

รายงานการประชุมทบพวหนองค์ความรู้มาตรฐานวิชาการผลิตภัณฑ์ทันตสุขภาพ ครั้งที่ ๒
ครั้งที่ ๒ / ๒๕๖๔

วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

ณ ห้องประชุมสำนักทันตสาธารณสุข อาคาร ๕ ชั้น ๓ กรมอนามัย

ผู้มาประชุม

๑. นางปิยะดา	ประเสริฐสม	ผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุข	ประธาน
๒. นางวิกุล	วิศาลเสสถ์	อดีตทันตแพทย์ทรงคุณวุฒิ	
๓. นางสาวสุรัตน์	มงคลชัยอรัญญา	ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ	
๔. นางนนทินี	ตั้งเจริญดี	ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ	
๕. นางกรกมล	นิยมศิลป์	ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ	
๖. นางสาวจิราพร	ชิตดี	ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ	
๗. นางสาวภัทราภรณ์	หัสดีเสวี	ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ	
๘. นายพลพฤษ์	โสภารัตน์	ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ	
๙. นางสาวนันท์มนัส	แย้มบุตร	ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ	
๑๐. นายณัฐพงศ์	กันทะวงศ์	ทันตแพทย์ชำนาญการ	
๑๑. นายพงศธร	จิตกานนท์	ทันตแพทย์ชำนาญการ	
๑๒. นายปิยบุตร	จารุเหติ	ทันตแพทย์ชำนาญการ	
๑๓. นางปฐมา	เชานเมธา	ทันตแพทย์ชำนาญการ	
๑๔. นางสาววาสนี	เกียรติอดิศร	ทันตแพทย์ชำนาญการ	
๑๕. นางศิริวรรณ	อ่อนนุชมงคล	ช่างภาพทางการแพทย์ชำนาญการ	
๑๖. นายกษิวิชัย	ดำเกลี้ยง	นักวิทยาศาสตร์การแพทย์ชำนาญการ	
๑๗. นางสาวปาจรีย์ภัทร	นาควารี	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	
๑๘. นางสาวอริศรา	พัตตาสิงห์	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	
๑๙. นางสาวกันยา	ฤทธิ์อ้อม	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	
๒๐. นางสาวเบญญาภา	ธูปุดชา	นักวิชาการสาธารณสุข	
๒๑. นางสาวชนิกา	โรจน์สกุลพานิช	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	

ผู้ไม่มาประชุม

๑. นางสาวพัชรวรรณ สุขุมาลินท์ ทันตแพทย์ชำนาญการ เนื่องจากติดราชการ

เริ่มประชุมเวลา ๑๓.๐๐ น.

ประธานกล่าวเปิดประชุม และดำเนินการตามระเบียบวาระการประชุมดังต่อไปนี้

วาระที่ ๑ เรื่องประธานแจ้งที่ประชุมทราบ

ประธานแจ้งให้ที่ประชุมทราบถึงภารกิจของสำนักทันตสาธารณสุขในด้านการตรวจวิเคราะห์ปริมาณฟลูออไรด์ในน้ำและผลิตภัณฑ์ทันตสุขภาพสุขภาพ รวมถึง มาตรฐานแปรงสีฟันที่ขยายการใช้มาตรฐานให้ครอบคลุมในอนาคต และติดตามผลิตภัณฑ์ในท้องตลาด เพื่อพัฒนาระบบฐานข้อมูลและเป็นการสื่อสารกับผู้บริโภคให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

มติ ที่ประชุมรับทราบ

วาระที่ ๒ เรื่องรับรองรายงานการประชุม

ทันตแพทย์หญิงวาสนี เกียรติอดิสร นำเสนอรายงานการประชุมทบทวนองค์ความรู้มาตรฐานวิชาการผลิตภัณฑ์ทันตสุขภาพ ครั้งที่ ๑ เมื่อวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๓ ข้อสรุปดังนี้

๑. คำแนะนำสื่อที่มีความหลากหลายไม่ลงรายละเอียดในการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ ขอให้ทำสื่อที่มีเนื้อหาและหลักทางฐานทางวิชาการรับรอง
๒. ให้ปรับ Content ของเนื้อหาให้เป็นไปตามราชวิทยาลัยทันตแพทย์กำหนด
๓. พิจารณาความเหมาะสมการใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์ ตามช่วงกลุ่มวัยในปริมาณที่เหมาะสมตามความเข้มข้น ที่กำหนดโดยราชวิทยาลัยทันตแพทย์กำหนด

มติ ที่ประชุมรับรองรายงานการประชุม

วาระที่ ๓ เรื่องเพื่อทราบ

๓.๑. การบรรยาย เรื่อง How to make Digital Contents in New Era

บรรยายโดย นายมงคล จารุจรรยา ผู้แทนจาก บริษัท แอดวานซ์อินโฟเซอร์วิส จำกัด (มหาชน) ดังนี้

ในปัจจุบันการรับข้อมูลสื่อสารแบบออนไลน์ ซึ่ง Digital Contents มีการพัฒนาการหลากหลายรูปแบบ เพื่อให้เกิดการนำมาปรับและใช้ได้จริง จึงขอแนะนำ ๒ ส่วนดังนี้

- Re-cap จากหนังสือ Marketing 5.0 เพื่อเป็นการปูพื้นฐานของวิวัฒนาการของ Marketing ที่เปลี่ยนแปลงไปในปัจจุบัน ซึ่งในอดีตการตลาดนั้นเป็นการตลาดแบบมุ่งเน้นการขายสินค้า เน้น Product Centric และเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัดในยุค 3.0 กับรูปแบบของ Information systems การตลาดเปลี่ยนเป็น Customers Centric โดยเริ่มสร้าง website ระบบ E-mail marketing โดยเน้นที่ลูกค้าและการบริการเป็นสำคัญ และในยุค 4.0 เกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นการให้บริการด้านข้อมูลเพิ่มขึ้น การทำข้อมูลทางภาคีลูกค้า ในรูปแบบออนไลน์ เช่น Influencer, Reviewer, Key opinion leader (KOL) และในยุค 5.0 ทุกคนสามารถเข้าถึง Technology ในทุกกลุ่มวัย อาทิเช่น Platform Application Line@ Facebook แต่มีความแตกต่างกันตามวัตถุประสงค์และพฤติกรรม ตามความต้องการของแต่ละคนในการเข้าถึง Technology ต่างๆ จะแตกต่างกันออกไป ซึ่งการเข้าถึง Digital in the New Era ที่เปลี่ยนไปด้วยเช่นกัน เช่น การรับสิทธิประโยชน์ ต่างๆ ในรูปแบบออนไลน์ทำให้เห็นแนวโน้มในอนาคตที่เปลี่ยนไป การเลือกเป้าหมายในการทำเนื้อหาที่ถูกต้องกับกลุ่มผู้ใช้งาน การเลือกสื่อที่เหมาะสมและเกิดกระบวนการบอกต่อที่เราต้องการสื่อออกไปและอยู่ได้นาน ส่งผลให้เกิดการแพร่หลายของข้อมูล

- Contents เป็นการมุ่งความสำคัญในการทำเนื้อหาตามแนวทางดิจิทัลองค์ประกอบที่สำคัญในการทำ Contents เรียกว่า “STEPPS” อ้างอิงจากหนังสือ Contagious โดย Jonah Berger ประกอบไปด้วย

๑. S – Social currency คือกระแสสังคม การเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในสังคม เช่น การเปลี่ยนแปลงทางการเมือง รูปแบบสื่อ รูปแบบการบริโภค การเอากระแสสังคมมาทำ content จึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจแต่ กระแสสังคมอย่างเดียว อาจอยู่ได้ไม่นานจึงต้องพิจารณาองค์ประกอบอื่นร่วมด้วย

๒. T – Triggers คือจุดที่ทำให้เกิดความน่าสนใจ ในเนื้อหา ที่เราต้องการสื่อ

๓. E- Emotion อารมณ์มนุษย์จะตัดสินใจซื้อด้วยเหตุผลแต่ มักถูกปรับตามอารมณ์ ซึ่งอารมณ์จะทำให้เกิดการจำ และไม่ลืมสิ่งๆ นั้น

๔. P- Public คือสาธารณะ การเข้าถึงสาธารณะทำให้เกิดการจดจำได้ง่าย และอยู่ในกระแสได้นาน

๕ Practical Value คือการเพิ่มมูลค่าจากการสอน นำไปสู่การปฏิบัติ การreview การบอกต่อ ของสื่อที่น่าสนใจ ทำให้เกิดอิทธิพลต่อการตัดสินใจ

๖. Stories คือ การผูกเรื่องราวให้เป็นเรื่องเดียวกัน และทำให้คนเข้าถึงได้ง่าย

การพิจารณาการทำ content ให้น่าสนใจ อาจไม่จำเป็นต้องครบทั้ง ๖ องค์ประกอบแต่อย่างน้อยขอให้ นำองค์ประกอบเหล่านี้มาตรวจเช็ค content เพื่อป้องกันความเสี่ยงในการทำสื่อให้เกิดความเข้าใจและเกิดการสื่อสารบอกต่อไปยังบุคคลอื่นๆ ในส่วนของสำนักทันตสาธารณสุข นั้น มีความโดดเด่นด้าน Practical Value สามารถสร้าง Contents ที่ดึงดูดได้โดยการเติม Emotion หรือ Trigger และ Social currency ลงไป จะทำให้เข้าถึงประชาชนได้มากขึ้น โกลขึ้น และสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงได้

๓.๒. ร่างการจัดทำระบบฐานข้อมูลยาเสพติดผ่านรูปแบบออนไลน์

นายกษิวิชัย ดำเกลี้ยง นำเสนอ รูปแบบร่างการจัดทำระบบฐานข้อมูลการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทันตสุขภาพ ซึ่งมีทั้งหมด ๓ ประเภท คือ

๑. ฐานข้อมูลยาเสพติดผสมฟลูออไรด์

๒. ฐานข้อมูลแปรงสีฟัน

๓. ฐานข้อมูลผลิตภัณฑ์น้ำยาบ้วนปาก

ในการนี้ขอดำเนินการเรื่อง ข้อมูลยาเสพติดผสมฟลูออไรด์ผ่านรูปแบบออนไลน์ก่อนเนื่องจากมีข้อมูลที่สมบูรณ์ และครบถ้วน ในส่วนของข้อมูลแปรงสีฟันและผลิตภัณฑ์น้ำยาบ้วนปากจะดำเนินการต่อไปในอนาคต โดยฐานข้อมูลยาเสพติดผสมฟลูออไรด์แบ่งเป็น ๔ หัวข้อ คือ

๑. ความรู้ด้านการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทันตสุขภาพ ประกอบไปด้วยการให้ความรู้เรื่องการเลือกใช้ยาเสพติดผสมฟลูออไรด์ที่เหมาะสม

๒. ฐานข้อมูลยาเสพติด เป็นรูปแบบตารางข้อมูลยาเสพติดผสมฟลูออไรด์ที่จำหน่ายในประเทศไทย ประกอบด้วย ส่วนผสม ลักษณะ และประเภท ของยาเสพติด มีรูปภาพประกอบผลิตภัณฑ์สามารถคลิก เพื่อดูข้อมูลต่างๆ ได้

๓. เลือกยาเสพติดที่เหมาะสม มีลักษณะเป็นรูปแบบการเลือกเพื่อการค้นหา ยาเสพติดที่เหมาะสมกับตนเองซึ่ง ประกอบไปด้วยอายุของผู้ใช้ผลิตภัณฑ์ ปริมาณฟลูออไรด์ในยาเสพติด ข้อบ่งชี้การใช้งาน และชนิดของยาเสพติด กรณีที่เป็นยาเสพติดสำหรับเด็กจะขึ้น pop-up เตือนขอแนะนำการใช้ยาเสพติดในปริมาณที่เหมาะสมตามคำแนะนำของทันตแพทย์สมาคม

๔. คำถามที่พบบ่อย เช่น การแปรงฟัน หากเด็กกลืนยาเสพติดเข้าไปในปริมาณมาก และอายุการใช้งานของยาเสพติด เนื่องจากบริษัทผู้ผลิต บางรายไม่ได้กำหนดวันหมดอายุไว้บนฉลากผลิตภัณฑ์

มติ ที่ประชุมรับทราบและประธานมอบหมายให้ผู้จัดทำฐานข้อมูลปรับข้อมูลดังนี้

๑. ให้ตรงกับกลุ่มเป้าหมายคือกลุ่มทันตแพทย์ โดยทันตแพทย์หญิงวิกุล วิสาเสสธ อติตทันตแพทย์ ทรงคุณวุฒิเสนอให้ทำแบบสำรวจเกี่ยวกับการแนะนำยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ของทันตแพทย์ และทันตแพทย์หญิงนันท์ มนัส แยมบุตรเสนอให้เก็บข้อมูลสอบถามเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์ยาสีฟันของทันตแพทย์เป็นการสัมภาษณ์เชิงลึกเพิ่มเติม และปรับปรุงแบบให้ใช้งานง่ายขึ้น (friendly use)

๒. ในหัวข้อฐานข้อมูลยาสีฟัน ข้อมูลคำแนะนำ เรื่องปริมาณการใช้ฟลูออไรด์ในเด็กเล็กให้อ้างอิงการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดฟันผุ (Caries Management) ประกาศของราชวิทยาลัยทันตแพทย์และสมาคมทันตกรรมเด็กแห่งประเทศไทย และให้ตรวจสอบนิยาม กลุ่มเสี่ยง ให้ชัดเจน

๓. ทันตแพทย์หญิงภัทราภรณ์ หัสดีเสวี เสนอการปรับปริมาณฟลูออไรด์ในยาสีฟัน จากเดิม “๕๐๐ ppm” เป็นช่วง “๕๐๐-๙๐๐ ppm” ในตัวเลือกฐานข้อมูล

๔. ทันตแพทย์พุลฤกษ์ โสภารัตน์ เสนอให้ศึกษาวิธีการนำเสนอฐานข้อมูลผลิตภัณฑ์บนเว็บไซต์ เพื่อเพิ่มความน่าสนใจ

๕. ทันตแพทย์หญิงปฐมา เขานเมธา ขอให้ปรับผลการแสดงเพิ่มชื่อยี่ห้อและรุ่นของผลิตภัณฑ์ ในส่วนของการค้นหายาสีฟันที่เหมาะสม

วาระที่ ๔ เรื่องเพื่อพิจารณา

๔.๑ (ร่าง) ระเบียบฐานข้อมูลยาสีฟันสำหรับผู้ให้บริการทุกกลุ่มวัย

ทันตแพทย์หญิงนนทินี ตั้งเจริญดี ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ นำเสนอข้อพิจารณา เรื่องข้อบ่งชี้การใช้ปริมาณยาสีฟันในทุกกลุ่มวัย

ในกลุ่ม อายุ ๐ - ๓ ปี การใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ได้ตั้งแต่ฟันซี่แรกขึ้น โดยใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์สำหรับเด็กที่มีปริมาณฟลูออไรด์ ๑,๐๐๐ ppm ในปริมาณแตะแปรงพู่กัน หลังจากเด็กแปรงเสร็จ ผู้ปกครองแปรงฟันซ้ำให้เด็ก (หรือเป็นผู้ปกครองแปรงฟันให้เด็กเลย) และคอยดูแลอย่าให้เด็กกินหรือกลืนยาสีฟันขณะแปรงฟัน และในกรณีที่เป็นกลุ่มเสี่ยงใช้ยาสีฟัน ๑,๕๐๐ ppm หรือไม่

ในกลุ่ม อายุ ๓ - ๖ ปี ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์สำหรับเด็กที่มีปริมาณฟลูออไรด์ ๑,๐๐๐ ppm ในปริมาณเท่าเมล็ดถั่วเขียวหรือไม่ หลังจากเด็กแปรงเสร็จ ผู้ปกครองแปรงฟันซ้ำให้เด็ก และคอยดูแลอย่าให้เด็กกินหรือกลืนยาสีฟันขณะแปรงฟัน

ในกลุ่มอายุ ๖ ปีขึ้นไป ให้ใช้ยาสีฟันฟลูออไรด์สำหรับเด็ก ๑,๐๐๐ ppm หรือ ๑,๕๐๐ ppm ในปริมาณบิบบายาสีฟันเต็มแปรง หลังจากเด็กแปรงเสร็จ ผู้ปกครองแปรงฟันซ้ำให้เด็ก และ(คอยดูแลอย่าให้เด็กกินหรือกลืนยาสีฟันขณะแปรงฟัน และในกรณีที่เป็กลุ่มเสี่ยงแนะนำให้ใช้ยาสีฟัน ๑,๕๐๐ ppm

มติ ที่ประชุมรับทราบและประธานมอบหมายให้ผู้เกี่ยวข้องทำฐานข้อมูลปรับข้อมูลดังนี้

๑. ในกรณีเด็กอายุ ๐-๓ ปี การแปรงฟัน ให้เปลี่ยน จาก “แปรงซ้ำ” เป็น “ให้ผู้ปกครองแปรงฟันให้” โดยใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์สำหรับเด็กที่มีปริมาณฟลูออไรด์ ๑,๐๐๐ ppm ในปริมาณแตะแปรงพู่กัน และกลุ่มอายุ ๓ - ๖ ปี ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ขนาดเท่ากับ 0.5 มิลลิเมตร

๒. เรื่องปริมาณการใช้ฟลูออไรด์ในเด็กเล็กให้อ้างอิงการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดฟันผุ (Caries Management) ประกาศของราชวิทยาลัยทันตแพทย์และสมาคมทันตกรรมเด็กแห่งประเทศไทย

๓. ในเด็กกลุ่มเสี่ยงสูงและอายุ 6 ปีขึ้นไปแนะนำให้ใช้ยาสีฟัน ๑,๕๐๐ ppm และกลุ่มเด็กอายุ 6-8 ปีให้ผู้ปกครองแปรงซ้ำ

๔. ให้เปลี่ยนรูปภาพที่ใช้ในการให้คำแนะนำหรือข้อบ่งชี้ มอบหมายกลุ่มเด็ก (ทันตแพทย์พุลฤกษ์ โสภารัตน์) ส่งรูปประกอบให้กลุ่ม พรป. ดำเนินการ

๕. เพิ่มเติมลิงค์ การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดฟันผุ (Caries Management) ตาม ประกาศของสมาคมทันตกรรมสำหรับเด็ก

๔.๒ สรุปองค์ความรู้ด้านวิชาการการใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์แต่ละกลุ่มวัย

ทันตแพทย์หญิงวาสนี เกียรติอดิสร นำเสนอเพื่อพิจารณาองค์ความรู้ด้านวิชาการในรูปแบบ Infographic จัดทำโดย นางสาวกัญญา ฤทธิ์อิม โดยแบ่งตามกลุ่มวัยดังนี้

การเลือกใช้ยาสีฟัน สำหรับหญิงตั้งครรภ์

ฟันแม่ดี สุขภาพแม่ดี ลูกก็แข็งแรง
Healthy Mouth, Health Mom, Healthy Baby

แปรงฟัน 2-2-2
แปรงฟันให้ถูกวิธี วัน 2 นาที อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง และงดกินอาหาร อย่างน้อย 2 ชั่วโมง หลังการแปรงฟัน

เลือกใช้ยาสีฟันที่ผสมฟลูออไรด์ ความเข้มข้น 1500 ppm

ใช้ไหมขัดฟัน อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง เพื่อช่วยขจัดเศษอาหารที่อาจหลงเหลืออยู่จากการแปรงฟัน

เมื่ออายุครรภ์ 4 - 6 เดือน ควรไปพบทันตแพทย์เพื่อตรวจฟัน และทำความสะอาด ไม่ควรรองกระเบื้องอาหาร

หลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง เช่น ขนมหวาน น้ำหวาน น้ำอัดลม

สำนักงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย

การเลือกใช้ยาสีฟัน สำหรับเด็กอายุต่ำกว่า 3 ปี

ใช้ยาสีฟันยี่ห้อไหนก็ได้ ที่มีฟลูออไรด์ 1000 ppm

พบทันตแพทย์ตั้งแต่ฟันซี่แรกขึ้น เพื่อตรวจและเคลือบฟลูออไรด์

แปรงฟันให้ถูกวิธีอย่างน้อย วันละ 2 ครั้ง เช้า และก่อนนอน

ฟันซี่แรก-ต่ำกว่า 3 ขวบ บีบยาสีฟัน แค่นิ้วแตะแปรง ผู้ปกครองแปรงให้ แปรงเสร็จเช็ดฟองยาสีฟัน

หลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง เช่น ขนมกรุบกรอบ น้ำหวาน น้ำอัดลม งดนมหวาน และทำความสะอาดช่องปากหลังดื่มนมทุกมื้อ

ลูกรักฟันดี เริ่มที่ซี่แรก

สนุกทุกที่ ถ้าคุณพ่อคุณแม่แปรงให้

สำนักงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย

การเลือกใช้ยาสีฟัน สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี

ใช้ยาสีฟันที่ผสมฟลูออไรด์ 1000 ppm ขึ้นไป

แปรงฟันเป็นวง 2 นาที อย่างน้อย วันละ 2 ครั้ง

3-6 ขวบ บีบยาสีฟัน เท่าความกว้างหน้าตัดแปรง ผู้ปกครองบีบยาสีฟันให้ และช่วยแปรง

พบทันตแพทย์เป็นประจำ อย่างน้อยทุก 6 เดือน

หลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง เช่น ขนมกรุบกรอบ น้ำหวาน น้ำอัดลม และทำความสะอาดช่องปาก หลังดื่มนมทุกมื้อ

ใช้ไหมขัดฟัน ทำความสะอาดช่องปาก โดยให้ผู้ใหญ่ช่วย

สำนักงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย

การเลือกใช้ยาสีฟัน สำหรับเด็กอายุ 6 ปี ขึ้นไป

ยาสีฟัน ใช้ยี่ห้อใดก็ได้ ที่มีฟลูออไรด์ 1500 ppm

START

หลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง เช่น ขนมกรุบกรอบ น้ำหวาน น้ำอัดลม และแปรงฟันหลังกินอาหารทุกครั้ง

ปริมาณยาสีฟัน บีบยาสีฟันเต็มความยาวของแปรง และผู้ปกครองตรวจความสะอาดซ้ำ หลังการแปรงฟัน

แปรงฟัน 2-2-2 แปรงฟันให้ถูกวิธี วัน 2 นาที อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง และงดกินอาหาร อย่างน้อย 2 ชั่วโมง หลังการแปรงฟัน

พบทันตแพทย์เป็นประจำ

สำนักงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย

การเลือกใช้อยาสีฟัน สำหรับวัยทำงาน 15-59 ปี

- ใช้อยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ 1500 ppm** เพื่อประสิทธิภาพสูงสุดในการป้องกันฟันผุ
- แปรงฟัน สูตร 2-2-2** แปรงฟัน นาน 2 นาที อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เช้า และก่อนนอน ใช้อยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ หลังแปรงฟันหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร 2 ชม.
- พบทันตแพทย์** อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง (หากมีโรคประจำตัวหรือทานยาเป็นประจำควรแจ้งทันตแพทย์)
- ใช้ไหมขัดฟัน** ทำความสะอาดซอกฟัน
- หลีกเลี่ยงอาหารรสหวาน และมีแคลอรีสูง** เช่น น้ำหวาน น้ำอัดลม ขนมคบเคี้ยว
- หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ และดื่มแอลกอฮอล์**

Application คุณภาพสูง H4U MOPH Food Choice

สำนักงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย

ยาสีฟัน 'ฟลูออไรด์' กับ 'สมุนไพร' สูตรไหนใช้ยังไง?

ยาสีฟัน ฟลูออไรด์

ยาสีฟัน สมุนไพร

ดีอย่างไร?

- ยับยั้งการลุกลามของฟันผุและฟันโยกในระยะแรก
- ช่วยลดการอักเสบของเหงือกและฟัน เช่น ไข้เหงือก ภาวะเหงือกอักเสบ
- ทำให้ฟันทนต่อกรดมากขึ้น
- ช่วยลดกลิ่นปากให้หายสดชื่น เช่น สาระแนบ ตรีโครี ไบฟลู

ใช้อย่างไร?

- ใช้ทุกวัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง (เช้า - ก่อนนอน)
- ใช้สลับ/ร่วมกับยาสีฟันฟลูออไรด์

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี เลขที่: 7 สิงหาคม 2563

มติ ที่ประชุมรับทราบ ประธานมอบหมายให้ผู้เกี่ยวข้องดำเนินการปรับแก้ไขดังนี้

Infographic หลัมติตั้งครุฑ

- เปลี่ยนหัวเรื่อง ทั้งหมด ให้สอดคล้องกัน ปรับข้อความตัวหนังสือให้ย่อลงปรับรูปหลัมติตั้งครุฑให้ใหญ่ขึ้นและเด่นชัดกว่าเดิม เปลี่ยนหัวเรื่องจาก “การเลือกใช้อยาสีฟัน” เป็น “แนวทางการดูแลสุขภาพช่องปาก”
- หัวข้อปริมาณความเข้มข้นยาสีฟันให้ย้ายไปรวมกับหลักการแปรงฟัน ๒ -๒- ๒
- ใช้ไหมขัดฟันก่อนแปรงฟัน อย่างน้อยวันละ ๑ ครั้ง
- อายุครุฑ ๔ - ๖ เดือน ควรไปพบทันตแพทย์เพื่อตรวจและทำความสะอาดฟัน
- งดอาหารที่มีน้ำตาลสูง

Infographic กลุ่มเด็กอายุ ๐ - ๓ ปี

- เปลี่ยนรูปแปรงให้ถูกต้องตามที่สำนักทันตสาธารณสุขแนะนำ
- ใช้อยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ ๑,๐๐๐ ppm
- พบทันตแพทย์ตั้งแต่ฟันซี่แรกขึ้น ข้อแนะนำ ให้ปรับตาม Pink book ของกรมอนามัยและคู่มือการทำทำความสะอาดช่องปาก ให้ผู้จัดทำโดยให้พิจารณา ตาม Guideline ดังกล่าว

๔. ทบทวนประเด็น exclusive breast feeding โดยมอบหมายให้ ทพ.ณัฐพงศ์ ศึกษาฐานข้อมูลและปรับแก้ในอินโฟกราฟิก

Infographic กลุ่มเด็กอายุ ๓ - ๖ ปี

๑. ใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ ๑,๐๐๐ ppm ขึ้นไป
๒. แปรงฟัน อย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง นาน ๒ นาที
๓. ใช้ไหมขัดฟันก่อนการแปรงฟัน โดยผู้ปกครองทำให้ อย่างน้อยวันละ ๑ ครั้ง และหาหลักฐานทางวิชาการในการใช้ไหมขัดฟันในกลุ่มเด็ก อายุ ๓ - ๖ ปี

Infographic กลุ่มเด็กอายุ ๖ ปี ขึ้นไป

๑. ให้เพิ่มอาหารที่หลีกเลี่ยง ขนมหวาน และน้ำอัดลม ปรับให้ใช้คำภาษาไทยทั้งหมด
๒. ให้แก้ไข เป็น พบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพช่องปากอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง
๓. รูปภาพ กลุ่มเด็ก จะนำภาพมาให้
๔. ให้เพิ่มเติมลิงค์และ QR code Application food choice

Infographic กลุ่มวัยทำงาน ๑๕ - ๕๙ ปี

๑. แก้ไข เป็น “ไม่สูบบุหรี่และหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” โดยมีรูป Stop อย่างชัดเจน
๒. ใช้ไหมขัดฟันก่อนการแปรงฟันก่อนการแปรงฟัน
๓. แก้ไข เป็น “หลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสหวานและรสเปรี้ยวจัด” โดยให้มีรูปขนมและเครื่องดื่ม
๔. วิธีการเลือกแปรงที่ถูกต้อง
๕. ให้พบทันตแพทย์อย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง เพื่อตรวจสุขภาพฟันและเนื้อเยื่อในช่องปาก
๖. ตัด Application H4U ออก แล้วใส่ Application ฟันดี แทน
๗. ปรับการทำ Infographic ให้มี Emotion เพื่อให้ดึงดูดความน่าสนใจเพิ่มขึ้น

Infographic กลุ่มสูงอายุ

มีเนื้อหาครบถ้วนแล้วแต่ขอให้ผู้จัดทำให้มีรูปแบบที่เหมือนกันและให้เพิ่มเติมลิงค์ Application ฟันดีดี และฟันยังดี Infographic ด้วย

การปรับแก้ Infographic ทั้งหมดเมื่อแก้ไขแล้วให้อัพทั้งหมดลงไลน์สำนักฯ เพื่อให้ทุกคนได้พิจารณา ร่วมกันก่อน นำไปเผยแพร่

๔.๓ ทบทวนประเด็น คำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับยาสีฟัน สารที่ทำให้เกิดการแพ้จากการใช้ยาสีฟันและข้อควรระวัง ทันตแพทย์หญิงนนทินี ตั้งเจริญฤติ ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ นำเสนอข้อพิจารณา ดังนี้

๑. หากแพ้ยาสีฟัน แนะนำให้พบแพทย์ทันที
๒. หากเด็กกินยาสีฟันเข้าไปเป็นปริมาณมาก ควรให้คำแนะนำอย่างไร ซึ่งมีข้อเสนอ ๒ ข้อเสนอ คือ
 - ๒.๑ ดื่มนม และรีบไปพบแพทย์
 - ๒.๒ ดื่มนม Alum Milk และรีบไปพบแพทย์
๓. อายุการใช้งานของยาสีฟัน เนื่องจากบริษัทผู้ผลิตไม่ได้ระบุไว้บนฉลากทำให้ผู้บริโภคไม่ทราบ

มติ ที่ประชุมรับทราบ ประธานแจ้งให้ผู้เกี่ยวข้องให้ดำเนินการดังนี้

๑. กรณีประเด็น หากเด็กกินยาสีฟันเข้าไปเป็นปริมาณมากให้ขอข้อมูลวิชาการจากทพญ.กรกมล นิยมศิลป์ ให้ผู้จัดทำฐานข้อมูลแปลแล้วขอแนะนำมาใส่ในส่วนนี้

๒. คำเตือน เรื่องอายุการใช้งานยาสี ให้ระบุว่า มีอายุ ๓ ปี นับจากวันผลิต

๓. กรณีสำหรับเด็กหากมีการได้รับฟลูออไรด์จากแหล่งอื่น เช่น ฟลูออไรด์เม็ด ฟลูออไรด์ในน้ำ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนให้คำแนะนำการใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์

วาระที่ ๕ เรื่องอื่นๆ (ถ้ามี)

- ในการประชุมครั้งถัดไป ขอให้หาข้อมูลเพิ่มเติมเรื่องการตรวจสุขภาพช่องปาก เพื่อการเข้าถึงสิทธิประโยชน์ การตรวจในทุกกลุ่มวัย

- ในอนาคตให้ปรับฐานข้อมูลให้มีเนื้อหาหลากหลายเพื่อขยายสู่ภาคประชาชน

มติ ที่ประชุมรับทราบ

ปิดประชุมเวลา ๑๖.๔๕ น.

(นางสาวเบญญาภา รูปพุดชา)

ผู้จัดรายงานการประชุม

(นางนนทินี ตังเจริญดี)

ผู้ตรวจรายงานการประชุม