

กลุ่มงานทันตฯ สสจ.พะเยา  
รับเลขที่ 551  
วันที่ 19 ต.ค. 2564  
เวลา 07.40 น.  
ที่ โทร ๐๐๓๒๑-๑๒๒/วิจกท



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา  
รับเลขที่ 9976  
วันที่ 18 ต.ค. 2564  
เวลา ..... น.

โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์  
๑๐๓๙ ถนนสถานพยาบาล อำเภอเมือง  
จังหวัดเชียงราย ๕๗๐๐๐

๑๔ ตุลาคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์หลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ช่วยทันตแพทย์ (หลักสูตร ๑ ปี)  
เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเชียงราย/นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพะเยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. สำเนาประกาศโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ เรื่อง รับสมัครนักเรียนผู้ช่วยทันตแพทย์  
รุ่นที่ ๙ ประจำปีการศึกษา ๒๕๕๙ จำนวน ๑ ฉบับ

เนื่องด้วยกลุ่มงานทันตกรรม โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ได้เปิดอบรมหลักสูตร  
ประกาศนียบัตรผู้ช่วยทันตแพทย์ (หลักสูตร ๑ ปี) ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๕ ภายใต้การรับรองของทันตแพทย์สภา  
ซึ่งเปิดรับสมัครผู้ที่สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ หรือเทียบเท่าเข้ารับการอบรม โดยในปีการศึกษา ๒๕๖๕  
เปิดรับผู้ที่สนใจเข้าศึกษาจำนวน ๑๐ คน เริ่มเปิดอบรมตั้งแต่วันที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๖๔ ถึงวันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๕  
รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

ในการนี้โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ จึงขอความอนุเคราะห์ท่านประชาสัมพันธ์  
หลักสูตรดังกล่าวให้ทราบต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อทราบและโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ

ขอแสดงความนับถือ

(นายไชยเวช ธนไพศาล)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์

กลุ่มงานทันตกรรม

โทร ๐-๕๓๙๑-๐๖๐๐ ต่อ ๑๒๖๔

โทรสาร ๐-๕๓๗๑-๓๐๔๔



ประกาศโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์  
เรื่อง รับสมัครนักเรียนผู้ช่วยทันตแพทย์ รุ่นที่ ๙  
ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๕

ด้วย กลุ่มงานทันตกรรม โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ มีความประสงค์จะรับสมัครนักเรียนผู้ช่วยทันตแพทย์ ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๕ ซึ่งมีจำนวนนักเรียนผู้ช่วยทันตแพทย์ที่รับศึกษาในหลักสูตรจำนวน ๑๐ คน จึงมีประกาศ ดังนี้

๑. กำหนดการรับสมัคร

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| ๑.๑ สมัครด้วยตนเอง                           | ระหว่างวันที่ ๑ - ๓๑ ตุลาคม ๒๕๖๔ |
| ๑.๒ รับสมัครทางไปรษณีย์ หรือทาง E-mail       | ระหว่างวันที่ ๑ - ๑๕ ตุลาคม ๒๕๖๔ |
| ๑.๓ ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์สอบและสถานที่สอบ | วันที่ ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๔         |
| ๑.๔ สอบข้อเขียน                              | วันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔         |
| ๑.๕ สอบสัมภาษณ์                              | วันที่ ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๔         |
| ๑.๖ ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษา        | วันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔         |
| ๑.๗ วันรายงานตัว ลงทะเบียนเรียนและปฐมนิเทศ   | วันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๔         |
| ๑.๘ เปิดเรียนภาคการศึกษา                     | วันที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๖๔            |

๒. คุณสมบัติของผู้มีสิทธิ์สมัคร

- ๒.๑ เป็นผู้มีความสำเร็จการศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ หรือ เทียบเท่า
- ๒.๒ อายุครบ ๑๖ ปีบริบูรณ์ และไม่เกิน ๔๐ ปี บริบูรณ์ นับถึงวันที่เปิดรับสมัคร
- ๒.๓ มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม ไม่มีความพิการอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียนและการทำงานหรือประกอบอาชีพ
- ๒.๔ ไม่เคยต้องคำพิพากษาจนถึงที่สุดให้จำคุกในคดีอาญา เว้นแต่ความผิดที่ได้กระทำโดยประมาท หรือความผิดลหุโทษ
- ๒.๕ ไม่เคยต้องพ้นสภาพนักศึกษาจากสถาบันใด ๆ เพราะความผิดทางวินัยร้ายแรง
- ๒.๖ สามารถเข้ารับการศึกษารวมเวลาตลอดหลักสูตร
- ๒.๗ สามารถปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับว่าด้วยวินัยนักศึกษาของกลุ่มงานทันตกรรม โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์

๓. การสมัคร

สมัครด้วยตนเองที่กลุ่มงานทันตกรรม โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ หรือดาวน์โหลดใบสมัครที่ [www.crhospital.org](http://www.crhospital.org) (เข้าดูที่เว็บบอร์ด หัวข้อฝ่ายการเจ้าหน้าที่/สมัครงาน) สามารถส่งเอกสารทางไปรษณีย์หรือทาง E-mail : [crhos\\_dent@yahoo.com](mailto:crhos_dent@yahoo.com) ได้ตั้งแต่วันที่ ๑ - ๑๕ ตุลาคม ๒๕๖๔

#### ๔. หลักฐานประกอบการสมัคร

- ๔.๑ ใบสมัครตามแบบฟอร์มรับสมัครนักเรียนผู้ช่วยทันตแพทย์ ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๕ ซึ่งกรอกรายละเอียดครบถ้วนและลงนามเรียบร้อยแล้ว
- ๔.๒ รูปถ่ายสีหรือขาวดำ ขนาด ๑ นิ้ว หน้าตรงไม่สวมหมวก จำนวน ๓ รูป ถ่ายมาแล้วในระยะเวลาไม่เกิน ๖ เดือน ติดที่ใบสมัคร ๑ รูป และส่งมาเพื่อติดบัตรประจำตัวผู้สมัครสอบ ๒ รูป
- ๔.๓ ใบรับรองวุฒิหรือระเบียบแสดงผลการศึกษาที่แสดงว่าได้สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.๖) หรือเทียบเท่า ๑ ชุด
- ๔.๔ สำเนาบัตรประชาชน ๑ ชุด
- ๔.๕ สำเนาทะเบียนบ้าน ๑ ชุด
- ๔.๖ หลักฐานอื่น ๆ เช่น สำเนาใบเปลี่ยนชื่อหรือนามสกุล (กรณีชื่อ-นามสกุล ในเอกสารไม่ตรงกัน)
- ๔.๗ หนังสือรับรองจากหน่วยงานต้นสังกัด

#### ๕. ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิสอบและสถานที่สอบ

ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิสอบและสถานที่สอบ วันที่ ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ ณ บอร์ดติดประกาศของกลุ่มงานทรัพยากรบุคคล โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ หรือ [www.crhospital.org](http://www.crhospital.org)

#### ๖. การสอบคัดเลือกข้อเขียนและสอบสัมภาษณ์

- ๖.๑ สอบข้อเขียน ในวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ ตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
  - ๖.๒ สอบสัมภาษณ์ ในวันที่ ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ ตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
- วิชาที่สอบคือ ๑. ความรู้พื้นฐานทางทันตกรรม ๒. คณิตศาสตร์ ๓. ภาษาอังกฤษ
- หมายเหตุ เนื้อหาวิชาความรู้พื้นฐานทางทันตกรรม มีเอกสารแนบอยู่ด้านท้ายของใบสมัคร

#### ๗. ข้อปฏิบัติในการเข้าสอบ

- ๗.๑ แต่งกายด้วยเครื่องแบบนักเรียนหรือเครื่องแบบนักศึกษาหรือแต่งกายสุภาพ ห้ามสวมรองเท้าแตะ
- ๗.๒ เตรียมเครื่องเขียน ปากกา ยางลบ มาให้พร้อม
- ๗.๓ เข้าสอบตรงตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนด ไม่อนุญาตให้ผู้สอบเข้าห้องสอบหลังจากเวลาที่กำหนด
- ๗.๔ เริ่มสอบผ่านไปแล้ว ๑๕ นาที และไม่อนุญาตให้ออกจากห้องสอบภายใน ๑ ชั่วโมง นับจากเวลาที่กำหนดเริ่มสอบ
- ๗.๕ ห้ามนำกระดาษใด ๆ วิทยุคมนาคม วิทยุติดตัว เครื่องมือสื่อสารต่าง ๆ ตลอดจนอุปกรณ์ช่วยคิดคำนวณ เช่น เครื่องคิดเลข นาฬิกาที่ใช้คำนวณได้ ไม้บรรทัดที่มีสูตรต่าง ๆ ฯลฯ เข้าห้องสอบโดยเด็ดขาด ถ้าฝ่าฝืน จะไม่ตรวจกระดาษคำตอบในรายวิชานั้น ๆ
- ๗.๖ แสดงบัตรประจำตัวประชาชนต่อกรรมการคุมห้องสอบ ในกรณีใช้ใบเหลือง ต้องเป็นใบเหลืองที่ติดรูปถ่ายเท่านั้น ถ้าไม่มีบัตรดังกล่าวจะไม่มีสิทธิเข้าห้องสอบ
- ๗.๗ ห้ามคัดลอกข้อสอบ ข้อเขียน หรือนำกระดาษข้อสอบ และกระดาษคำตอบออกนอกห้องสอบ
- ๗.๘ หากพบผู้เข้าสอบทุจริต ไม่ว่าจะกรณีใด ๆ คณะกรรมการควบคุมการสอบคัดเลือกจะตัดสิทธิ์ในการสอบคัดเลือกของผู้นั้นตลอดไป

## ๘. ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษา

ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษา ในวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ ณ บอร์ดติดประกาศของฝ่ายงานการเจ้าหน้าที่ โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ หรือ [www.crhospital.org](http://www.crhospital.org)

## ๙. วันรายงานตัว ลงทะเบียนเรียน ชำระเงินและปฐมนิเทศ

ผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษาในหลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ช่วยทันตแพทย์ ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๕ รายงานตัวลงทะเบียนเรียน ในวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

๙.๑ นำเอกสารตัวจริง ใบประกาศนียบัตร หรือระเบียบแสดงผลการศึกษาที่แสดงว่า ได้สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลาย (ม.๖) หรือเทียบเท่า มาแสดง พร้อมถ่ายสำเนา ๒ ชุด (ลงนามรับรองสำเนาถูกต้องเอกสารด้วยตนเองทุกฉบับ)

๙.๒ หนังสือแสดงความยินยอมของผู้ปกครองตามกฎหมายหรือผู้แทนโดยชอบธรรมพร้อมสำเนาบัตรประชาชนและทะเบียนบ้าน (ลงนามรับรองความถูกต้องด้วยตนเองทุกฉบับ) กรณีอายุต่ำกว่า ๒๐ ปีให้นำผู้ปกครองตามกฎหมายหรือผู้แทนโดยชอบธรรมมาในวันรายงานตัว

๙.๓ ผู้มีสิทธิ์เข้าเรียนในปี ๒๕๖๕ จะต้องชำระเงินในวันรายงานตัวตามรายละเอียดต่อไปนี้

- ค่าธรรมเนียมการศึกษา ๑๕,๐๐๐ บาท
- ค่าเอกสารการสอน ๑,๐๐๐ บาท
- ค่าชุดฝึกปฏิบัติงาน ๔,๐๐๐ บาท
- ค่าประกันของเสียหาย ๒,๐๐๐ บาท  
(คืนให้เมื่อสำเร็จการศึกษา โดยต้องชำระค่าเสียหายหมดแล้ว)
- ค่าใบประกาศนียบัตร ๑,๐๐๐ บาท

รวมตลอดหลักสูตร ๒๓,๐๐๐ บาท

เงินค่าประกันของเสียหาย จะคืนให้เมื่อสิ้นสุดการศึกษา และนักเรียนชำระค่าของเสียหายหมดสิ้นแล้ว ส่วนผู้ที่ไม่จบการศึกษาจะไม่คืนเงินให้

## ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

ทันตแพทย์หญิงวารุณี โชนี กลุ่มทันตกรรม โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์  
โทร. ๐๕๓-๔๑๐๖๐๐ ต่อ ๑๒๖๔

ประกาศ ณ วันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๔



(นายไชยเวช ธนไพศาล)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์

ใบสมัครสอบเข้าเรียนหลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ช่วยทันตแพทย์  
โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์  
ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๕

รูปถ่าย

๑ นิ้ว

ประวัติส่วนตัว

ชื่อ-สกุล.....อายุ.....ปี เพศ.....

สถานภาพ.....เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สัญชาติ.....ศาสนา.....หมายเลขประจำตัวประชาชน.....

ที่อยู่ปัจจุบัน.....

โทรศัพท์บ้าน.....โทรศัพท์มือถือ.....

บุคคลที่สามารถติดต่อได้ในกรณีฉุกเฉิน.....

เบอร์ติดต่อ.....สิทธิการรักษาพยาบาล.....

วุฒิการศึกษา / สถาบันการศึกษา / ปีที่จบการศึกษา.....

ปัจจุบันกำลังทำงานหรือกำลังศึกษาอยู่ที่.....

ประสบการณ์การทำงานด้านทันตกรรม (สถานที่ปฏิบัติงาน, จังหวัด, ระยะเวลาปฏิบัติงาน)

ลงนามผู้สมัคร

.....  
(.....)

## ความรู้เบื้องต้นทางทันตกรรม

### สิทธิประโยชน์ทางทันตกรรม

๑. **สิทธิเบิกได้** สามารถเบิกค่าใช้จ่ายจากทางราชการได้ตามอัตราไม่เกินกว่าที่กรมบัญชีกลางกระทรวงการคลังกำหนดไว้ ได้แก่ การอุดฟัน การถอนฟัน การผ่าฟันคุด การผ่าตัดอื่น ๆ เกี่ยวกับช่องปากและขากรรไกร การรักษาโรคปริทันต์ การรักษารากฟัน การแก้ไขการสบฟันที่ผิดปกติ การฟอกสีฟันที่ตายแล้ว และการใส่เครื่องมือปิดช่องเพดานโหว่ (สอบถามราคาได้ที่หน่วยบริการทันตกรรมของรัฐทุกแห่ง) โดยนำใบเสร็จจากสถานพยาบาลของรัฐ ไปเบิกจากหน่วยงานต้นสังกัดของท่าน ภายใน ๑ ปีนับจากวันที่ระบุใบเสร็จหรือท่านทำบัตรระบบจ่ายตรง (On line) ณ สถานพยาบาลของรัฐที่ท่านทำการรักษาอยู่ แต่ท่านไม่สามารถเบิกจ่ายได้ในกรณี เคลือบฟลูออไรด์ทั้งปาก เคลือบหลุมร่องฟัน ฟอกสีฟันมีชีวิต และการใส่เครื่องมือจัดฟันทุกกรณี ข้าราชการสามารถเบิกค่าใช้จ่ายการใส่ฟันเทียมพลาสติกถอดได้ และครอบฟัน ตามระบบจ่ายตรง (On line) ตามอัตราไม่เกินกว่าที่กรมบัญชีกลางกระทรวงการคลังกำหนดไว้
๒. **สิทธิประกันสังคม** ผู้ประกันตนสามารถรับการรักษาในงานถอนฟัน อุดฟัน ขูดหินปูน และผ่าตัดฟันคุด โดยมีสิทธิได้รับค่าบริการทางการแพทย์เท่าที่จ่ายจริง ตามความจำเป็นแต่ไม่เกิน ๔๐๐ บาทต่อปี นอกจากนี้ผู้ประกันตนสามารถใส่ฟันเทียมแบบถอดได้ฐานพลาสติกโดยจะได้รับค่าบริการทางการแพทย์และค่าฟันเทียมเท่าที่จ่ายจริง แต่ไม่เกินที่กำหนด (สำหรับฟันเทียมไม่เกิน ๕ ซี่ เบิกได้ ๑,๓๐๐ บาท, มากกว่า ๕ ซี่ เบิกได้ ๑,๕๐๐ บาท, ฟันเทียมทั้งปาก ๑ ชั้น เบิกได้ ๒,๔๐๐ บาท, ฟันเทียมทั้งปาก ๒ ชั้น เบิกได้ ๔,๔๐๐ บาท) โดยนำใบเสร็จจากสถานพยาบาลของรัฐหรือเอกชนก็ได้ แนบกับใบรับรองการรักษาจากทันตแพทย์ (ที่มีเลขใบประกอบโรคศิลปะ) ไปเบิกคืนกับสำนักงานประกันสังคมภายใน ๑ ปี นับจากวันที่มารับการรักษาที่ระบุใบเสร็จ
๓. **สิทธิบัตรทอง** สามารถไปรักษาทางทันตกรรมได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ณ โรงพยาบาลของรัฐที่ระบุใบบัตรทอง ได้แก่ การอุดฟัน การรักษาโรคปริทันต์ การถอนฟัน การผ่าฟันคุด การผ่าตัดอื่น ๆ เกี่ยวกับช่องปากและขากรรไกร การเคลือบหลุมร่องฟันในเด็กอายุไม่เกิน ๑๕ ปี การรักษารากฟันน้ำนม การใส่เครื่องมือปิดช่องเพดานโหว่ การใส่ฟันเทียมพลาสติกแบบถอดได้ ระยะเวลา ๕ ปี / ชั้น ( สอบถามสิทธิบัตรทองได้ที่สถานบริการของกระทรวงสาธารณสุขทุกแห่ง) โดยคณะทำงานการสื่อสารกับประชาชน/ คณะอนุกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค / ทันตแพทยสภา

### ส่วนประกอบของฟันและอวัยวะปริทันต์

ฟันเป็นอวัยวะพิเศษที่เจริญมาจากเนื้อเยื่อชั้นนอก (Ectoderm) เช่นเดียวกับผิวหนังฟันมี ๒ ชุดคือฟันแท้และฟันน้ำนมซึ่งมีโครงสร้างคล้าย ๆ กันดังนี้

- **ชั้นเคลือบฟัน (Enamel)** เป็นส่วนที่อยู่กุดสุดและมีความแข็งที่สุดของฟันทำหน้าที่รับน้ำหนักในการบดเคี้ยวมีโครงสร้างเป็นผลึกไม่มีเส้นเลือดและเส้นประสาทจึงเป็นส่วนที่ไม่ได้รับความรู้สึกเวลาที่ฟันเริ่มผุจึงไม่มีอาการเจ็บปวดใด ๆ
- **ชั้นเนื้อฟัน (Dentine)** เป็นส่วนที่อยู่ถัดจากเข้ามาประกอบด้วยท่อเล็ก ๆ จำนวนมากซึ่งเป็นที่รวมของเส้นประสาทรับความรู้สึก ดังนั้นเวลาฟันผุถึงชั้นนี้ผู้ป่วยจะเริ่มมีอาการเสียวฟัน
- **โพรงประสาทฟัน (Pulp)** คือโพรงช่องว่างภายในฟันเป็นที่อยู่ของเส้นประสาทและเส้นเลือดที่มาหล่อเลี้ยงตัวฟัน ทำหน้าที่ในการรับความรู้สึกร้อนเย็นปวดเจ็บ กรณีที่ฟันผุมาถึงชั้นนี้จะไม่สามารถอุดฟันได้
- **ร่องเหงือก (Gingival crevice)** คือร่องระหว่างตัวฟันกับขอบเหงือก ปกติจะมีขอบบาง มีความลึกประมาณ ๒ มิลลิเมตร แต่ถ้ามีโรคเหงือกอักเสบหรือเป็นร่ามะนาด อาจมีอาการบวมทำให้ร่องนี้ลึกขึ้นและเกิดการอักเสบมากขึ้นได้
- **เหงือก (Gingiva)** คือส่วนเนื้อเยื่อที่หุ้มตัวฟันและกระดูกขากรรไกรไว้
- **กระดูกเขี้ยวรากฟัน (Alveolar bone)** คือส่วนของกระดูกที่รองรับรากฟัน

- **เคลือบรากฟัน (Cementum)** เป็นชั้นบาง ๆ คลุมเนื้อฟันบริเวณรากฟันไว้ แตกต่างจากเคลือบฟันตรงที่มีความแข็งแรงน้อยกว่า ปกติจะฝังตัวอยู่ในกระดูกแต่ถ้ามีเหงือกกร่นหรือเกิดโรครำมะนาดอาจทำให้ส่วนนี้สัมผัสกับน้ำและอากาศเกิดการเสียวฟันได้

### ฟันแต่ละซี่มีประโยชน์อย่างไร

- ฟันหน้าตัด (Incisor Teeth) อยู่บริเวณหน้าสุดมีทั้งหมด ๘ ซี่ทำหน้าที่กัดอาหาร
- ฟันเขี้ยว (Canine Teeth) เป็นฟันที่มีรากยาวที่สุดมีทั้งหมด ๔ ซี่และมีความแข็งแรงมาก มีปลายแหลมทำหน้าที่ตัดฉีกและแยกอาหารออกจากกัน
- ฟันกรามน้อย (Premolar or Bicuspid Teeth) จะพบเฉพาะในฟันแท้เท่านั้นรูปร่างคล้ายฟันกรามแต่มีขนาดเล็กกว่า มีทั้งหมด ๘ ซี่ ทำหน้าที่ในการบดเคี้ยวอาหารร่วมกับฟันกราม
- ฟันกราม (Molar Teeth) เป็นฟันที่ใหญ่ที่สุดในปากมีความสำคัญมาก เพราะนอกจากจะช่วยในการบดเคี้ยวอาหารแล้ว ยังทำงานร่วมกับฟันเขี้ยวในการคุมทิศทางการเคลื่อนไหวของขากรรไกรอีกด้วย

### หน้าที่ของฟัน

- ช่วยในการพูดให้ออกเสียงชัดเจนขึ้น
- ช่วยรักษาโครงสร้างใบหน้าให้มีความกว้างความยาวและความอึดของริมฝีปากให้สมดุลกัน
- เป็นส่วนประกอบของบุคลิกภาพเพราะฟันเป็นส่วนหนึ่งที่มีมองเห็นได้ง่ายโดยเฉพาะเวลาที่พูดคุยกัน

### จะเกิดอะไรเมื่อเป็นโรคในปาก

“เมื่อเป็นโรคในช่องปากจะทำให้ร่างกายได้รับอาหารไม่เพียงพอ เพราะความเจ็บปวดที่เกิดจากการเคี้ยวอาหารจะทำให้เรทานได้น้อย ร่างกายจึงซูบซีดอ่อนเพลียไม่มีแรง นอกจากนี้หากปล่อยทิ้งไว้ไม่ไปพบทันตแพทย์ เชื้อโรคในช่องปากจะยิ่งลุกลามไปยังอวัยวะข้างเคียง เช่น โพรงจมูกทำให้เกิดไซนัสอักเสบทอนซิลอักเสบได้”

### ฟันผุคืออะไร

ฟันผุเป็นโรคที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียบางชนิด เช่น สเตรปโตคอคโค (Streptococci) ที่อาศัยอยู่บนแผ่นคราบจุลินทรีย์ในปากของเรา ย่อยสลายอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาลที่เกาะอยู่ตามชั้นเคลือบฟัน ซึ่งผลพวงจากการย่อยสลายจะก่อให้เกิดกรดบางชนิดโดยเฉพาะกรดแลคติกไปทำลายโครงสร้างของฟันทำให้เกิดการผุกร่อน

หากคุณเป็นคนหนึ่งที่กำลังสงสัยว่าฟันผุ เรามีวิธีสังเกต คือในขั้นต้นจะสังเกตเห็นฟันเป็นสีขาวขุ่นเหมือนสีของนมผิวฟันมีลักษณะด้านไม่มันเหมือนฟันปกติ ต่อมาจะเห็นได้ชัดว่าผิวฟันชั้นนั้นมีลักษณะขรุขระไม่เรียบและมีอาการเสียวฟันบ่อย ๆ ทั้งนี้หากปล่อยไว้ไม่รักษา ปล่อยให้ลุกลามไปจนถึงโพรงประสาทฟันซึ่งเป็นที่อยู่ของเส้นประสาทสำหรับความรู้สึก อาจทำให้เกิดอาการเจ็บปวดเคี้ยวอาหารไม่ได้และก่อให้เกิดฝีในเหงือกได้

### ยาสีฟัน (Dentifrices)

ยาสีฟัน คือ สารที่ช่วยในการทำความสะอาดฟัน ใช้ร่วมกับการแปรงฟัน หากแปรงฟันโดยไม่ใช้ยาสีฟันอาจทำให้ขาดความรู้สึกสดชื่นหลังการแปรงฟัน วัตถุประสงค์ของการใช้ยาสีฟัน คือช่วยให้การทำความสะอาดฟันมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยช่วยในการกำจัดคราบจุลินทรีย์ เศษอาหาร และคราบสะสมต่าง ๆ บนตัวฟัน รวมทั้งบนลิ้นและเหงือกด้วย นอกจากนี้ยังสามารถป้องกันฟันผุ เหงือกอักเสบ ลดอาการเสียวฟัน หรือขัดคราบบุหรี่ยังช่วยทำให้ฟันขาวได้ ซึ่งขึ้นอยู่กับส่วนประกอบพิเศษที่เพิ่มเติมเข้าไปในยาสีฟัน

## องค์ประกอบหลักของยาสีฟัน ได้แก่

๑. **ผงขัด (abrasives)** เป็นอนุภาคขนาดเล็กที่ช่วยในการขัดผิวฟันโดยไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผิวฟัน แต่ทำให้เกิดฟันผิวที่เรียบ ซึ่งจะช่วยให้การเกิดคราบสะสมบนตัวฟันช้าลง ปัจจัยที่ควรพิจารณาเกี่ยวกับผงขัดได้แก่ความแข็งของผงขัดขนาดของอนุภาค และรูปร่างของอนุภาค
๒. **สารที่ทำให้เกิดฟอง (detergents)** เป็นสารที่ช่วยลดแรงตึงผิว สามารถแทรกซึมและทำให้สิ่งเกาะบนผิวฟันหลุดลอกออก ง่ายต่อการกำจัดด้วยแปรงสีฟัน ไม่เป็นพิษต่อร่างกาย ทำปฏิกิริยาได้แม้ในสภาพที่เป็นกรดหรือด่าง และมีความคงตัว
๓. **สารที่ทำให้เกิดการรวมตัว (binder หรือ thickeners)** เป็นสารที่ป้องกันการแยกตัวขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่เป็นของแข็งออกจากของเหลวในช่วงที่เก็บรักษา ไม่เป็นพิษต่อร่างกาย มีความคงตัวและเข้ากันกับองค์ประกอบอื่น ๆ ในยาสีฟันได้
๔. **สารรักษาความชื้น (humectant)** เป็นสารที่ช่วยรักษาความอ่อนนุ่มของยาสีฟัน ป้องกันการแข็งตัวของส่วนผสมที่สัมผัสอากาศช่วยในการคงตัวของยาสีฟันไม่มีพิษต่อร่างกาย
๕. **สารกันบูด (preservation)** เป็นสารที่ช่วยป้องกันการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ช่วยยืดอายุการใช้งานของผลิตภัณฑ์
๖. **สารแต่งสี (coloring agents)** เป็นสีที่เติมเข้าไปในยาสีฟันทำให้มีความน่าใช้ แต่ต้องไม่ก่อให้เกิดการติดสีบนตัวฟันและเนื้อเยื่อในช่องปากและไม่ทำให้วัสดุบูรณะเปลี่ยนสีไปสารที่ใช้ได้แก่สีที่ได้จากพืช
๗. **สารแต่งกลิ่น (flavoring agents)** เป็นสารที่ทำให้ยาสีฟันมีกลิ่นหอม เพิ่มความน่าใช้และกลบกลิ่นของสารอื่นที่ไม่พึงประสงค์ในยาสีฟันไม่ควรมีกลิ่นเปลี่ยนไปในระหว่างขั้นตอนการผลิตและในขณะเก็บรวมทั้งควรเข้ากันกับองค์ประกอบอื่นๆของยาสีฟันได้
๘. **สารให้ความหวาน (sweeteners)** เป็นสารที่ยาสีฟันมีรสหวานเพื่อให้ผู้ใช้พึงพอใจ ยาสีฟันส่วนใหญ่ไม่ว่าจะเป็นยาสีฟันสำหรับเด็กหรือผู้ใหญ่จะถูกปรุงแต่งให้มีรสหวาน แต่ไม่ก่อให้เกิดฟันผุเนื่องจากสารที่ให้ความหวานที่ผสมลงไป มักเป็นสารสังเคราะห์หรือสารที่ได้จากธรรมชาติที่ไม่ทำให้เกิดฟันผุ เช่น ซอร์บิทอล (sorbitol) กลีเซอรอล (glycerol) และไซลิตอล (xylitol) เป็นต้น

## ปัจจุบันนี้แบ่งยาสีฟันออกเป็นหลายประเภทตามวัตถุประสงค์ของการใช้ได้แก่

๑. **ยาสีฟันสำหรับป้องกันฟันผุ** ยาสีฟันประเภทนี้มีส่วนผสมที่สำคัญ คือ ฟลูออไรด์ความเข้มข้นของฟลูออไรด์ที่สามารถยับยั้งฟันผุได้ดีคือ ๑๐๐๐ ส่วนในล้านส่วน (๑๐๐๐ppm)
๒. **ยาสีฟันที่ลดการสะสมคราบจุลินทรีย์และลดการอักเสบของเหงือก** ยาสีฟันชนิดนี้มักมีสารที่ออกฤทธิ์ยับยั้งจุลินทรีย์ผสมอยู่ ได้แก่ สารสกัดจากพืชสมุนไพรหรือน้ำมันระเหยได้จากพืช (essential oil) และ ไตรโคลซาน (triclosan) เป็นต้น
๓. **ยาสีฟันที่ใช้ลดอาการเสียวฟัน** ส่วนผสมที่สำคัญในยาสีฟันประเภทนี้ ได้แก่ โพแทสเซียม (potassium) สตรอนเทียม (strontium) และฟลูออไรด์ เป็นต้น เหมาะสำหรับผู้ที่มีอาการเสียวฟันเนื่องจากผู้ที่มีอาการเสียวฟันมักจะละเว้นการแปรงฟันในบริเวณที่เสียวฟันอันจะนำไปสู่การสะสมคราบจุลินทรีย์และก่อให้เกิดโรคต่อไป
๔. **ยาสีฟันที่ช่วยยับยั้งการเกิดหินน้ำลายหรือหินปูน** เป็นยาสีฟันที่มีสารที่ช่วยลดการสร้างผลึกแคลเซียมฟอสเฟตในคราบจุลินทรีย์ เช่น เกลือไพโรฟอสเฟต (pyrophosphate salt) เกลือของสังกะสี (zinc salt) เช่น ซิงค์คลอไรด์ (zinc chloride) หรือ ซิงค์ไนเตรท (zinc citrate) เป็นต้น
๕. **ยาสีฟันที่ช่วยให้ฟันขาว** เป็นยาสีฟันที่ผสมสารที่ฟอกสีหรือขจัดคราบสีบนตัวฟันได้ เช่น โซเดียมไบคาร์บอเนต (sodium bicarbonate) และไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ (hydrogen peroxide) เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีสารพวกซิลิกา (silica) และเซอร์โคเนียม (zirconium) ซึ่งเป็นผงขัดที่หยาบช่วยขัดฟันได้ รวมทั้งสารพวกโพลีไวนิลไพร์โรลิโดน (polyvinyl pyrrolidone) หรือพีวีพี คอมเพล็กซ์ (PVP complex) ที่ทำให้คราบต่างๆ เช่น คราบบุหรี่ยึดติดบนตัวฟันละลายน้ำได้ดีขึ้น ทำให้ถูกกำจัดออกได้ง่าย



๒. **ยาสีฟันสมุนไพร** เป็นยาสีฟันที่มีองค์ประกอบเป็นสารสกัดจากพืชธรรมชาติ มักออกฤทธิ์ในการยับยั้งแบคทีเรียในช่องปากได้จึงลดอาการเหงือกอักเสบลงได้

**ยาสีฟันที่มีจำหน่ายทั่วไปในท้องตลาด มีหลายรูปแบบ ได้แก่**

๑. **ยาสีฟันชนิดผง** ยาสีฟันแบบนี้มีขนาดของผงขัดที่ค่อนข้างหยาบ หากใช้ร่วมกับการแปรงฟันที่ผิดวิธี เช่น การแปรงแบบถูไปมาในแนวนอนอาจทำให้คอฟันสึกได้
๒. **ยาสีฟันชนิดครีม** เป็นรูปแบบที่นิยมใช้กันมากที่สุด มีขนาดของผงขัดที่พอดีสามารถจัดคราบจุลินทรีย์บนผิวฟันได้ โดยไม่ก่อให้เกิดการสึกของเคลือบฟัน
๓. **ยาสีฟันชนิดเจล** ยาสีฟันแบบนี้มีขนาดของผงขัดที่ละเอียดกว่าแบบครีม เหมาะกับผู้ที่มีการเสียวฟัน

### เรื่องน่ารู้จากโฆษณา

- ยาสีฟันช่วยลดอาการเสียวฟันได้ภายใน ๗ วันจริงหรือ  
คำตอบ คือ เป็นเรื่องปกติอยู่แล้วที่ยาสีฟันที่มีโฟลทอสเซียมเป็นส่วนผสมจะลดอาการเสียวฟันได้ ใน ๗ วัน ก่อนอื่นควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับกลไกที่ทำให้รู้สึกเสียวฟันว่า เกิดจากการที่ท่อของเนื้อฟันหรือรากฟันเปิดออกสู่สิ่งแวดล้อม (เช่น ภาวะที่มีเหงือกกร่น รากฟันโผล่) เมื่อมีสิ่งเร้า เช่น ความร้อน ความเย็น หรือการสัมผัสมากระตุ้น จะทำให้เกิดการเคลื่อนของของเหลวที่อยู่ในท่อเนื้อฟัน ซึ่งจะไปกระตุ้นประสาทรับสัมผัสในตัวฟันอีกทีและเกิดการส่งกระแสประสาทไปยังสมองทำให้รู้สึกเสียวฟัน การใช้ยาสีฟันชนิดนี้สามารถลดอาการเสียวฟันลงได้ โดยโฟลทอสเซียมซึ่งเป็นสารที่มีประจุเป็นบวกจะทำให้การส่งกระแสประสาทลดลง ทำให้อาการเสียวลดลงตั้งแต่เริ่มใช้ แต่ผู้ป่วยจะเริ่มรู้สึกได้อย่างชัดเจนภายในเวลาประมาณ ๗ วัน และอาการเสียวจะลดลงเกือบทั้งหมดหลังจากใช้เป็นประจำต่อเนื่องถึงสัปดาห์ที่ ๔
- มียาสีฟันที่ช่วยระงับกลิ่นปากได้ตลอดคืนจริงหรือ ทำได้อย่างไร  
เมื่อคนเราตื่นนอนขึ้นมาในตอนเช้า มักรู้สึกว่ามีกลิ่นปาก ทั้ง ๆ ที่ก่อนนอนได้แปรงฟัน ทำความสะอาดฟันเป็นอย่างดีแล้ว สาเหตุที่มีกลิ่นปากนั้นเนื่องจากในช่องปากของมนุษย์มีแบคทีเรียเจริญอยู่ได้เป็นปกติเรียกได้ว่าเป็นเชื้อประจำถิ่นในช่องปากนั่นเอง พบได้บนผิวฟัน รากฟัน ในร่องเหงือก บนวัสดุบูรณะฟัน ฟันปลอม เนื้อเยื่อในช่องปากและลิ้น ดังนั้นแม้ว่าก่อนนอนได้แปรงฟันไปแล้ว แต่แบคทีเรียจะยังคงมีอยู่ในช่องปาก อาจอยู่ในคราบจุลินทรีย์ที่ตกค้างตามซอกฟันที่ทำความสะอาดไม่หมดหรือบนเนื้อเยื่อต่าง ๆ ในช่องปาก รวมทั้งน้ำลาย ในขณะที่เรานอนหลับนั้นแบคทีเรียมีไดนามิกกลับไปด้วย แต่จะเจริญเติบโตต่อไปและทำให้มีกลิ่นปาก โดยเฉพาะแบคทีเรียที่สามารถก่อให้เกิดก๊าซที่มีองค์ประกอบเป็นซัลเฟอร์ (กำมะถัน) ที่ระเหยได้ (volatile sulfur compounds) ดังนั้นยาสีฟันที่มีสารที่สามารถยับยั้งแบคทีเรียกลุ่มดังกล่าวได้จะสามารถลดกลิ่นที่เกิดขึ้นหลังตื่นนอนได้ แต่การใช้ยาสีฟันชนิดนี้เป็นเพียงการรักษาที่ปลายเหตุเท่านั้น หากผู้ป่วยมีสภาวะในช่องปากที่เอื้ออำนวยต่อการเกิดกลิ่นปาก เช่น มีคราบจุลินทรีย์และหินน้ำลายมาก มีวัสดุบูรณะที่ไม่ดีหรือมีแหล่งสะสมแบคทีเรียในช่องปากที่ไม่ได้รับการแก้ไข เป็นต้น ก็จะไม่สามารถกำจัดกลิ่นปากได้อย่างถาวร
- ยาสีฟันป้องกันเกิดหินน้ำลายหรือหินปูนได้อย่างไร  
สารที่ช่วยยับยั้งการเกิดหินน้ำลายที่ถูกผสมในยาสีฟัน เป็นสารที่ลดการเจริญของผลึกแคลเซียมฟอสเฟตในคราบจุลินทรีย์ที่อยู่เหนือเหงือก โดยไพโรฟอสเฟตที่มีประจุลบจะไปดึงดูดกับประจุบวกของแคลเซียมทำให้รบกวนการสร้างหินน้ำลาย เพราะไม่เกิดการสร้างแคลเซียมฟอสเฟต (calcium phosphate) ขึ้น นอกจากนั้นยังมีซิงค์ (ธาตุสังกะสี) ที่มีประจุเป็นบวกที่สามารถจับกับประจุลบของฟอสเฟตได้ ทำให้ลดการสร้างแคลเซียมฟอสเฟตที่เป็นองค์ประกอบของหินน้ำลายได้ ยาสีฟันประเภทนี้จึงลดการเกิดหินน้ำลายได้
- ยาสีฟันบางชนิดเสริมสร้างความแข็งแรงให้ฟันได้จริงหรือ  
ความแข็งแรงของฟันนั้นเริ่มตั้งแต่คนเราเริ่มมีการสร้างหน่อฟันในวัยเด็ก มีการสะสมแคลเซียมในเนื้อฟันและเคลือบรากฟันจากภายใน มิใช่มีการเสริมสร้างเพิ่มเติมมาในภายหลัง ดังนั้นการใช้ยาสีฟันที่ทำให้มีการตกผลึกเป็นฟลูออโรอะพาไทท์จึงไม่ได้ทำให้ฟันแข็งแรงจากเนื้อในของฟัน

## ฟันคุด

ฟันคุดเป็นฟันที่ไม่ได้ขึ้นตรง ๆ ตามฟันปกติทั่วไป โดยฟันจะขึ้นตั้งแต่อายุ ๑๕-๒๓ ปี อาจจะขึ้นแบบนอนขึ้นแบบเอียง ขึ้นแบบปริ้ม ๆ เหงือก หรือขึ้นแบบซี่เกียดสุด ๆ ก็คือไม่ยอมขึ้นมาให้เห็นเลยก็จะไปดันฟันที่ติดกัน เวลาทานอาหารเศษอาหารก็จะติดเต็มไปหมด ยิ่งซี่ที่ขึ้นปริ้ม ๆ เหงือก เหงือกก็จะอักเสบบวมแดง หน้าที่บวม อ้าปากก็ไม่ขึ้น เคี้ยวอาหารก็ไม่ได้ เพราะฟันบนกดลงมาบนเหงือกที่คลุมฟันอยู่ ไม่ได้ต่างอะไรจากเอามือไปวางบนขังแล้วใช้ค้อนตี แล้วพอเศษอาหารที่ไปติดก็จะทำให้เหงือกอักเสบ ปากก็เหม็น และแล้วอาการบวมมันก็เริ่มจากตรงนี้ จากเหงือกที่บวมก่อน ลามไปถึงกระพุ้งแก้ม และลามไปจนทำให้หน้าบวม เนื่องจากหนองที่มาจากการอักเสบ ซึ่งอาการเหล่านี้จะกินเวลาไม่แน่นอนขึ้นอยู่กับเจ้าของฟันตัวฟันของแต่ละคน

นอกจากนี้ฟันคุดยังทำให้กระดูกขากรรไกรบางมีโอกาสหักงายละลายรากฟันข้างเคียงจากการดันตัวของมัน มีโอกาสกลายเป็นถุงน้ำหรือเนื้องอกทำให้ฟันผุได้ง่าย

## แล้วหมอฟันจะทำอะไรกับฟันคุด

หมอฟันจะผ่าหรือถอนฟันคุดออกขึ้นกับลักษณะการขึ้นของฟันและตำแหน่งของฟันที่ฝังอยู่ในกระดูก ถ้าวางที่ถูกต้องก็ต้องทำการเปิดเหงือกที่คลุมฟันออก แล้วรอกกระดูกที่คลุมฟันออก ทำการแบ่งฟันเอาทั้งตัวฟันและรากฟันออกมาให้หมด โดยในขั้นตอนการผ่าทั้งหมดจะอยู่ภายใต้การระงับประสาทที่ดี อาการปวดของเจ้าของฟันจะเกิดหลังจากหมดฤทธิ์ยาชา จะมาจากการที่รอกกระดูกและการกระทบ กระเทือนเหงือกที่คลุมฟันอยู่ อาการบวมขึ้นกับปริมาณความกระทบกระเทือนต่อกระดูกและเหงือกซึ่งจะเป็นไปตามลักษณะฟันของแต่ละคน โดยลักษณะการหายของแผลจะรวดเร็วและไม่มีการอักเสบอีกต่อไป

## สรุปตัดไฟแต่ต้นลม

ทำไมเราจะต้องรอให้บวมอักเสบก่อนแล้วจึงจะไปเอาออกในเมื่อถึงอย่างไรก็ต้องเอามันออกอยู่แล้ว ซึ่งการเอาออกในแต่ละรายนั้นก็ขึ้นอยู่กับลักษณะการวางตัวของฟัน โดยทันตแพทย์จะเป็นผู้ประเมินว่าสามารถเก็บไว้ได้หรือไม่ และถึงแม้จะต้องเอาออกทันตแพทย์ก็จะมีวิธีการผ่าเอาฟันคุดออกโดยการระงับประสาททำให้ระหว่งการรักษารู้สึกเจ็บปวดใด ๆ หลังจากการรักษาจะมีการระบวมของแผลเล็กน้อยโดยเพียงจะมีแค่อาการบวมสามารถรับประทานอาหารได้ลำบากเท่านั้นประมาณ ๒-๓ วันอาการก็จะทุเลาลง

## ทำอย่างไรจึงจะหายบวมเร็ว

อาการบวมมากหรือน้อยหลังจากการถอนฟันขึ้นอยู่กับความยากง่ายของฟันซี่นั้นๆ แต่ก็มียาช่วย ลดอาการบวมโดยทำการประคบน้ำเย็นหลังจากทำการผ่าฟันคุด ๑-๒ วัน หลังจากนั้นเปลี่ยนเป็นประคบด้วยน้ำอุ่นต่อ อาการบวมที่เกิดขึ้นก็จะหายได้เร็วขึ้น

## ทำไมผ่าฟันคุดจึงปวดมาก ๆ

เพราะมีการรอกกระดูกที่คลุมตัวฟันออกไป ทำให้เกิดอาการปวดหลังจากทำการผ่า โดยอาการปวดจะค่อย ๆ ลดลงภายใน ๑-๒ วันส่วนมากจะเป็นความลำบากที่เกิดจากการบวม ทำให้อ้าปากได้ลำบาก มีการบวมบนใบหน้า แต่ในขณะที่ผ่าจะรู้สึกปวดใด ๆ เนื่องจากการระงับประสาทโดยไม่จำเป็นจะต้องทำการดมยาสลบ เพราะเพียงแค่ระงับประสาทในช่องปากอย่างเดียวก็เพียงพอและการทำการดมยาสลบบมีผลข้างเคียงต่อคนไข้ได้หลายอาการ

## ควรจะผ่าฟันคุดเมื่อใด

การผ่าฟันคุดในวัยหนุ่มสาวไม่ค่อยมีปัญหา เพราะผลหายเร็วกว่า ถ้าทำในผู้สูงอายุฟันจะติดแน่นกับกระดูกทำให้ผลหายช้า ผลแทรกซ้อนหลังการผ่าตัดมีมากกว่า ความเสี่ยงก็มีมากกว่า เนื่องจากโรคประจำตัว ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะผ่าก็เมื่อมีอาการ ซึ่งในขณะนั้นมักอยู่ในอาการอักเสบ ปวด เป็นหนอง และอ้าปากได้น้อย ทำให้การรักษาทำได้ยากและมีปัญหาได้มากกว่าเมื่อยังไม่มีอาการ อย่างไรก็ตามมีข้อยกเว้นสำหรับผู้ที่มีสภาพร่างกายอ่อนแอหรือผู้สูงอายุที่ไม่มีอาการผิดปกติจากฟันคุด

## ข้อปฏิบัติหลังการถอนฟันหรือผ่าตัดฟันคุด

- ไม่ควรรับประทานบริเวณแผล
- ห้ามบ้วนปากเพราะแผลจะขยับและเลือดออก
- กัดผ้าก๊อชแน่น ๆ ประมาณ ๑-๒ ชั่วโมง เพื่อห้ามเลือด
- หากเลือดยังไม่หยุดให้กัดผ้าเพิ่มอีก ๑๕ นาที
- วันแรกควรทานยาแก้ปวดทุก ๔-๖ ชั่วโมงและประคบน้ำเย็น
- วันแรกควรทานอาหารอ่อนป้องกันเศษอาหารไปติดบริเวณแผล
- รับประทานยาแก้อักเสบตามที่แพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด
- แปร่งฟันตามปกติแต่ควรระมัดระวังไปกระทบกระเทือนแผล
- วันที่ ๓ หลังการผ่าตัดให้อุ่นบ้วนปากบ่อย ๆ จะช่วยให้แผลหายเร็วขึ้น
- การบวมเป็นจ้ำเขียวเป็นการตอบสนองตามปกติของร่างกาย แต่ถ้ามีอาการบวมมากให้ปรึกษาแพทย์
- ไม่ควรสูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์
- ในวันแรกหลังการผ่าตัดควรนอนหมอนสูงเพื่อลดการบวม
- ไม่ควรบ้วนเลือดหรือน้ำลายบ่อย ๆ เพราะจะทำให้เลือดไหลไม่หยุด
- วันแรกที่ถอนฟันอาจประคบความเย็นข้างแก้มเพื่อลดความเจ็บปวด
- วันถัด ๆ ไปควรประคบความร้อนเพื่อลดอาการบวมของแก้ม
- ไม่ควรนำสิ่งสกปรกไปถูกแผลที่ถอนฟัน
- ไม่ควรออกกำลังกายอย่างหักโหม
- ถ้ามีปัญหาเรื่องปวดแผลหรือเลือดไหลไม่หยุดควรกลับมาพบทันตแพทย์

## กลิ่นปากเกิดจาก ?

๑. มีเศษอาหารตกค้างหมักหมม ควรแก้ปัญหาด้วยการแปร่งฟันอย่างน้อยวันละ ๒ ครั้งหลังรับประทานอาหาร ถ้าไม่มีโอกาสแปร่งฟันควรบ้วนปากด้วยน้ำหลาย ๆ ครั้ง
๒. โรคในช่องปาก ได้แก่ โรคฟันผุ และโรคเหงือกอักเสบ เพราะฟันผุเป็นรูทำให้เศษอาหารตกค้างและอาจมีหนองที่รากฟันควรไปพบทันตแพทย์
๓. การใส่ฟันปลอมที่ไม่ดี ทำให้เกิดการหมักหมมของเศษอาหารได้
๔. โรคบางระบบของร่างกาย เช่น โรคไซนัสอักเสบ วัณโรคปอด การแก้ปัญหาจึงต้องรักษาโรคให้หายขาดร่วมไปกับการรักษาความสะอาดช่องปาก
๕. สาเหตุนอกช่องปาก เช่น การกินอาหารที่มีกลิ่นรุนแรง ได้แก่ กระเทียม ปลา ร้าทุเรียน ควรแปร่งฟันหลังอาหารทันที หรือ ใช้น้ำอมระงับกลิ่นปาก

## โรคเหงือกอักเสบ

โรคเหงือก เป็นโรคที่เกิดขึ้นจากการอักเสบติดเชื้อของเหงือก ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อกระดูก และเนื้อเยื่อปริทันต์รอบ ๆ ที่ช่วยพยุงฟัน โรคเหงือกนี้เกิดจากเชื้อแบคทีเรียที่เกิดจากแผ่นคราบจุลินทรีย์ซึ่งมีลักษณะเหมือนแผ่นฟิล์มเหนียวไร้สีที่ค่อย ๆ เกาะรวมตัวกันบนผิวฟัน ถ้าการแปร่งฟันและใช้ไหมขัดฟันตามปกติไม่สามารถขจัดคราบจุลินทรีย์ออกได้หมด คราบจุลินทรีย์จะเริ่มก่อตัวขึ้นและสร้างเชื้อแบคทีเรียที่เรียกทำให้เกิดการอักเสบของเหงือกและฟัน รวมถึงเนื้อเยื่อเหงือก และกระดูกที่ช่วยพยุงฟันซึ่งอาการเหล่านี้จะทำให้เกิดอาการฟันโยก ฟันหลุด หรือถูกถอนฟันออกในที่สุด

## สัญญาณของโรคเหงือก

โรคเหงือกสามารถเกิดได้กับคนทุกวัย แต่จะเกิดมากในวัยผู้ใหญ่ถ้าตรวจพบตั้งแต่ระยะแรกเริ่ม ก็จะสามารถรักษาให้เหงือกกลับมาแข็งแรงดังเดิมได้หากคุณมีอาการดังต่อไปนี้ ควรรีบไปพบทันตแพทย์โดยด่วน

- เหงือกแดง บวม และเปื่อย
- อาการเลือดออกขณะแปรงฟัน หรือใช้ไหมขัดฟัน
- ฟันดูมีความยาวมากขึ้น เนื่องจากเหงือกร่นลงมา
- เหงือกที่แยกออกมาไม่แนบสนิทกับฟันจนทำให้เกิดเป็นโพรงขึ้นมา
- เมื่อเคี้ยวอาหารแล้วฟันไม่สบฟันกันเหมือนเดิม
- มีหนองไหลออกมาจากบริเวณฟันและเหงือก
- มีกลิ่นปากและมีรสชาติแฉะ ในปากอยู่ตลอดเวลา

## โรคเหงือกสามารถรักษาได้อย่างไร?

- โรคเหงือกอักเสบในระยะเริ่มต้นสามารถรักษาได้ โดยการแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันที่ถูกวิธีซึ่งจะช่วยป้องกันไม่ให้มีคราบจุลินทรีย์เกิดขึ้น
- การทำความสะอาดโดยผู้เชี่ยวชาญหรือโดยทันตแพทย์ เป็นวิธีการเดียวที่จะสามารถกำจัดคราบจุลินทรีย์ที่แข็งตัวเป็นหินปูนได้ ทันตแพทย์จะทำความสะอาดหรือขัดหินปูนในบริเวณด้านบนและด้านล่างของรอยต่อระหว่างฟันและเหงือกถ้าอาการหนักมาก อาจจะต้องมีการวางแผนรักษารากฟันแผนรักษารากฟันนี้จะลดการเกิดความระคายเคืองต่อรากฟันซึ่งจะทำให้คราบจุลินทรีย์ก่อตัวในบริเวณรากฟันได้ยากขึ้น
- การหมั่นตรวจเช็คสภาพฟันอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้สามารถรักษาโรคเหงือกได้ก่อนที่อาการจะลุกลามจนใหญ่โต ถ้าคุณมีอาการของโรคเหงือกที่รุนแรงก็จำเป็นต้องได้รับการรักษาจากทันตแพทย์

## ลักษณะที่พบ

- เหงือกที่มีสุขภาพดี เหงือกที่แข็งแรงจะมีความกระชับและไม่มีเลือดออก
- เหงือกอักเสบ เหงือกมีอาการติดเชื้อมัน ๆ เหงือกจะมีสีแดงบวม และมีเลือดออกขณะแปรงฟัน