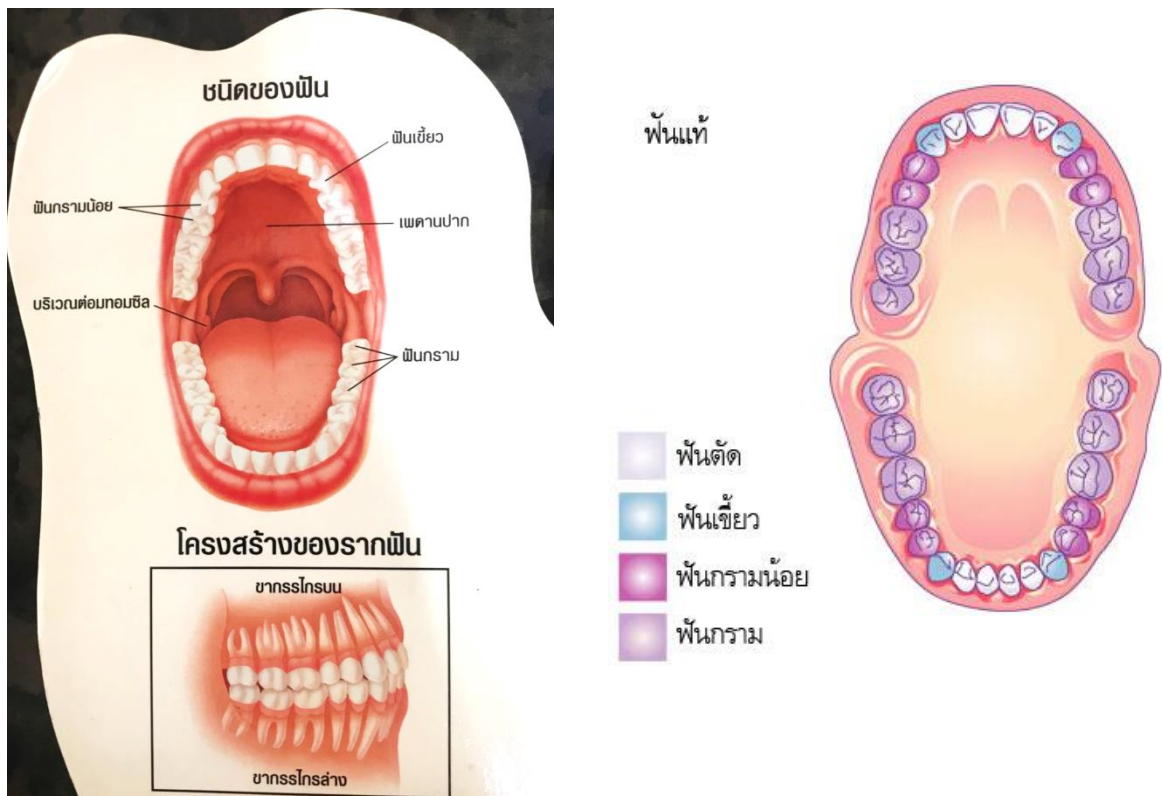


ความรู้ เรื่อง ความรู้พื้นฐาน โครงสร้างฟัน และโรคฟันผุ
โดย ทันตแพทย์หญิงพัชราภรณ์ กาวิละ ทันตแพทย์ชำนาญการ

“หากมีอายุมากขึ้น จำนวนซี่ฟันจะลดลง จริงหรือไม่”

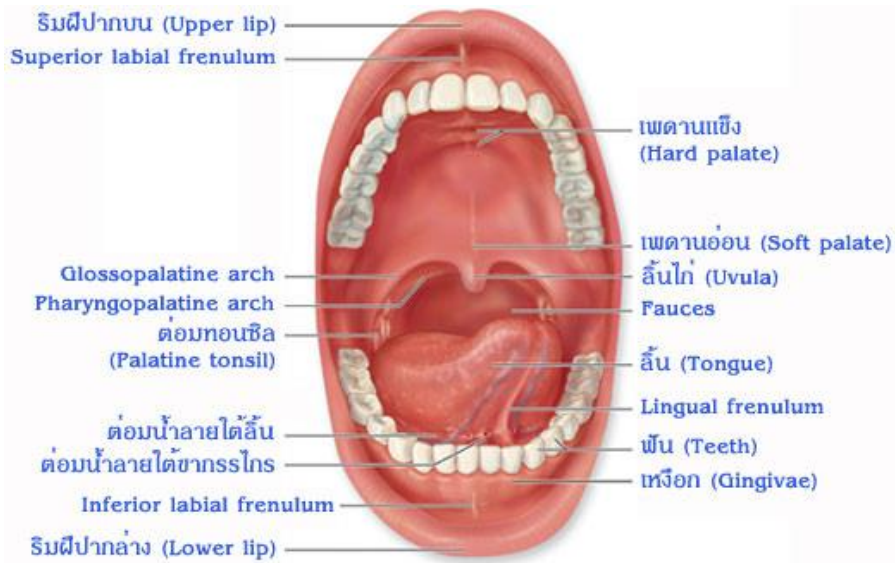
การเรียนรู้ความรู้พื้นฐานช่องปาก คือ ช่องปากของคนเราดูได้จากภาพประกอบ จะเห็นขากรรไกรบน และขากรรไกรล่าง โดยจะมีทั้งหมด 32 ซี่ ด้านบน 16 ซี่ ด้านล่าง 16 ซี่ ด้านบน : จะมีฟันตัด 4 ซี่ ฟันเขี้ยว 2 ซี่ ฟันกรามน้อย 4 ซี่ และ ฟันกรามใหญ่ 6 ซี่



หน้าที่ของฟัน

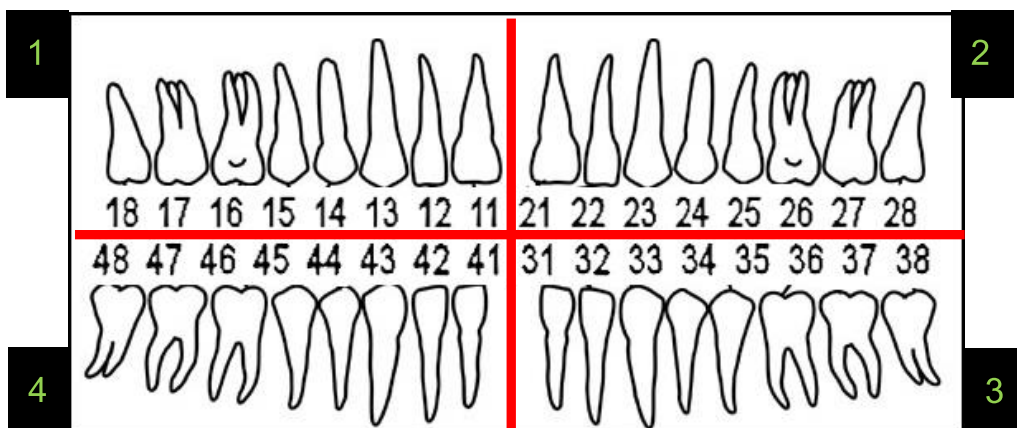
- ช่วยในการบดเคี้ยวอาหาร - ได้รับสารอาหารเพียงพอ - ร่างกายแข็งแรง
- ช่วยในการพูดให้ออกเสียงชัดเจนขึ้น
- ช่วยรักษาโครงสร้างใบหน้า ให้มีความกว้าง ความยาว และความอิมของริมฝีปากให้สมดุลกัน
- เป็นส่วนประกอบของบุคลิกภาพ เพราะฟันเป็นส่วนหนึ่งที่มองเห็นได้ง่ายโดยเฉพาะเวลาที่พูดคุยกัน

การดูแลสุขภาพช่องปาก



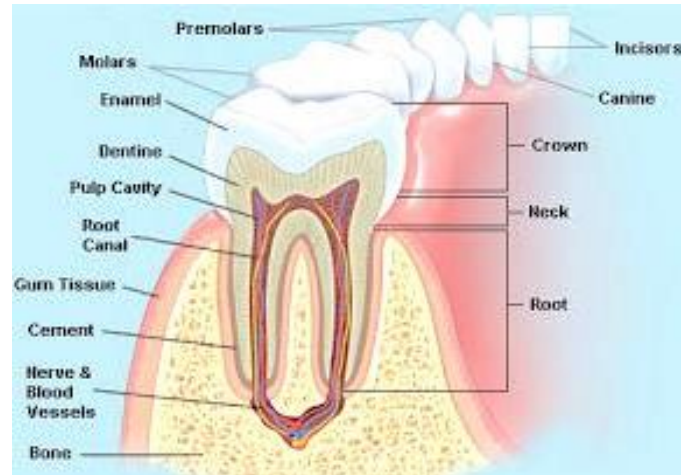
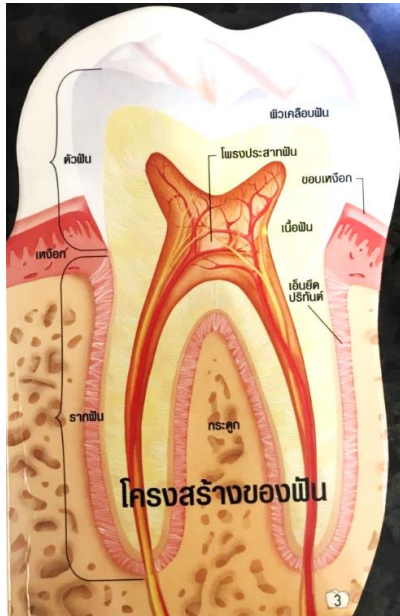
ในช่องปากนอกจากจะมีฟันแล้ว ยังมีอวัยวะอื่น ๆ ที่จะมีส่วนสัมพันธ์กับการเกิดโรคมะเร็งในช่องปากได้ ซึ่งจะอยู่ในหัวข้อต่อไป

การนับซี่ฟัน



การนับซี่ฟัน เริ่มจากการหันหน้าเข้าหาคนไข้ นับจากกึ่งกลางด้านหน้า นับไล่ออกไป
 ต่างข้าง ด้านบนคือด้านที่ 1 และ 2 ด้านล่าง คือด้านที่ 3 และ 4

โครงสร้างของฟัน

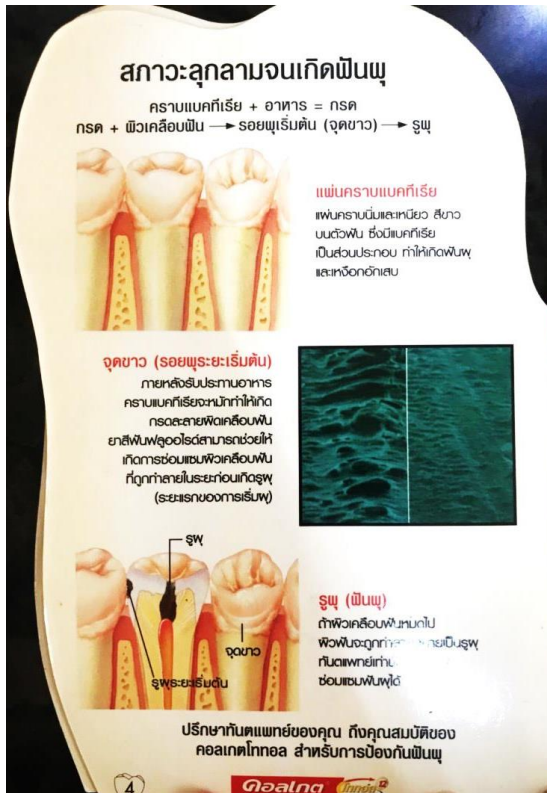


ในโครงสร้างฟันจะเห็นโพรงประสาทฟัน มีเส้นเลือด เส้นประสาท โดยแบ่งจากด้านนอกจะมี
 1. ส่วนตัวฟัน อยู่เหนือกระดูกเบ้าฟันขึ้นไป 2. ส่วนรากฟัน อยู่ด้านล่างของเหงือก ถ้าแบ่งชั้นผิวเคลือบ
 ฟัน ชั้นเนื้อฟัน และชั้นโพรงประสาทฟัน และจะยึดติดกับกระดูกโดยเอ็นยึดปริทันต์ ทำหน้าที่ในการยึด
 ฟันเข้ากับกระดูกรากฟัน เพื่อให้ฟันอยู่ติดกับกระดูกได้

โรคฟันผุ

เกิดจากหลายสาเหตุ ที่เกิดจากปัจจัย 4 อย่าง คือ ,, , ในอาหารจะมีส่วนประกอบของ
 คาร์โบไฮเดรต ซึ่งย่อยเป็นน้ำตาล และน้ำตาลจะเป็นอาหารของแบคทีเรีย เมื่อช่องปากมีเชื้อโรค
 ประกอบกับอาหารที่เรารับประทานเข้าไป ก็จะกลายเป็นอาหารของแบคทีเรีย แบคทีเรียก็จะย่อย
 อาหารให้กลายเป็นกรด ทำปฏิกิริยากับเคลือบผิวฟัน ก็จะทำให้เกิดรอยผุเริ่มต้น ในระยะแรกอาจจะ
 เป็นจุดขาว หรือเรียกว่า white lesion หากยังไม่ได้รับการรักษาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม รอยผุสี
 ขาวก็จะกลายเป็นรอยผุสีดำและเป็นรู

ในระยะแรก จะเริ่มเป็นสีขาวขุ่นบริเวณผิวเคลือบฟัน ซึ่งเป็นชั้นกระดูกที่แข็งแรงที่สุด จะผุจาก
 ชั้นเคลือบฟัน (enamel) ไหลลงไปชั้นเนื้อฟัน และชั้นโพรงประสาทฟัน เมื่อถึงชั้นโพรงประสาทฟัน
 ก็จะทำให้เกิดการอักเสบ จนกลายเป็นถุงหนองบริเวณปลายรากฟัน ผู้ป่วยจะมีอาการปวดรุนแรง อาจ
 ปวดตลอดเวลาหรือปวดเป็นพักๆ



Multifactorial Disease



ระยะ 1 : ขุ่นขาวบริเวณเคลือบฟันหรือหลุมร่องฟัน

ระยะ 2 : เนื้อฟันแตกหัก



- **ระยะที่ 1** : กรดเริ่มทำลายชั้นเคลือบฟัน อาจเห็นเป็นรอยขาวขุ่นบริเวณที่เป็นผิวเรียบของฟันหรือมีสีเทาดำตามหลุมร่องฟัน ยังไม่มีอาการ การแปรงฟันให้สะอาดและใช้ฟลูออไรด์ที่เฉพาะที่ อาจจะช่วยยับยั้งการลุกลามได้
- **ระยะที่ 2** : การกัดกร่อนลึกลงไปถึงชั้นเนื้อฟันมีสีเทาดำเห็นรูชัดเจขึ้น มีเศษอาหารติดจะเริ่มมีอาการเสียวฟัน เมื่อถูกของร้อน เย็นหรือหวานจัด ระยะนี้จำเป็นต้องพบทันตแพทย์เพื่อทำการรักษาโดยการอุดฟัน

- **ระยะที่ 3** : การทำลายลึกถึงโพรงประสาทฟันเกิดการอักเสบของเนื้อเยื่อภายในโพรงประสาทฟันมีอาการปวดรุนแรง อาจปวดตลอดเวลาหรือปวดเป็นพักๆ ระยะนี้ไม่สามารถรักษาโดยการอุดฟันได้ เพราะทำให้ปวดมากขึ้น ต้องรักษาโดยการรักษารากฟัน



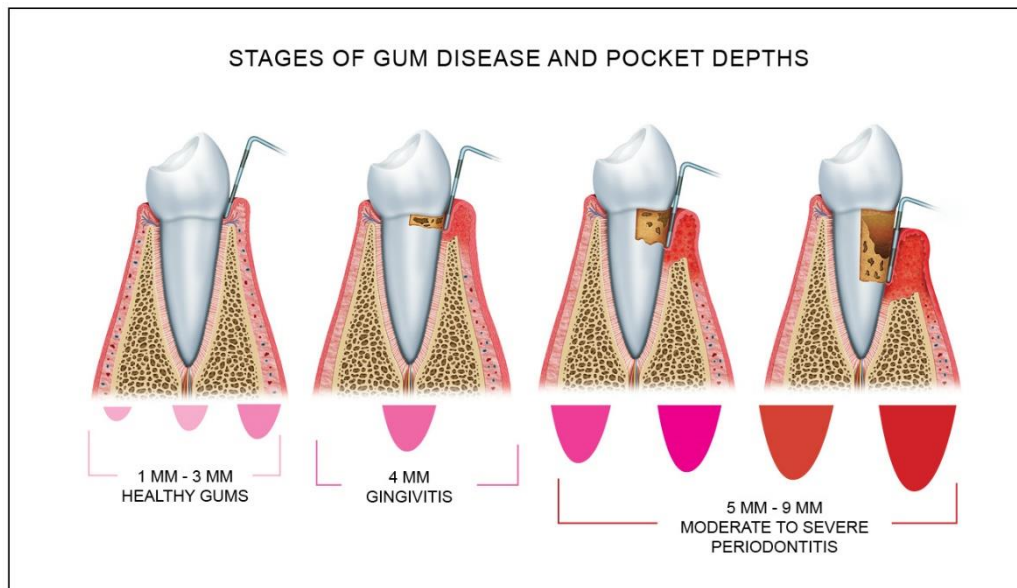
- **ระยะที่ 4 :** เนื้อเยื่อโพรงประสาทฟันถูกทำลายจนหมด การเน่าลุกลามไปถึงปลายรากฟัน อาจจะมีเจ็บๆ หายๆ เป็นช่วงๆ อาจเกิดฝีหนองบริเวณปลายราก เกิดการบวมบริเวณใบหน้า หรือฝีทะลุมาที่เหงือก แก้ม การรักษาจำเป็นต้องรักษาโพรงประสาทฟัน หรือรักษาคลองรากฟัน ถ้ารักษาไม่ได้ก็จำเป็นต้องถอนฟันและใส่ฟันเทียมทดแทน



โรคเหงือกอักเสบ/ปริทันต์



ลักษณะของโรคเหงือกอักเสบ คือ เหงือกจะแดง ผิวน้ำไม่เรียบ เมื่อแปรงฟันเลือดจะออกง่าย ซึ่งรูปภาพทางซ้ายมือ จะเป็นรูปภาพเหงือกที่มีสุขภาพที่ดี มีสีอมชมพู ไม่แดงมาก ขอบเหงือกผิวเรียบ ติดไปกับฟัน ไม่นูน ตัวฟันจะสะอาด ไม่มีคราบจุลินทรีย์



โรคเหงือกอักเสบ แตกต่างกับโรคปริทันต์อย่างไร ?

โรคเหงือกอักเสบ จะมีอาการอักเสบเล็กน้อย เป็นเฉพาะที่บริเวณเหงือก มีเลือดออก โดยที่กระดูกเบ้าฟันยังไม่ถูกทำลาย หรือถูกทำลายไม่เกิน 4 มิลลิเมตร แต่โรคปริทันต์ กระดูกจะละลาย เนื่องจากเชื้อโรคที่เป็นโรคปริทันต์หรือโรคเหงือกอักเสบจะมีความสามารถในการทำลายกระดูก หากเมื่อเป็นโรคเหงือกอักเสบ และยังไม่ได้ทำการรักษากระดูกจะละลายไปเรื่อยๆ และเมื่อกระดูกรอบด้านของฟันละลายไปจะทำให้ฟันโยก

ฟันตกกระ Fluorosis



บริเวณเขตภาคเหนือที่มีปริมาณฟลูออไรด์ในน้ำดื่ม น้ำบริโภคในปริมาณมากๆ ก็จะทำให้เกิดภาวะฟันตกรรณะ ฟันลาย ฟันสีขาวขุ่น พาดผ่านตัวฟัน สีผิวไม่สม่ำเสมอ หากเป็นรุนแรงก็จะเกิดการผุกร่อน บริเวณผิวหน้าของฟัน จะเกิดในวัยเด็กที่มีอายุไม่เกิน 7 ปี ในช่วงที่กำลังสร้างฟันแท้ ซึ่งคนเราจะมีฟัน 2 ชุด คือ ฟันน้ำนมและฟันแท้ ฟันน้ำนมจะสร้างสมบูรณ์ในขณะที่ยังมีอายุไม่เกิน 7 ปี หากในวัยเด็กได้รับฟลูออไรด์ ไม่ว่าจะเป็นการดื่มน้ำ การบริโภค การหุงข้าว หากน้ำที่ใช้มีการปนเปื้อนฟลูออไรด์ จะไปรบกวนกระบวนการสร้างฟัน ฟันที่สร้างเป็นฟันแท้ก็จะเกิดเป็นฟันตกรรณะ ซึ่งโดยปกติหากฟันตกรรณะในระดับเล็กน้อยถึงปานกลาง จะไม่ส่งผลต่อการเคี้ยวอาหาร การทำงานของฟัน แต่หากเป็นระดับรุนแรง ผิวฟันไม่สม่ำเสมอ ผิวฟันกร่อน จะส่งผลให้ฟันผุได้ง่ายกว่าซี่ฟันปกติ เพราะผิวฟันไม่เรียบ จะต้องรีบรักษาไม่ให้ฟันผุมากขึ้น ให้ปรึกษาทันตแพทย์หรือทันตภิบาลใกล้บ้าน

จะทำอย่างไรให้ไม่สูญเสียฟันจากโรคฟันผุและเหงือกอักเสบ

- แปรงฟัน 2 - 2 - 2
 - **2 ครั้ง** เช้า และก่อนนอน
 - **2 นาที**
 - **2 ชั่วโมง** หลังการแปรงฟัน ไม่รับประทานอาหารหรือ เครื่องดื่มที่มีรสหวาน



แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ ตอนเช้า และก่อนนอน ในตอนเช้าหลังจากตื่นนอนให้รีบแปรงฟัน และที่สำคัญคือการแปรงฟันก่อนนอน ไม่ทานอาหารอีก เพราะเป็นการกำจัดคราบอาหารก่อนที่นอน ให้ช่องปากสะอาดที่สุด ป้องกันไม่ให้แบคทีเรียในช่องปากย่อยเศษอาหาร ซึ่งจะทำให้ฟันผุได้

แปรงฟันอย่างน้อย 2 นาที มีงานวิจัยบอกว่า การแปรงฟัน 2 นาทีจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดอย่างเพียงพอ ถ้าน้อยกว่านี้จะไม่เพียงพอและไม่ครบทุกซี่ ฟันบางซี่จะไม่ได้รับการทำความสะอาด หากแปรงฟันแบบถูไปถูมา หากแปรงไประยะเวลาานานๆ จะทำให้คอฟันสึก ซึ่งโดยทั่วไปแล้วเศษอาหารจะอยู่บริเวณฟันกับบริเวณที่ติดกับเหงือก หากแปรงฟันแบบถูไปมา ปลายแปรงสีฟันจะไม่สามารถเข้าไปบริเวณซอกฟันกับเหงือกได้ เพราะฉะนั้นจะต้องขยับแปรงฟันเล็กน้อยและปิดลง มีงานวิจัยบอกว่า จะทำความสะอาดฟันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ลดการเกาะของคราบแบคทีเรียที่ฟัน ให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมแปรงฟัน การเลือกแปรงฟัน ให้เลือกที่ขนแปรงอ่อนนุ่ม จะทำให้เหงือกไม่ร่น แปรงฟันสะอาด และเปลี่ยนแปรงฟันทุก 3 เดือนหรือเมื่อขนแปรงบาน

หลังแปรงฟัน ไม่รับประทานอาหารหรือเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เมื่อเวลารับประทานอาหารจะทำให้ช่องปากมีความเป็นกรด เป็นด่าง หากเมื่อทานอาหารเข้าสภาพช่องปากก็จะมีความเป็นกรด และเมื่อระยะเวลาผ่านไปช่วงใกล้มื้อกลางวันช่องปากก็จะมีสภาพเป็นด่าง แต่ถ้าหากว่าเราทานอาหารบ่อย

เช่น ตอนเช้า ช่วงสาย ตอนกลางวัน ช่วงบ่าย ตอนเย็น และกลางคืน สภาพช่องปากก็จะมีความเป็นกรดเยอะ ในสภาวะนี้จะเอื้อต่อการเกิดฟันผุได้มากขึ้น

การดูแลสุขภาพฟันและช่องปาก

- ตรวจสอบสุขภาพช่องปากทุก 6 เดือน ถึง 1 ปี เพื่อ ทำความสะอาดฟันในจุดที่ผู้ป่วยไม่สามารถทำเองได้ (ขูดหินปูน)
- ให้ทันตบุคลากรตรวจพบรอยโรคในระยะเริ่มต้น เพื่อให้การรักษาได้ทันท่วงที (ประหยัดเวลา, เสียค่าใช้จ่ายน้อย, การรักษาไม่ซับซ้อน)

การรักษาทางทันตกรรม

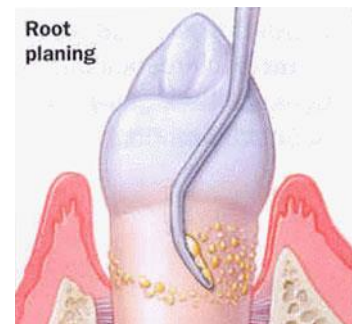
● การขูดหินปูน

การทำความสะอาดฟัน โดยจะใช้เครื่องมือขูดหินปูนกะเทาะเอาหินปูน(ซึ่งมีความแข็งและ เหนียว ไม่สามารถเอาออกด้วยการแปรงฟัน) บริเวณรอบตัวฟันออก เพื่อไม่ให้หินปูนนั้นก่อโรค เพราะหินปูนจะเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรคปริทันต์ ซึ่งเป็นสาเหตุของฟันโยก และการสูญเสียฟัน



● เกลารากฟัน

การทำความสะอาดรอบรากฟันในระดับที่ลึกลงไป (ใต้เหงือก) เนื่องจากการสูญเสียกระดูกรอบรากฟัน ทำให้มีหินปูนไปเกาะ ก่อโรคทำให้เกิดอาการปวด และอักเสบ



● อุดฟัน

การยับยั้งไม่ให้รอยผุลุกลาม และทดแทนเนื้อฟันที่ผุไปด้วยวัสดุอุดฟัน



- **รักษารากฟัน**

- การตัดโพรงประสาทฟัน หรือเนื้อเยื่อขนาดเล็กที่อยู่ใจกลางฟัน ซึ่งเมื่อโพรงประสาทฟันที่ถูกทำลาย อักเสบ หรือตายถูกตัดออก ฟันที่ส่วนที่เหลือก็จะถูกทำความสะอาด จัดรูปทรง และอุด
- เมื่อไหร่จะต้องรักษารากฟัน
 - ฟันผุทะลุโพรงประสาทฟัน
 - ฟันแตก หรือหักทะลุโพรงประสาทฟัน
 - ฟันแตก หรือหักไม่ทะลุโพรงฟัน แต่เนื้อฟันที่เหลืออยู่ไม่สามารถบูรณะได้
 - มีหนองเกิดขึ้นบริเวณปลายราก
 - ฟันที่ได้รับอุบัติเหตุกระทบกระเทือนอย่างรุนแรงจนเกิดการอักเสบ หรือการตายของเนื้อเยื่อในโพรงฟัน



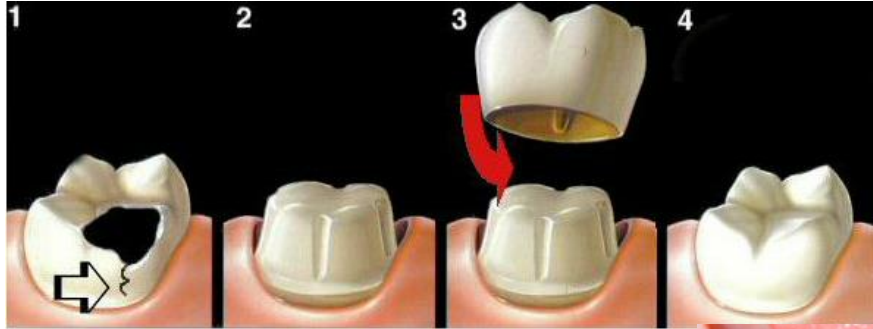
- **จัดฟัน**

- เพื่อให้ฟันเรียงตัวได้ดีขึ้น ลดการซ้อนเกของฟันซึ่งทำให้ทำความสะอาดได้ยาก ช่วยปรับการบดเคี้ยวให้เคี้ยวได้ดีและมีประสิทธิภาพมากขึ้น
- เพื่อให้มีรอยยิ้มที่สวยงาม เพิ่มความมั่นใจ เสริมบุคลิกภาพ
- เพื่อให้ออกเสียงชัดเจน



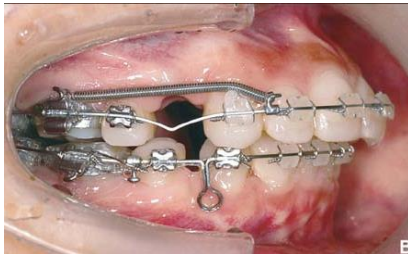
- **ครอบฟัน**

- การบูรณะฟันอย่างหนึ่ง เพื่อทดแทนเนื้อฟันที่หายไปในกรณีที่ฟันผุ หรือหักในกรณีที่ไม่สามารถบูรณะได้ด้วยการอุดฟัน
- ทำในฟันที่รักษารากฟันแล้ว เนื่องจากฟันมีความเปราะ แตกหักได้ง่าย



- **ถอนฟัน**

- ฟันผุทะลุโพรงประสาทฟัน
- ฟันโยกจากโรคปริทันต์
- ฟันแตก/ร้าว จนไม่สามารถบูรณะได้
- ฟันที่ได้อุบัติเหตุ จนไม่สามารถบูรณะได้
- ถอนฟันเพื่อการจัดฟัน



- **ฟันเทียม**

- ใส่ทดแทนฟันที่หายไป เพื่อให้
 - เคี้ยวอาหารได้ดีขึ้น ร่างกายได้รับสารอาหารเพียงพอ ร่างกายแข็งแรง
 - เพื่อเสริมความสวยงามให้แก่ใบหน้า มีรอยยิ้มที่สดใส เพิ่มความมั่นใจ
 - เพื่อให้ออกเสียงได้ชัดเจน มีความมั่นใจในการพูด

ฟันเทียมมี 3 ชนิด คือ

1. ฟันเทียมถอดได้



2. ฟันเทียมติดแน่น



3. รากฟันเทียม

