

● ยาสีฟันกับคนพิการ ●

การใช้ยาสีฟันทำให้แปรงฟันได้ง่ายขึ้น แต่ถ้าการช่วยแปรงฟันแต่ละครั้งทำได้ลำบาก ก็ไม่จำเป็นต้องใช้ยาสีฟัน เพราะจะทำให้เลอะเทอะ และเด็กอาจสำลักได้ ทำให้แปรงไม่ได้นาน



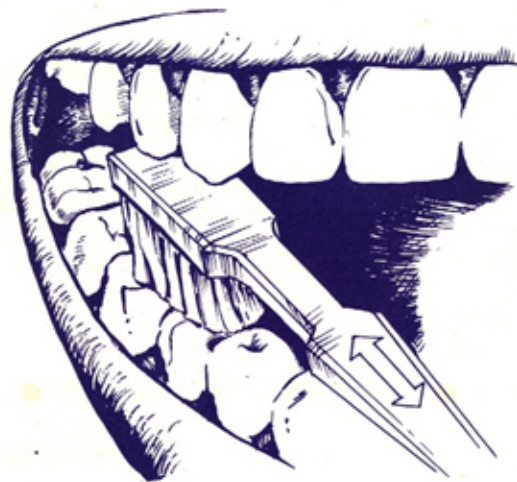
● วิธีแปรงฟันสำหรับคนพิการ ●

จากการทดลองค้นหาทำแปรงฟันที่เหมาะสม และถนัดต่อการช่วยแปรงฟันให้คนพิการ มี 2 วิธี คือ

วิธีที่ 1 วางขนแปรงติดกับคอฟันใกล้เหงือก แล้วบิดขนแปรงเข้าหาส่วนบนของซี่ฟัน ฟันบนบิดขนแปรงลง ฟันล่างบิดขนแปรงขึ้น



วิธีที่ 2 ขยับขนแปรงไปมาช่วงสั้น ๆ ไปจนทั่วทุกซี่ ทั้งด้านติดลิ้น ติดกระพุ้งแก้ม ติดริมฝีปาก รวมทั้งด้านบน ตัวฟันที่ใช้เคี้ยวอาหาร



การแปรงฟันทั้ง 2 วิธี ควรแปรงให้ทั่วถึงฟันทุกซี่ทุกด้าน ทั้งด้านนอก ด้านใน และด้านบดเคี้ยว รวมทั้งแปรงบนลิ้นด้วย ควรแปรงให้นานพอที่จะกำจัดแผ่นคราบที่จับบนตัวฟันออกจนหมด และการแปรงฟันควรเน้นบริเวณคอฟันที่ติดกับเหงือก ช่องระหว่างซี่ฟันและบนด้านบดเคี้ยวเป็นพิเศษ

ฟันดี
เพื่อชีวิตคนพิการ



- ฝ่ายทันตกรรม
- โรงพยาบาลราชานุกูล

ฟันดีในคนพิการ
บอกสัญญาณของโรคร้าย
ช่วยดูแลแปรงฟันให้
ลดโรคร้ายให้คนพิการ

● ข้อเสนอแนะการดูแลทันตสุขภาพ คนพิการ

อายุ	วิธีปฏิบัติ
- แรกเกิดถึง 6 ปี (ฟันน้ำนม)	<ul style="list-style-type: none"> ● ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลใกล้ชิดช่วยทำความสะอาดช่องปากและฟันวันละ 2 ครั้ง ● จัดอาหาร และฟลูออไรด์เสริมสร้างฟัน ● ตรวจฟัน และปรึกษาทันตแพทย์
- 6 - 12 ปี (ฟันน้ำนม และฟันแท้)	<ul style="list-style-type: none"> ● ฟิกัดแปรงฟันให้ถูกวิธีและสม่ำเสมอด้วยความอดทน ● ช่วยทำความสะอาดช่องปากเป็นประจำ ในรายที่ช่วยตัวเองไม่ได้ ● จัดอาหาร และฟลูออไรด์เสริมสร้างฟัน ● ช่วยตรวจฟันทุก ๆ 3 เดือน และปรึกษาทันตแพทย์
- 12 ปี ขึ้นไป (ฟันแท้)	<ul style="list-style-type: none"> ● ควบคุมและกระตุ้นการแปรงฟันให้ถูกวิธีและสม่ำเสมอ ● ช่วยทำความสะอาดช่องปากและฟันเป็นประจำ ในรายที่ช่วยตัวเองไม่ได้ ● ช่วยตรวจฟันทุก ๆ 3 เดือน และปรึกษาทันตแพทย์

● สุขภาพในช่องปากเป็นสิ่งสำคัญต่อ ชีวิตคนพิการอย่างไร

การดูแลสุขภาพทั่ว ๆ ไปของคนพิการนั้น สุขภาพในช่องปากและฟันมักจะถูกละเลย ซึ่งความจริงแล้วสุขภาพในช่องปากและฟันเป็นสิ่งสำคัญต่อชีวิตของคนพิการ ถ้าคนพิการมีสุขภาพในช่องปากไม่ดี จะเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคระบบหายใจ และโรคระบบทางเดินอาหารได้ง่าย และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

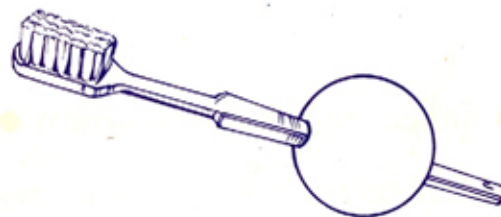
● ลักษณะแปรงสีฟันสำหรับคนพิการ ●

แปรงสีฟันที่ใช้กับคนพิการนั้น ควรมีการดัดแปลงให้มีลักษณะพิเศษ เพื่อช่วยเหลือนคนพิการบางประเภทที่สามารถแปรงฟันได้ มีดังนี้

- ใช้หนังสือตึกขนาดใหญ่ยึดแปรงติดไว้กับมือเด็ก เพื่อให้แปรงหลุดจากมือง่าย



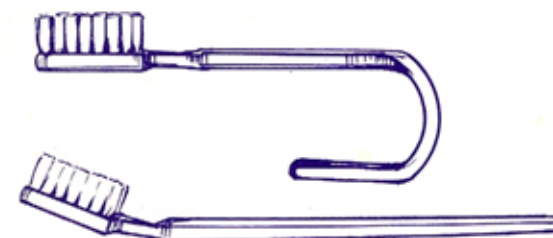
- ทำด้ามแปรงให้ใหญ่ขึ้น เพื่อให้จับได้ถนัด โดยเสียบด้ามแปรงในลูกบอลยาง หรือ หุ้มด้ามแปรงด้วยฟองน้ำ เป็นต้น



- ทำด้ามแปรงให้ยาวขึ้น โดยต่อด้ามแปรงเข้ากับไม้ หรือ พลาสติก เพื่อคนพิการที่ข้อศอกงอพับไม่ปกติ สามารถนำแปรงเข้าปาก และแปรงฟันให้ตนเองได้



- ทำด้ามแปรงให้โค้งงอ เพื่อยึดจับได้ถนัด



- แปรงสีฟันไฟฟ้า การสั่นสะเทือนของเครื่องจะช่วยออกแรงในการขยับแปรงให้แก่คนพิการที่ไม่สามารถโยกแปรงได้เอง

