

บทรายการวิทยุฟันทอล์ค

เรื่อง น้ำยาอมบ้วนปากผสมฟลูออไรด์สำหรับเด็ก (fluoride mouthrinse)

เรียบเรียงบทความโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทันตแพทย์หญิง ดร. ศศิมา ภูวนันท์

ปัจจุบันมีน้ำยาอมบ้วนปากสำหรับเด็กมีขายตามท้องตลาดมากมาย และมีให้เลือกหลายยี่ห้อ นอกจากจะมีการแต่งสีและรสชาติให้เด็กชื่นชอบแล้ว ยังมีส่วนผสมของฟลูออไรด์เพื่อป้องกันฟันผุได้ด้วย จากการศึกษาพบว่าน้ำยาอมบ้วนปากผสมฟลูออไรด์พบว่าสามารถป้องกันฟันผุได้ถึงร้อยละ 28 ยาอมบ้วนปากผสมฟลูออไรด์มี 2 ความเข้มข้นที่ใช้ได้แก่ 0.05% และ 0.2% โซเดียมฟลูออไรด์ (sodium fluoride: NaF)

ดังนั้นผู้ปกครองควรเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ตามความเหมาะสมและจำเป็นในเด็กแต่ละรายดังนี้

1. เด็กที่มีอายุมากกว่า 6 ปีที่สามารถควบคุมการกลืนและบ้วนทิ้งได้
2. มีความเสี่ยงต่อการเกิดฟันผุปานกลางถึงสูง คือ
 - 2.1 มีคราบจุลินทรีย์ที่ชัดเจน
 - 2.2 ฟันผุในช่องปาก
 - 2.3 แปรงฟันน้อยกว่า 2 ครั้ง/วัน ด้วยยาสีฟันไม่ผสมฟลูออไรด์ (ตั้งแต่ 1,000 ppm ขึ้นไป)
 - 2.4 ดูดนมรสหวานหรือเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลจากขวดนม
 - 2.5 ดูนมกลางคืนในเด็กอายุมากกว่า 12 เดือน
 - 2.6 รับประทานอาหารว่าง / ขนมขบเคี้ยว / เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลระหว่าง มื้ออาหารมากกว่า 2 ครั้งต่อวัน
 - 2.7 ใส่เครื่องมือในช่องปาก

ข้อควรระวังในการใช้งาน

1. การเลือกซื้อน้ำยาอมบ้วนปากควรเลือกใช้นิตที่ไม่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมเพื่อป้องกันอันตรายต่อกระพุ้งแก้มลิ้นภายในช่องปาก
2. ควรเก็บให้พ้นมือเด็ก
3. ควรมีผู้ปกครองควบคุมดูแลตลอดการใช้งาน

วิธีใช้น้ำยาอมบ้วนปากผสมฟลูออไรด์

1. อมและกลั้วทั่วปาก ใช้ปริมาณ 5 – 10 มิลลิลิตร (ml) อย่างน้อย 1 นาที
2. ไม่ควรดื่มน้ำหรือรับประทานอาหารหลังใช้อย่างน้อย 30 นาที
3. ใช้น้ำยาบ้วนปากคนละเวลากับการแปรงฟันเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการที่ช่องปากสัมผัสกับฟลูออไรด์
4. แนะนำให้ใช้วันละครั้ง และ 0.2% โซเดียมฟลูออไรด์ แนะนำให้ใช้อาทิตย์ละ 1 – 2 ครั้ง