



เมื่อฟันแท้เริ่มขึ้น อาจเริ่มสร้างปัญหาหัวใจ

กญ.กุลยา รัตนปรีดากุล
อดีตประธานชมรมทันตกรรมสำหรับเด็กแห่งประเทศไทย

ฟันชุดแรกของเด็กคือชุดฟันน้ำนม จะเริ่มขึ้นที่บริเวณฟันหน้าล่างเมื่ออายุ 6-8 เดือน และทยอยขึ้นจนครบ 20 ซี่เมื่ออายุประมาณ 2 ปีครึ่ง ระยะฟันชุดผสมจึงเป็นช่วงอายุที่เด็กเริ่มมีฟันแท้ขึ้นมาในช่องปาก ขณะที่ฟัน

น้ำนมเริ่มทยอยหลุดไป ในเด็กที่ฟันน้ำนมขึ้นเร็วกว่าเด็กอื่นๆ มีโอกาสที่จะเปลี่ยนฟันแท้เร็วกว่าเด็กทั่วไปได้ ช่วงอายุเฉลี่ยที่เด็กจะมีฟันชุดผสม คือฟันน้ำนมและฟันแท้อยู่ร่วมกันในช่องปาก คือประมาณอายุ 6-12 ปี

Permanent Teeth		
	Upper	Age in Years
	central incisor	7-8
	lateral incisor	8-9
	cuspid	11-12
	first bicuspid	10-11
	second bicuspid	10-12
	first molar	6-7
	second molar	12-13
	third molar (wisdom tooth)	17-21
	Lower	
	third molar (wisdom tooth)	17-21
	second molar	11-13
	first molar	6-7
	second bicuspid	11-12
	first bicuspid	10-12
	cuspid	9-10
	lateral incisor	7-8
	central incisor	6-7

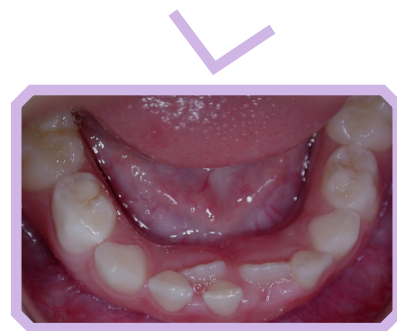
Permanent Teeth = ฟันแท้

central incisor = ฟันตัดหน้าซี่กลาง
lateral incisor = ฟันตัดหน้าซี่ข้าง
cuspid = ฟันเขี้ยว
first bicuspid = ฟันกรามน้อยซี่ที่ 1
second bicuspid = ฟันกรามน้อยซี่ที่ 2
first molar = ฟันกรามซี่ที่ 1

คำถามยอดนิยมนี้นักทันตแพทย์เด็กได้รับจากผู้ปกครอง ในช่วงที่เด็กเริ่มมีฟันแท้ขึ้น และยังอยู่ในระยะฟันชุดผสม ซึ่งพบว่าเป็นปัญหาจริงและควรได้รับการดูแลแก้ไขทันที อาจมีเพียงไม่ถึง 20% ส่วนอีก 80% เป็นการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ แต่อาจสร้างความกังวลให้เด็กและผู้ปกครองเนื่องจากไม่ทราบข้อมูลที่ถูกต้อง จึงหวังว่าบทความนี้จะช่วยตอบปัญหาหัวใจ และช่วยให้เกิดการสื่อสารข้อมูลที่ตรงกัน และเป็นประโยชน์ สำหรับทั้งทันตแพทย์และประชาชนทั่วไป

● ฟันแท้ขึ้นซ้อนฟันน้ำนม ที่บริเวณฟันหน้าล่าง

ฟันแท้ซี่แรกที่ขึ้นมาในช่องปาก จะขึ้นเมื่อเด็กอายุประมาณ 6-7 ปี อาจเป็นฟันตัดหน้าซี่กลางของฟันล่าง (Lower central incisor) หรือ ฟันกรามล่างซี่ที่ 1 (Lower first molar) ก็ได้ โดยอาจพบฟันแท้ซี่หน้าล่างขึ้นมาตรงกับตำแหน่งเดิมของฟันน้ำนม และทำให้รากฟันน้ำนมค่อยๆละลายหลุดไปตามธรรมชาติก่อน แล้วฟันแท้ก็เริ่มขึ้นให้เห็นในช่องปาก หรืออาจพบว่าฟันแท้ขึ้นซ้อนไปทางด้านใกล้ลิ้น (lingual) ต่อฟันน้ำนมก็ได้ ซึ่งทั้ง 2 กรณีถือเป็นการขึ้นที่ปกติของฟันหน้าล่าง แต่ถ้าเป็นกรณีฟันขึ้นซ้อนมักก่อให้เกิดความกังวลต่อผู้ปกครองว่า ถ้าปล่อยทิ้งไว้จะทำให้ฟันแท้ซ้อนเก จึงมักพามาพบทันตแพทย์เพื่อให้ถอนฟันน้ำนมออก



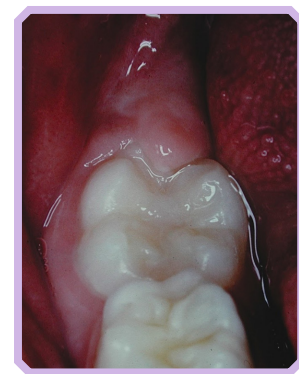
หน้าที่ของทันตแพทย์

ในกรณีเช่นนี้เราพบว่าถ้าปล่อยไว้โดยไม่ทำอะไรต่อไปอีกระยะหนึ่ง ซึ่งอาจนานเป็นเดือน เด็กที่พบฟันแท้ซี่หน้าล่างขึ้นซ้อน 9 ใน 10 ราย ฟันน้ำนมจะสามารถหลุดไปได้เองโดยธรรมชาติ และในระหว่างนี้ถ้ากระดูกขากรรไกรเจริญเติบโตขยายมากพอ ฟันแท้ที่ขึ้นซ้อนอยู่ด้านหลัง ก็จะสามารถเคลื่อนออกมาได้โดยธรรมชาติภายในเวลา 3 เดือน แต่ถ้าขากรรไกรขยายไม่เพียงพอ ถึงทันตแพทย์จะถอนฟันน้ำนมออกให้ในวันแรกที่พามาพบ ฟันก็ยังไม่สามารถเคลื่อนออกมาได้ ดังนั้นจึงไม่มีความจำเป็นที่จะต้องรีบถอนฟันน้ำนมออกในทุกกรณีที่พบการขึ้นซ้อนของฟันแท้ในลักษณะนี้

แต่ถ้าพบปัญหาเดียวกันในฟันแท้ซี่หน้าบน จะต้องตรวจการสบฟันดูว่าถ้าปล่อยทิ้งไว้มีโอกาสเกิดการสบฟันคร่อม (anterior crossbite) หรือไม่ และอาจพิจารณาถอนฟันน้ำนมซี่หน้าบนเพื่อลดโอกาสหรือป้องกันการเกิดปัญหานี้ แต่กรณีเช่นนี้มักจะไม่พบในการขึ้นซ้อนของฟันแท้บริเวณฟันหน้าบนมากเท่าการขึ้นซ้อนของฟันแท้บริเวณฟันหน้าล่าง

● ฟันกรามแท้ซี่แรก

ดังที่กล่าวแล้วว่าฟันกรามล่างซี่ที่ 1 (Lower first molar) เป็นฟันกรามแท้ซี่แรกที่ขึ้นมาในช่องปากในช่วงอายุ 6-7 ปี ผู้ปกครองส่วนมากไม่ทราบว่าฟันกรามแท้ซี่แรกจะขึ้นเมื่อเด็กมีอายุน้อยขนาดนี้ ดังนั้นถ้าขณะที่ฟันกรามซี่นี้ใกล้จะขึ้น เด็กอาจบ่นปวดฟันหรือเจ็บเหงือกในบริเวณนั้น อาจมีอาการเมื่อยๆหรือเจ็บมากขึ้นในขณะที่เคี้ยวอาหาร ผู้ปกครองอาจพามาพบทันตแพทย์เพราะเข้าใจว่ามีฟันผุ



หน้าที่ของทันตแพทย์

ทันตแพทย์ควรทำการวินิจฉัยให้ถูกต้อง แยกอาการให้ได้ว่าไม่ใช่เป็นปัญหาจากฟันผุที่ด้านประชิดของฟันน้ำนม ซึ่งควรทำการถ่ายภาพรังสีแบบ bite-wings ร่วมด้วย และถ้าพบว่าเป็นจากฟันกรามแท้ซี่แรกกำลังจะขึ้น ก็เพียงให้คำอธิบายกับคนไข้และผู้ปกครอง ให้งดการใช้งานของฟันด้านนั้นสัก 1-2 สัปดาห์ และให้ผู้ปกครองจัดเตรียมอาหารที่อ่อนลงเพื่อให้เคี้ยวได้ง่ายขึ้นจนฟันเริ่มโผล่ขึ้นในช่องปาก อาการต่างๆจะลดลง

อีกกรณีที่พบได้คือฟันกรามแท้ขึ้นมาเพียงบางส่วน และยังมีส่วนของเหงือกคลุมอยู่ บางครั้งเด็กจะเคี้ยวอาหาร แข็งจนทำให้เหงือกที่คลุมฟันอยู่เกิดเป็นแผลและบวมขึ้น ทุกครั้งที่เคี้ยวอาหารก็จะเจ็บเหงือกบริเวณนั้นมากขึ้น ซึ่งการให้ข้อมูลและคำแนะนำที่ถูกต้อง จะช่วยให้เหงือกกลับสู่สภาพปกติได้ ทันตแพทย์ต้องเน้นให้ผู้ปกครองช่วยทำความสะอาดในช่วงที่ฟันกรามแท้ทั้งฟันบนและล่างกำลังขึ้น เพราะเด็กจะยังแปรงฟันเองได้ไม่สะอาดมากนัก และควรแนะนำให้ใช้ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์ >1000 ppm ร่วมในการแปรงฟันกรามที่ขึ้นใหม่ให้สะอาดอย่างน้อยวันละ 2 ครั้งหลังอาหารเช้าและก่อนนอน

● เดกซ์บอนด์ฟันกรามแท้

ฟันกรามแท้จะมีลักษณะรูปร่างที่ทำให้เกิดการเก็บกักเศษอาหารได้ง่ายกว่าฟันกรามน้ำนมโดยเฉพาะบริเวณด้านบดเคี้ยวของฟัน ซึ่งมีหลุมและร่องฟันลึกกว่าฟันกรามน้ำนมมาก

หน้าที่ของทันตแพทย์

เมื่อฟันกรามแท้ขึ้นมาเต็มซี่แล้ว ทันตแพทย์ควรแนะนำให้ทำการเคลือบหลุมร่องฟัน (Dental Sealant) เพื่อป้องกันฟันผุด้วยวัสดุที่เหมาะสม ซึ่งถ้าเด็กยังไม่เคยตรวจฟันผุที่ด้านประชิดเลย แนะนำให้ส่งถ่ายภาพรังสีแบบ bite-wings ก่อน ซึ่งการเคลือบหลุมร่องฟันที่ได้คุณภาพดี ในปีแรกวัสดุควรติดแน่นอยู่มากกว่า 90% ดังนั้นถ้าพบว่าเมื่อคนไข้กลับมา recall 6 เดือนหรือ 1 ปี และวัสดุเคลือบร่องฟันหลุดไปเกือบทั้งซี่ น่าจะเป็นปัญหาทางเทคนิคในระหว่างทำการเคลือบหลุมร่องฟัน ตั้งแต่วินิจฉัย ทันตแพทย์จึงควรรับผิดชอบเคลือบให้ใหม่และพยายามระวังให้วิธีการถูกต้อง โดยเฉพาะขั้นตอนการทำความสะอาดผิวฟัน และการควบคุมความชื้น



ในบางกรณีถ้าพบว่าฟันกรามแท้เริ่มมีการผุที่ชั้นเคลือบฟันหรือผิวเคลือบฟันเริ่มอ่อนแอลง ตั้งแต่ฟันยังขึ้นมาไม่เต็มซี่ การเลือกใช้วัสดุเคลือบร่องฟันที่มีฟลูออไรด์ผสมอยู่ด้วย จะสามารถช่วยชะลอหรือยับยั้งกระบวนการเกิดฟันผุได้ และข้อดีคือวัสดุกลุ่มนี้จะใช้ได้ดีกว่าในบริเวณที่ยังไม่สามารถควบคุมความชื้นได้อย่างเต็มที่ เช่นกรณีที่ฟันกรามยังขึ้นไม่เต็มทั้งซี่



● ฟันแท้ที่ขึ้นใหม่ขึ้นใหม่: แคะรังงตัวไม่สวยงาม

เด็กส่วนมากจะมีชุดฟันน้ำนมที่เรียงเป็นระเบียบสวยงามและมีสีค่อนข้างขาวไม่แตกต่างกันมากนัก ผู้ปกครองจึงมักจะฟันสลายเมื่อพบว่าฟันแท้ที่ขึ้นมาใหม่ไม่ได้เป็นอย่างที่คาดหวังไว้ โดยเฉพาะฟันแท้ซี่หน้าบนซึ่งเริ่มขึ้นที่อายุ 7-8 ปี จึงอาจพาลูกมาพบทันตแพทย์ด้วยความกังวลว่า ทำไมฟันจึงขึ้นใหญ่และเอียงไปมาไม่เป็นระเบียบเหมือนฟันชุดน้ำนม

หน้าที่ของทันตแพทย์

การอธิบายให้ผู้ปกครองเข้าใจว่าอะไรคือสิ่งที่ผิดปกติตามธรรมชาติ น่าจะช่วยแก้ความกังวลได้มากที่สุด เพราะฟันเป็นอวัยวะอย่างเดียวนในร่างกายที่เมื่อขึ้นมาในช่องปากแล้วจะไม่เปลี่ยนแปลงขนาดใหญ่อันตามอายุที่เพิ่มขึ้นของเด็ก ในขณะที่ใบหน้าและร่างกายของเด็กยังเจริญเติบโตอยู่ เมื่อเวลาผ่านไป โครงสร้างรูปหน้าของเด็กจะเปลี่ยนเป็นวัยรุ่นและเป็นผู้ใหญ่ ในขณะที่ฟันจะมีขนาดเท่าเดิม ทำให้ดูแล้วสมสัดส่วนมากขึ้นเองโดยธรรมชาติ และฟันแท้ซี่ในระยะเวลาแรกที่เริ่มขึ้นมาในช่องปาก อาจมีการเรียงตัวไม่เป็นระเบียบบ้าง เมื่อกระดูกขากรรไกรขยายมากขึ้นและฟันแท้ขึ้นมาในช่องปากจนครบจำนวน 28 ซี่ เมื่ออายุ 12-13 ปี อาจพบว่าในเด็กบางคนกลับดูเป็นระเบียบสวยงามมากขึ้น ดังนั้นช่วงเวลาที่เหมาะสมที่จะประเมินเรื่องการจัดฟันคือเมื่อฟันแท้ขึ้นครบ 28 ซี่ เว้นแต่ในบางกรณีที่ต้องการการจัดฟันบางส่วนตั้งแต่ในชุดฟันผสม ซึ่งทันตแพทย์ประจำตัวที่ดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กอยู่สม่ำเสมอจะเป็นผู้ให้คำแนะนำแก่ผู้ปกครอง ถ้าเห็นว่าปัญหานั้นควรได้รับการแก้ไขตั้งแต่ในฟันชุดผสม

ความสำเร็จของการดูแลให้เด็กคนหนึ่งมีสุขภาพช่องปากที่ดีตั้งแต่ชุดฟันน้ำนม จนเติบโตเป็นวัยรุ่น คือความสัมพันธ์อันดีระหว่างทันตแพทย์และครอบครัว โดยผ่านการสื่อสารสองทางที่อยู่บนพื้นฐานความไว้วางใจ โดยมีเป้าหมายร่วมกันในการสร้างสุขภาวะที่ดีให้เกิดขึ้นตั้งแต่วัยเด็ก จนค่อยๆเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต (Life Style) ของคนๆนั้น

