

# การสร้างเสริมสุขภาพช่องปาก

ประตู่...สู่สุขภาพที่ดีในทุกช่วงวัยของชีวิต



the gateway to be good health



10041650

ห้องสมุด วทบ. สุรินทร์

# สารบัญ

หน้า

## รู้จักช่องปาก

- พื้น โครงสร้างของฟัน และการขึ้นของฟันในช่องปาก 1-4
- หน้าที่ และรูปร่างลักษณะของฟัน 5
- รหัสชื่อ และด้านต่าง ๆ ของฟัน 6-7
- อวัยวะปริทันต์ 8
- ผลกระทบจากปัญหาสุขภาพช่องปาก และการสูญเสียฟัน 9

## โรคในช่องปากที่พบบ่อย

- โรคฟันผุ 10
  - สาเหตุ กลไก และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคฟันผุ 10-12
  - การป้องกันโรคฟันผุ 12-13
  - การวินิจฉัย และแนวทางการดูแลรักษาโรคฟันผุ 13-15
- โรคปริทันต์ 15
  - ประเภท สาเหตุ และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับโรคปริทันต์ 15-18
  - ความสัมพันธ์ระหว่างโรคปริทันต์ กับ โรคทางระบบ 18
  - การป้องกัน การวินิจฉัย และแนวทางการดูแลรักษาโรคปริทันต์ 18-19
- ปัญหาสุขภาพช่องปาก อื่น ๆ 19
  - อุบัติเหตุกับฟัน 19
  - กลิ่นปาก 19-21

## การสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคในช่องปาก

- พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ 22-23
- การดูแลอนามัยช่องปาก 24-27
- การตรวจและเฝ้าระวังสุขภาพช่องปาก 27

## ผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพช่องปาก

- แปรงสีฟัน และยาสีฟัน 28-30
- อุปกรณ์ทำความสะอาดขอกฟัน อุปกรณ์ทำความสะอาดลิ้น 30-32
- เครื่องฉีดน้ำทำความสะอาดช่องปาก 32
- ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดฟันปลอม 33
- น้ำยาบ้วนปาก 33-34

## การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์

- ปัญหาสุขภาพช่องปาก ผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ และการคลอด 35-36
- ความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพช่องปากแม่ กับ สุขภาพช่องปากลูก 36
- การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากช่วงการตั้งครรภ์ และช่วงการเลี้ยงดูบุตร 36-37
- การบูรณาการงานสร้างเสริมสุขภาพช่องปากในคลินิกฝากครรภ์ 38

### การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากเด็กปฐมวัย

- ความสำคัญของฟันน้ำนม ผลกระทบของโรคฟันน้ำนมต่อสุขภาพเด็ก 39-40
- สาเหตุ และลักษณะของโรคฟันผุในเด็กเล็ก 40-41
- การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากเด็กปฐมวัย และการป้องกันปัญหาฟันน้ำนมผุ 41
  - การจัดอาหารและโภชนาการให้เด็ก 41-43
  - การดูแลความสะอาดช่องปากเด็ก 44-45
  - การตรวจสุขภาพช่องปากเด็ก และการพาเด็กไปรับบริการทันตกรรม 45
  - การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพเด็ก 46-48
- ระบบบริการสุขภาพช่องปากเด็กปฐมวัย 48

### การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ปัญหาสุขภาพช่องปากของเด็กวัยเรียนและเยาวชน 49
- สร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคในช่องปาก เด็กวัยเรียน และเยาวชน 50
  - การแปรงฟัน 50-51
  - การตรวจฟันด้วยตนเอง 52
  - การบริโภคอาหารและการควบคุมการบริโภค 53
- กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 53

### การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากประชากรวัยทำงาน

- ผลของการสูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ต่อสุขภาพช่องปาก 54-56
- ความสัมพันธ์ระหว่างโรคในช่องปาก กับ โรคทางระบบ 56
  - โรคปริทันต์ กับ โรคเบาหวาน 57
  - โรคปริทันต์ กับ โรคผนังหลอดเลือดแดงหนาตัว 58-59
  - แนวทางการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพช่องปากประชากรกลุ่มวัยทำงาน 60

### การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ

- ปัญหาสุขภาพช่องปาก และปัจจัยที่มีผลต่อความผิดปกติในช่องปากผู้สูงอายุ 61-66
- การดูแลสุขภาพ และสุขภาพช่องปากของผู้สูงอายุ 66
  - การแปรงฟันในผู้สูงอายุ 67-69
  - การแนะนำด้านอาหาร และกรณีปากแห้ง 69
- การเสริมสร้างความแข็งแรงให้กล้ามเนื้อของช่องปาก 69-72
- บทบาทของทีมสุขภาพให้การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ 72

### การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากกลุ่มผู้พิการ

- ประเภทของความพิการ วิธีการสื่อสาร 73-75
- การฝึกทักษะการแปรงฟันให้ผู้พิการ 75-76
- การปรับพฤติกรรมเพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคในช่องปาก 77
- การตรวจสุขภาพช่องปากผู้พิการ 77