

ชื่อผลงาน การพัฒนากิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวันอย่างมีคุณภาพในโรงเรียนประถมศึกษา
เขตอำเภอวัดเพลง จังหวัดราชบุรี

ชื่อเจ้าของผลงาน นางวไลภรณ์ อุ่นรั้วทิพย์ (เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข ชำนาญงาน)

ชื่อองค์กรและที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลวัดเพลง กลุ่มงานทันตกรรม

คำสำคัญ การแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน,เด็กนักเรียนประถมศึกษา,การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

สรุปเรื่องเล่าโดยย่อ

งานทันตกรรมโรงพยาบาลวัดเพลง ได้พัฒนารูปแบบการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันในโรงเรียน ของกลุ่มเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา เขตอำเภอวัดเพลง จังหวัดราชบุรี อย่างมีคุณภาพขึ้น เพื่อให้เด็กนักเรียนกลุ่มนี้เห็นความสำคัญ เกิดความรู้ ความเข้าใจ จนสามารถนำไปสู่การปฏิบัติด้านการแปรงฟันที่ถูกต้อง สม่่าเสมอ ก่อให้เกิดผลที่ดีต่อร่างกาย และจิตใจ ตลอดจนสามารถเป็นแกนนำในการดูแลสุขภาพให้แก่บุคคลในครอบครัว ชุมชน สังคม ต่อไป การพัฒนาคุณภาพการจัดกิจกรรมการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันในโรงเรียนประถมศึกษา มีการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ “ การแปรงฟันโดยวิธี ขยับ-ปิด (Modified Bass Technique)และวิธี กด-ดิ่ง-ปิด (Roll Technique) ร่วมกับการบรรยายวิธีการแปรงฟันผ่านสื่อของเพลงที่ใช้จริงในพื้นที่ทุกวัน ทุกโรงเรียนในเขตอำเภอวัดเพลง รวมทั้งมีการวางแผนร่วมกันอย่างมีส่วนร่วมเพื่อให้เกิดการพัฒนาที่ต่อเนื่องและยั่งยืน โดยอาศัยกลุ่มภาคีเครือข่ายโรงเรียนเด็กไทยฟันดีของเขตอำเภอวัดเพลง การแปรงฟันหลังอาหารกลางวันที่ดีขึ้นใหม่เพิ่มเติมจากเดิมที่ให้นักเรียนแปรงฟันพร้อมเพลงประกอบการแปรงฟันซึ่งมีระยะเวลาในการในการแปรงที่เร็วทำให้นักเรียนไม่สามารถปฏิบัติได้ทัน เป็นการแปรงฟันโดยมีแกนนำนักเรียน จับคู่บัดดี้ ฟีน้องแปรงฟัน พร้อมเพลงประกอบการบรรยายการแปรงฟันที่ถูกต้องวิธีของนักเรียนเอง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถแปรงฟันได้ถูกวิธีมากขึ้นจากการสังเกตของเจ้าที่ทันตบุคลากรและครูอนามัย สอดคล้องกับแผนพันธกิจที่วางแผนร่วมกับโรงเรียนทุกแห่ง โดยใช้แนวทางของกฎบัตรออตตาวา (Ottawa Charter for Health Promotion)

สมาชิกทีม

นายอิศรานุวัฒน์ ยงพิศาลภพ	ตำแหน่ง ทันตแพทย์ ชำนาญการ
นางวไลภรณ์ อุ่นรั้วทิพย์	ตำแหน่ง เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข ชำนาญงาน
นางนิตยา พุกษา	ตำแหน่ง เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข ชำนาญงาน
นางสาวสุณิสา เทวา	ตำแหน่ง เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข ปฏิบัติงาน

เป้าหมาย

เพื่อพัฒนารูปแบบการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันอย่างมีคุณภาพของกลุ่มเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา และ พัฒนาศักยภาพนักเรียนผู้นำ ครูอนามัย ในการดูแลสุขภาพช่องปากในโรงเรียนเพื่อต่อยอดกิจกรรมของ เครือข่ายโรงเรียนเด็กไทยฟันดีอำเภอวัดเพลง จังหวัดราชบุรี
ตลอดจนส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีระหว่างทีมทันตบุคลากร โรงเรียน และชุมชน

ที่มาของปัญหา

งานทันตสาธารณสุขในกลุ่มเด็กประถมศึกษาเป็นงานที่สำคัญ เนื่องจากเป็นนโยบายหลักจากสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขที่มุ่งหวังให้เด็กวัยเรียนมีสุขภาพช่องปากที่ดี อันจะส่งผลถึงสุขภาพ องค์กรร่วมด้วย นอกจากนี้ยังเป็นการปลูกฝังสุขอนามัยที่ดีให้กับเด็กที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า ให้สามารถมี ความแตกฉานด้านสุขภาพช่องปาก (oral health literacy) ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของงานทันตกรรม โรงพยาบาล วัดเพลง จังหวัดราชบุรี ที่มีหน้าที่สำคัญในฐานะผู้ดูแลสุขภาพช่องปากของประชากรในเขตอำเภอวัดเพลง ทั้งนี้ จากข้อมูลการสำรวจสถานะช่องปากระดับประเทศ ครั้งที่ 6 พ.ศ. 2549- 2550 พบว่า เด็กวัยเรียน ที่ทำการ สำรองในกลุ่มอายุ 12 ปี มีสภาวะการเกิดโรคฟันผุอยู่ที่ ร้อยละ 56.87 เด็กมีประสบการณ์ การเป็นโรคฟันผุ โดยค่าเฉลี่ย ฟันผุ ถอน อุด เท่ากับ 1.55 ซี่/คน ปัญหาที่พบในภาคกลาง เป็นพื้นที่ที่เด็กอายุ 12ปี มีประสบการณ์ เป็นโรคฟันผุสูงกว่าภาคอื่น ๆ โดยค่าเฉลี่ย ฟันผุ ถอน อุด เท่ากับ 1.97 ซี่/คน

ปัญหาที่พบในจังหวัดราชบุรี ผลการสำรวจในกลุ่มเด็กอายุ12ปี สำรองปีพ.ศ. 2552 2553 และ2554 พบว่า ในกลุ่มอายุ 12 ปีมี สภาวะการเกิดโรคฟันผุอยู่ที่ ร้อยละ 56.04 62.79 และ 70.90 ตามลำดับ เด็กมี ประสบการณ์ การเป็นโรคฟันผุ โดยค่าเฉลี่ย ฟันผุ ถอน อุด เท่ากับ 1.72 2.00 และ3.42 ซี่/คน ตามลำดับ และปัญหาที่พบในเขตพื้นที่อำเภอวัดเพลง ผลการสำรวจในกลุ่มเด็กอายุ12ปี ในพ.ศ. 2552 2553 และ2554 พบว่ามีสภาวะการเกิดโรคฟันผุอยู่ที่ ร้อยละ 67.18 64.10 และ 55.46 ตามลำดับ เด็กมีประสบการณ์ การเป็น โรคฟันผุ โดยค่าเฉลี่ย ฟันผุ ถอน อุด เท่ากับ 2.03 1.70 และ 1.66 ซี่/คน ตามลำดับ แม้ว่าจะมีแนวโน้ม ของสุขภาพช่องปากเด็กกลุ่มวัยเรียนดีขึ้น เนื่องมาจากการพัฒนางานส่งเสริมป้องกันด้านทันตสุขภาพอย่างจริงจัง ผ่านรูปแบบของเครือข่ายโรงเรียนเด็กไทยฟันดีอำเภอวัดเพลง ที่ดำเนินงานมาอย่างต่อเนื่อง แต่โรคฟันผุยังเป็น ปัญหาสำคัญของพื้นที่ และทีมงานประสงค์ที่จะบรรลุเป้าหมายระดับชาติ จึงพัฒนางานจากข้อสันนิษฐานอ้างอิง วิชาการทางทันตแพทยศาสตร์ (evidence based dentistry) นำไปสู่การแก้ปัญหาและหาถึงวิธีการป้องกันการ เกิดของปัญหา ซึ่งพบว่า พฤติกรรมการแปรงฟัน และการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน อย่างมีคุณภาพเป็นวิธีที่ นำไปสู่การป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนได้

จากผลการศึกษาของสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ในเรื่องพฤติกรรมอนามัย ในช่องปาก ในเรื่องการแปรงฟัน พบว่า การแปรงฟันและการใช้ฟลูออไรด์ เฉพาะที่เป็นวิธีพื้นฐาน ที่ได้รับการ

ยืนยันว่าช่วยในการป้องกันโรคฟันผุ สมาคม ทันตแพทย์แห่งสหรัฐอเมริกาได้แนะนำว่า การแปรงด้วยยาสีฟัน ผสม ฟลูออไรด์ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง จะช่วยลดการเกิดโรคฟันผุได้ถึง 23 % รวมทั้งองค์การอนามัยโลกที่สนับสนุน การแปรงฟันมือหลังอาหารเช้า และก่อนนอนทุกวัน ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ โดยต้องแปรงฟันอย่างทั่วถึงและ นานอย่างน้อย 2 นาที

และจาก การติดตามผลการดำเนินงานส่งเสริมทันตสุขภาพและป้องกันโรคของโรงเรียนในพื้นที่มาอย่างต่อเนื่องตลอดช่วงชั้นประถมศึกษา 6 ปีซ้อนหลัง พร้อมทั้งติดตามเฝ้าระวังปัจจัยเสี่ยงสำคัญด้านพฤติกรรมและ สิ่งแวดล้อมในโรงเรียน จะพบปัจจัยเสี่ยงในการเฝ้าระวังกลุ่มอายุ 12 ปี คือ การกินอาหารระหว่างมือ พฤติกรรม การกินน้ำหวานและน้ำอัดลม การกินขนม การกินลูกอม พฤติกรรมการแปรงฟัน และการแปรงฟันหลังอาหาร กลางวันที่ไม่มีประสิทธิภาพอย่างที่จะควรจะเป็น

เนื่องจากปัจจัยเสี่ยงที่พบมีหลายปัจจัย แต่หากได้พิจารณาตาม ความจำเป็นและความเร่งด่วน ตลอดจน ความสำคัญ และความสามารถที่จะดำเนินการแก้ไขได้โดยที่ไม่มีผลกระทบต่อหลาย ๆ ด้านในบริบทของ การทำงานของพื้นที่นั้นก็คือ พฤติกรรมการแปรงฟัน และการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันอย่างมีคุณภาพ ทีมทันต บุคลากรอำเภอวัดเพลงจึงตั้งใจที่จะพัฒนารูปแบบการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันในโรงเรียน ของกลุ่มเด็ก นักเรียนชั้นประถมศึกษา เขตอำเภอวัดเพลง จังหวัดราชบุรี อย่างมีคุณภาพขึ้น เพื่อให้เด็กนักเรียนชั้น ประถมศึกษากลุ่มนี้เห็นความสำคัญ เกิดความรู้ ความเข้าใจ จนสามารถนำไปสู่การปฏิบัติด้านการแปรงฟันที่ ถูกต้อง สม่ำเสมอ ก่อให้เกิดผลที่ดีต่อร่างกาย และจิตใจ ตลอดจนสามารถเป็นแกนนำในการดูแลสุขภาพให้แก่ บุคคลในครอบครัว ชุมชน สังคม ต่อไป

กิจกรรมการแก้ปัญหา / พัฒนา

การพัฒนากิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน พบว่ารูปแบบการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันที่ดีขึ้น ใหม่เพิ่มเติมจากเดิมที่ให้นักเรียนแปรงฟันพร้อมเพลงประกอบการแปรงฟันซึ่งมีระยะเวลาในการแปรงที่เร็ว ทำให้นักเรียนไม่สามารถปฏิบัติได้ทัน เป็นการแปรงฟันโดยมีแกนนำนักเรียน จับคู่บัดดี้พี่น้องแปรงฟัน พร้อมเพลง ประกอบการบรรยายการแปรงฟันที่ถูกวิธีของนักเรียนเอง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถแปรงฟันได้ถูกวิธีมาก ขึ้นจากการสังเกตของเจ้าที่ทันตบุคลากรและครูอนามัย สอดคล้องกับแผนพันธกิจที่วางแผนร่วมกับโรงเรียนทุก แห่ง โดยใช้แนวทางของกฎบัตรออตตาวา (Ottawa Charter for Health Promotion) ดังนี้

แนวทาง	กิจกรรม
นโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพช่องปากนักเรียน	- โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวันพร้อมกันในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา
สิ่งแวดล้อมที่สนับสนุนเพื่อสุขภาพช่องปากนักเรียน	<ul style="list-style-type: none"> - โรงเรียนจัดสถานที่สำหรับแปรงฟันหลังอาหารกลางวันให้นักเรียน - มีการจัดอบรมแกนนำนักเรียนการแปรงฟัน (บัดดี้ ฟีน้องแปรงฟัน) - มีการจัดสนับสนุนสื่อ VCD การแปรงฟัน - มีการจัดสนับสนุนอุปกรณ์สำหรับแปรงฟันให้แก่นักเรียน ประกอบด้วย แปรงสีฟัน ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ - เปิดเพลงประกอบการบรรยายการแปรงฟันที่ถูกวิธีโดยประยุกต์มาจากเครือข่ายโรงเรียน อำเภอสามชุกจังหวัดสุพรรณบุรีเพื่อใช้ประกอบการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน
ทักษะชีวิตของบุคคลเพื่อสุขภาพช่องปากนักเรียน	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำนักเรียนเป็นแกนนำในการแปรงฟันที่โรงเรียน 1. แปรงฟันหลังอาหารกลางวันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ 2. แปรงฟันโดยวิธี“ การแปรงฟันโดยวิธี ชัยบ-ปิด (Modified Bass Technique)และวิธี กด-ดิ่ง-ปิด (Roll Technique) 3. ให้ความรู้แก่เพื่อนหรือน้อง ๆ ในการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน - หลังจากแปรงฟันเสร็จควรมีการตรวจภายในช่องปากอีกครั้ง - บันทึกการแปรงฟันของนักเรียน
การกระทำของชุมชนเพื่อสุขภาพช่องปากนักเรียน	- มีการควบคุมกำกับกับการแปรงฟันของนักเรียนโดย ผู้นำนักเรียน ครู ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
ทิศทางใหม่ในการบริการ เพื่อสุขภาพช่องปากนักเรียน	<ul style="list-style-type: none"> - จัดประกวดโรงเรียน จัดกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวันในเขตอำเภอวัดเพลง - จัดประกวดแกนนำบัดดี้ ฟีน้องแปรงฟันระดับอำเภอ

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

1. ความรู้ด้านการแปรงฟันของนักเรียนประถมศึกษา หลังการดำเนินการนักเรียนมีความรู้เพิ่มมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ เกิดจากการที่นักเรียนได้รับการส่งเสริมความรู้จากเจ้าหน้าที่ทันตบุคลากรอย่างจริงจัง
2. ศักยภาพด้านการแปรงฟันของนักเรียนประถมศึกษา หลังจากดำเนินกิจกรรมให้แปรงฟันหลังอาหารกลางวัน ตามคำบรรยายประกอบการแปรงฟันที่ถูกต้อง ด้วยเสียงตามสายในโรงเรียน เป็นการกระตุ้นเตือนความรู้ นำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องทำให้เด็กนักเรียนสามารถพัฒนาศักยภาพในการแปรงฟันของตนเองให้ถูกต้องและทั่วถึง ครอบคลุมทุกซี่ทุกด้านมากขึ้น
3. ความพึงพอใจของครูต่อการจัดกิจกรรมพัฒนาโปรแกรมการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันโดยการจัด กิจกรรมการดูแลซึ่งกันและกันของนักเรียน เด็กนักเรียนซึ่งเป็นศูนย์กลางของการดำเนินการและได้ดึงศักยภาพที่มี อยู่ให้มีการดูแลซึ่งกันและกันภายในโรงเรียน เพื่อนช่วยเพื่อน และพี่ดูแลน้อง (บัดดี้ พี่น้อง แปรงฟัน)

บทเรียนที่ได้รับ

จากผลการดำเนินงาน ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จที่สำคัญของการพัฒนาโปรแกรมการแปรงฟันหลัง อาหารกลางวันในโรงเรียน ของกลุ่มเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาได้แก่

1. การวางแผนร่วมกันแบบภาคีเครือข่าย (Planning and Networking)

จากการประชุมอบรมเชิงปฏิบัติการ “แผนพันธกิจสร้างเสริมทันตสุขภาพในกิจกรรมการแปรงฟันหลัง อาหารกลางวันของนักเรียนประถมศึกษา ในเขตอำเภอวัดเพลง” ทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและกระบวนการ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ส่งผลให้ผู้บริหารและครูเห็นความสำคัญของกิจกรรมการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันอย่างมี ประสิทธิภาพ

2. การดูแลซึ่งกันและกันของนักเรียน (บัดดี้ พี่น้อง แปรงฟัน)

เด็กนักเรียนซึ่งเป็นศูนย์กลางของการดำเนินการและได้ดึงเอาศักยภาพที่มีอยู่ให้มีการดูแลซึ่งกันและกัน ภายในโรงเรียน “เพื่อนช่วยเพื่อน พี่ช่วยน้อง” แกนนำนักเรียนเป็นผู้ช่วยครูอนามัยในการดูแลเรื่องการแปรงฟัน หลังอาหารกลางวัน ในโรงเรียนได้เป็นอย่างดี

3. การทำงานเป็นทีม

การร่วมกันทำกิจกรรมการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน ตามเสียงตามสายในโรงเรียนเป็นการดำเนินการ แบบองค์รวมและบูรณาการโดยมองว่าการพัฒนาศักยภาพของนักเรียนสำเร็จไม่ได้หากไม่ได้รับความร่วมมือจาก นักเรียน ครู ผู้บริหาร และทันตบุคลากรในการส่งเสริมให้กิจกรรมดังกล่าวดำเนินต่อไปได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน

ทั้งนี้โรงพยาบาลวัดเพลงและเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอวัดเพลง มุ่งเน้นการทำงานร่วมกับภาคี เครือข่ายในชุมชน โดยหวังให้เป็นองค์กรที่มีความน่าเชื่อถือและแสดงออกซึ่งความจริงใจต่อประชาชนในฐานะ ผู้ดูแลสุขภาพรวมทั้งการปลูกจิตสำนึกให้เกิด Self-care หรือความสามารถในการดูแลตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพา เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสามารถเกิดความแตกฉานด้านสุขภาพทั้งต่อตนเอง ครอบครัวและชุมชนได้

โอกาสพัฒนา/ข้อเสนอแนะ

1. การพัฒนารูปแบบการแปร่งฟันหลังอาหารกลางวัน โดยการใช้แนวทางบัดดี้ พี่น้องแปร่งฟัน เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์และเป็นยุทธศาสตร์ที่ดี สมควรมีการขยายผลเพื่อการวิจัยและพัฒนาอย่างต่อเนื่องต่อไป และอาจประยุกต์ไปสู่การดูแลในผู้ป่วยหรือกลุ่มเป้าหมายอื่น หรือในกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพอื่น ๆ ได้
2. ควรมีการพัฒนาและผลักดันให้เกิดการจัดกิจกรรมการแปร่งฟันหลังอาหารกลางวันของโรงเรียนในเขตอำเภอวัดเพลงเป็นโรงเรียนดีเด่นด้านการแปร่งฟันหลังอาหารกลางวันทุกวัน ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ รวมทั้งในบางโรงเรียนเริ่มมีการจัดกิจกรรมแปร่งฟันก่อนเข้าห้องเรียนในตอนเช้า โดยทีมครูสังเกตได้เองว่าเด็กส่วนใหญ่ไม่ค่อยได้แปร่งฟันตอนเช้า นับว่าเป็นสิ่งที่ดี เนื่องจาก ครูผู้ดูแลเด็กเป็นผู้ค้นพบปัญหา และนำไปสู่การแก้ไขแบบมีส่วนร่วม จะทำให้กิจกรรมนี้เกิดความต่อเนื่องและยั่งยืนในอนาคต

ภาพกิจกรรม



อบรมผู้นำการแปรงฟัน



ติดตามการทำงานของผู้นำ



