

แผนการให้ทันตสุขศึกษา(รายกลุ่ม)

เรื่อง โรคในช่องปากและการดูแลสุขภาพช่องปากในผู้ป่วยเรื้อรัง

กลุ่มเป้าหมาย ผู้ป่วยเรื้อรัง (โรคเบาหวาน)

วันที่

จำนวน ๕๐ คน

สถานที่ให้ทันตสุขศึกษา คลินิกผู้ป่วยเรื้อรัง เบาหวาน

เวลา ๐๘.๐๐๐-๑๑.๓๐ น.

ผู้ให้ทันตสุขศึกษา นายชัยสิทธิ์ ภูริศรี

ผู้นิเทศ.....

สาระสำคัญ

เบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้และมีแนวโน้มของการเกิดโรคเพิ่มมากขึ้น การจัดการโรคจึงเน้นที่การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในภาวะใกล้เคียงกับระดับน้ำตาลปกติ เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นตามมา ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานเกิดได้ทั้งแบบเฉียบพลันและเรื้อรัง ซึ่งส่งผลกระทบต่อระบบต่างๆ ของร่างกาย ได้แก่ ระบบหัวใจและหลอดเลือด ระบบประสาท ระบบภูมิคุ้มกัน และก่อให้เกิดความผิดปกติ ทั้งภาวะแทรกซ้อนทางตา ภาวะแทรกซ้อนทางไต รวมถึงภาวะแทรกซ้อนต่อสุขภาพช่องปากด้วย จากการศึกษาพบว่าโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์ต่อการเกิดโรคในช่องปาก ทั้งโรคปริทันต์ อักเสบ โรคเหงือกอักเสบ และโรคของเนื้อเยื่ออ่อนภายในช่องปาก และผลที่ตามมาคือการสูญเสียฟัน ความซุก และความรุนแรงของภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นต่อสุขภาพช่องปากอาจขึ้นอยู่กับ การควบคุมระดับน้ำตาล ชนิดของโรคเบาหวาน และพฤติกรรมของผู้ป่วยด้วย ดังนั้น การป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีและสามารถดูแลสุขภาพช่องปากของตนเองได้ เพื่อลดการสูญเสียฟันที่จะเกิดขึ้น จึงได้ทำการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและการเกิดโรคในช่องปาก ได้แก่ โรคเหงือกอักเสบ โรคปริทันต์อักเสบ โรคฟันผุ การติดเชื้อราในช่องปาก ภาวะแทรกซ้อนจากการได้รับยาและ การสูญเสียฟันในผู้ป่วยโรคเบาหวาน วัตถุประสงค์ทั่วไป เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปัญหา และ การดูแลสุขภาพช่องปาก ได้อย่างถูกต้อง

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม	รายละเอียดเนื้อหา	กิจกรรมการสอน	สื่อการสอน	การประเมิน	
				เกณฑ์/ เครื่องมือที่ใช้ ประเมิน	ผลการ ประเมิน
๑.สามารถบอกสาเหตุและวิธีการป้องกันไม่ให้เกิดโรคในช่องปากได้	<p>บทนำ โรคฟันผุและโรปริทันต์เป็นโรคในช่องปากที่พบบ่อยในทุกเพศ ทุกวัยแต่เป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ ดังนั้น การรู้จักโรค อาการของโรค สาเหตุ และปัจจัย ที่ทำให้เกิดโรค จะสามารถกำหนดวิธีการรักษาสุขภาพช่องปากให้ดีและป้องกันหลีกเลี่ยงการเกิดโรคทั้งนี้การดูแลสุขภาพช่องปากในผู้ป่วยเรื้อรังยังมีความจำเป็นอย่างยิ่งเพราะโรคเรื้อรังเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม การกิน และ กลุ่มเสี่ยงที่จะทำให้เกิดโรคในช่องปากได้</p> <p>อาหารและฟันผุ หากผู้ป่วยเบาหวานปล่อยปละละเลยไม่ควบคุมน้ำตาลให้ดี ปริมาณน้ำตาลที่สูงในเลือด ในน้ำลายช่วยให้แบคทีเรียเจริญได้เร็วและจะเป็นตัวมาทำลายฟันทำให้ฟันผุและเป็นเหงือกอักเสบได้ง่ายขึ้นด้วย คนที่เป็นเบาหวานจึงต้องหมั่นรักษาความสะอาดในช่องปากมากๆ ผู้ป่วยเบาหวานจะมีความเสี่ยงของการเกิดโรคเหงือกอักเสบได้ง่ายและสูญเสียฟันไปอย่าง</p>	<p>-แนะนำตัวเอง</p> <p>-แนะนำเรื่องที่จะสอน</p> <p>-กล่าวบทนำ</p>		<p>คำถามเข้าสู่บทเรียน เช่น</p> <p>-ใครปวดฟันบ้าง</p> <p>-ใครมีฟันโยกบ้าง</p> <p>-ใครมีฟันผุ</p>	

<p>๒.สามารถบอกสาเหตุการเกิดโรคฟันผุได้</p>	<p>รวดเร็วถ้าไม่ดูแลอย่างถูกต้อง</p> <p>เนื้อเรื่อง</p> <p>สาเหตุ</p> <p>สาเหตุหลักของโรคฟันผุและโรคปริทันต์ มาจากคราบจุลินทรีย์ (ขี้ฟัน)ประกอบด้วยกลุ่มเชื้อจุลินทรีย์ซึ่งปกติมีอยู่ในทางเดินอาหารของคนเราจับกับส่วนประกอบของน้ำลายติดแน่นอยู่บนผิวฟัน บริเวณที่พบมากคือ บริเวณ คอฟัน ซอกฟัน หลุมร่องบนตัวฟัน เชื้อโรคที่อยู่บนคราบจุลินทรีย์ เป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เกิดโรคฟันผุ และโรคปริทันต์</p>			<p>๑.วิธีการรักษาโรคฟันผุคือ.....</p> <p>๒.โรคฟันผุมีกี่ระยะ.....</p>
<p>๓.สามารถบอกกระบวนการเกิดโรคฟันผุได้</p>	<p>โรคฟันผุ</p> <p>การทำลายแร่ธาตุที่เป็นองค์ประกอบสำคัญของฟันจนทำให้เกิดเป็นรู องค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้เกิดฟันผุ ได้แก่ เชื้อจุลินทรีย์ ตัวฟัน และสภาวะความเป็นกรด</p> <p>กระบวนการเกิดโรคฟันผุ</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>อาหารที่กินเข้าไป + น้ำลาย+แบคทีเรียในช่องปาก+เวลา = ฟันผุ</p> </div> <p>โรคฟันผุแบ่งเป็น ๔ ระยะ</p> <p>ระยะที่ ๑ เห็นเป็น สีขาวขุ่นรอบๆฟัน ระยะนี้ยังไม่มีอาการใดๆ</p>		<p>-สื่อตั้งโต๊ะ เรื่องโรคฟันผุ</p>	

<p>๔.สามารถบอกได้ว่าโรคฟันผุมีกี่ระยะ</p>	<p>ระยะที่ ๒ ฟันผุที่ชั้นเคลือบฟัน เคลือบฟันเริ่มถูกทำลาย เป็นรูฟันที่ผุในชั้นนี้หากมีการแปรงฟันที่ดีด้วยยาสีฟันมีฟลูออไรด์เป็นส่วนประกอบและอาจจะยังไม่ต้องไปรับการอุดฟันก็ได้ แต่ถ้ายังคงละเลยไม่รักษาความสะอาดในช่องปากให้ดี ฟันก็จะผุต่อไปถึงขั้นต่อไป</p> <p>ระยะที่ ๓ ฟันผุในชั้นนี้จะลุกลามเข้าไปสู่ชั้นเนื้อฟัน อาการที่แสดงคือ จะมีอาการเสียวฟันมากหรือปวดฟันเมื่อดื่มน้ำเย็นหรือเมื่อมีเศษอาหารไปอุดติดอยู่</p>		<p>ภาพพลิก สื่อตั้งโต๊ะ</p>	<p>๓.สาเหตุการเกิดโรคปริทันต์คือ...</p>
<p>๕.สามารถบอกความหมายของโรคปริทันต์ได้</p>	<p>ระยะที่ ๔ ฟันจะผุเข้าไปจนถึงโพรงประสาทฟัน อาการที่เกิดคือมีอาการปวดฟันตลอดเวลา แต่อาจจะหายปวดไปได้เอง บางครั้งจะมีอาการบวมที่เหงือกหรือปวดเมื่อเคี้ยวอาหารร่วมด้วย เกิดเป็นหนองที่ปลายรากฟัน ซึ่งเป็นสาเหตุของอาการเหงือกบวมโรคอื่นตามมา</p>		<p>-ภาพพลิก เรื่องโรคปริทันต์</p>	
<p>๖.สามารถบอกได้ว่าโรคปริทันต์แบ่งเป็นกี่ระยะ</p>	<p style="text-align: center;"><u>โรคปริทันต์</u></p> <p>หมายถึง โรคที่เกิดกับเนื้อเยื่อปริทันต์ ได้แก่ เหงือก กระดูก เบ้ารากฟัน และ เอ็นยึดปริทันต์ เกิดจากร่างกายมีปฏิกิริยาต่อการระคายเคือง กับเชื้อในคราบจุลินทรีย์ปล่อยสารพิษออกมา แบ่งออกเป็น ๒ ระยะ ได้แก่</p>			<p>๔.วิธีการรักษาโรคปริทันต์คือ..</p>

๗. สามารถบอกวิธีการป้องกันโรคปริทันต์ได้

๑.เหงือกอักเสบ คือการอักเสบของเหงือก มีลักษณะบวมแดงและมักมีเลือดออกขณะแปรงฟันโดยยังไม่มีอาการทำลายเอ็นยึดปริทันต์หรือกระดูกเบ้ารากฟัน สามารถผันกลับคืนมาได้เป็นปกติถ้าเราดูแลเป็นอย่างดี

๒.ปริทันต์อักเสบ เกิดจากระยะเหงือกอักเสบลุกลามถึงระยะปริทันต์อักเสบ เกิดการทำลายเอ็นยึดปริทันต์และกระดูกเบ้ารากฟัน การรักษาคือการขูดหินน้ำลายและเกลารากฟัน รวมถึงการดูแลสุขภาพช่องปากเป็นอย่างดี

การป้องกัน

- งดอาหารหวาน เช่น ลูกอม ขนมหวาน ของเหนียวติดฟัน
- ทำความสะอาดฟันหลังรับประทานอาหารทุกครั้ง
- แปรงฟันให้ถูกวิธี
- พบทันตแพทย์หรือทันตบุคลากรทุก ๖ เดือน เพื่อตรวจสุขภาพช่องปากและขูดหินน้ำลาย
- ตรวจสุขภาพช่องปากด้วยตนเองเป็นประจำร่วมกับการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เช่นผัก ผลไม้สด

๘. สามารถบอกวิธีการแปร่งฟัน
ที่ถูกวิธีได้

การแปร่งฟันอย่างถูกวิธี

การแปร่งฟันแบบขยับ-ปิด

๑.วางแปร่งเอียง ๔๕ องศาบริเวณคอฟัน ขยับไปมา
สั้นๆ ๑๐-๑๕ ครั้งแล้วปิดปลายชนแปร่งไปทางด้าน
ปลายฟัน

๒.ทำซ้ำบริเวณเดิม ๔-๕ ครั้งแล้วขยับไปชิดถัดไป

๓.แปร่งฟันให้ครบทุกด้านทุกซี่ โดยเริ่มจากฟันด้าน
นอกบน ด้านนอกฟันล่าง ด้านในฟันบน ด้านในฟัน
ล่าง ด้านบดเคี้ยว และลิ้น

วิธีการใช้ไหมขัดฟัน

๑.ดึงไหมขัดฟันยาวประมาณ ๑ ฟุต พันนิ้วกลางทั้ง
๒ ข้าง

๒.สอดไหมระหว่างฟัน ๒ ซี่ระวังอย่าให้บาดเหงือก

๓.โอบเส้นไหมรอบฟันหนึ่งซี่ ขยับไปมา ดึงออก
ทางด้านบดเคี้ยว ทำทุกซี่ เพื่อกำจัดคราบจุลินทรีย์

-โมเดลฟัน

๕.ผู้ป่วย

เบาหวาน

สามารถแปร่ง

ฟันได้ถูกและใช้

ไหมขัดฟันได้

จำนวน ๕ คน

๘.สามารถบอกค่าปกติระดับ น้ำตาลในเลือดที่สามารถทำทาง ทันตกรรมได้

เบาหวานกับทางทันตกรรม

ผู้ป่วยเบาหวาน สำหรับการทำให้ทันตกรรมสำหรับ ผู้ป่วยคือ

โรคเบาหวานกับสุขภาพช่องปาก ภาวะแทรกซ้อนใน ช่องปากของผู้ป่วยโรคเบาหวานพบได้ในผู้ป่วย เบาหวานโดยเฉพาะในผู้ป่วยที่ไม่สามารถควบคุมโรค ได้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักจะไม่ทราบถึงภาวะแทรกซ้อนที่ เกิดขึ้นภายใน ช่องปากซึ่งอาจรวมถึงการเปลี่ยนแปลง อัตราการไหลของ น้ำลายและ ส่วนประกอบ การ เพิ่มอุบัติการณ์ของการติดเชื้อ การมี กลุ่มอาการแสบ ร้อนในช่องปาก แผลหายช้า และเพิ่ม ความชุ่มและ ความรุนแรงของการเกิดโรคปริทันต์อักเสบ อาการ ปากแห้งและต่อมน้ำลายพาโรติโดโต นอกจากนี้ นี้ยังมี ภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นภายในช่องปากที่สัมพันธ์กับ ผู้ป่วยโรคเบาหวานรวมถึงการสูญเสียฟันการเกิดโรค เหงือกอักเสบ โรคปริทันต์อักเสบและโรคของเนื้อเยื่อ อ่อนภายในช่องปากเพราะผู้ป่วยโรค เบาหวานจะเพิ่ม ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคในช่องปากโดย ภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นอาจสัมพันธ์กับการควบคุม ระดับ น้ำตาลในเลือด -ผู้ป่วยสามารถที่ควบคุมโรคเบาหวานได้ดี สามารถทำ การรักษาได้ตามปกติ แต่ระวังปัญหาแผลหายช้าและ

๖.ระดับตาล เท่าไรสามารถ ถอนฟันได้.....
๗.ทำไมถอนฟัน ไปแล้วเลือดไม่ หยุดไหล
.....

การติดเชื้อหลังการถอนฟัน
- ควรให้ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ประมาณ ๙๐-๑๕๐ mg/dl ในการถอนฟัน
- ถ้าระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ประมาณ ๑๕๑ mg/dl ขึ้นไป

- หากผู้ป่วยไม่ฉุกเฉิน ควรเลื่อนการถอนฟันหรือ ศัลยกรรมใดๆ ออกไปก่อนเพื่อให้ผู้ป่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในระดับที่ปลอดภัย
- กรณีที่ผู้ป่วยฉุกเฉิน จะทำการส่งต่อเพื่อให้ทันตแพทย์ประเมินการรักษาต่อไป

- ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานอย่างควบคุมไม่ได้ ก่อนทำการรักษาทางทันตกรรมให้ตรวจกลูโคสและส่งปรึกษาแพทย์ประจำตัวเพื่อการรักษาทางทันตกรรม

การดูแลสุขภาพช่องปากในผู้ป่วยโรคเบาหวานและผู้สูงอายุ

ปัจจุบันนี้มีผู้เป็นโรคเบาหวานที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ตามปกติ หากดูแลสุขภาพและปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัดและสม่ำเสมอ คนที่เป็นเบาหวานนั้นจะต้องตระหนักว่าผลข้างเคียงอาจมีผลหรือสร้างปัญหาต่ออวัยวะส่วนอื่นๆ ที่สำคัญเบาหวานทำให้ร่างกายมีความสามารถในการป้องกันตัวเองจากการติดเชื้อน้อยลง คือการติดเชื้อง่ายขึ้น

๘. ตัวแทนผู้ป่วยที่ระดับน้ำตาลดีและน้ำตาลสูง มาพูด เคล็ด รับมาพูด พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ จำนวน ๕ ท่าน

และแผลหายช้า
สุขภาพช่องปากที่มักสัมพันธ์ไปกับโรคเบาหวานมี
อะไรบ้าง
-ฟันผุ
-ปัญหาต่อมน้ำลายทำงานผิดปกติ
-การติดเชื้อราในช่องปากการติดเชื้อและเป็นแผลหาย
ยาก
-การรับรู้รสเสียไป จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ควรได้รับการ
ตรวจเช็คสุขภาพประจำ และควรมีข้อมูลเหล่านี้ให้
ทันตแพทย์ทราบทุกครั้งที่ทำฟันเพื่อเป็นการ
เตรียมการรักษาได้อย่างเหมาะสม

แผนการให้ทันตสุขศึกษา(รายบุคคล)

เรื่อง การดูแลสุขภาพช่องปากด้วยการแปรงฟันและการใช้ไหมขัดฟันอย่างถูกวิธี

กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไป

วันที่

เวลา ๐๘.๐๐-๑๑.๐๐น.

สถานที่ให้ทันตสุขศึกษา ศูนย์บริการสาธารณสุข ๖ สโมสรร่วมนครมหึง

ผู้ให้ทันตสุขศึกษา นายชัยสิทธิ์ ภูริศรี

ผู้นิเทศ

สาระสำคัญ สุขภาพอนามัยของช่องปากเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องดูแลเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคฟันผุ เหงือกอักเสบ หรือโรคต่างๆ การดูแลอนามัยของช่องปากควรส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมดูแลสุขภาพที่ดี มีการปฏิบัติอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ

วัตถุประสงค์ทั่วไป เพื่อให้ผู้ป่วยมีสุขภาพช่องปากที่ดีและสามารถแปรงฟันใช้ไหมขัดฟันได้อย่างถูกวิธี

วัตถุประสงค์เชิง พฤติกรรม	รายละเอียดเนื้อหา	กิจกรรมการสอน	สื่อการสอน	การประเมิน	
				เกณฑ์/เครื่องมือ ที่ใช้ประเมิน	ผลการ ประเมิน
๑. เพื่อให้ผู้ป่วย สามารถเลือก รับประทานอาหารที่มี ประโยชน์ได้	๑. การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อให้ เกิดโครงสร้างของฟันที่สมบูรณ์ ถ้าขาดสารอาหารที่ จำเป็น ได้แก่ โปรตีน วิตามิน ไขมัน แกลือแร่ ๒. เมื่อมีฟันขึ้นแล้ว ควรลดอาหารหวาน เพราะเป็น ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดโรคฟันผุ เช่น อาหารจำพวกแป้ง น้ำตาล ควรรับประทาน อาหารประเภทโปรตีน ผักและผลไม้เป็นอาหารว่าง แทนการรับประทานขนมหวานหรือพวก คาร์โบไฮเดรต	- ให้ความรู้ใน เรื่องการเลือก รับประทานอาหารที่มี ประโยชน์	- สื่อการสอน ประกอบ ภาพนิ่ง	เกณฑ์/เครื่องมือ ที่ใช้ประเมิน ตอบคำถามได้ อาหารที่ ก่อให้เกิดโรคฟัน ผุ.....	ผลการ ประเมิน
๒. เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ ในเรื่องการทำความ สะอาดช่องปาก	การทำความสะอาดช่องปากเป็นการกำจัดการ จุลินทรีย์ ทำได้โดยการแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันทำ ความสะอาดซอกฟันและบริเวณที่แปรงไม่ถึง แปรงฟันในเด็กอายุช่วงที่มีฟันผสม หรือฟันแท้จะ เป็นแบบขยับปิด ซึ่งเป็นวิธีที่ง่าย และมีประสิทธิภาพ การทำความสะอาดฟันได้ดี และใช้ไหมขัดฟันทำ ความสะอาดบริเวณซอกฟัน หรือบริเวณที่แปรงฟันไม่ ถึงโดยมีวิธีแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟัน ดังนี้	ฝึกสอนการแปรง ฟัน	โมเดลฟัน	-	

<p>๓.เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถ แปรงฟันและใช้ไหมขัด ฟันได้อย่างถูกวิธี</p>	<p><u>วิธีการเลือกซื้อแปรงสีฟัน</u></p> <p>มีชนิดหลายชนิดขึ้นอยู่กับการใช้งาน แปรงสี ฟันเด็ก แปรงสีฟันผู้ใหญ่ แปรงสีฟันผู้พิการ แปรงสี ฟันสีฟันไฟฟ้า</p> <p>๑.หัวแปรง : ควรมน ไม่เป็นเหลี่ยม ขนาดไม่ใหญ่ เกินไป</p> <p>๒.ขนแปรง : ทำจากไนลอน ชนิดอ่อนนุ่ม - เป็นกระจุกมี ๓-๕ แถว เพื่อช่วยพยุงซึ่งกันและ กันเมื่อได้รับแรงกด - ขนแปรงแต่ละเส้นมีการมนปลาย เพื่อไม่ให้ ขอบคมเป็นอันตรายต่อเหงือก</p> <p>๓.ด้ามแปรง : ตรงหรือทำมุมเล็กน้อย จับถนัดมือ</p> <p><u>วิธีการเลือกซื้อยาสีฟัน</u></p> <p>ยาสีฟันมีหลายชนิด มีทั้งมีส่วนประกอบทาง เคมี มีส่วนผสมของฟลูออไรด์ มีส่วนผสมของเกลือ มี ส่วนผสมสมุนไพร มีกลิ่นหอมต่างๆ และมีหลาย รสชาติ ซึ่งอยู่กับความต้องการของผู้บริโภค ประกอบ ไปด้วยยาสีฟันของเด็ก ผู้ใหญ่ แนะนำให้ยาสีฟันมี ส่วนผสมของฟลูออไรด์</p>	<p>-ให้ความรู้ใน เรื่องการแปรง ฟันและการใช้ ไหมขัดฟันอย่าง ถูกวิธี</p> <p>-ให้สาธิตการ แปรงฟันอย่างถูก วิธี</p>	<p>-สื่อการสอนประกอบ ภาพและโมเดล</p>	<p>สามารถแปรง ฟันและใช้ไหม ขัดฟันได้อย่าง ถูกวิธีจาก</p>	
---	---	---	--	--	--

<p>๔. เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันได้อย่างถูกวิธี</p>	<p><u>วิธีการเลือกซื้อไหมขัดฟัน</u></p> <p>ไหมขัดฟันก็มีหลายชนิด เช่น super floss , ห่วงนำไหมขัดฟัน และแปรงชอกฟัน แนะนำตามชนิดของคนไข้</p> <p><u>เทคนิคการแปรงฟัน</u></p> <p>๑. วางแปรงเอียง ๔๕ องศาบริเวณคอฟัน ขยับไปมาสั้นๆ ๔-๕ ครั้งแล้วปิดปลายขนแปรงไปทางด้านปลายฟัน</p> <p>๒. ทำซ้ำบริเวณเดิม ๔-๕ ครั้งแล้วขยับไปชิดถัดไป</p> <p>๓. แปรงฟันให้ครบทุกด้านทุกซี่ โดยเริ่มจากฟันด้านนอกบน ด้านนอกฟันล่าง ด้านในฟันบน ด้านในฟันล่าง ด้านบดเคี้ยว และลิ้น</p> <p><u>วิธีการใช้ไหมขัดฟัน</u></p> <p>๑. ดึงไหมขัดฟันยาวประมาณ ๑ ฟุต พันนิ้วกลางทั้ง ๒ ข้างใช้นิ้วมือหรือนิ้วหัวแม่มือเป็นตัวบังคับเส้นไหม</p> <p>๒. สอดไหมระหว่างฟัน ๒ ซี่ระวังอย่าให้บาดเหงือก</p> <p>๓. โอบเส้นไหมรอบฟันหนึ่งซี่ ขยับไปมา ดึงออกทางด้านบดเคี้ยว ทำทุกซี่ เพื่อกำจัดคราบจุลินทรีย์ ควรทำอย่างน้อยวันละครั้งก่อนนอนหรือหลัง</p>	<p>- ให้สาธิตการใช้ไหมขัดฟันอย่างถูกวิธี</p>	<p>- สื่อการสอนประกอบภาพและโมเดล</p> <p>- สื่อการสอนประกอบภาพและโมเดล</p>	<p>ค่า plaque controt recordน้อยกว่าร้อยละ ๒๕</p>	
--	---	--	---	---	--

๕.สามารถบอกสาเหตุ
การเกิดโรคฟันผุได้

รับประทานอาหาร

โรคฟันผุ

การทำลายแร่ธาตุที่เป็นองค์ประกอบสำคัญของฟัน
จนทำ

ให้เกิดเป็นรู องค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้เกิดฟันผุ
ได้แก่ เชื้อจุลินทรีย์ ตัวฟัน และสภาวะความเป็นกรด
กระบวนการเกิดโรคฟันผุ

อาหารที่กินเข้าไป + น้ำลาย + แบคทีเรียใน
ช่องปาก + เวลา = ฟันผุ

โรคฟันผุแบ่งเป็น ๔ ระยะ

ระยะที่ ๑ เห็นเป็น สีขาวขุ่นรอบๆฟัน ระยะนี้ยังไม่มี
อาการใดๆ

ระยะที่ ๒ ฟันผุที่ชั้นเคลือบฟัน เคลือบฟันเริ่มถูก
ทำลาย เป็นรูฟันที่ผุในชั้นนี้หากมีการ
แปรงฟันที่ดีด้วยยาสีฟันมีฟลูออไรด์เป็นส่วนประกอบ
และอาจจะยังไม่ต้องไปรับการอุดฟันก็ได้ แต่ถ้ายังคง
ละเลยไม่รักษาความสะอาดในช่องปากให้ดี ฟันก็จะผุ
ต่อไปถึงขั้นต่อไป

ระยะที่ ๓ ฟันผุในชั้นนี้จะลุกลามเข้าไปสู่ชั้นเนื้อฟัน
อาการที่แสดงคือ จะมีอาการเสียวฟันมากหรือปวด
ฟันเมื่อดื่มน้ำเย็นหรือเมื่อมีเศษอาหารไปอุดติดอยู่

๖.สามารถบอก
กระบวนการเกิด
โรคฟันผุได้

๗.สามารถบอกได้ว่า
โรคฟันผุมีกี่ระยะ

๑.วิธีการรักษา
โรคฟันผุคือ.....
๒.โรคฟันผุมีกี่
ระยะ.....

ระยะที่ ๔ ฟันจะผุเข้าไปจนถึงโพรงประสาทฟัน
อาการที่เกิดคือมีอาการปวดฟันตลอดเวลา แต่อาจจะ
หายปวดไปได้เอง บางครั้งจะมีอาการบวมที่เหงือก
หรือปวดเมื่อเคี้ยวอาหารร่วมด้วย เกิดเป็นหนองที่
ปลายรากฟัน ซึ่งเป็นสาเหตุของอาการเหงือกบวม
โรคอื่นตามมา

