



Caries Risk Assessment and Oral Health Care At WCC

การเฝ้าระวัง และการประเมินความเสี่ยงฟันผุ และ
รูปแบบการดูแลสุขภาพช่องปาก
ในคลินิกเด็กสุขภาพดี

TABLE OF CONTENTS for TODAY



01

Importance of oral health

ความสำคัญของ
สุขภาพช่องปาก

02

Caries risk assessment

การประเมินความเสี่ยง
การเกิดฟันผุ

03

Dental screening

การตรวจฟัน

04

Oral health care

การดูแลสุขภาพช่องปาก





01

Importance of oral health in children

ความสำคัญของสุขภาพช่องปากในเด็ก

Importance of Oral Health in Children

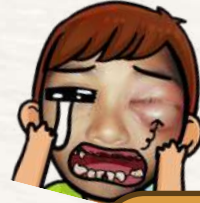


ปวดฟัน

เคี้ยวอาหาร
ลำบาก

ช่องปาก

ฟันแท้ขึ้นมา
ผิดปกติ



มีไข้

ขาด
สารอาหาร

สุขภาพ
ทั่วไป

ติดเชื้อใน
กระแสเลือด

พัฒนาการด้าน
ร่างกายน้อย

ขาดเรียน
ไม่มีสมาธิ

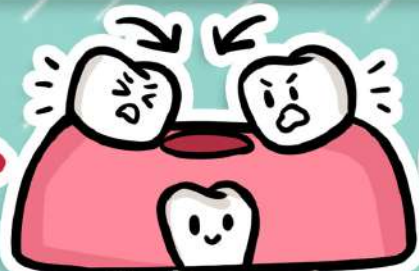


ปวดก็ถอนเลยค่ะหมอ

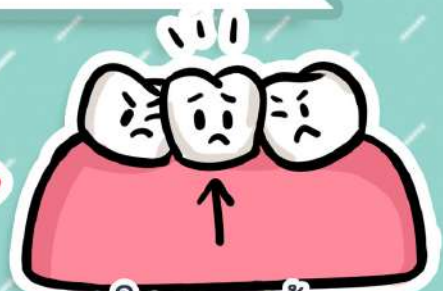
เมื่อถอนฟันน้ำนมก่อนเวลาอันควร
จะมีปัญหาตามมา...



เมื่อถอนฟันน้ำนม
ที่ผุออกไป



ฟันข้างๆจะล้ม
เข้าหาช่องว่าง



ทำให้ฟันแท้ขึ้นมา
ซ้อนกันได้!

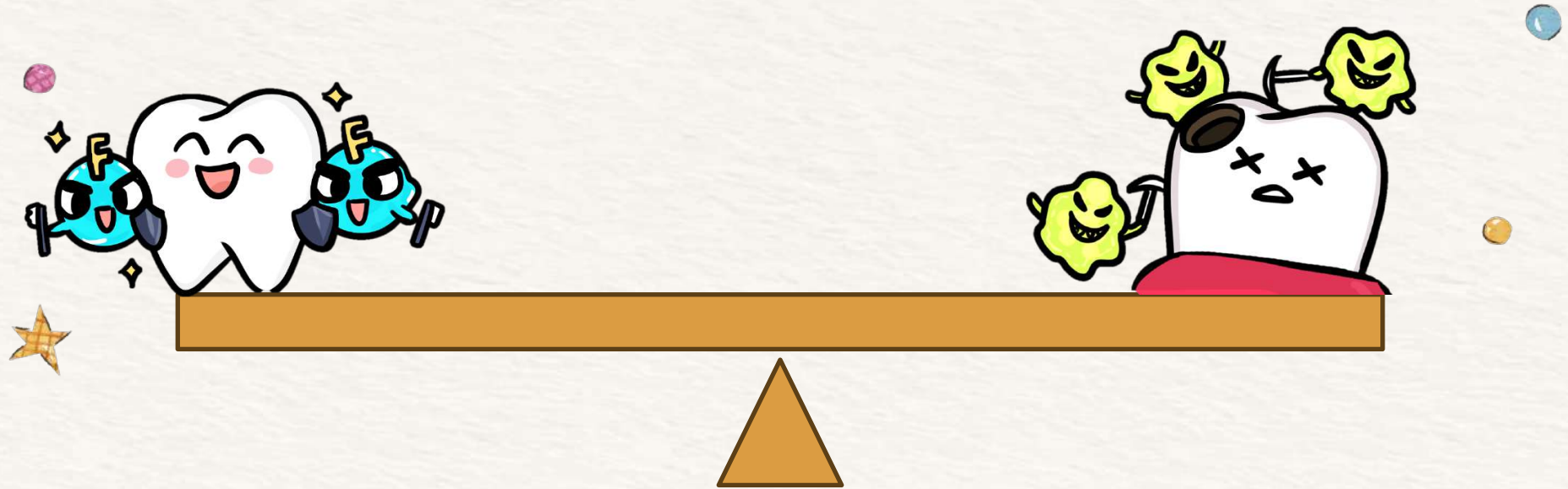
02

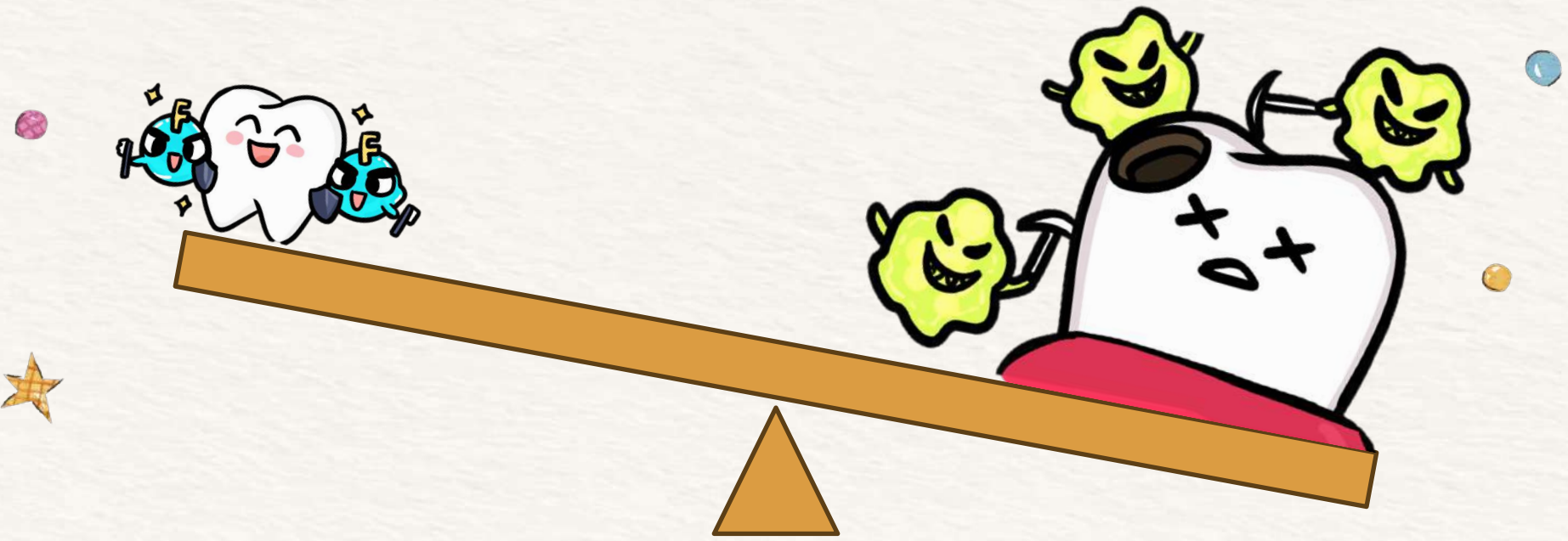
Caries risk assessment in children

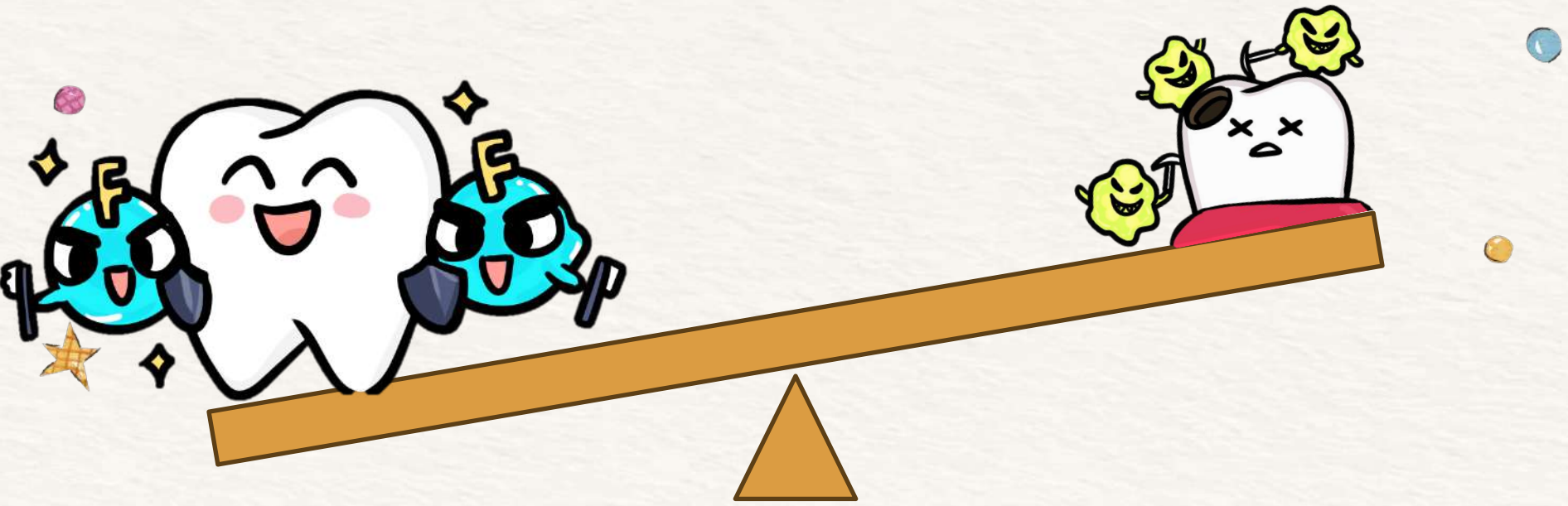
การประเมินความเสี่ยง
การเกิดฟันผุในเด็ก











Caries risk assessment in Children

การไหล และองค์ประกอบของน้ำลาย

การคืนกลับแร่ธาตุของ
Fluoride, Calcium, Phosphate

Antibacterials: CHX, SDF

Protective factors

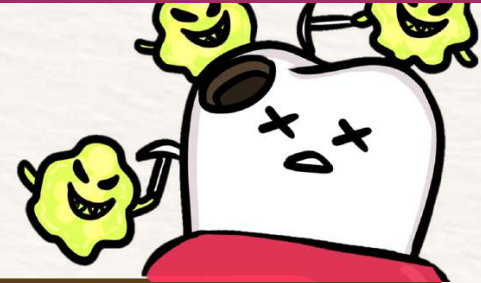


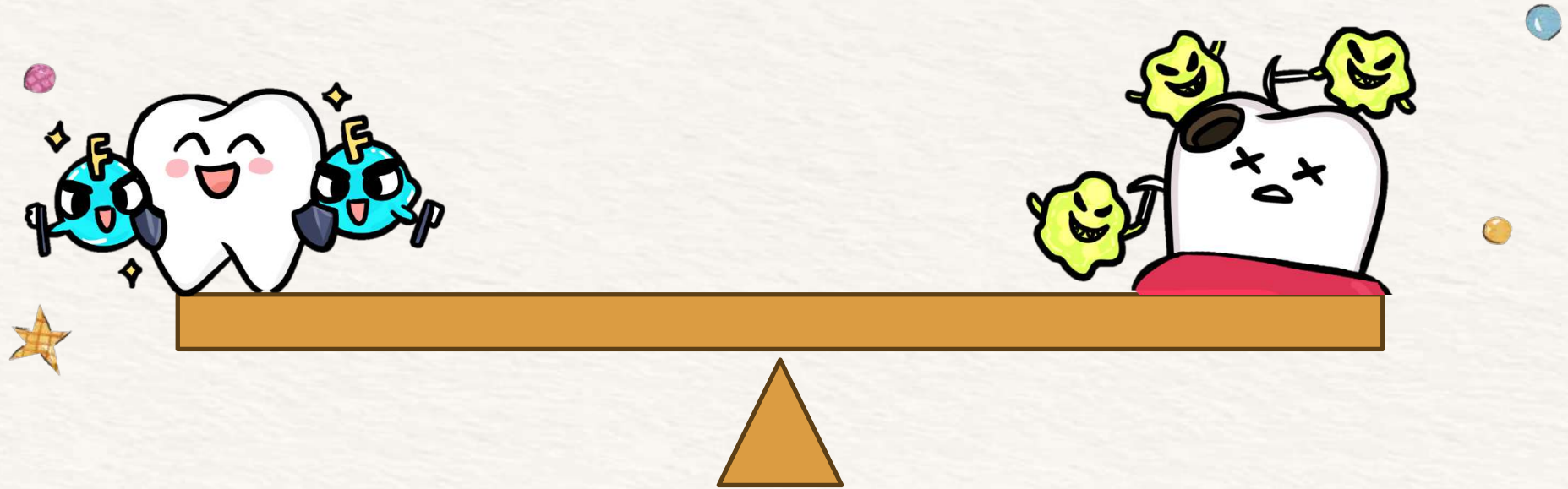
Acid-producing bacteria

ความถี่ในการรับประทานอาหารที่มีน้ำตาล

การไหล และภาวะน้ำลายน้อย

Pathological factors





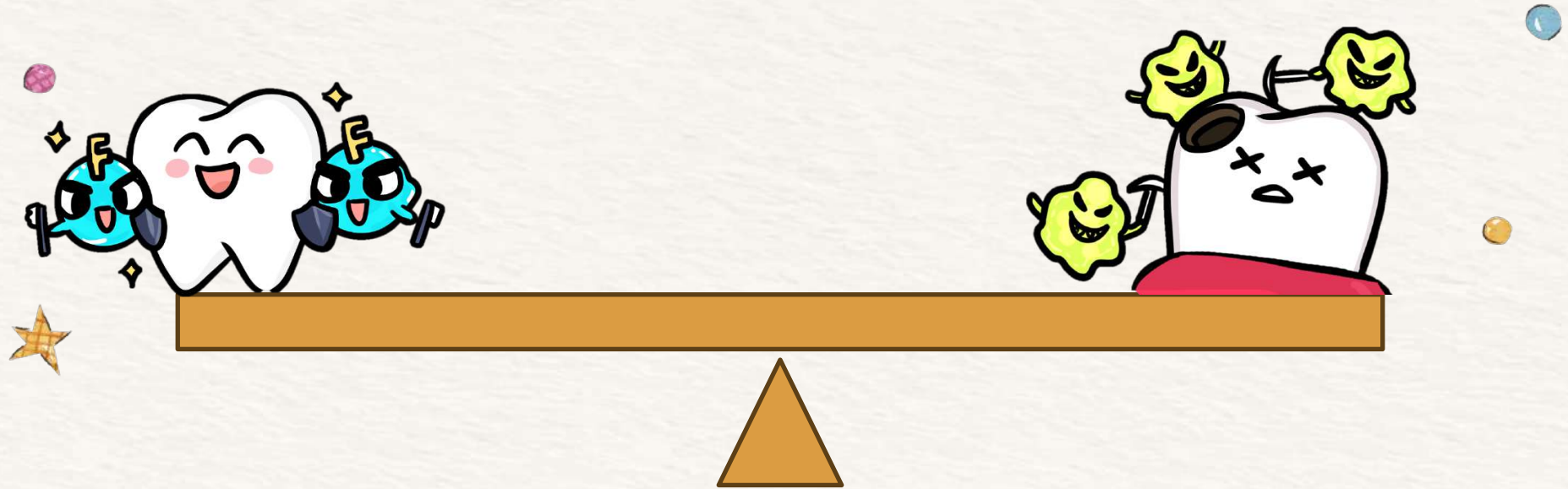


เกิดฟันผุ

กินของหวานที่มีน้ำตาลเยอะ

ฉายแสง ปากแห้ง

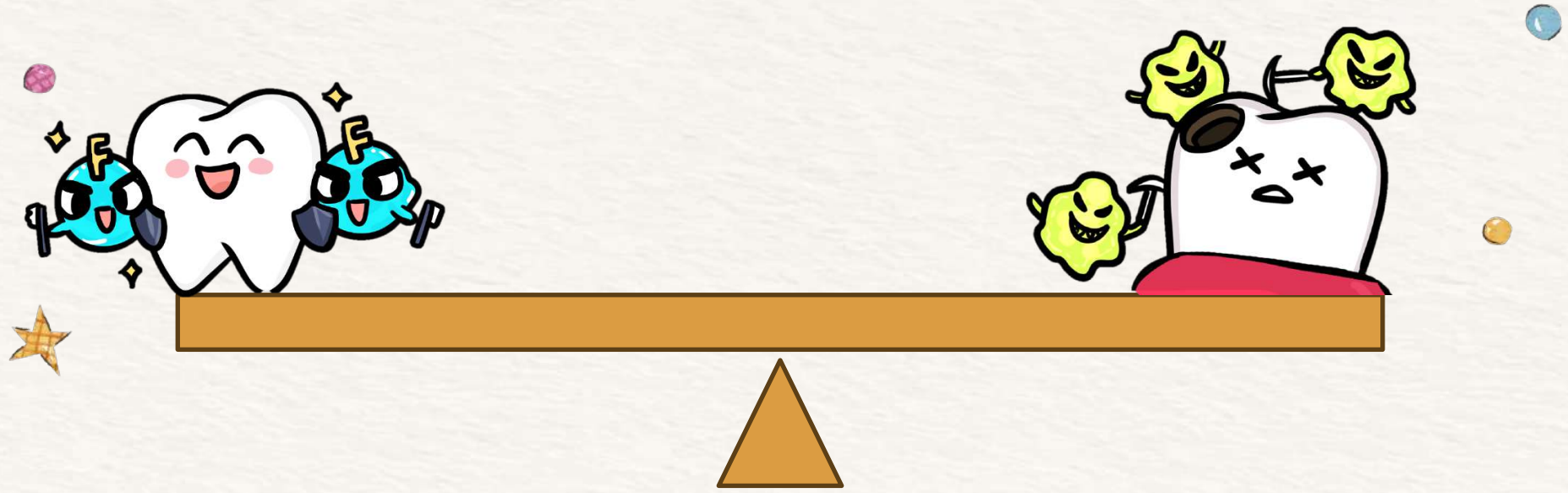
มีฟันผุสะสมในปาก



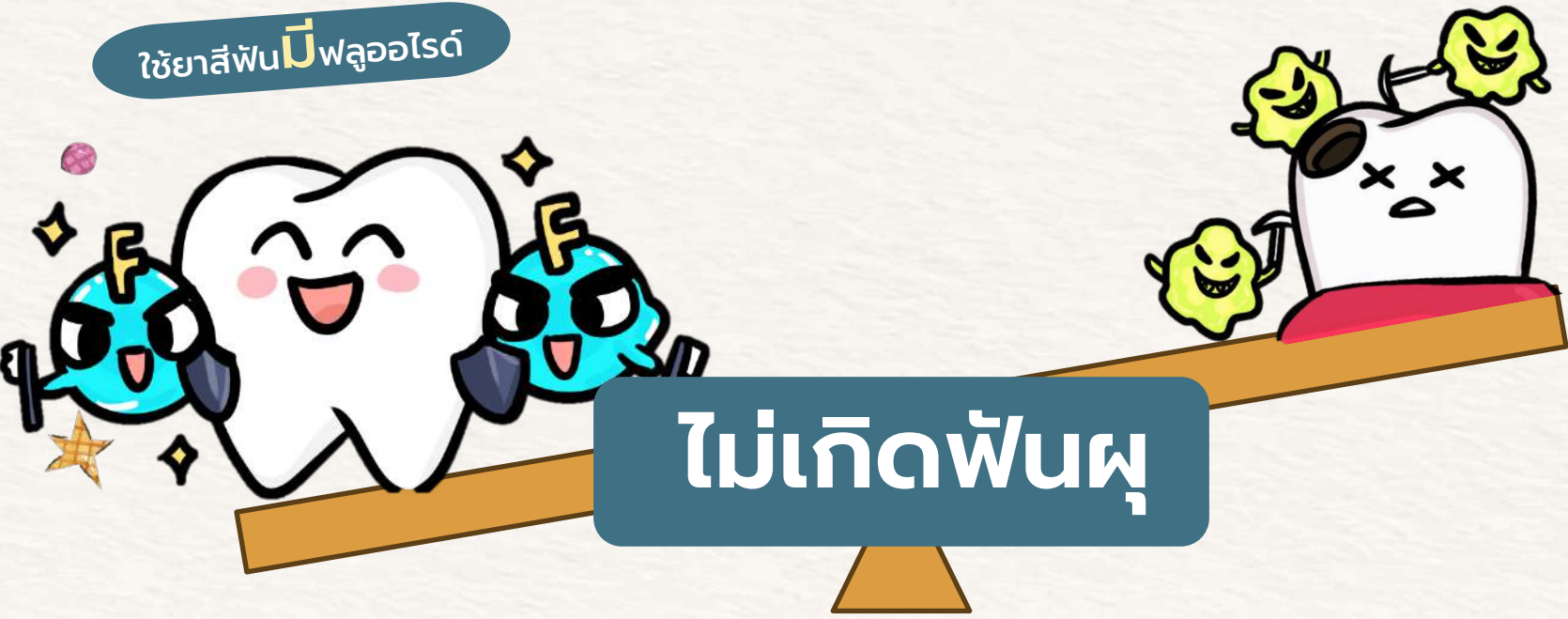
ใช้ยาสีฟันไม่มีฟลูออไรด์



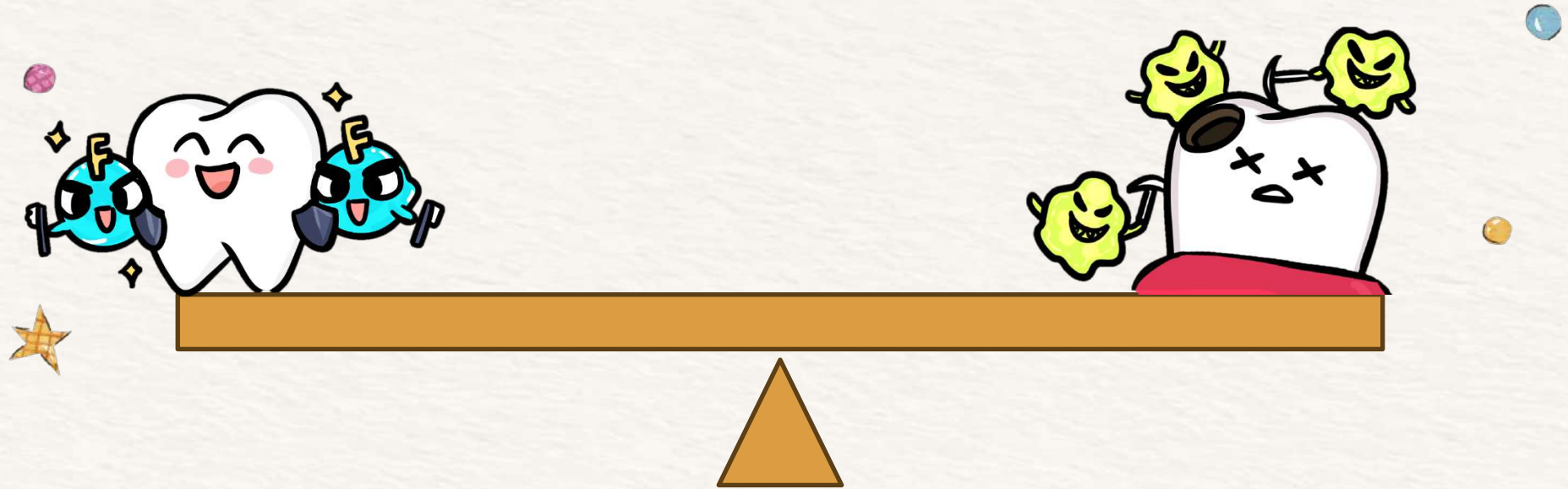
เกิดฟันผุ

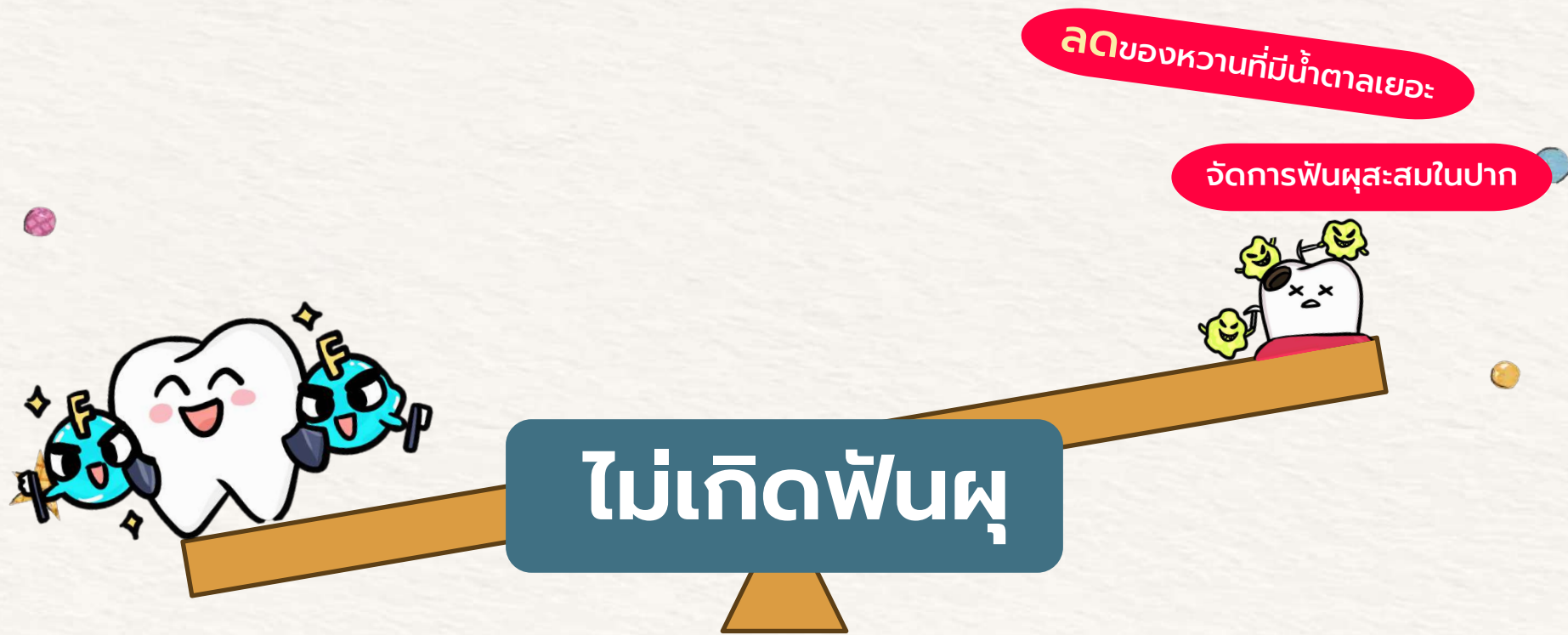


ใช้ยาสีฟันมีฟลูออไรด์



ไม่เกิดฟันผุ





ไม่เกิดฟันผุ

ลดของหวานที่มีน้ำตาลเยอะ

จัดการฟันผุสะสมในปาก

High frequency sugar consumption
รับประทานอาหารที่มีน้ำตาลบ่อย

Visible plaque
คราบจุลินทรีย์ หรือ ขี้ฟัน

Caries lesions
ฟันผุในช่องปาก

Fluoride
ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์, น้ำยาบ้วนปากผสมฟลูออไรด์

Caries risk assessment in children



“ยังกินนมอย่างเดียวยังไม่ได้
กินข้าว ไม่ต้องแปรงฟันก็ได้”

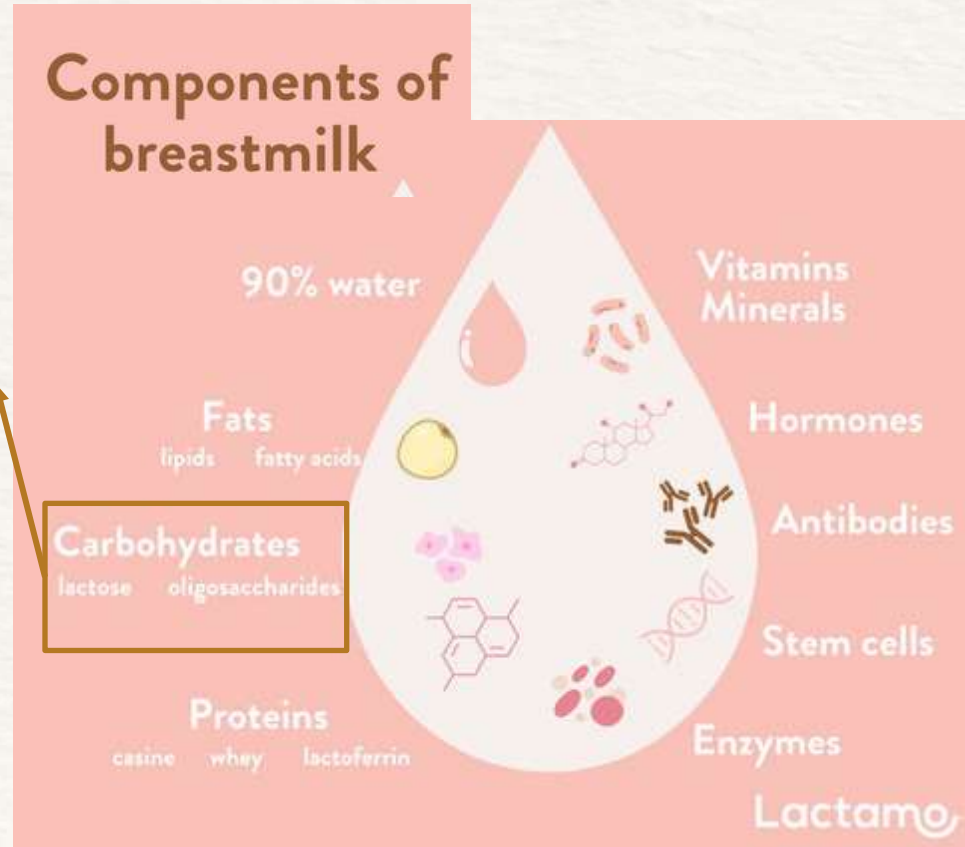
“กินนมแม่ฟันไม่พุทหรอก”

“ตื่นกินนมกลางดึก ไม่ได้เป็นไร
เพราะไม่มีเศษอาหารติดฟัน”

Caries risk assessment in Children

The essential substrates for **cariogenic bacteria** are simple carbohydrates (sugars) which can be in a range of forms (e.g. **lactose, sucrose, glucose**).

Tham R. et al, 2015



กินนมแม่พันธุ์ใหม่

Systematic review and
Meta-analysis

Breastfeeding duration

เด็กที่ดื่มนมจากเต้า **มากกว่า 12 เดือน**
จะมีโอกาสการเกิดฟันผุมากกว่าเด็กที่ดื่มนมจาก
เต้าน้อยกว่า 12 เดือน

ถ้าอายุมากกว่า 12 เดือน แล้วยังดื่มนม
จากเต้า มีโอกาสการเกิดฟันผุสูง

Breastfeeding on demand and nocturnally

เด็กที่ดื่มนมแม่ตามความต้องการ และนมเมื่อดึก
หรือหลับไปพร้อมดื่มนม จะมีโอกาสเกิด
ฟันผุมาก

การกินนมแม่ผิดวิธีเป็น
Pathologic Factor

กลางวันลูกกินข้าวน้อย คงต้อง
เสริมนมกลางคืน เยอะหน่อย

ดูदनมกลางวัน กับกลางคืน
ก็ไม่ต่างกัน

กินนมทั้งกลางวัน กลางคืน
จะได้เจริญเติบโตดี



ดูนมกลางวัน กับกลางคืน
เหมือนกันไหม?

Caries risk assessment in Children



ดูดนมกลางคืน
ฟันผุมากกว่า
ดูดนมกลางวัน



Caries risk assessment in Children

ดีมนมกับอะไรฟันผุน้อยกว่า?



ขวดนม

เด็กจะดูดทีละน้อยๆ
และดูดเรื่อยๆ

ฟันก็จะโดนแบคทีเรีย

โอกาสที่ฟันจะผุ
ก็มากกว่า

หลอดหรือแก้ว

เด็กจะดื่มรวดเดียวหมด

ฟันก็จะแบคทีเรียครั้งเดียว

โอกาสที่ฟันจะผุ
ก็น้อยกว่า
กินกับขวด



“กินนมแม่ฟันก็ผุ”

“กินนมกับขวดก็ฟันผุเยอะอีก”

ต้องให้เด็ก**เลิกกินนม**หรือ?

ต้องให้เด็กเล็กลงนมหรือ?

Caries risk assessment in Children

ตั้งแต่ฟันซี่แรกขึ้นให้...

6 เดือน

ดื่มนมยังงีให้ฟันไม่ผุ



ไม่ให้เด็ก
หลับคาขวดนม
เลิกมื่อดัก



แปรงฟันให้เด็ก
หลังดื่มนม



ดื่มนมรวดเดียว
ไม่จิบบ่อยๆ

1 - 1.5 ปี



ให้ลูกหลับคาขวด →



ระวังฟันผุ!



ถ้านมค้างในปากตอนนอน
เชื้อโรคก็จะปล่อยกรด
ทำลายฟันทั้งคืน

แปรง
แล้วกิน

=

ไม่ได้
แปรง

ให้ลูกกินนมยังไง..ฟันไม่ผุ?

1.



ให้กินนม
ก่อนนอนจนอึด

2.



แปรงฟันให้ลูก
หลังกินนม

3.



พาไปนอน
ให้หลับเองโดย
ไม่ให้นมแล้ว



ทำไมเลิกขวดนม
จะมีผลเสียยังไง?





ถ้าไม่เลิกขวดนม จะมีผลเสียยังไง?



1. เสี่ยงฟันผุ



2. ฟันเรียงตัวไม่สวย



3. มีผลต่อพัฒนาการ
ด้านการบดเคี้ยว



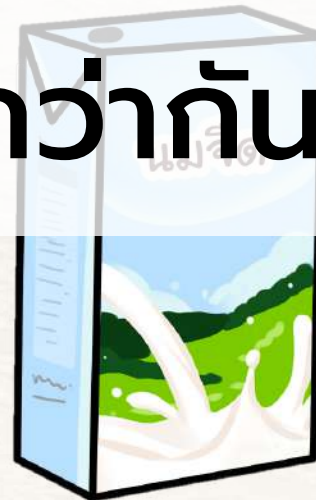
4. เลิกยาก
ขึ้นเรื่อยๆ



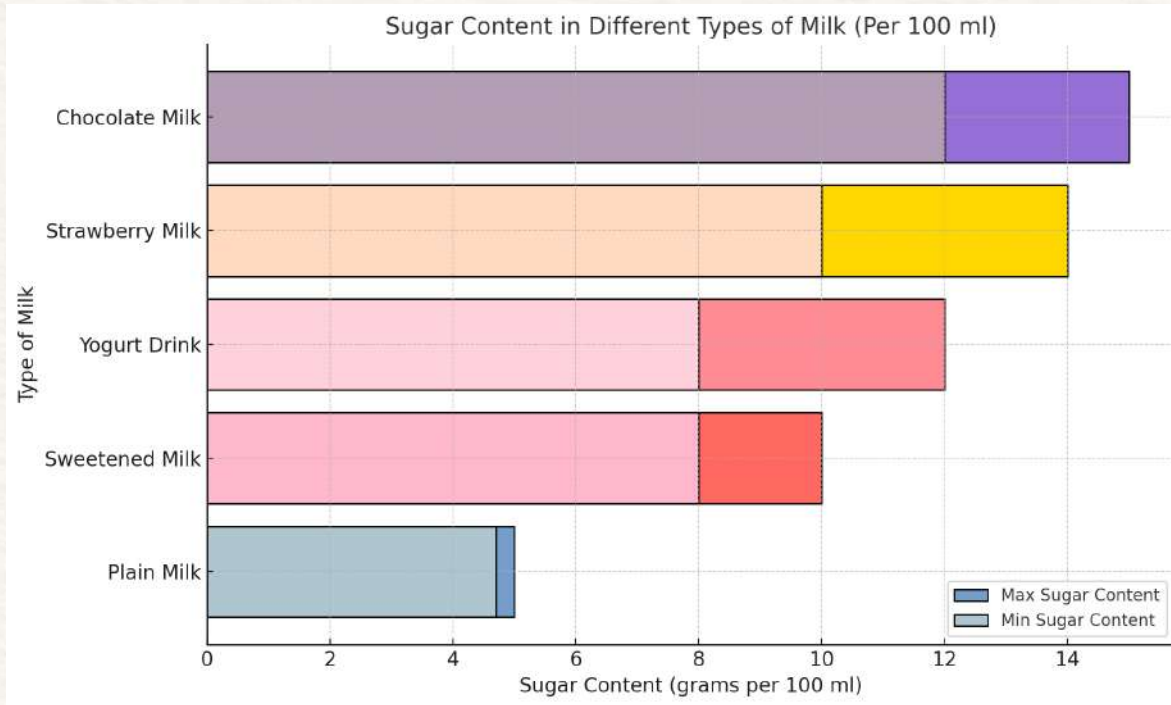
5. ทักษะด้านการใช้มือ
หยิบจับด้อยลง



นมชนิดไหน มีน้ำตาลมากกว่ากัน?







High frequency sugar consumption
รับประทานอาหารที่มีน้ำตาลบ่อย

Visible plaque
คราบจุลินทรีย์ หรือ ขี้ฟัน

Caries lesions
ฟันผุในช่องปาก

Fluoride
ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์, น้ำยาบ้วนปากผสมฟลูออไรด์

Caries risk assessment in children



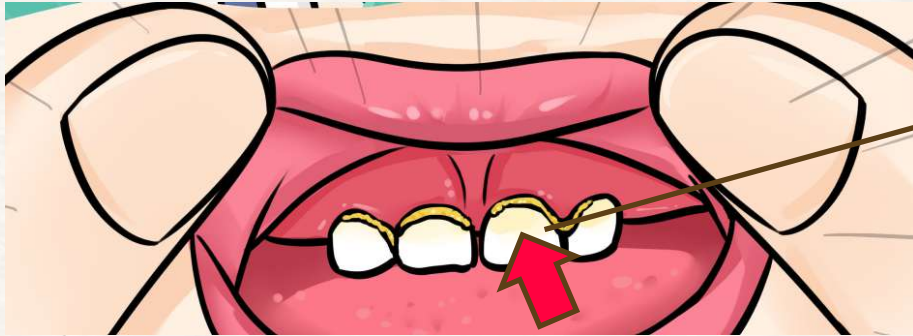
03

Dental screening in children

การตรวจฟัน

Dental screening in children

1. Visible plaque คราบจุลินทรีย์ หรือ ขี้ฟัน



เห็นคราบจุลินทรีย์

=

เสี่ยงต่อการเกิดฟันผุ



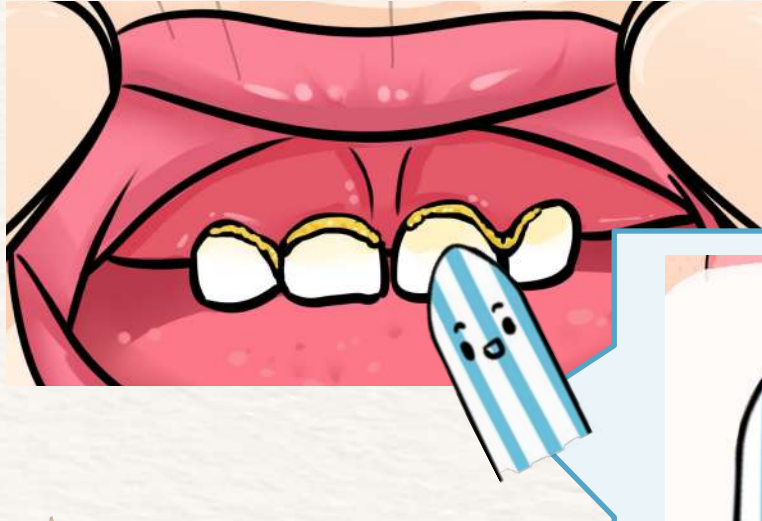


ถ้ามองไม่เห็น
ทำอย่างไรดี?



Dental screening in children

1. Visible plaque คราบจุลินทรีย์ หรือ ขี้ฟัน



ถ้ามองไม่เห็น
ทำอย่างไรดี?



รูปที่ 1

ไม่มีขี้ฟันติดเลย



รูปที่ 2

มีขี้ฟันติดนิดหน่อย
แค่ปลายหลอด



รูปที่ 3

มีขี้ฟันติดเยอะ

Dental screening in children

1. Visible plaque คราบจุลินทรีย์ หรือ ขี้ฟัน



เห็นคราบจุลินทรีย์

=

เสี่ยงต่อการเกิดฟันผุ



ฟันผุระยะแรก



วิธีสังเกต

มีรอยขาวบนที่ฟัน
แปรงหรือขัดถูไม่ออก
มักพบอยู่ใต้คราบขี้ฟัน

ฟันผุ เริ่มลุกลาม



มีรูขนาดเล็ก
และเศษอาหารมักติด



ผิวฟันมีสีเปลี่ยนไป เช่น สีเหลือง



ฟันผุ ลูกกลามแล้ว





ฟันสวย

ไม่มีรอยโรคฟันผุ
เยื่อมากเลยจ้า
ตั้งใจดูแลสุขภาพช่องปากลูก
ให้ดีแบบนี้ต่อไปนะจ๊ะ



ฟันผุระยะแรก

มีรอยขาวขุ่นที่ฟัน
แปรงหรือขัดถูไม่ออก

วิธีการรักษา หมั่นแปรงฟันให้สะอาด
ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์และคুমหวาน



ฟันผุเริ่มลึก

ผิวฟันมีสีเปลี่ยนไป
เช่น สีเหลือง
หรือ มีรูขนาดเล็ก
และเศษอาหารมักติด

วิธีการรักษา อุดฟันและ
ดูแลเหมือนในระยะแรก



ฟันผุรุนแรง

เนื้อฟันโดนกัดกร่อนไปมาก
เป็นรู อาจปวดหรือมีหนอง

วิธีการรักษา รีบพบหมอฟัน
อาจต้องรักษาคลองรากฟัน
หรือถอนฟัน
ร่วมกับดูแลเหมือนระยะแรก



Caries risk assessment in Children

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. ตึ่มนมรสหวาน											
2. ตึ่มนมเมื่อดึก											
3. ดูดนมขวด/หีบคาขวด											
4. ดูดนมรสหวานหรือเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลจากนมจนมีฟันผุ											
5. รับประทานอาหารว่าง/นมเสริมที่นี้ในตารางหว่านมื้อหลักมากกว่า 2 ครั้งต่อวัน											
6. เพิ่ม ยาซีฟีนฟลูออไรด์ตั้งแต่ 1000 ppm ขึ้นไป											
7. ตรวจพบคราบหินหรือซีฟีน											
8. ตรวจพบฟันผุระยะแรกๆ (ยังไม่เป็นรู)											
9. มีโรคประจำตัวหรือความผิดปกติที่ทำให้การทำความสะอาดช่องปากมีประสิทธิภาพลดลง											
10. ตรวจพบฟันผุเป็นรู											
การให้คำแนะนำ											
ฝึกแปรงฟัน											
ทาฟลูออไรด์											
บรีกอื่น ๆ (ระบุ)											
.....											
.....											
หมายเหตุ											
1. หากประเมินเป็นแบบสีเหลือง (ข้อ 1-7) ปรับพฤติกรรมเสี่ยง สอนแปรงฟัน Hands on ใช้ยาซีฟีนผสมฟลูออไรด์ 1,000 ppm ทาฟลูออไรด์เฉพาะที่และฉีดตามทุก 6 เดือน											
2. หากประเมินเป็นแบบส้ม (ข้อ 8-9) ปรับพฤติกรรมเสี่ยง สอนแปรงฟัน Hands on ใช้ยาซีฟีนผสมฟลูออไรด์ 1,500 ppm ทาฟลูออไรด์เฉพาะที่และฉีดตามทุก 3 เดือน พบทันตบุคลากรเพื่อรับการรักษาดูแลฟันผุระยะแรกๆ (ยังไม่เป็นรู)											
3. หากประเมินเป็นแบบสีแดง (ข้อ 10) ปรับพฤติกรรมเสี่ยง สอนแปรงฟัน Hands on ใช้ยาซีฟีนผสมฟลูออไรด์ 1,500 ppm ทาฟลูออไรด์เฉพาะที่และฉีดตามทุก 3 เดือน พบทันตบุคลากรเพื่อรับการรักษาดูแลฟันผุเป็นรู											
เพิ่มเติม											
- กรณีเด็กอายุ 72 เดือนขึ้นไปให้ใช้ยาซีฟีนผสมฟลูออไรด์ 1,500 ppm											
- การใช้ยาซีฟีนที่มีความเข้มข้นของ ฟลูออไรด์ 1,400-1,500 ppm ควรอยู่ภายใต้การแนะนำของทันตบุคลากร ซึ่งจะพิจารณาให้ใช้ได้หากฟลูออไรด์ในน้ำดื่มมีน้อยกว่า 0.5 ppm และต้องไม่ได้รับฟลูออไรด์เสริมชนิดรับประทาน											
อ้างอิงข้อมูลจาก : หัดแปรงฟันสุขภาพแม่ประเทศไทย											

สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก

เด็กทุกคนควรได้รับการดูแลสุขภาพช่องปากตั้งแต่แรกเกิด

ใส่ใจสุขภาพช่องปากของเด็กตั้งแต่แรกเกิด

ปรึกษาทันตแพทย์

ฟรี

ศูนย์ทันตกรรมสำหรับเด็ก โรงพยาบาลเด็ก กรุงเทพมหานคร

โทร: 02-2543000

LINE: @bangkokchildrens

บันทึกหลังคลอดและบริการเด็กแรกเกิด-6 ปี ส่วนที่ 3

คำแนะนำการใช้กราฟแสดงภาวะการเจริญเติบโตของเด็ก (พ่อ/แม่ หรือผู้ปกครองบันทึกเองได้)

การพิจารณาการเจริญเติบโตของเด็ก ใช้ติดตามการเปลี่ยนแปลงน้ำหนักส่วนสูงของเด็กอย่างต่อเนื่อง เพื่อดูแนวโน้มการเจริญเติบโตของเด็กว่าขึ้นไม่ไปตามเกณฑ์มาตรฐานหรือไม่ เด็กทุกคนต้องได้รับปริมาณการเจริญเติบโต ครบทั้ง 3 กราฟ คือ

1. กราฟแสดงน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ แบ่งภาวะการเจริญเติบโตเป็น 5 ระดับ คือ

กราฟแสดงน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

- น้ำหนักมาก** หมายถึง เด็กยังไม่ได้อ่านหรือยังไม่ ต้องประเมินใช้กราฟน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
- น้ำหนักค่อนข้างมาก** หมายถึง เด็กยังอ่านน้ำหนักมาก ต้องประเมินโดยใช้กราฟน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
- น้ำหนักตามเกณฑ์** หมายถึง การเจริญเติบโตดี ควรส่งเสริมให้เด็กมีน้ำหนักอยู่ในระดับนี้
- น้ำหนักค่อนข้างน้อย** หมายถึง เด็กต้องการอาหารเพิ่ม เป็นภาวะเตือนให้ระวัง หากไม่รีบรักษาเด็ก เด็กจะมีน้ำหนักน้อย
- น้ำหนักน้อย** หมายถึง ขาดอาหาร

2. กราฟแสดงส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ แบ่งภาวะการเจริญเติบโตเป็น 5 ระดับ คือ

กราฟแสดงส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

- สูง** หมายถึง การเจริญเติบโตดีมาก ทำให้มีระดับสติปัญญาดี เชี่ยวชาญ ต้องส่งเสริมให้เด็กอยู่ในระดับนี้
- ค่อนข้างสูง** หมายถึง การเจริญเติบโตดีมาก เป็นเด็กที่มีระดับสติปัญญาดี เชี่ยวชาญ ต้องส่งเสริมให้เด็กอยู่ในระดับนี้
- สูงตามเกณฑ์** หมายถึง การเจริญเติบโตดี แสดงว่า เด็กได้รับอาหารเพียงพอ ทำให้มีระดับสติปัญญาดี เชี่ยวชาญ ต้องส่งเสริมให้เด็กอยู่ในระดับนี้
- ค่อนข้างเตี้ย** หมายถึง เด็กต้องการอาหารเพิ่ม เป็นการเตือนให้ระวัง หากไม่ดูแลส่วนสูงของเด็กหรือไม่เพิ่ม เป็นเด็กเสียได้
- เตี้ย** หมายถึง ขาดอาหารหรือได้รับยาฮอร์โมนเพียงอย่างเดียว หรือเจ็บป่วยบ่อย ทำให้ตัวสูงเพิ่มขึ้นน้อยหรือไม่เพิ่ม ส่งผลให้สติปัญญาต่ำ เชี่ยวชาญน้อยเกินไป ควรให้ยาฮอร์โมน

3. กราฟแสดงน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง แบ่งภาวะการเจริญเติบโตเป็น 6 ระดับ คือ

กราฟแสดงน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

- อ้วน** หมายถึง ภาวะอ้วนเกินไป มีน้ำหนักมากเกินไป ไม่เหมาะสมกับส่วนสูงอย่างมาก เด็กมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไตเป็นโรคสูง ภาวะโรคหัวใจและหลอดเลือด และยังมีผู้ใหญ่น้ำหนักอ้วนที่เพิ่มมากขึ้น
- เริ่มอ้วน** หมายถึง น้ำหนักมากเกินเกณฑ์ส่วนสูงของเด็กที่มีผู้ใหญ่อ้วนในขนาด หากไม่ควบคุมน้ำหนัก
- เกิน** หมายถึง เด็กต้องการมีการอ่าน เป็นภาวะเตือนให้ระวัง หากไม่ดูแลน้ำหนักของเด็กจะมีน้ำหนักเกิน
- ตามเกณฑ์** หมายถึง การเจริญเติบโตดี แสดงว่า เด็กมีน้ำหนักเหมาะสมกับส่วนสูง ต้องส่งเสริมให้เด็กมีการเจริญเติบโตอยู่ในระดับนี้
- ค่อนข้างผอม** หมายถึง เด็กต้องการอาหารเพิ่ม เป็นการเตือนให้ระวัง หากไม่ดูแล น้ำหนักอาจไม่เพิ่มขึ้นหรือลดลงอยู่ในระดับผอม
- ผอม** หมายถึง ขาดอาหารหรือเจ็บป่วย

Caries risk assessment in Children

การประเมินความเสี่ยง



ความเสี่ยง \ อายุ	6 เดือน	9 เดือน	12 เดือน	18 เดือน	24 เดือน	30 เดือน	36 เดือน	48 เดือน	60 เดือน	72 เดือน
1. ตุ่มนมรสหวาน										
2. ตุ่มนมมื่อดก										
3. ดูดนมขวด/หลับคาขวด										
4. ดูดนมรสหวานหรือเครื่องดื่ม ที่มีน้ำตาลจากขวดนม										
5. รับประทานอาหารว่าง/ขนม/เครื่องดื่ม ที่มีน้ำตาลระหว่างมื้อหลัก มากกว่า 2 ครั้งต่อวัน										
6. เติม ยาฟลูออไรด์ตั้งแต่ 1000 ppm ขึ้นไป										
7. ตรวจพบคราบจุลินทรีย์ (ขี้ฟัน)										
8. ตรวจพบฟันผุระยะแรกขาวขุ่น (ยังไม่เป็นรู)										
9. มีโรคประจำตัวหรือความพร่อง ที่ทำให้การทำความสะอาดช่องปาก มีประสิทธิภพลดลง										
10. ตรวจพบฟันผุเป็นรู										



Caries risk assessment in Children

การประเมินความเสี่ยง

ความเสี่ยง	อายุ	6 เดือน	9 เดือน	12 เดือน	18 เดือน	24 เดือน	30 เดือน	36 เดือน	48 เดือน	60 เดือน	72 เดือน
1. ดื่มนมพร่องมันเนย											
2. ดื่มนมเมื่อติด											
3. อุดนมขวด/หัดดื่บคาขวด											
4. อุดนมพร่องมันเนยหรือเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลจากขวดนม											
5. รับประทานอาหารว่าง/ขนม/เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลระหว่างมื้อหลักมากกว่า 2 ครั้งต่อวัน											
6. เต็ม ขยี้สีฟัน/ฟลูออไรด์ตั้งแต่ 1000 ppm ขึ้นไป											
7. ตรวจสอบความจุลินทรีย์ (ซีฟัน)											
8. ตรวจสอบฟันผุระยะยาวขาวขุ่น (ยังไม่เป็นรู)											
9. มีโรคประจำตัวหรือความฟ่องที่ทำให้การทำความสะอาดช่องปากมีประสิทธิภาพลดลง											
10. ตรวจสอบฟันเป็นรู											

การให้คำแนะนำ										
ฟีกแปรงฟัน	<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"/>
บริการอื่น ๆ (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 พบทันตบุคลากรเพื่อรับการรักษาฟันผุระยะแรกขาวขุ่น (ยังไม่เป็นรู)
- หากประเมินเป็นแถบสีแดง (ข้อ 10) ปรับพฤติกรรมเสี่ยง สอนแปรงฟัน Hands on ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ 1,500 ppm ทาฟลูออไรด์เฉพาะที่และติดตามทุก 3 เดือน พบทันตบุคลากรเพื่อรับการรักษาฟันผุเป็นรู

เพิ่มเติม

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

อ้างอิงข้อมูลจาก : ทันตแพทยสมาคมแห่งประเทศไทย



แบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม



04

Oral health care in Children

การดูแลสุขภาพช่องปากในเด็ก

แปรงฟัน



วิธี แปรงฟันให้ลูก

1. จับลูกนอนหงบนตัก
ทำนี้จะเห็นช่องปากลูกชัดเจน



แปรงฟัน



2.

แหวกริมฝีปากและกระพุ้งแก้ม
ด้วยมือข้างที่ไม่ได้ถือแปรง



3.

แปรงฟันหน้า
บนและล่าง
ทั้งด้านนอกและด้านใน

ถูไปมาสั้นๆ
ชโลม 10 ครั้ง



ถูไปมาสั้นๆ
ชโลม 10 ครั้ง

4.

ถ้าฟันหลังงอกแล้ว
แปรงฟันด้านข้างแก้ม
ทั้งด้านนอกและด้านใน





5. ปิดท้ายด้วย
การแปรงฟัน



6. ใช้ผ้าชุบน้ำ
เช็ดฟองออก



ความเข้มข้นของฟลูออไรด์

และปริมาณยาสีฟันในวัยต่างๆ

1000-1500* ppm



ฟันซี่แรก-3 ขวบ
แค่แตะแค่พอเปียก

1000-1500* ppm



3-6 ขวบ
เท่ากับความกว้าง
ของแปรง

1500 ppm



6 ขวบขึ้นไป
เท่ากับความยาว
ของแปรง

ควรเลือกยาสีฟัน ฟลูออไรด์เข้มข้น 1000-1500 ppm

* ในเด็กเสี่ยงฟันผุง่าย
ควรเลือกฟลูออไรด์เข้มข้น 1500 ppm
ตามคำแนะนำของทันตแพทย์จำ



ทำไมควรแปรงฟันให้ลูก ตั้งแต่ซี่แรก



01 เชื้อโรคชอบเกาะตามตัวฟัน

เมื่อฟันซี่แรกงอก...เชื้อโรคก็จะเริ่ม
เกาะตามตัวฟันได้แล้ว!



02 ดื่มนมแม่ก็มีโอกาสฟันผุได้

เพราะในนมแม่มีน้ำตาล
ถ้ากินแล้วไม่แปรงฟัน ฟันก็จะผุ!



03 แปรงฟันดีกว่าใช้ผ้าเช็ด

การแปรงฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์
ป้องกันฟันผุได้และสะอาดกว่าการใช้ผ้าเช็ด



04 ทำให้เด็กคุ้นชิน

กับการแปรงฟันและ
สร้างนิสัยการดูแลสุขภาพช่องปากที่ดีได้ง่ายขึ้น
ถ้าแปรงฟันให้เด็กตั้งแต่มีฟันซี่แรก

ข้อดีของการ...
เช็ดเหงือกให้ลูก
ก่อนฟันขึ้นมจะงอก



ทำให้ลูกชิน
กับการทำความสะอาด
ช่องปาก

ทำให้
แม่มั่นใจ
และชินกับ
การทำความสะอาด
ช่องปากให้ลูก



ทำให้ในปากของลูก
มีเชื้อดีมากกว่าเชื้อร้าย

ทาฟลูออไรด์ แล้วดียังไง?



1.



ช่วยป้องกันฟันผุ
และซ่อมแซมผิวฟัน

2.



ช่วยชะลอไม่ให้
ฟันผุมากขึ้น



ทาฟลูออไรด์แล้ว ฟันก็ยังผุได้!



ถ้าเชื้อโรคเยอะ
เราก็คงช่วยไม่ไหว



ถ้าทำสิ่งเหล่านี้ฟันผุแน่นอน!



ไม่แปรงฟัน
หรือแปรงลวกๆ



กินอาหาร ขนมน
และเครื่องดื่ม
ที่มีน้ำตาลบ่อยๆ



ไม่ไป
หาหมอฟัน



ตัวช่วย ดูแลช่องปากลูก



ร่วมเล่นแซทบอท



21วันฟันดีพลัส+



ติดกัน 21 วัน
ฟรี!

สวัสดิ์คำ~
หม่อจ้อหม่อพินนะคะ
หม่อจมาบอก
วิธีดูแลฟันลูก
ให้สวย
มาคุยกันนะคะ



ส่งหม่อพิน
ถึงมือแม่ดูแลช่องปาก
ของเด็ก 0-5 ปี
ด้วยรอยยิ้มกัน



หน่วยงานใดสนใจเข้าร่วม
สแกน QR Code เพื่อลงทะเบียน



(มีผลงานวิจัยรองรับด้วยนะ)



Title: Impact of Oral Health Chatbot With and Without
Toothbrushing Training on Childhood Caries

วิธีสมัคร

ต้องมีบัญชี Facebook
และ Facebook Messenger

ขั้นตอนที่ 1

สแกน QR Code



หรือ

ขั้นตอนที่ 2

พิมพ์คำว่า "เริ่มใช้งาน" หรือ "START"

ค้นหาเพจ "21วันฟันดีพลัส"
แล้วกด "ส่งข้อความ"



เล่นให้ครบเนื้อหางานเจอ จบวันที่... แบบนี้นักนะ

ร่วมเล่นแหงทบอท 21+ วันฟันดีพลัส

ติดกัน 21 วัน ฟรี!

สมัครตัว~
หมดหรือพี่แแม่คะ

ส่งหมอฟัน
ถึงมือแม่คุณแลช่องปาก
ของเด็ก 0-5 ปี
ด้วยรอยยิ้มกัน

หน่วยงานใดสนใจเข้าร่วม
สแกน QR Code เพื่อลงทะเบียน

(ข้อมูลวิจัยรองรับด้วยนะ)

Title: Impact of Oral Health Chatbot With and Without
Toothbrushing Training on Childhood Caries

วิธีสมัคร ต้องมีบัญชี Facebook และ Facebook Messenger

ขั้นตอนที่ 1
สแกน QR Code

21 วันฟันดีพลัส

21วันที่เพิ่งดี
100 คนลงทะเบียน > 200 ใช้งาน
21วันที่ดีแล้วไม่เสีย! ถึงจะพลาดก็ยังมี
ดีแล้วขอรับของขวัญกันสิคะ

ค้นหาเพจ "21วันฟันดีพลัส"
แล้วกด "ส่งข้อความ"

ขั้นตอนที่ 2
พิมพ์คำว่า "เริ่มใช้งาน" หรือ "START"

เล่นได้ครบเนื้อหาจนจบ จังหวะนี้... แงนี่กันนะ

Clinical Trial > J Med Internet Res. 2022 Oct 21;24(10):e39218. doi: 10.2196/39218.

Using a Chatbot as an Alternative Approach for In-Person Toothbrushing Training During the COVID-19 Pandemic: Comparative Study

Samerchit Pithpornchaiyakul ^{1, 2}, Supawadee Naorungroj ³, Kittiwara Pupong ⁴, Jaranya Hunsrisakhun # ^{1, 2}

Affiliations + expand
PMID: 36179147 PMCID: PMC9591704 DOI: 10.2196/39218

ARTICLE IN PRESS

INTERNATIONAL DENTAL JOURNAL 000 (2024) I-12

Scientific Research Report Impact of Oral Health Chatbot With and Without Toothbrushing Training on Childhood Caries

Jaranya Hunsrisakhun ^a, Supawadee Naorungroj ^b,
Watcharawalee Tangkuptanon ^c, Pissamai Wattanasit ^d, Kittiwara Pupong ^e,
Samerchit Pithpornchaiyakul ^{a*}

Case Scenario

Case ที่ 1

คุณแม่มือใหม่ พาลูกชายอายุ 2 ปี มาฉีดวัคซีน เมื่อเด็กยิ้ม เห็น
คราบเหลืองที่ฟันหน้า คุณแม่เล่าให้ฟังว่าอยากจะแปรงฟันให้ลูก แต่ไม่
สามารถแปรงได้ เพราะลูกดิ้น ไม่รู้เจ็บรีป่าว จึงหยุดแปรงฟัน

หากท่านเป็นบุคลากรสาธารณสุข ท่านจะแนะนำทำแปรงฟันกับคุณ
แม่อย่างไร

Case ที่ 2

คุณแม่มือโปร อาชีพแม่บ้าน พาลูกสาวคนที่ 3 อายุ 1 ปี มาฉีดวัคซีน และเล่าให้เจ้าหน้าที่ฟังว่า ลูกทั้ง 3 คนที่ผ่านมา ตื่นกินนมกลางคืนตลอด แม่กลัวลูกไม่อิ่ม จึงให้กินนมทุกครั้งที่ยังขอ เพราะตนเองตั้งใจจะเลี้ยงลูกอย่างดี

ส่วนการแปรงฟัน ลูกก็ยอมให้แปรงทุกคน แต่ลูกคนแรก และคนที่ 2 ฟันก็ยังฟูเยอะอยู่

จึงมาขอคำแนะนำจากท่านในการดูแลคนที่ 3

หากท่านเป็นบุคลากรสาธารณสุข ท่านจะแนะนำคุณแม่อย่างไร

Case ที่ 3

คุณพ่อ คุณแม่ เล่าให้พยาบาลฟัง
ในขณะที่ฉีดวัคซีน ว่าลูกชายพวกอายุ 9 เดือน
มีฟันหน้า 4 ซี่ ในขณะที่แปรงฟัน พบรอยสี
เหลือง แปรงไม่ออก ดังรูป จึงขอคำปรึกษา
จากพยาบาลว่าคือรอยอะไร และควรรักษา
อย่างไรดี

ท่านควรซักประวัติอะไรเพิ่มเติม และ
แนะนำการปฏิบัติตัว และการรักษาอย่างไร



Case ที่ 4

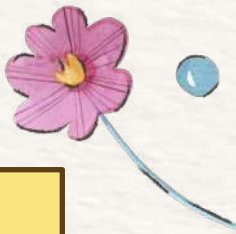
คุณแม่พาลูกสาวอายุ 2 ปี มาที่คลินิก WCC โดยลูกถือขวดนมมาด้วย จากการซักประวัติเพิ่มเติมพบว่า เด็กน้อยรักขวดนมมาก จะหลับไปพร้อมขวดนมทุกคืน แต่ตื่นมากลางดึกเพื่อขอกินนมเป็นประจำ แม่คิดว่าค่อยแปรงฟันตอนเช้า และก่อนเข้านอน (แปรงเสร็จกินนมนอน) ก็เพียงพอที่จะทำความสะอาดช่องปากแล้ว หากท่านเป็นพยาบาลในคลินิก WCC ท่านจะใช้สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก ในการประเมินความเสี่ยงฟันผุอย่างไร และจะแนะนำแม่อย่างไร



Case ที่ 5

คุณแม่พาลูกสาวอายุ 2.5 ปี มาประเมินพัฒนาการ โดยนำนมเปรี้ยวใส่
กระป๋องไปศูนย์พัฒนาเด็กเล็กทุกวัน และเข้าใจว่า นมเปรี้ยวไม่ต่างกับนมจืด และ
เด็กชอบ ทำให้ดื่มนมได้มากกว่า

ท่านจะแนะนำคุณแม่อย่างไร



ขอขอบคุณ



คณะทันตแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

