



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๔๙-๕๐๐๐ ภายใน ๑-๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๕๘-๐๓๑๑

ข่าวจากหนังสือพิมพ์ไทยรัฐ ฉบับประจำวันที ๗ เดือนพฤษภาคม พ.ศ.๒๕๕๖ หน้า ๒๔ มูลค่าข่าว ๓๕๑,๙๙๐.-

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูที่ได้ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

ทันตแพทย์ แนะนำให้ดูแลสุขภาพช่องปากและฟัน ก่อนสายเกินแก้

หลายคนอาจมองข้ามสุขภาพช่องปากและฟัน โดยละเลยการใส่ใจจนกลายเป็นปัญหาใหญ่ตามมา เพื่อกระตุ้นการดูแลสุขภาพช่องปากก่อนที่สายเกินแก้ อารียองซ์ (aviance) แบนด์ความงามระดับพรีเมียมได้เปิดตัวกลุ่มผลิตภัณฑ์ใหม่ "อารียองซ์ ไอ เฟรช" เพื่อสุขภาพช่องปากและฟัน โดยมีทันตแพทย์สนธิศิริมีย์ อาจารย์ประจำคณะทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยมหิดล และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มาให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากและฟัน ที่อารียองซ์ อะคาเดมี ไทยพาณิชย์ ปาร์ค พลaza เมื่อเร็วๆ นี้

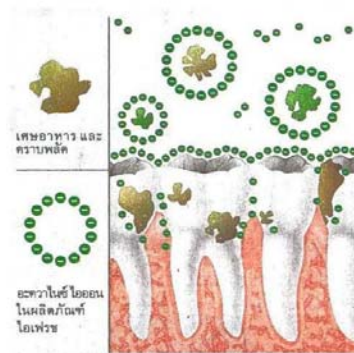
ทันตแพทย์สนธิกล่าวว่า ควบคัมหรือคราบจุลินทรีย์ สามารถเกิดขึ้นได้ไม่ทันทีหลังจากการแปรงฟัน จึงเป็นสิ่งที่ยังต้องหมั่นทำความสะอาดทุกวัน หากปล่อยไว้นานก็จะเป็นการสะสมเกิดเป็นคราบโปรตีนที่จุลินทรีย์มาทำปฏิกิริยาให้ออกนบวกลบ จนเกิดเป็นคราบพลัคที่เกาะอยู่บนเนื้อฟันและจะดึงแคลเซียมรวมถึงน้ำตาลเข้ามาพอกไว้ที่ฟัน ทำให้จุลินทรีย์สร้างกรดเพื่อย่อยน้ำตาลให้กลายเป็นอาหารของพวกมัน ฟันของเราจึงผุ แต่หากไม่มีน้ำตาล และจุลินทรีย์ดึงแคลเซียมฟอสฟอออกมาแทน ก็จะกลายเป็น



อ.ทันตแพทย์สนธิ สิริมีย์

เป็นคราบหินปูนซึ่งคราบหินปูนนี้จะเกาะอยู่ตามโคนฟันใกล้กับเหงือก ดังนั้น ฟันจึงไม่ใช่เพียงแค่การไม่แปรงฟันแต่ยังเกิดจากการรับประทานอาหารหรือขนมจำพวกแป้งหรือน้ำตาลเข้าไป โดยเฉพาะเด็กเล็กที่ดื่มนมและยังเป็นนมรสหวาน แล้วพ่อแม่ปล่อยให้หลับไปเลยเด็กจึงมักมีปัญหาเรื่องฟันผุ การป้องกันฟันผุในเด็กเล็ก พ่อแม่จึงควรให้ลูกดื่มนมรสจืด และเมื่อดื่มเสร็จ ควรให้เด็กดื่มน้ำตามเพื่อป้องกันฟันผุ

นอกจากนี้ อาจารย์สนธิยังกล่าวต่อว่า อีกหนึ่งปัญหาที่พบบ่อยคือ เหงือกอักเสบและเลือดออก ซึ่งจะเกิดขึ้นตอน



แปรงฟัน โรคเหงือกอักเสบนี้เกิดขึ้นจากการที่ฟันมีคราบพลัคเยอะมาก จนก่อให้เกิดเป็นคราบหินปูน ซึ่งจะอยู่ตามบริเวณฟันใกล้กับเหงือก และเมื่อมีมากขึ้นก็จะดันเหงือกทำให้เหงือกบวม อักเสบเมื่อถูกกระทบด้วยการแปรงฟันจึงมีเลือดออก และธรรมชาติของคอนเรานั้นเมื่อเลือดออก จึงเสียดึงจะไม่แปรงฟันต่อ แต่เปลี่ยนไปแปรงฟันที่มุมอื่นแทน ซึ่งความจริงนั้นเราควรแปรงฟันในบริเวณที่เลือดออก เพราะเมื่อแปรงฟันสะอาดแล้วเลือดก็จะหยุดไปเอง ส่วนหลักการดูแลสุขภาพช่องปาก อาจารย์สนธิบอกว่า ตามหลักที่ถูกต้อง ควรจะแปรงฟันก่อนแล้วตามด้วยไหมขัดฟัน จากนั้นปิดท้ายด้วยการบ้วนน้ำยาบ้วนปาก และสิ่งหนึ่งที่ควรให้ความสำคัญคือการเลือกน้ำยาบ้วนปาก ควรเลือกแบบที่ไม่ผสมแอลกอฮอล์ เพราะแอลกอฮอล์จะทำให้รู้สึกแสบปาก ระคายเคือง ที่สำคัญยังเป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดมะเร็งในช่องปากอีกด้วย.