

# บทบาทของอสม.ในการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

ทพ.วิภัทรพงษ์ บำรุงศิริ

ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา

# เป้าหมายสำคัญของงานสาธารณสุขมูลฐาน

- ▶ การเสริมศักยภาพให้ประชาชน/ชุมชนสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ทั้งในเรื่องการดูแลตนเอง การดูแลสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพและร่วมกันดำเนินมาตรการทางสังคม

อสม. เป็นคนในชุมชน เป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญของชุมชน



เป้าหมาย





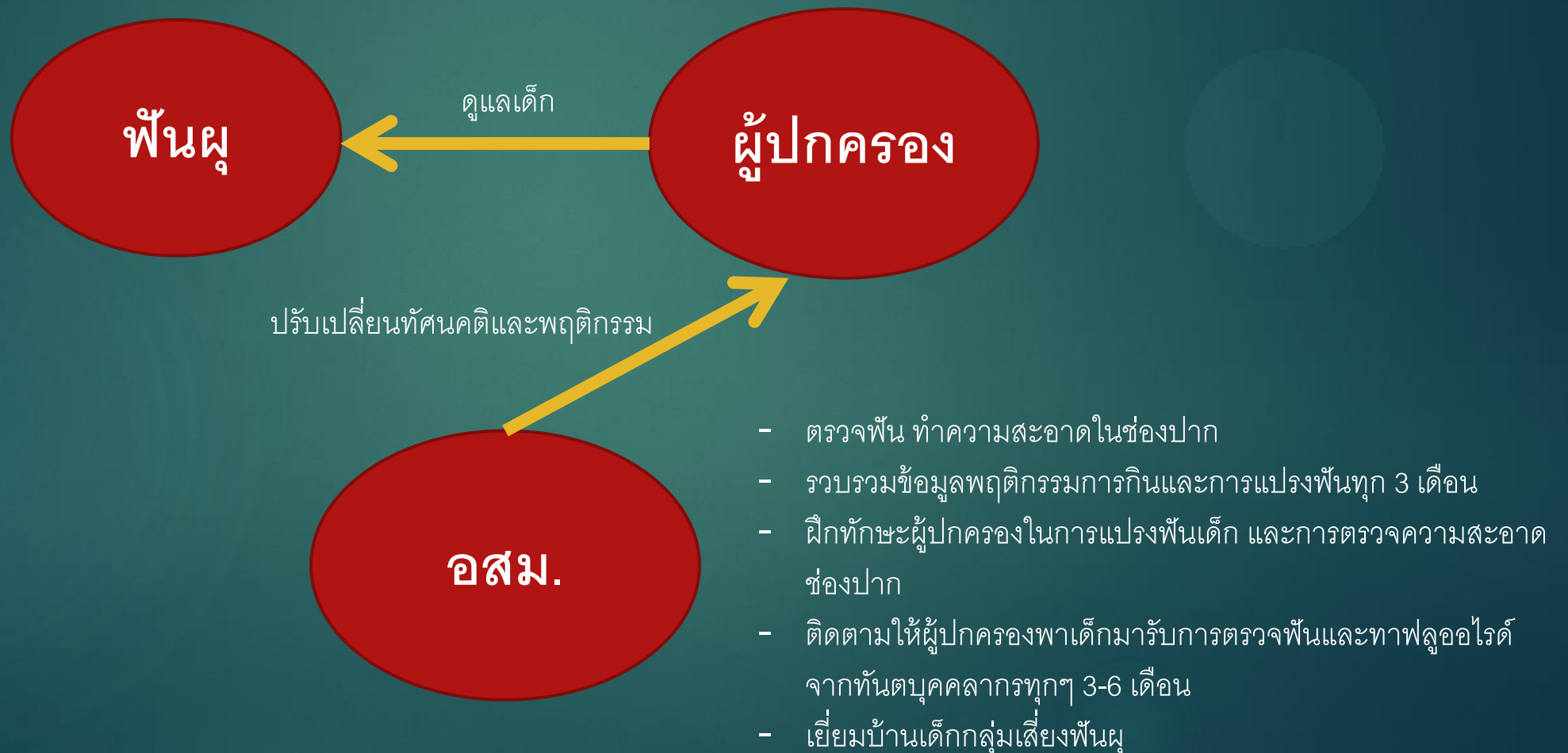
1. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากบุคคลและครอบครัว

2. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากใน setting ต่างๆ

3. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในระดับชุมชน

# 1. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากบุคคลและครอบครัว

## ▶ 1.1 การดูแลสุขภาพช่องปากเด็กอายุ 0-2 ปี



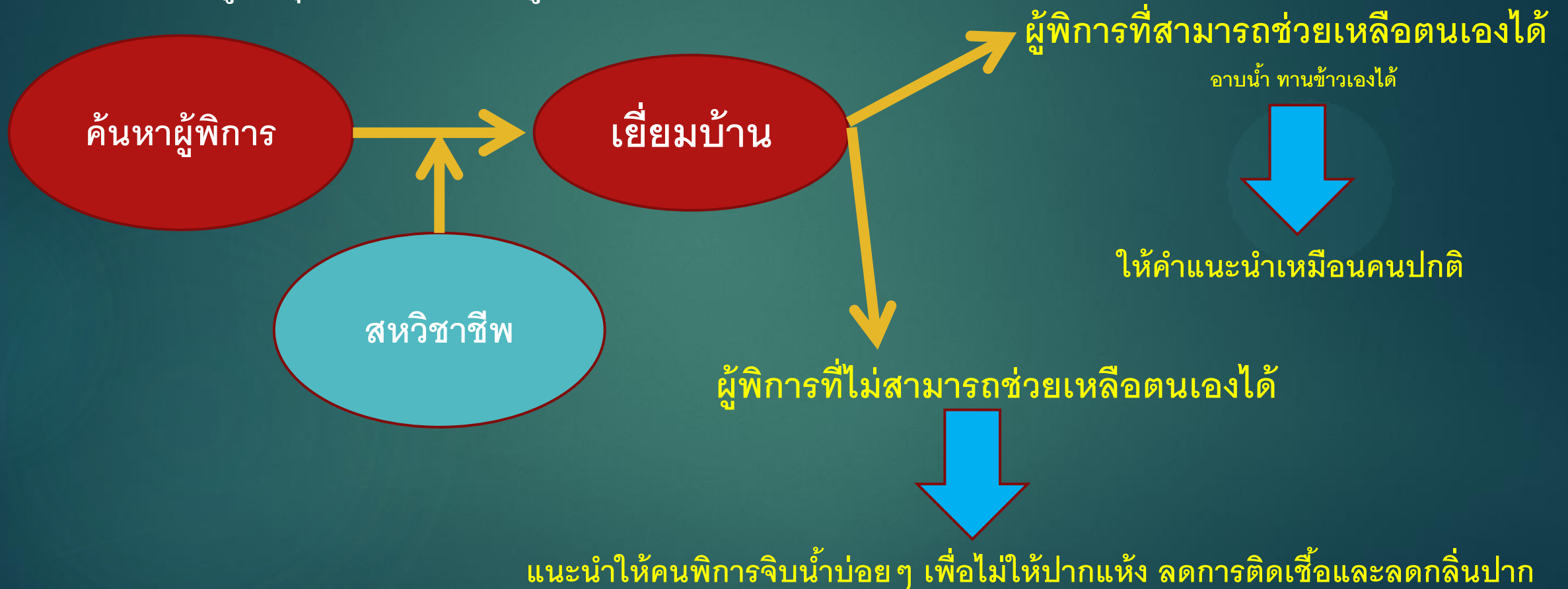
# 1. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากบุคคลและครอบครัว

## ▶ 1.2 การดูแลสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ

- แนะนำผู้สูงอายุในการแปรงฟันและการใช้อุปกรณ์เสริมและการดูแลฟันเทียม
- ติดตามผู้สูงอายุให้มารับการตรวจสุขภาพช่องปากจากทันตบุคลากรอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
- ติดตามเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อแนะนำ care giver

# 1. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากบุคคลและครอบครัว

## ▶ 1.3 การดูแลสุขภาพช่องปากผู้พิการ



- ▶ ผู้ดูแลควรทำความสะอาดช่องปากผู้พิการทุกวัน
- ▶ ถ้าอ้าปากกว้างได้ให้ใช้การแปรงฟันและการแปรงลิ้น
- ▶ ถ้าอ้าปากกว้างไม่ได้หรือไม่มีฟัน ให้ใช้สำลีพันไม้จุ่มน้ำเกลือ เช็ดเหงือกกระพุ้งแก้มและที่ลิ้น
- ▶ ผู้สูงอายุที่ติดเตียงให้คำแนะนำแก่ผู้ดูแลในการบริหารกล้ามเนื้อใบหน้าและลิ้นเพื่อกระตุ้นการทำงานของต่อมน้ำลาย
- ▶ ถ้าผู้พิการมีอาการปวด



ส่งโรงพยาบาล



# อุปกรณ์เสริมเพื่อช่วยทำความสะอาด

- ▶ เสริมด้ามแปรง โดยใช้ผ้าพันที่ด้ามแปรงสีฟันหรือทำยางรัดที่แปรงเพื่อไม่ให้หลุดมือ
- ▶ ใช้แปรงสีฟันไฟฟ้า ในผู้สูงอายุที่ไม่มีแรง
- ▶ ใช้ไม้พันสำลี หรือผ้าก๊อซ ชุบน้ำเช็ดกระพุ้งแก้ม เหงือกและฟัน ในคนที่บ้วนปากไม่ได้
- ▶ ในคนที่ปากแห้งให้ใช้น้ำเกลือแทนน้ำยาบ้วนปาก
- ▶ ควรหาที่กันแมลงวัน แมลงหวี่ตอมปากคนพิการที่ติดเตียง เพราะอาจจะไปวางไข่ได้





1. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากบุคคลและครอบครัว

2. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากใน setting ต่างๆ

3. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในระดับชุมชน

## 2. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากใน setting ต่างๆ

### ▶ 2.1 การดูแลสุขภาพช่องปากเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและชั้นอนุบาล



-ครูมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพช่องปากในศพด.และอนุบาล

- สร้างความเข้าใจของผู้ปกครองในการแปรงฟันและการกินอาหารของเด็กที่บ้าน
- ไม่นำขนมและเครื่องดื่มรสหวานมาเป็นรางวัลในการมาโรงเรียน
- ส่งเสริมให้เด็กทานอาหารเข้าทุกวัน
- กระตุ้นให้ผู้ปกครองนำเด็กที่มีปัญหาฟันผุไปทำการรักษา
- ในโรงเรียนที่มีครูจำนวนน้อย อสม. ควรมาร่วมดูแลเด็กแปรงฟันหลังอาหารกลางวันให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น
- ร่วมกับอปท.และเครือข่ายผู้ปกครองในการติดตามการจัดอาหารกลางวันและอาหารว่างที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

## 2. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากใน setting ต่างๆ

### ▶ 2.2 การดูแลสุขภาพช่องปากเด็กในโรงเรียนประถมศึกษา



-โรงเรียนมีกิจกรรมส่งเสริมทันตสุขภาพอยู่แล้ว

- ทำให้เกิดความต่อเนื่องของการฝึกสุขนิสัยของเด็กนักเรียน
- จัดการสิ่งแวดล้อมในชุมชน
- เด็กยังไม่สามารถแปรงฟันด้วยตนเองได้จนกว่าจะสามารถผูกโบว์เองได้  
ดังนั้นผู้ปกครองและชุมชนยังต้องช่วยกันดูแลอยู่

## 2. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากใน **setting** ต่างๆ

### ▶ 2.3 การดูแลสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ

1. ร่วมเป็นแกนนำหรือคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ
2. ร่วมเป็นผู้ประสานการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุ
3. อสม. ควรคำนึงว่าผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีศักยภาพ จึงควรให้ผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมด้วยตนเอง



1. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากบุคคลและครอบครัว

2. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากใน setting ต่างๆ

3. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในระดับชุมชน

### 3. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในระดับชุมชน

#### ▶ 3.1 การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่เสี่ยงต่อโรคฟันผุ

1. สร้างสื่อให้ความรู้กับประชาชนและเจ้าของร้านค้า
2. สร้างความร่วมมือกับร้านค้า เช่น จัดกลุ่มขนมและเครื่องดื่ม การจำหน่ายขนม เครื่องดื่มอ่อนหวาน
3. ร่วมกับอปท. และเครือข่ายผู้ประกอบการติดตามไม่ให้มีการขายน้ำอัดลม เครื่องดื่มรสหวานและขนมกรุบกรอบในโรงเรียน
4. ร่วมทำประชาคมหมู่บ้านเพื่อกำหนดข้อตกลงของชุมชน เช่น ปลอดน้ำอัดลม ลูกอมในงานศพ

# 3. การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในระดับชุมชน

## ▶ 3.2 การเฝ้าระวังน้ำบริโภคนในชุมชน

### ฟันตกกระ

- อสม.มีบทบาทในการสื่อสารให้ความรู้เรื่องฟันตกกระ
- หากพบเห็นควรแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในโรงพยาบาลให้มาตรวจสอบ
- ในพื้นที่ที่มีฟลูออไรด์สูง เก็บน้ำเพื่อส่งตรวจหาปริมาณฟลูออไรด์ปีละ 1 ครั้ง
- ในพื้นที่ที่มีฟลูออไรด์ต่ำ เก็บน้ำเพื่อส่งตรวจหาปริมาณฟลูออไรด์ 3 ปี/ครั้ง



ขอบคุณครับ