

# แฟนท์

คณะทันตแพทยศาสตร์  
มหาวิทยาลัยขอนแก่น



คณะทันตแพทยศาสตร์

## ไขปัญหา เรื่องน่ารู้



โรงพยาบาลทันตกรรม  
คณะทันตแพทยศาสตร์  
มหาวิทยาลัยขอนแก่น

เผยแพร่โดย หน่วยประชาสัมพันธ์

คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

โทร. 0-4320-2405 ต่อ 11188 โทรสาร 0-4320-2862

<http://www.dentistry.kku.ac.th>

หมั่นรักษาความสะอาดช่องปาก  
และฟันอย่างสม่ำเสมอ  
พบทันตแพทย์ทุก 6 เดือน  
เพื่อสุขภาพช่องปากและฟันที่ดีนะคะ...



# ฟันกับการดูแลสุขภาพ

## Plaque คืออะไร

คือคราบของเชื้อจุลินทรีย์ที่เกาะอยู่รอบตัวฟัน เป็นฟิล์มใสมองไม่เห็น ถ้าปล่อยทิ้งไว้จะเป็นต้นเหตุของหินปูน โรคเหงือกอักเสบ นำไปสู่เหงือกกรัน และฟันผุได้ต่อไป วิธีที่จะกำจัดออกไปได้ดีที่สุดคือการแปรงฟัน และการใช้ Floss

## แปรงสีฟัน

แปรงสีฟันถูกประดิษฐ์ครั้งแรก ในประเทศจีน ประมาณปี ค.ศ.1000 ปัจจุบันมีหลายรูปแบบมาก ชนิดขนแข็ง ด้ามตรง ด้ามงอ ด้ามมีสปริง ผู้ที่จะแนะนำได้ดีที่สุดคือ ทันตแพทย์ อย่างไรก็ตาม ลักษณะแปรงสีฟันที่ควรเลือกคือ ด้ามตรง จับถนัดมือ ขนไม่อ่อน ไม่แข็งจนเกินไป หัวแปรงไม่ใหญ่จนเกินไป จนแปรงส่วนในไม่ได้

## ยาสีฟัน



ประกอบด้วย สารขัด สารทำให้เกิดฟอง สารฟลูออไรด์ ซึ่งเป็นสารที่ต่อต้านฟันผุ ซึ่งถ้าจะให้ได้ผลดีที่สุด การเสริมฟลูออไรด์ตั้งแต่เด็ก จะทำให้เนื้อในฟันแข็งแรงซึ่งการใช้ฟลูออไรด์เสริมในเด็กท่านจะต้องปรึกษาเภสัชกร ทันตแพทย์ กุมารแพทย์ก่อนที่จะใช้เนื่องจากฟลูออไรด์สามารถพบได้ในแหล่งน้ำด้วย ซึ่งบางท้องถิ่นที่มีสูงมากอยู่แล้วในบางคนพบว่ามีการก่อตัวของ Plaque เร็วกว่าปกติ ซึ่งพบได้ประมาณ 10% จึงแนะนำให้ใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของยาฆ่าเชื้อ และเพิ่มเวลาการแปรงฟันให้นานขึ้น

สำหรับผู้ที่ปัญหาการเสียวฟัน จากกรกัด ความเย็น ความร้อน ควรใช้ยาสีฟันที่มีสารป้องกันการเสียว และควรปรึกษาทันตแพทย์ทุกครั้ง เนื่องจากอาจมีปัญหาบางอย่างกับฟัน และเหงือกที่เราสังเกตไม่เห็น



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่  
คลินิกวินิจฉัยโรคช่องปาก  
โทร. 0-4320-2405 ต่อ 11198