

บทรายการวิทยุฟันทอล์ค
ออกอากาศ วันจันทร์ที่ 3 กุมภาพันธ์ 2563
เรื่อง ความสำคัญของด้านประชิดของฟัน
ผู้เรียบเรียงบทความ อ.พ.ดร. วราวุธ โชติประภาภักดิ์
ผู้ดำเนินรายการ นางเจนดา นันทะ

ผู้ดำเนินรายการ

สวัสดีค่ะ ขอต้อนรับคุณผู้ฟังเข้าสู่รายการฟันทอล์ค ทางสถานีวิทยุกระจายเสียงมหาวิทยาลัยนเรศวร คลื่นความถี่ FM 107.25 MHz. พบกับดิฉันเจนดา นันทะ รับหน้าที่เป็นผู้ดำเนินรายการในวันนี้ค่ะ พบกันเป็นประจำทุกวันจันทร์เวลาประมาณ 18.30-19.00 น. โดยนำความรู้ทางทันตสุขภาพที่เป็นประโยชน์มาพูดคุยกัน เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพช่องปากที่ดี มีความรู้เบื้องต้นที่จะดูแลช่องปากของตัวเอง สำหรับสาระน่ารู้ที่จะนำมาพูดคุยกันในวันนี้ เรื่อง ความสำคัญของด้านประชิดของฟัน เรียบเรียงข้อมูลโดย อ.พ.ดร. วราวุธ โชติประภาภักดิ์ อาจารย์ประจำภาควิชาชีววิทยาช่องปาก คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวรค่ะ

เมื่อกล่าวถึงช่องฟันหรือด้านประชิดของฟัน หลายคนคงเคยได้ยินจากการที่ไปพบทันตแพทย์ และมักได้ยินถึงการเน้นย้ำให้ทำความสะอาดบริเวณนี้อยู่เสมอ แต่ก็ยังมีคำถามอยู่ว่า การทำความสะอาดด้วยการแปรงฟันอย่างเดียวไม่เพียงพอต่อการทำความสะอาดช่องปากหรือไม่? ดังนั้นบทความในวันนี้จะอธิบายถึง ลักษณะและความสำคัญของบริเวณช่องฟัน ปัญหาที่จะเกิดขึ้นหากเราไม่ดูแลบริเวณช่องฟันนี้ และสุดท้ายคือวิธีการต่าง ๆ ที่ทันตแพทย์แนะนำว่าสามารถใช้เพื่อทำความสะอาดบริเวณช่องฟันนี้ได้ ซึ่งทั้งหมดนี้ก็เพื่อสุขภาพช่องปากที่ดีของคุณผู้ฟังนะคะ เพียงแค่เราใช้เวลาในการทำทำความสะอาดช่องปากเพิ่มขึ้นวันละไม่กี่นาที ก็จะช่วยลดโอกาสการเกิดฟันผุและเหงือกอักเสบได้มาก อีกทั้งยังเป็นการลดค่าใช้จ่ายและเวลาในการเข้ารับการรักษาที่ทันตแพทย์ได้อีกทางหนึ่งด้วย

หลายคนอาจจะยังมีคำถามว่า ช่องฟันหรือด้านประชิดฟัน (proximal area) คืออะไร มีความสำคัญมากจนถึงต้องมานั่งย้ำบ่อย ๆ หรือแม้แต่มืออุปกรณ์เสริมในการทำทำความสะอาดช่องปากที่เฉพาะต่อการทำความสะอาดที่บริเวณนี้โดยเฉพาะเลยหรือไม่? คำตอบนั้นก็ขึ้นอยู่กับช่องปากของทุกท่าน หลายคนถ้าเคยมีประสบการณ์การอุดฟันบริเวณด้านประชิด ก็ทราบดีว่า การเกิดโรคที่ด้านประชิดของฟันนั้นก็สามารถเกิดได้เช่นกัน คือ ฟันผุ ซึ่งถ้าลุกลามจนถึงโพรงฟัน ก็สามารถทำให้เกิดอาการปวดฟันได้ หรือเหงือกอักเสบ ที่บางรายที่มีความรุนแรงมากก็จะเป็นโรครำมะนาดหรือปริทันต์อักเสบได้ ซึ่งในโรคที่มีความรุนแรงมากขึ้น ก็จะต้องส่งผลการรักษาที่มีความยุ่งยากซับซ้อนไปด้วยนั่นเอง ซึ่งจากทั้งหมดนี้ทุกท่านคงจะเห็นถึงความสำคัญของช่องฟันแล้วว่าเราไม่สามารถที่จะละเลยการทำทำความสะอาดที่บริเวณนี้ได้เลยกันแล้วใช่ไหมละคะ ตอนนี้ขอพักกันสักครู่ก่อน ช่วงหน้ากลับมาพูดคุยและทำความรู้จักเกี่ยวกับช่องฟัน หรือด้านประชิดกันค่ะ

เพลง

ผู้ดำเนินรายการ

กลับมาพูดคุยกันต่อ ซึ่งในช่วงที่แล้วได้บอกคุณผู้ฟังไว้ว่าจะกลับมาพูดคุยเกี่ยวกับช่องฟัน หรือด้านประชิดกันนะคะ อยากให้คุณผู้ฟังลองนึกภาพตามนะคะว่า เมื่อฟันซี่หนึ่งขึ้นมาในช่องปาก เราก็จะสามารถเห็นด้านต่าง ๆ ของฟันซี่นั้น ซึ่งจะแบ่งออกเป็น 5 ด้าน ด้วยกันคือ

1. ด้านบดเคี้ยว มี 1 ด้าน เราจะสังเกตได้ชัดในฟันหลัง ซึ่งจะมีขนาดแตกต่างกันไปในแต่ละซี่ ซึ่งด้านบดเคี้ยวนี้ก็จะมีส่วนประกอบที่เป็นทั้งยอดฟัน และหลุมร่องฟันมากมาย ซึ่งมีหน้าที่ในการช่วยในการบดเคี้ยวของฟันนั่นเอง ส่วนฟันหน้าเราจะเรียกว่าเป็นด้านปลายฟันไว้ตัดอาหารต่าง ๆ
2. ด้านใกล้แก้มหรือริมฝีปาก และด้านใกล้ลิ้น โดยด้านของฟัน 2 ด้านนี้จะเป็นด้านของฟันที่เรียบกว่าด้านอื่นๆ แต่ว่าไม่ได้เรียบเลยทีเดียวนะคะ เพราะโดยธรรมชาติ ชั้นเคลือบฟันหรือเนื้อฟันเอง ก็ตามจะมีความขรุขระเล็กน้อยอยู่แล้ว โดย

ที่ฟันหลังด้านใกล้แก้มและด้านใกล้ลิ้นจะมีความเรียบมากกว่าในฟันหน้า ซึ่งฟันหน้าที่เป็นฟันตัดและฟันเขี้ยวก็จะมีรูปร่างที่แตกต่างออกไปเนื่องจากการทำหน้าที่ที่แตกต่างกันของฟันแต่ละซี่นั่นเอง

3. ด้านประชิด 2 ด้าน มาถึงด้านของฟันที่เราให้ความสำคัญมาก เนื่องจากด้านประชิดของฟันนี้ มีส่วนที่ทำให้เกิดโรคฟันผุและเหงือกอักเสบได้ง่ายกว่าบริเวณอื่น

ชอกฟันหรือด้านประชิดฟัน (proximal area) ก็คือบริเวณที่ฟัน 2 ซี่ มาชิดกัน ซึ่งถ้าฟันเรียงตัวปกติบนขากรรไกร จะพบว่าฟันหนึ่งซึ่งจะมีด้านประชิด 2 ด้าน ทั้งฟันหน้าและฟันหลัง ซึ่งบริเวณนั้นนอกจากการที่ฟัน 2 ซี่ติดกันแล้ว ก็ยังมีส่วนของเหงือกที่อยู่ใกล้เคียงซึ่งเราต้องพิจารณาด้วยเช่นกัน ถ้าคิดภาพตามไม่ได้ว่าชอกฟันและเหงือกบริเวณที่กำลังพูดถึงอยู่ตรงไหน ลองดูรอยยิ้มของตัวเองกับกระจก หรือบอกให้คนข้างๆ ลองยิ้มให้ดู ซึ่งในคนที่ฟันเรียงชิดกัน ก็จะพบลักษณะของเหงือกสามเหลี่ยมที่อยู่ตรงชอกฟันบริเวณนั้น โดยที่บริเวณชอกฟันนี้ มีความสำคัญต่อการเกิดโรคในช่องปากที่สำคัญอยู่ 2 โรคคือ ฟันผุและโรคปริทันต์

การเกิดโรคฟันผุที่บริเวณด้านประชิดของฟันนั้น มักจะเกิดจากการที่มีเศษอาหารไปติดที่ชอกฟันและไม่ได้รับการทำความสะอาดที่ถูกต้อง เศษอาหารที่ตกค้างอยู่จึงเป็นแหล่งอาหารให้เชื้อแบคทีเรียในช่องปากใช้เพื่อผลิตกรดและทำลายเนื้อฟันบริเวณนั้น และพัฒนาไปเป็นฟันผุตามมาในที่สุด ซึ่งถ้ามีผุของฟันไปมากและมีการติดเชื้อในโพรงฟันก็จะทำให้การรักษามีความยุ่งยากซับซ้อนขึ้น กล่าวคือ อาจจะไม่สามารถรักษาด้วยการอุดฟันได้เนื่องจากเชื้อโรคได้เข้าไปยังส่วนลึกของฟันแล้ว และอาจจะทำให้เกิดอาการปวดหรือเป็นหนองตามมาภายหลังได้ ซึ่งวิธีการรักษาที่เหมาะสมอาจจะพิจารณาการรักษารากฟันเป็นวิธีแรก ๆ ซึ่งควรจะต้องปรึกษาทันตแพทย์เพื่อทำการประเมินและวางแผนการรักษาต่อไป นอกจากนี้ในบางกรณีมีโอกาสดังกล่าวคือการแตกหักของฟันในบริเวณชอกฟันนี้ได้เช่นกัน ซึ่งอาจจะเกิดได้จากหลายกรณีเช่น อุบัติเหตุ หรือการกร่อนตัวของฟัน เป็นต้น กรณีนี้ก็จะมียุทธศาสตร์ทำให้เกิดฟันผุตามมาได้เช่นกัน เนื่องจากจะเป็นที่สะสมของเศษอาหารได้มากกว่าปกติ

ตอนนี้พักกันสักครู่ก่อนนะค่ะ ฟังเพลงเพราะๆจากทางรายการของเราสักเพลงก่อนค่ะ

เพลง

ผู้ดำเนินรายการ

การเกิดฟันผุที่ด้านประชิดของฟันนี้มักจะสังเกตเห็นได้ยาก โดยเฉพาะในระยะแรกของการผุ เนื่องจากอาจจะไม่ทันสังเกตการเปลี่ยนแปลงของสีเนื้อฟัน หรือบางครั้งอาจจะต้องไปตรวจสุขภาพช่องปากและถ่ายภาพรังสีจึงจะยืนยันได้ว่ามีฟันผุ เนื่องจากในระยะแรกของฟันผุที่ด้านประชิดของฟันนี้ มักจะไม่มีอาการ อาจจะมีการเปลี่ยนของสีบริเวณชอกฟันได้ แต่โดยปกติบริเวณชอกฟันนี้แสงเข้าถึงน้อยและมักจะมียูทิลิตี้ที่เข้มกว่าบริเวณอื่นของฟันอยู่แล้ว จึงทำให้เราสังเกตการเกิดฟันผุที่บริเวณนี้ได้ยาก ซึ่งบางครั้งกว่าเราจะรู้ว่ามีฟันผุ ก็คือตอนที่มีอาการเสียวหรือปวดแล้ว ซึ่งการรักษาที่เหมาะสมในกรณีนี้ก็คือการอุดฟันเพื่อกำจัดฟันผุที่มี และอุดด้วยวัสดุอุดที่เหมาะสมในการทำงานในช่องปากต่อไป

นอกจากนี้ บริเวณชอกฟันนี้มักพบการเป็นโรคปริทันต์ที่รุนแรงได้อีกด้วย เนื่องจากบริเวณนี้มีโอกาสเกิดการสะสมของเศษอาหารและคราบจุลินทรีย์ได้ง่ายกว่าบริเวณอื่น นอกจากนี้เรายังมักจะพบการทำความสะอาดที่บริเวณนี้ การเกิดโรคปริทันต์ที่บริเวณชอกฟันนี้มักจะเกิดได้ทั้งแบบที่มีการร่นของเหงือกไป ทำให้เห็นลักษณะช่องว่างตรงบริเวณสามเหลี่ยมนั้น หรือแบบที่เป็นร่องลึกปริทันต์บริเวณใต้ต่อชอกฟันนั้น ซึ่งไม่ว่าจะเกิดแบบไหนก็เกิดผลเสียต่อสุขภาพช่องปากทั้งสิ้น

อยากให้คุณผู้ฟังหันมาใส่ใจสุขภาพช่องปากของตนเองกันมากขึ้น หากปัญหาสุขภาพช่องปากสามารถติดต่อเข้ารับบริการได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ 055-967-480 และ 055-967-481 ทางโรงพยาบาลทันตกรรม ยินดีให้คำปรึกษาและคำแนะนำ #เพราะสุขภาพช่องปากเป็นเรื่องสำคัญ

ตอนนี้เวลาของทางรายการหมดลงแล้ว ดิฉันนฤมล สังข์ทอง ต้องนำรายการจากกันไปก่อน พบกับรายการฟันทอล์คได้อีกครั้ง ในวันจันทร์หน้า เวลาเดียวกันนี้ ด้วยความปรารถนาดีจากคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

จากการเกิดโรคฟันผุและโรคปริทันต์อักเสบที่บริเวณซอกฟันได้ง่ายนี้ การทำความสะอาดซอกฟันนั้นจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง จึงเป็นเหตุผลที่ทันตแพทย์มักเน้นย้ำในทำความสะอาดบริเวณนี้ด้วยเวลาแปรงฟัน แต่การทำความสะอาดบริเวณซอกฟันนั้น โดยปกติการแปรงฟันเพียงอย่างเดียวไม่สามารถทำความสะอาดด้านประชิดนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้นการรู้จักวิธีการทำความสะอาดซอกฟันที่เหมาะสมกับสภาพฟันและเหงือกในช่องปากแต่ละคน ก็จะสามารถช่วยลดโอกาสการเกิดโรคทั้งสองได้เป็นอย่างดี ซึ่งการทำความสะอาดซอกฟันมีหลายวิธี และแต่ละวิธีการทำความสะอาดที่แตกต่างกันไป ซึ่งเหมาะสมกับซอกฟันของแต่ละคน มีอุปกรณ์อีกหลายอย่างที่เรานำมาใช้ทำความสะอาดซอกฟันได้ ตัวอย่างของการทำความสะอาดซอกฟันที่พบได้บ่อย ๆ ก็อย่างเช่น ไหมขัดฟัน และแปรงซอกฟัน เป็นต้น เราจะมาทำความรู้จักกับอุปกรณ์เหล่านี้ให้มากขึ้น

1. ไหมขัดฟัน หรือเส้นใยขัดฟัน (Dental floss)

เป็นวิธีทำความสะอาดซอกฟันที่ดีวิธีหนึ่ง โดยเฉพาะเมื่อมีเหงือกปกติโดยมีเหงือกสามเหลี่ยมอยู่เต็มระหว่างซอกฟัน ไม่มีเหงือกกร่น ซึ่งการใช้ไหมขัดฟัน ควรใช้ให้ครบทุกซอกฟันที่มีในช่องปาก อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง เพื่อกำจัดเศษอาหารและคราบจุลินทรีย์บริเวณในซอกฟันที่แปรงสีฟันไม่สามารถทำความสะอาดได้ถึง

ไหมขัดฟันนี้สามารถแบ่งออกได้เป็น แบบเคลือบขี้ผึ้ง (Waxed) ซึ่งเหมาะที่ใช้กับฟันที่สัมผัสกันไม่แน่นมาก และแบบไม่เคลือบขี้ผึ้ง (Unwaxed) เหมาะสำหรับฟันที่สัมผัสกันแน่นมากและสำหรับผู้เริ่มใช้ครั้งแรก ซึ่งประสิทธิภาพในการทำ ความสะอาดของไหมขัดฟันทั้ง 2 แบบไม่ได้แตกต่างกันเมื่อใช้งานได้อย่างถูกวิธี ซึ่งปกติเส้นใยของไหมขัดฟันไม่ควรขาดขณะ ใช้ แต่ถ้าเส้นใยขาดตรงบริเวณซอกฟันใด ซอกฟันหนึ่งอยู่เสมอ ก็อาจจะสันนิษฐานได้ว่า บริเวณนั้นมีปัญหาฟันผุ ฟันแตกหัก หรือแม้แต่วิสถุติไม่ดี ควรปรึกษาทันตแพทย์เพื่อหาสาเหตุและวิธีการแก้ไขที่เหมาะสมต่อไป

เนื่องจากการใช้ไหมขัดฟัน ถ้าใช้ไม่ถูกวิธีก็มีโอกาสทำให้เกิดการบาดเจ็บที่เหงือกและเป็นสาเหตุทำให้เกิดเหงือกกร่นได้เช่นกัน ดังนั้นควรศึกษาวิธีการใช้ที่ถูกต้องและใช้บ่อย ๆ เพื่อให้เกิดความชำนาญ และเพื่อสุขภาพช่องปากที่ดีอีกด้วย

วิธีการใช้ไหมขัดฟันนั้น เริ่มจากการตัดไหมขัดฟันยาว 12-15 นิ้ว พันปลายยึดไว้กับนิ้วกลาง 2 ข้าง จนกระทั่งเหลือความยาวของไหมขัดฟันระหว่างนิ้วกลางทั้งสองประมาณ 4-5 นิ้ว ใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือในการควบคุมบังคับ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความถนัดในการขัดทำความสะอาดซอกฟันแต่ละตำแหน่งในช่องปาก

เริ่มต้นด้วยการดึงไหมขัดฟันให้ตึงค่อย ๆ หนีไปมาให้ผ่านจุดสัมผัสของฟัน ห้ามใช้แรงกดผ่านจุดสัมผัสโดยตรง เพราะอาจยังมือไม่อยู่และบาดเหงือกได้ เมื่อผ่านจุดสัมผัสเข้าไปอยู่ระหว่างฟันสองซี่แล้ว โอบไหมขัดฟันให้แนบกับด้านข้างของฟันซี่หนึ่ง ใช้นิ้วบังคับให้ไหมขัดฟันขัดจากขอบเหงือกมาด้านบดเคี้ยวแล้วกลับมาวางตั้งต้น ที่ขอบเหงือกใหม่ ก่อนที่จะขัดไปทางด้านบดเคี้ยวอีกครั้งหนึ่ง ทำเช่นนี้ซ้ำที่ด้านหนึ่งของฟันประมาณ 5-6 ครั้ง ระหว่างจุดสัมผัสของฟัน 2 ซี่นั้นและขอบเหงือก วัตถุประสงค์ของการที่ไหมขัดฟันโอบฟัน เพื่อให้แรงถ่ายทอดลงบนตัวฟันโดยตรง ไม่ไปบาดเหงือกและเพื่อให้ไหมขัดฟันครอบคลุมพื้นที่ได้มาก เมื่อขัดด้านข้างของฟันซี่หนึ่งเสร็จแล้วจึงหันมาโอบด้านข้างของฟันอีกซี่หนึ่ง ขัดซ้ำเหมือนเดิมประมาณ 5-6 ครั้ง ในทุก ๆ ซอกฟัน จะต้องขัดทั้ง 2 ด้าน ด้านข้างของฟันซึ่งปราศจากซี่ข้างเคียงก็ควรต้องขัดเช่นเดียวกัน บางคนใช้เครื่องจับไหมขัดฟันสำเร็จ (Floss Holder) แทนการพันนิ้วมือ แต่ผลการใช้ไม่ดีเท่าที่ควร เนื่องจากไม่สามารถโอบรอบซี่ฟันทำให้บาดเหงือกเป็นร่องได้ การใช้นิ้วมือนั้นมีประสิทธิภาพดีกว่ามากถ้าใช้ถูกวิธี

2. ไหมขัดฟันชนิดพิเศษ (Superfloss)

ไหมขัดฟันชนิดพิเศษ หรือ ซูเปอร์ฟลอสส์ คือ ไหมขัดฟัน ที่ใช้บริเวณที่ใส่สะพานฟัน (ฟันครอบชนิดติดแน่น) ซึ่งวิธีใช้คือ สอดส่วนปลายที่แข็งแรงผ่านใต้สะพานฟันนั้น แล้วดึงส่วนที่เป็นฟองน้ำมาโอบแนบด้านข้างของฟันที่ครอบโดยใช้นิ้วบังคับขัด จากขอบเหงือกไปด้านบดเคี้ยวประมาณ 5-6 ครั้ง จากนั้นใช้ฟองน้ำทำความสะอาดใต้สะพานฟันที่ใส่ แล้วโอบแนบเพื่อทำความสะอาดซอกฟันที่ครอบอีกซี่หนึ่ง ส่วนเส้นใยที่เหลือใช้ทำความสะอาดซอกฟันเช่นเดียวกับเส้นใยขัดฟันปกติ

ซึ่งในบางกรณีอาจใช้หางพลาสติกคล้องไหมขัดฟันหรือตัวนำร่องไหม (Floss Threader) เพื่อช่วยสอดไหมขัดฟันเข้าไปยังตำแหน่งที่ใส่ไหมได้ยากได้เช่นเดียวกัน ซึ่งสามารถใช้ร่วมกันไหมขัดฟันปกติได้ โดยเฉพาะคนที่มีสะพานฟันและคนที่ใส่เครื่องมือจัดฟันชนิดติดแน่น

3. แปรงระหว่างช่องฟัน (Proxa Brush, Interdental Brush)

แปรงระหว่างช่องฟันนี้ เหมาะสำหรับผู้ที่ช่องว่างระหว่างฟัน คือมีเหงือกสามเหลี่ยมระหว่างช่องฟันบน หรือไม่มีฟันข้างเคียง หรือด้านหลังของฟันซี่สุดท้าย สามารถใช้แปรงระหว่างช่องฟัน ซึ่งมี 2 แบบ คือ พร็อกซาบริช (Proxa Brush) ซึ่งมีด้ามและ Interdental Brush ไม่มีด้ามยาวจับมีลักษณะคล้ายแปรงล้างขวดขนาดเล็ก

การใช้แปรงช่องฟันนี้ เริ่มจากการสอดแปรงเข้าไประหว่างช่องว่างระหว่างซี่ฟัน จากนั้นวางแปรงบนเหงือกให้แนบด้านหนึ่งของช่องฟัน แล้วถูเข้าถูออก ประมาณ 3-4 ครั้ง แล้วเบนแปรงมาแนบอีกด้านหนึ่งถูเข้าถูออก 3-4 ครั้ง ทำเช่นนี้กับช่องฟันที่มีช่องว่างโดยเข้าจากด้านกระพุ้งแก้มและเข้าจากด้านหลังด้วย

4. ผ้าก๊อซ (Gauze Strip)

ผ้าก๊อซตัดกว้างประมาณ 2 นิ้ว ยาวประมาณ 1 ฟุต ทำความสะอาดช่องฟันที่ช่องว่างระหว่างฟัน หรือฟันที่ไม่มีฟันข้างเคียงได้เช่นกัน โดยการใช้ผ้าก๊อซชุบบริเวณด้านประชิดของฟันที่มีช่องว่างซึ่งไม่ได้ติดกับฟันซี่ข้างเคียงประมาณ 5-6 ครั้ง หรือจนกว่าจะรู้สึกสะอาด

5. แปรงพุ่มกระจุกเดียว (Single Tufted Brush)

แปรงพุ่มกระจุกเดียวนี้นี้ เป็นแปรงที่ใช้ในผู้ที่ฟันเก ฟันล้มเอียง ด้านในของฟันล่างและใช้ในผู้ที่ใส่เครื่องมือจัดฟัน วิธีใช้ก็คือกวาดขนแปรงไปตามคอฟันบริเวณที่เป็นขอบเหงือก โดยใช้หลังจากการแปรงฟันปกติ เมื่อถึงช่องฟันจึงขยับขนแปรงอยู่กับที่ แล้วปัดไปด้านหลังด้วย ทำเช่นนี้กับฟันทุกซี่ที่ต้องการ

นอกจากช่องฟันธรรมชาติที่เรามีแล้ว ในปัจจุบันมีการฝังรากฟันเทียมกันอย่างแพร่หลาย ซึ่งการทำความสะอาดรอบรากฟันเทียมสามารถใช้เครื่องมือต่าง ๆ เช่นเดียวกับฟันธรรมชาติ แต่ควรหลีกเลี่ยงเครื่องมือที่มีคมหรือส่วนของโลหะที่แข็ง เพราะอาจทำให้เกิดการครูดกับผิวรากฟันเทียมและก่อให้เกิดการสะสมของคราบจุลินทรีย์ได้มากขึ้น

จากทั้งหมดนี้จะเห็นได้ว่า วิธีการทำความสะอาดช่องฟันมีหลายแบบ ควรเลือกให้เหมาะสม และควรทำทุกวันอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง นอกจากนี้ควรแปรงฟันที่ถูกรูวิธี และควรไปพบทันตแพทย์เป็นประจำเพื่อตรวจสุขภาพช่องปากด้วย