PR.SWU
ข่าวจากหนังสือพิมพ์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-2259-6172
ข่าวจากหนังสือพิมพ์X-Citeไทยโพสต์ ฉบับประจำวันที่ 24 เดือนมีนาคม พ.ศ.2561 หน้า 4-5 มูลค่าข่าว 450,968.-
ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ http://news.swu.ac.th/newsclips/

รณรงค์'แปรงฟันเรื่องสนุก' ลดสถิติเด็กไทยฟันผุเกินครึ่ง

"ฟัน" มีหน้าที่สำคัญให้เด็กสามารถบดเคี้ยว กัดอาหาร และพูดชัด ฉะนั้น สุขภาพของช่องปากและฟันที่ดีของลูก จึงเป็นเรื่องที่ต้องให้ความใส่ใจและดูแลกันตั้งแต่วัยเล็กอย่างถูกวิธี เพราะหากผู้ปกครองละเลยหรือสั่งสอนแบบผิดๆ อาจเป็นผลร้ายต่อฟันของลูกได้โดยไม่รู้ตัว

ดังนั้นเพื่อรณรงค์กระตุ้นให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้ดูแลเด็กให้ความสำคัญกับการแปรงฟันในเด็กเล็กตั้งแต่ฟันซี่แรกขึ้นอย่างถูกต้อง และปรับเปลี่ยนทัศนคติให้การแปรงฟันแก่เด็กว่าเป็นเรื่องสนุกและมีประโยชน์ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ร่วมกับเครือข่ายเด็กเล็กฟันดี วิถี SELF CARE จัดกิจกรรม "การแปรงฟันเป็นเรื่องสนุก" ขึ้น ณ ลานสานฝัน อุทยานการเรียนรู้ TK PARK ชั้น 7 CENTRAL WORLD เมื่อไม่นานนี้

รศ.ดร.ทพ.จรินทร์ ปภังกรกิจ ผู้จัดการเครือข่ายเด็กเล็กฟันดี วิถี SELF CARE กล่าวว่า ปัจจุบันมีเด็กไทยอายุ 3 ปี ฟันผุร้อยละ 52 ที่น่าตกใจคือ เริ่มมีฟันผุตั้งแต่อายุ 9 เดือน สาเหตุสำคัญที่ทำให้ฟันน้ำนมในเด็กเล็กผุ เกิดจากผู้ปกครองเริ่มแปรงฟันให้เด็กช้า ทำให้สุขภาพช่องปากของเด็กไม่สะอาด มีโอกาสเกิดฟันผุได้ง่ายมากขึ้น

ปัญหาฟันผุในเด็กเล็กส่งผลทำให้เด็กมีพัฒนาการการเจริญเติบโตช้ากว่าเด็กที่สุขภาพฟันดี ซึ่งในปีนี้ เครือข่ายเด็กเล็กฟันดีฯ ร่วมกับ สสส.ได้เร่งรณรงค์ส่งเสริมให้แม่แปรงฟันให้ลูกตั้งแต่ฟันน้ำนมเริ่มขึ้นซี่แรก และฝึกทักษะการแปรงฟันให้แก่ผู้ปกครองในพื้นที่นำร่อง 11 พื้นที่ ผลปรากฏว่า ผู้ปกครองเด็กร้อยละ 80 มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการแปรงฟันให้ลูกที่ถูกต้องตามคำแนะนำมากขึ้น โดยเครือข่ายเด็กเล็กฟันดีฯ เตรียมพัฒนาเป็นพื้นที่ต้นแบบและขยายแนวทางการทำงานทั่วประเทศในระยะต่อไป

สำหรับโรคฟันผุเกิดจากแบคทีเรียที่อาศัยอยู่ในช่องปากรวมตัวกับเศษอาหารและน้ำลายสะสมกันเป็นคราบเหนียว ที่เรียกว่า คราบฟัน หรือคราบแบคทีเรีย ซึ่งจะเกาะอยู่บนผิวของฟัน แบคทีเรียเหล่านี้จะเปลี่ยนสภาพน้ำตาลและแป้งให้เป็นกรด มีฤทธิ์ทำลายแร่ธาตุที่ผิวฟันจนก่อให้เกิดเป็นรู โดยเริ่มจากขนาดเล็กๆ และลุกลามใหญ่ขึ้นเรื่อยๆ จนกลายเป็นโรคฟันผุ

โดยการแปรงฟันถือเป็นการรักษาสุขอนามัยทางช่องปาก และเป็นวิธีการป้องกันโรคในช่องปากที่ง่ายและได้ผลดีที่สุด ศ.พิเศษ ทพญ.ชุติมา ไตรรัตน์วรกุล ผู้เชี่ยวชาญด้าน

ทันตกรรมเด็ก เผยว่า วิธีป้องกันฟันผุในเด็กเล็กที่ดีที่สุดคือ ผู้ปกครองควรแปรงฟันให้เด็กตั้งแต่ฟันน้ำนมซี่แรกเริ่มขึ้น และแปรงฟันให้ต่อเนื่องจนกว่าเด็กมีพัฒนาการข้อมือที่แข็งแรง ใช้สายตากับมือประสานกันได้ดี ประมาณอายุ 7-8 ปี เด็กจึงจะสามารถแปรงฟันได้เอง แต่ผู้ปกครองดูแลให้แปรงฟันให้สะอาด และกระตุ้นให้เด็กแปรงฟันเป็นประจำจนเป็นนิสัย

เคล็ดลับในการแปรงฟันที่ถูกต้องคือ ข้อ 1 สร้างความคุ้นเคยให้เด็กตั้งแต่แรกเกิด โดยใช้ผ้าสะอาดชุบน้ำต้มสุกเช็ดทำความสะอาดสันเหงือกทุกวัน ข้อ 2 แปรงฟันให้เด็กตั้งแต่ฟันน้ำนมซี่แรกขึ้น โดยใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ จะช่วยลดโอกาสฟันผุได้ถึงร้อยละ 15-30 ข้อ 3 เลือกใช้แปรงสีฟันที่มีขนแปรงนุ่ม หน้าตัดเรียบ หัวเล็ก มีด้ามจับใหญ่ จับถนัดมือ

ข้อ 4 ใช้ยาสีฟันเล็กน้อยที่ปลายขนแปรงพอชื้น ข้อ 5 ให้เด็กอยู่ในท่ากึ่งนั่งกึ่งนอน หรือนอนบนตัก เพื่อให้เด็กอยู่นิ่ง ทำให้มองเห็นและแปรงฟันได้ง่ายขึ้น ข้อ 6 สร้างบรรยากาศในการแปรงฟัน เช่น เล่านิทาน ร้องเพลง หรือใช้แปรงมีสีสัน มีตัวการ์ตูน ข้อ 7 แปรงฟันวันละ 2 ครั้ง ก่อนหรือหลังอาบน้ำเช้าและเย็น หลังแปรงสามารถเช็ดฟองออกด้วยผ้าสะอาด และอย่าลืมสำรวจความสะอาดหลังแปรงฟัน ซึ่งสามารถทำได้ง่ายๆ โดยใช้หลอดกาแฟสีเข้มตัดปลายให้มน แล้วขูดเช็กที่ผิวฟันเด็กว่าสะอาดหรือไม่

ด้าน ผศ.ดร.ทพ.ณัฐวุธ แก้วสุทธา คณบดีคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และรองผู้จัดการเครือข่ายเด็กเล็กฟันดี วิถี SELF CARE กล่าวว่า เครือข่ายเด็กเล็กฟันดี วิถี SELF CARE ได้จัดกิจกรรมรณรงค์ ผู้ปกครอง และประชาชนทั่วไปที่สนใจปรับเปลี่ยนทัศนคติที่ดีต่อการแปรงฟันแก่เด็กว่าเป็นเรื่องสนุก น่าทำ และมีประโยชน์ ประกอบด้วย

ข้อ 1 จัดกิจกรรม Capture & Post กิจกรรมถ่ายภาพรอยยิ้มพร้อมฟันซี่แรก แล้วโพสต์บนเพจ “เด็กเล็กฟันดี วิถี Self Care” ภายใต้แนวคิด “รักแรกยิ้ม” Love at First Cheese

ข้อ 2 กิจกรรม Shoot & Share ถ่ายภาพคู่กับ Mascot NooNoo (สัญลักษณ์ของโครงการ) ข้อ 3 กิจกรรม Hands On เรียนรู้และฝึกปฏิบัติจริงกับวิธีการแปรงฟันเด็กเล็กที่ถูกต้อง ข้อ 4 เกมเสริมทักษะและเกร็ดความรู้ในการดูแลฟันเด็กเล็ก

เช่น “หลอดกายสิทธิ์” Magic Straw ฟันสะอาดง่ายๆ เหมือนเสกได้ และสนุกกับการทำความรู้จักฉลากแปรงสีฟันเด็กเล็กกับเกม “อะไรอยู่ข้างหลัง” What’s on The Back? เช็ดฟองยาสีฟันออกหลังแปรง และข้อ 5 การเล่านิทานประกอบเพลง “คุณฟองนักแปรงฟัน” ของครูชีวัน วิสาสะ เพื่อรณรงค์กระตุ้นให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมแปรงฟันให้ลูกตั้งแต่ฟันน้ำนมซี่แรกขึ้น

ทั้งนี้ ภายในงานยังมีการมอบรางวัลนวัตกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กเล็กที่สามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน อาทิ แอปพลิเคชันดูดวงฟันหนูน้อย หนังสือ

นิทานทะลุมิติเพื่อลูกรักฟันดี และ EZYgel สีย้อมฟันที่แสนจะใช้ง่ายให้กับทุกครอบครัว เพื่อเป็นเครื่องมือสื่อสารช่วยกระตุ้นการแปรงฟันที่ให้ลูก

ทั้งนี้ สามารถติดตามความเคลื่อนไหวของกิจกรรมนี้ย้อนหลัง หรือกิจกรรมรณรงค์ดีๆ ที่จะมีต่อไปในอนาคตได้ที่เพจโครงการ https://www.facebook.com/deklekfundee/

การป้องกันไม่ให้ปัญหาเรื่องฟันผุ ผู้ปกครองต้องใส่ใจและดูแลปัญหาสุขภาพฟันของลูกอย่างใกล้ชิด รวมถึงควรพาเด็กไปพบทันตแพทย์ทุกๆ 6 เดือน เพื่อให้ฟันของบุตรหลานสามารถใช้ประโยชน์ไปได้ยาวนาน.