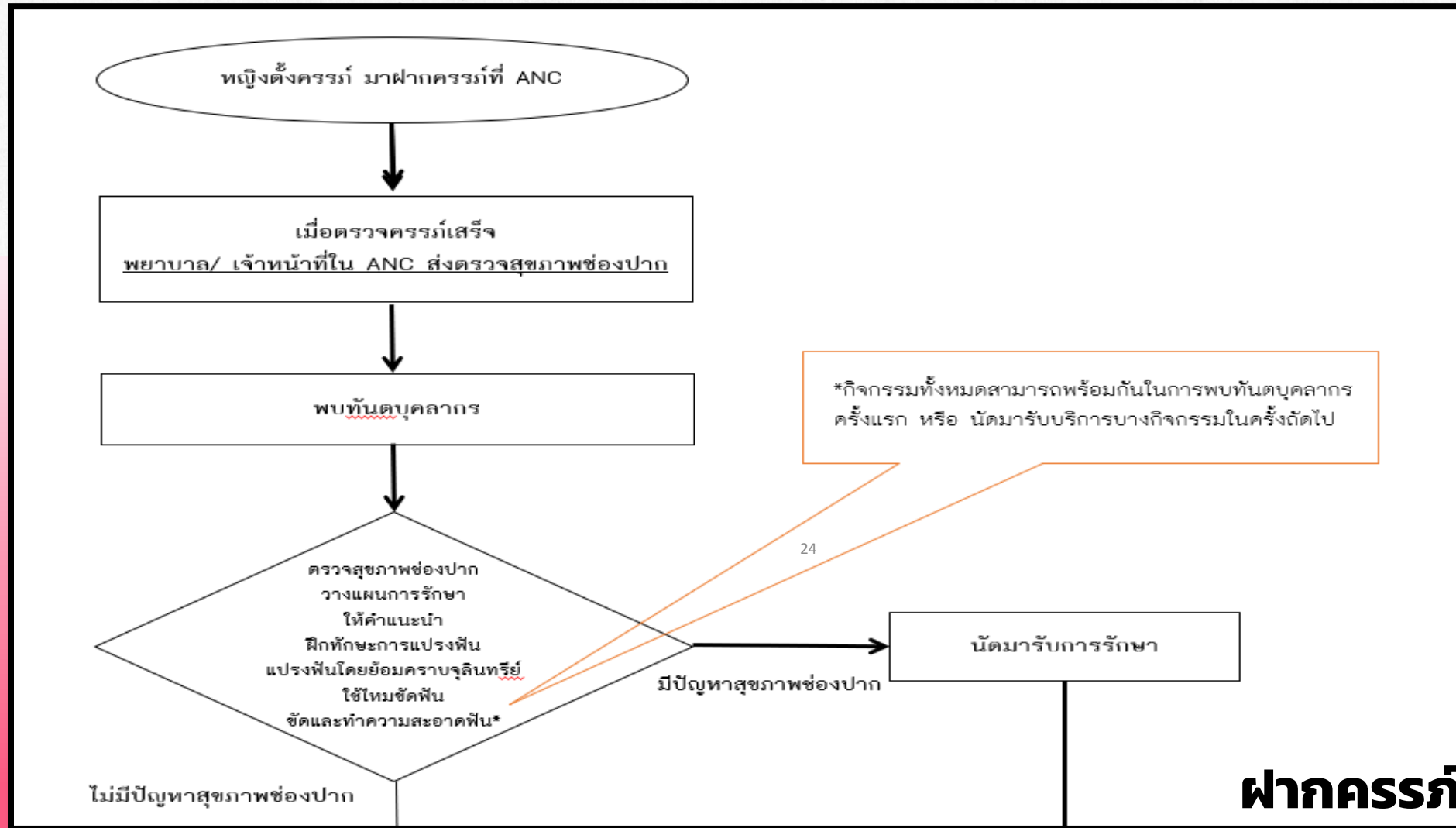


# แนวทางการดูแลสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด



ฝากครรภ์ แล้วส่งทำฟัน

# Early ANC, Early Oral Care....

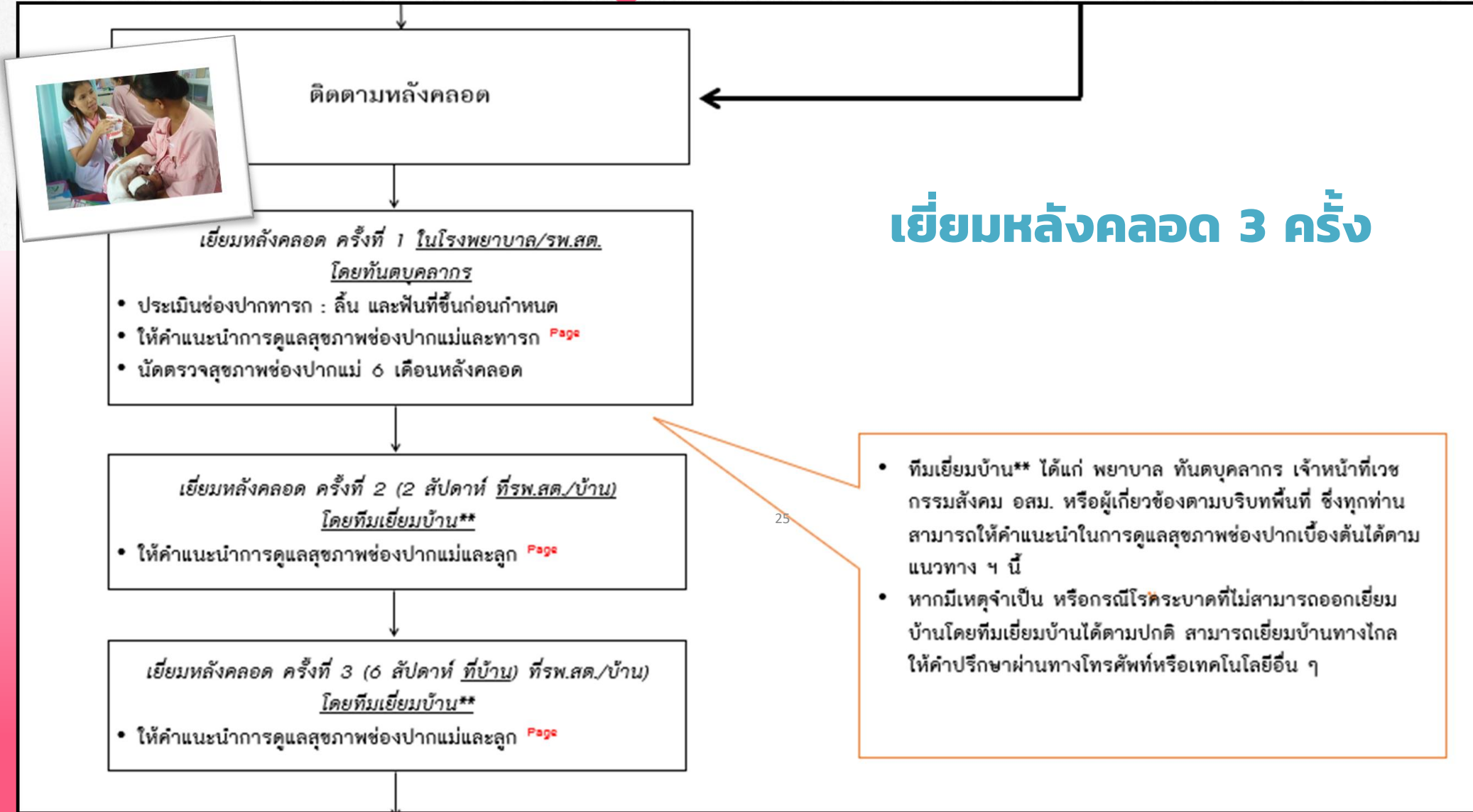


**ฝากครรภ์ แล้วส่งทำฟัน**



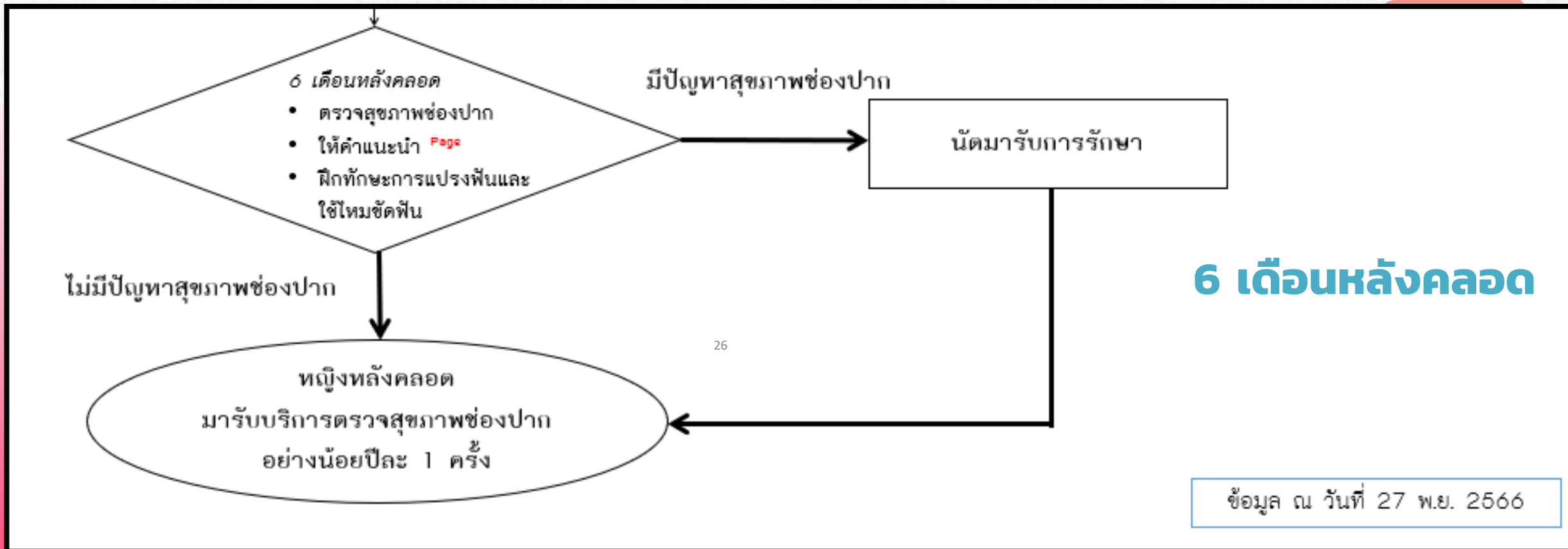


# คลอดแล้ว...ก็ส่งดูฟัน



แนวทางการดูแลสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

# 6 เดือน...ย้ำเตือน ทำฟัน



แนวทางการดูแลสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด



คำแนะนำในการจัดให้บริการโรงเรียนพ่อแม่ใน ANC

# ไตรมาสที่ 1

ปัญหาที่สัมพันธ์กับช่องปาก

- ฮอร์โมนเปลี่ยนแปลง-> เหงือกอักเสบ เหงือกบวม (Pyogenic granuloma)  
->-> โตเร็ว ส่วนใหญ่หายได้เองหลังคลอด
- แผลที่ช่อง-> อาเจียน-> ทำฟันยาก, ฟันสึก
- กินจุบจิบ-> ฟันผุ
- ความวิตกกังวล-> เครียด ไม่อยากทำฟัน



# ไตรมาสที่ 1-3

- เลี่ยงอาหารหวาน เหนียวติดฟัน น้ำอัดลม น้ำหวาน อาหารหมักดอง
- เลือกรับประทานอาหารมีประโยชน์ แบ่งมือได้ แต่ทานเป็นเวลา



28

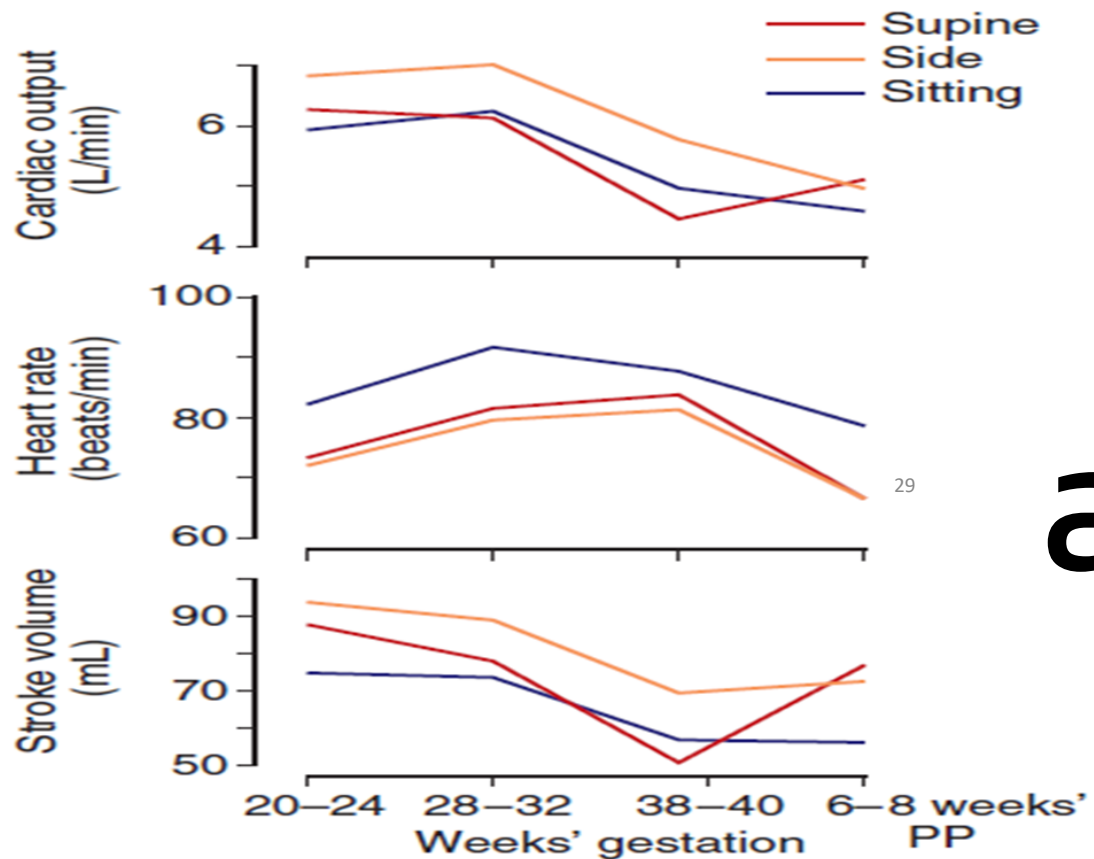
มาทำฟันแต่เนิ่น ๆ ดีที่สุด  
**Early** is the KEY!!!!!!

- แปรงฟันสูตร 2-2-2 ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์
  - 2 เวลา เช้ากับก่อนนอน
  - 2 นาที
  - หลังแปรง 2 ชั่วโมง ไม่ทานอาหารหวาน
- ขูดหินปูน
- หลังอาเจียน ให้บ้วนปาก ไม่ใช้แปรงทันที



# คำแนะนำในการจัดให้บริการโรงเรียนพ่อแม่ใน ANC

## ไตรมาสที่ 2



ช่วงที่เหมาะสม  
สำหรับการทำฟัน

คำแนะนำในการจัดให้บริการโรงเรียนพ่อแม่ใน ANC

# ไตรมาสที่ 3

ทำฟันได้ แต่อย่างนอนทำเดี๋ยวนาน ๆ

โดยเฉพาะ **Supine position**



- ฟ่่าฟ้ันคุด (ย่่าก)
- ง่่านคว่่ามสว่ยง่่าม (ที่ไม่ใช่จ้ัดฟ้ัน)

# หลังคลอด



- เลี่ยงอาหารหวาน เหนียวติดฟัน น้ำอัดลม น้ำหวาน แอลกอฮอล์
- เลี่ยงอาหารมีประโยชน์ แบ่งมือได้ แต่ทานเป็นเวลา



- แปรงฟัน สูตร 2-2-2 ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์
  - 2 เวลา เช้ากับก่อนนอน
  - 2 นาที
  - หลังแปรง 2 ชั่วโมง ไม่ทานอาหารหวาน
- ใช้ไหมขัดฟัน เป็นประจำ
- สังเกตความผิดปกติ ด้วยการตรวจฟัน
- พาลูกมาหาหมอฟันหลังคลอด 6 เดือน



ลูกรักฟันดี  
เริ่มที่ครอบครัว



WCC



# Key Activity

WCC ทุกแห่ง จัดบริการตรวจ & เคลือบ/ทา ฟลูออไรด์ใน Vaccine day/period หรือตามการ ประเมินพัฒนาการช่วง 9 18 30 42 60 เดือน และ ฝึกทักษะผู้ปกครองแปรงฟันให้เด็กปฐมวัย (OHI ข้างเตี้ยง/ โรงเรียนพ่อแม่)

ลูกรักฟันดี  
เริ่มที่ครอบครัว



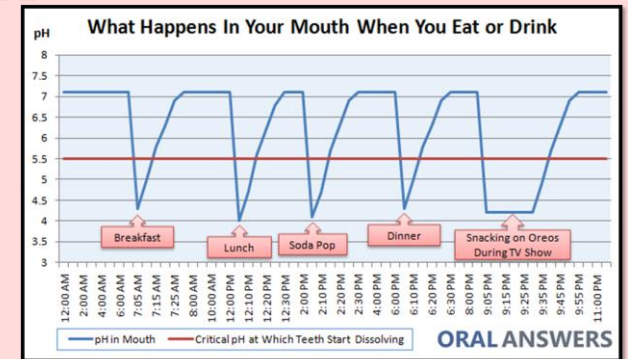
- ทำความสะอาดช่องปากตั้งแต่ฟัน ยังไม่ขึ้น
- แปรงฟันให้ลูกจนกว่าลูกจะผูกโบได้
- พาลูกไปหาหมอฟันทุก 6 เดือน



# การบริโภคน้ำตาล

## ช่วงเวลาการได้รับน้ำตาล

- การให้น้ำตาลก่อนอายุ 12 เดือน เพิ่มโอกาสเกิดฟันผุ 48% เมื่อเทียบกับการให้หลังอายุ 24 เดือน
- การให้น้ำตาลในช่วงอายุ 12-24 เดือนเพิ่มความชุกของฟันผุ 34%



## รูปแบบการบริโภค

- การบริโภคอาหารและเครื่องดื่มรสหวานบ่อยๆ สัมพันธ์กับการเพิ่มขึ้นของฟันผุ
- การได้รับอาหารรสหวานตั้งแต่เด็ก มีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมบริโภคในวัยที่โตขึ้น

*Mariana Silveira Echeverria. et al.,2023*  
*E Bernabé et al, 2020*

# Milk consumption behavior

Age 3 years

54.0%



Plain milk

Age 5 years

52.1%

37.0%



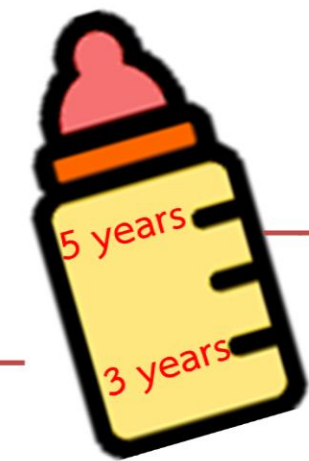
Flavored milk

43.3%

Source: Thailand National Oral Health Survey, Bureau of Dental Health



# Bottle feeding



38.0%

~~15.2%~~

Source: Thailand National Oral Health Survey, Bureau of Dental Health

แล้วเรามีคำแนะนำ  
ใน  
การดูแลสุขภาพช่อง  
ปากอย่างไร???



# Care for Baby



- เลี้ยงลูกด้วยนมแม่  
อย่างเดียว 6 เดือน
- ไม่กินนมหวาน น้ำหวาน
- เลิกนมขวด ภายใน 1  
ขวบ

- 6 เดือนแรก นมแม่ แล้วเช็ดช่องปากเด็กด้วย  
ผ้าชุบน้ำสะอาดวันละ 2 ครั้ง
- ฟันขึ้นแล้วแปรงเลย ด้วยยาสีฟันผสม  
ฟลูออไรด์ และพามาหาหมอฟันภายใน 1 ขวบปี  
แรกของชีวิต (หรือตอนรับวัคซีนเข็ม 9 เดือน)



# Care for Child



- ไม่กินนมหวาน น้ำหวาน
- อาหารว่างไม่เกิน 2 มื้อต่อวัน
- ไม่เคี้ยว ป้อนจากช้อนเดียวกัน หรือแก้วเดียวกับเด็ก
- เลิกนมขวด ภายใน 1 ขวบ



- ผู้ปกครองควรแปรงฟันให้เด็กอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง หลังอาหารเช้าและก่อนนอน ครั้งละประมาณ 2 นาที หรือแปรงจนครอบคลุมทุกบริเวณ ด้วยวิธีถูไปมา และใช้ไหมขัดฟันเมื่อฟันกรามขึ้น (ประมาณ 2 ขวบ 8 เดือน) และแปรงซ้ำจนกว่าเด็กจะผูกเชือกทรงเท้าได้ (7-8 ปี)
- พาลูกพบหมอฟันทุก 6 เดือน

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=DKymvjG8r8M>



# ทำตรวจฟัน

- **ตรวจฟันหน้า** ให้เด็กแยกเขี้ยวยิงฟัน
- **ตรวจฟันหลัง** ให้เด็กอ้าปาก ใช้มือดันกระพุ้งแก้มเด็ก
- **ตรวจฟันล่าง** ให้เด็กก้มหน้า
- **ตรวจฟันบน** ให้เด็กเงยหน้า



# การลงข้อมูลการให้บริการทันตกรรมสำหรับเจ้าหน้าที่อื่น (Non-dental personnel)

## 1. กิจกรรมการตรวจฟัน

- รหัสวินิจฉัย : z01.2
- รหัสหัตถการ : 2330010 Limited oral evaluation – problem focused ตรวจช่องปากเบื้องต้น

## 2. กิจกรรมการฝึกแปรงฟัน และ ให้คำแนะนำ

- รหัสวินิจฉัย : z01.2
- รหัสหัตถการ:
  - 2338610 Oral hygiene instructions ให้คำแนะนำในการดูแลช่องปาก
  - 2338611 Oral hygiene instruction in conjunction with periodontic treatment ฝึกทำความสะอาดช่องปาก ( Hand –on )





# สถานการณ์สุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์และเด็กปฐมวัย ปี 2567

## หญิงตั้งครรภ์

ได้รับการตรวจและขัดฟัน

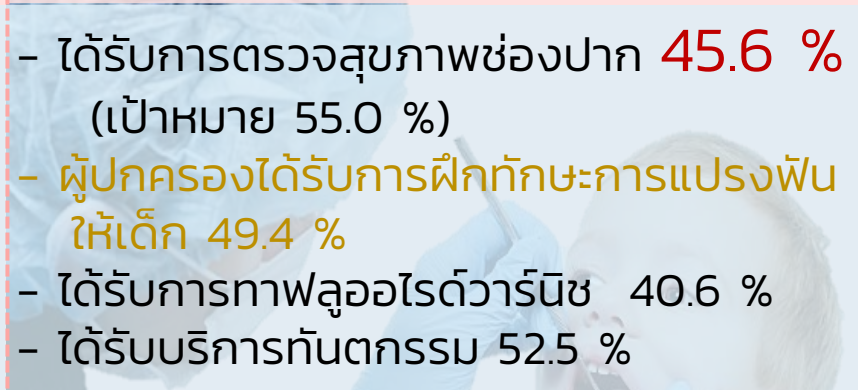
**27.4 %**

(เป้าหมาย 55 %)



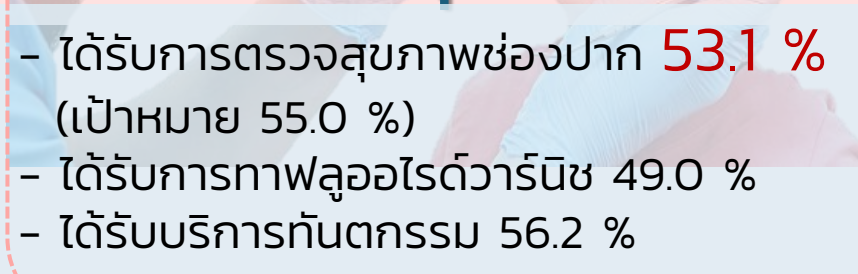
## เด็กอายุ 0-2 ปี

- ได้รับการตรวจสุขภาพช่องปาก **45.6 %** (เป้าหมาย 55.0 %)
- ผู้ปกครองได้รับการฝึกทักษะการแปรงฟันให้เด็ก **49.4 %**
- ได้รับการทาฟลูออไรด์วานิช **40.6 %**
- ได้รับบริการทันตกรรม **52.5 %**



## เด็กอายุ 3-5 ปี

- ได้รับการตรวจสุขภาพช่องปาก **53.1 %** (เป้าหมาย 55.0 %)
- ได้รับการทาฟลูออไรด์วานิช **49.0 %**
- ได้รับบริการทันตกรรม **56.2 %**



Goal



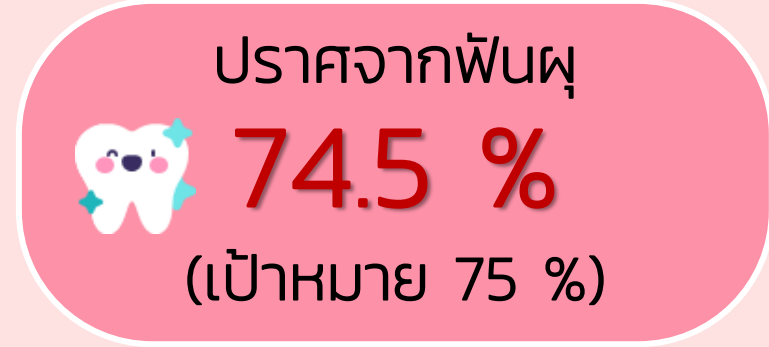
เด็ก 3 ปี

ปราศจากฟันผุ



**74.5 %**

(เป้าหมาย 75 %)



ได้รับการตรวจฟัน



**42.5 %**

(เป้าหมาย 50 %)



# สื่อสนับสนุนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปาก



## คู่มือแนวทางการดำเนินงาน

## Active learning/ e-learning



ดาวน์โหลดแนวทาง

แนวทางการดูแลสุขภาพช่องปาก  
หญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด



ดาวน์โหลดแนวทาง

แนวทางการส่งเสริมคุณภาพสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย  
ด้านสุขภาพ (4D)ตามมาตรฐานสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยแห่ง



ดาวน์โหลดแนวทาง

แนวทางการพัฒนาสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยต้นแบบ

“ด้านสุขภาพช่องปาก”

ภายใต้ยุทธศาสตร์ของแผนแม่บทเรื่องปฐมวัยแห่งชาติ



Scan เพื่อเล่นเกม



Scan เพื่อเข้าสู่บทเรียน



moc anamai:

<https://moc.anamai.moph.go.th/>

**นิทาน**  
แบบยู กับ ซูโน่  
ตอน แปรงฟันจึกจ๊ก

SCAN ME

อ่านหนังสือกันจ๊ะ!!

**เพลง**  
แปรงฟันกันนะ

SCAN ME

เพลงแปรงฟันกันนะ!!

**Poster**  
วิธีการแปรงฟัน

SCAN ME

วิธีการแปรงฟันนะจ๊ะ!!

SCAN ME

SCAN เพื่อดู

สถานที่  
สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย  
ที่อยู่ : 88/22 หมู่ 4 ต.จิวาบกต ๓.ตลาด  
อ.เมืองนนทบุรี จ.นนทบุรี 11000  
<https://dental.anamai.moph.go.th/>

# CHATBOT

## 21 วัน

## ฟันดีพลัส



# “CHATBOT 21 วันฟันดีพลัส”

### จุดเด่น

- ฟันผุใหม่น้อยกว่า 30-50% เทียบเคียงกับกลุ่ม NO INTERVENTION
- PLAQUE REDUCTION คราบจุลินทรีย์ลดลง 30-38%
- พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากดีขึ้น
  - ↓ ลด: -ดูดขวดนม, -นมม้อตัก
  - ↑ เพิ่ม: -แปรงฟัน, -ใช้ยาสีฟันฟลูออไรด์, -ไม่กินหลังแปรง
- ความพึงพอใจในการใช้งาน CHATBOT อยู่ในระดับ **ดี** 4/5 คะแนน



กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้ดูแลเด็กที่ดูแลเด็กอายุ 0-5 ขวบ
- ผู้ส่งเสริมสุขภาพเด็กเล็ก เช่น อสม. ทีมสุขภาพ

ช่องทางเข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย

- ผ่านการแนะนำโดยคน + จูงใจให้ใช้
- เผยแพร่ผ่านสื่อต่าง ๆ ONLINE, OFFLINE

ร่วมกันเป็นทีม เพื่อเด็กน้อยฟันดี

สมัครเข้ากลุ่ม LINE CHATBOT 21 วันฟันดีพลัส



- รับสื่อ และ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ทาง LINE
- ร่วมให้โอเดียพัฒนา IMPROVED VERSIONS

### 1. Scan QR code



### 2. เข้า FB Messenger กดคำว่า ส่งข้อความ

### 3. พิมพ์คำว่า Start หรือ เริ่มต้นใช้งาน

## ทดลองเล่น ตัวอย่าง Chatbot กัน



แชทบอทของจริง จะส่งข้อความทุกวัน วันละ 3-5 นาที ต่อเนื่อง 21 วัน เพื่อสร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กเล็ก

ลูกรักฟันดี  
เริ่มที่ครอบครัว



THANK  
YOU



งานหญิงตั้งครรภ์และเด็กปฐมวัย

0 2590 4596

0 2590 4204