

## ทำไม เด็กไทยต้องแปรงฟันตอนเที่ยง

ศ. ทญ. ดร.สุดาดวง กฤษณาพงษ์

ภาควิชาทันตกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หนังสือพิมพ์มติชน ฉบับวันที่ 24 กรกฎาคม 2558

โรงเรียนประถมศึกษาสังกัดรัฐบาลทั่วประเทศ รวมทั้งโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร มีการจัดกิจกรรมแปรงฟันให้กับเด็กนักเรียนในช่วงหลังอาหารกลางวันตามนโยบายของหน่วยงานเบื้องบนที่ดูแลด้านสุขภาพช่องปาก คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้พานิสิตทันตแพทย์ออกปฏิบัติงานในโรงเรียนประถมศึกษาในกรุงเทพมหานคร และช่วยผลักดันให้เกิดกิจกรรมการแปรงฟันที่ถูกต้องอย่างจริงจังในโรงเรียน ให้เป็นกิจกรรมบังคับโดยให้แปรงพร้อมกันทั้งโรงเรียน เปิดเพลงเพื่อให้สัญญาณ และเน้นย้ำวิธีการแปรง ตลอดจนเป็นการจับเวลาให้แปรงได้นาน 2 นาที เพลงไม่จบห้ามเลิก เพลงจบหยุดฟัง ไม่ต้องบ้วนน้ำ และบางครั้งใช้สีย้อมคราบจุลินทรีย์เพื่อตรวจสอบความสะอาดของการแปรงฟัน ทั้งนี้เพราะพบว่าหากปล่อยให้เด็กไปแปรงเอง เด็กมักจะแปรงแต่บริเวณฟันหน้า และบนด้านบดเคี้ยว แปรง 10 วินาทีเสร็จ คราบจุลินทรีย์ยังเหลืออยู่เต็มปาก โดยเฉพาะที่ฟันหลัง และบริเวณคอฟัน ฟลูออไรด์ยังไม่ทันซึมก็บ้วนทิ้งเสียแล้ว แอมบ้วนน้ำต่อเป็นสิบครั้งไม่เหลือฟลูออไรด์ค้างไว้ในปากเลย

เหลิยวไปดูประเทศอื่นๆ ไม่เห็นทำกัน มีสองแบบ แบบแรกคือประเทศที่พัฒนาแล้ว เช่น ทวีปยุโรป ออสเตรเลีย พ่อแม่เขาดูแลการแปรงฟันให้ที่บ้านทั้งเช้า และก่อนนอน ก็คงเช่นเดียวกับพ่อแม่ของเด็กในโรงเรียนเอกชนบ้านเรา ซึ่งหากแปรงได้ดี 2 ครั้ง ต่อวันก็ถือว่าเพียงพอแล้ว ดังนั้นการแปรงฟันตอนเที่ยงจึงไม่จำเป็นสำหรับเด็กในกลุ่มนี้ ส่วนอีกแบบ คือ ประเทศกำลังพัฒนาที่พฤติกรรมการแปรงฟัน 2 ครั้งต่อวัน ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ยังไม่ค่อยเป็นวิถีปฏิบัติของคนในสังคม ประชาชนโดยมากจะแปรงฟันเฉพาะตอนเช้า เช่นเดียวกับเด็กๆ ในโรงเรียนรัฐบาลส่วนใหญ่ในบ้านเรา และผู้ปกครองก็ไม่มีเวลาดูแลการแปรงฟันของลูก ท่ามกลางขนมหวาน น้ำหวานที่แพร่สะพัดในสังคม พฤติกรรมการแปรงฟันแบบนี้ ลงเอยด้วยเด็กมีฟันผุทั้งปาก ในสถานการณ์เช่นนี้ มีเพียงไม่กี่ประเทศ ที่โรงเรียนจัดกิจกรรมแปรงฟันเสริมให้กับเด็กๆ นอกจากไทย ก็เช่น ฟิลิปปินส์ มาเลเซีย เป็นต้น

โรงเรียนที่คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาฯ เข้าไปดูแลเรื่องการแปรงฟันให้อย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ปี 2552 พบว่าเด็กฟันผุลดลงและอนามัยช่องปากดีขึ้นอย่างชัดเจน เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กนักเรียนที่เพิ่งย้ายเข้ามาใหม่ พบว่าร้อยละของผู้มีฟันผุของเด็กที่เรียนตั้งแต่ชั้นอนุบาล (ผ่านกิจกรรมแปรงฟันมาตลอด) เป็นเพียงครึ่งหนึ่งของเด็กที่ย้ายมาใหม่ และร้อยละของผู้มีหินน้ำลายดำเพียงครึ่งหนึ่งเช่นเดียวกัน

ความเหลื่อมล้ำทางสุขภาพเป็นประเด็นหลักที่ท้าทายยิ่ง ของงานบริการสุขภาพทั่วโลก การทำให้ประชาชนหันมาสนใจดูแลสุขภาพตนเองและบุตรหลาน ยังอยู่ภายใต้เงื้อมมือของความพร้อมทางเศรษฐกิจ สังคม การเน้นย้ำเด็กและพ่อแม่ให้แปร่งฟันให้ดี 2 ครั้งต่อวันที่บ้านอาจสำเร็จโดยง่ายในโรงเรียนเอกชน ในขณะที่เด็กใน โรงเรียนรัฐบาลอาจต้องอาศัยนโยบายและความเข้าใจของผู้บริหาร โรงเรียน ที่จะทำให้โรงเรียนเป็นแหล่งเติมเต็มชีวิตให้กับเด็ก