

บทรายการวิทยุฟันทอล์ค

เรื่อง ความกลัวของผู้ป่วยในการรับการรักษาทางทันตกรรม

เรียบเรียงบทความโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทันตแพทย์ รณยุทธ ชาญสมาริ

มีหลายคนสงสัยว่าทำไมนะหลายคนถึงกลัวการมาหาหมอฟันกันจังเลย ทั้งๆที่หมอฟันหรือว่าทันตแพทย์ออกจะน่ารัก คนส่วนใหญ่เมื่อพูดถึงการทำฟันแล้วต้องสยองขวัญและกลัว บางท่านเล่าว่า แค่เดินผ่านหน้าบ้านเด็ก แล้วเด็กรู้ว่าเป็นหมอฟัน เด็กก็ร้องไห้ซะแล้ว

มีการศึกษาปฏิกิริยาต่อความกลัวการรักษาทางทันตกรรม พบอาการแสดงถึงความกลัวได้แก่ การเกร็งหรือเม้มริมฝีปากมากที่สุด มือเท้าขยับไม่อยู่นิ่งหรือสั่น มือเท้าเย็น ริมฝีปากสั่น ใจสั่นเป็นลม

สาเหตุที่ทำให้กลัว ดังนี้

- คนไข้กลัวการถูกฉีดยาหรือกลัวเข็มฉีดยา ก็คือยาชาที่ใช้ในการทำฟัน เป็นสาเหตุอันดับหนึ่ง โดยเฉพาะในเด็ก ในกรณีของเด็กกลัวการฉีดยานี้ไม่แปลกเลย เพราะผู้ปกครองมักคุบตรหลานด้วยความเคยชิน เช่น ถ้าดื้อจะให้หมอฉีดยา ดังนั้นผู้ปกครองจึงไม่ควรปลูกฝังความกลัวดังกล่าวให้แก่เด็ก เพราะจะทำให้เด็กเกิดความไม่ไว้วางใจ และไม่ให้ความร่วมมือขณะทำฟัน ทำให้เกิดความกลัวฝังใจในเด็กต่อเนื่องมาถึงตอนโต

จริงๆแล้ว การฉีดยาเวลาทำฟันไม่น่ากลัวเลย เพราะปัจจุบันนี้เข็มฉีดยาทางทันตกรรมทันสมัยและมีขนาดเล็กมาก รวมถึงทันตแพทย์จะได้รับฝึกฝนเทคนิคการฉีดยาให้เจ็บน้อยที่สุดตั้งแต่เป็นนักเรียนทันตแพทย์ สมัยนี้มียาชาแบบทา ก่อนฉีดยาจะทำให้ความเจ็บจากการฉีดยาบรรเทาเบาบางลงไปด้วย

- กลัวมาทำฟันแล้วเจ็บ สมัยนี้ถ้าใส่ยาชาช่วยได้ก็จะใส่ยาชา ซึ่งหมายถึงฉีดยาชาตัวเอง เมื่อใส่ยาชาก่อนอุดฟัน ถอนฟัน หรือการรักษาใดที่น้ำจะเจ็บก็ใส่ยาชาให้ก่อน ทำให้จำเจ็บเพราะเข็มฉีดยาเดียว แต่สบายไปตลอดการรักษา ไม่ต้องคอยลุ้นว่าจะเจ็บหรือเสียวเมื่อไหร่ กรอฟันครั้งต่อไปจะเสียวฟันไหม จะเสียวฟันอีกกี่ครั้งกว่าจะเสร็จ ทำให้เครียดตลอดการรักษา

แต่ การรักษาบางอย่างที่ทำโดยไม่จำเป็นต้องฉีดยาชา จะมีเจ็บและเสียวฟันได้ เช่น การขูดหินปูน ปกติที่ไม่ลึกมาก การอุดฟันที่ไม่ลึกมาก คนไข้อาจต้องให้ความร่วมมือบ้าง เนื่องจากกรณีเช่นนี้ไม่จำเป็นต้องฉีดยาชา เพราะการฉีดยาชาต้องมีข้อบ่งชี้ทางการรักษาว่าควรฉีดยาหรือไม่

- กลัวเสียงเครื่องมือทำฟัน บางคนบอกว่า แคได้ยินเสียงเครื่องมือทำฟันก็เสียวแล้ว เพราะเครื่องมือทำฟันต้องมีเสียง เสียงเครื่องมือมันสั่นประสาท ได้ยินเสียงเครื่องกรอฟันแล้วน้ำตาจะไหล

ปัจจุบันก็ดีขึ้นแล้ว สมัยนี้มีเครื่องมืออำนวยความสะดวกทุกอย่าง เสียงเบาลงมากกว่าเครื่องมือรุ่นเก่าเยอะมาก บางโรงพยาบาลหรือคลินิกส่วนใหญ่จะมีการเปิดเพลงผ่อนคลายช่วยเหลือคนไข้ที่กลัวเสียงเครื่องมืออีกด้วย

เคล็ดลับ สำหรับผู้ที่กลัวเสียงเครื่องมือทำฟันมากๆ อาจขออนุญาตคุณหมอฟังเพลงแบบใช้หูฟังขณะทำฟันได้เพื่อลดความกลัว แต่ขอให้ใช้หูฟังข้างเดียว เพราะอีกข้างต้องเอาไว้ฟังคุณหมอขณะทำการรักษา

- **คนไข้บางคนมักมาหาหมอฟันเมื่อมีอาการปวดฟันหรือบวมมาก สถานการณ์บังคับแล้วจึงมา** คนไข้จึงมักมีประสบการณ์ที่ไม่ดีมาตั้งแต่เริ่มมา บางคนก็ทิ้งไว้ให้ปวดเป็นอาทิติย ยิ่งทำให้รู้สึกไม่ดีไปอีก ประกอบกับบางครั้งเมื่อมีการอักเสบเป็นหนอง ซึ่งภายในหนองนั้นจะมีสภาพความเป็นกรด ส่วนยาสีฟันนั้นมีสภาพเป็นด่าง ดังนั้น กรดในหนองจึงละลายฤทธิ์ยาชาได้เร็วกว่าสภาพปกติ บางครั้งถ้าถอนฟันในขณะที่ปวดอาจชาช้าหรือชาไม่สนิทได้ แต่ส่วนใหญ่ก็มักจะชาสนิท ถ้าไม่ชาอาจให้รอไปทำวันอื่นโดยให้ยาแก้อักเสบไป ให้การอักเสบลดลงไปก่อนจึงค่อยให้การรักษาใหม่ ถ้าถอนไปโดยชาไม่สนิท คนไข้จะมีประสบการณ์ไม่ดีต่อการทำฟัน ซึ่งมักเป็นประสบการณ์ที่ไม่ดีเอามากๆ ดังนั้นควรตรวจฟันเป็นประจำทุก 6 เดือนหรือเมื่อมีอาการผิดปกติควรรีบพบทันตแพทย์

- **คนไข้ไม่กล้าบอกหมอเมื่อเจ็บหรือไม่ชา** ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้อง คนไข้ควรจะกล้าบอก เพราะหมอต้องหาวิธีทำให้คนไข้ไม่เจ็บให้ได้ตามสมควร ตามความรู้ที่ได้ศึกษามา

- **คนไข้ที่เป็นผู้หญิง เมื่อกลัวมักพูดและบอกหมอตามความเป็นจริง ส่วนคนไข้ผู้ชายมักพยายามอดทนกลัวหมอจะหาว่าไม่เป็นลูกผู้ชาย** จึงมีความเครียดและเก็บกดสูงกว่า ในสถิติของหมอฟันจึงพบว่าคนไข้ผู้ชายเป็นลมมากกว่าคนไข้ผู้หญิง คนไข้ควรบอกหมอตามความเป็นจริง หรือสงสัยวิตกกังวลขั้นตอนในการรักษา ควรถามคุณหมอตันทิย คุณหมอจะได้จัดการสถานการณ์หรือให้ข้อมูลได้ถูกต้อง

อย่างที่กล่าวไปแล้วการกลัวการทำฟันมักเริ่มจากตอนเป็นเด็ก ซึ่งมักได้รับประสบการณ์การทำฟันที่ไม่ดีในวัยเด็กเพราะผู้ปกครองส่วนใหญ่มักจะพาบุตรหลานไปพบทันตแพทย์ก็เมื่อมีอาการมากแล้ว ทำให้การรักษายากขึ้น และมีกระบวนการการรักษาที่ทำให้เด็กเจ็บจนจำฝังใจ

การมาพบหมอฟัน ตอนที่สบายกาย สบายใจ เป็นโอกาสที่ดีที่สุดที่ควรเลือก ไม่ว่าทั้งตัวเองหรือบุตรหลาน เพราะถ้าเริ่มต้นด้วยสิ่งที่ดี ไม่มีความเจ็บปวด ย่อมประทับใจต่อทุกสิ่ง ทั้งเด็ก รวมทั้งผู้ปกครอง

คุณพ่อ คุณแม่หลาย ๆ ท่าน อาจจะสงสัยว่าควรพาลูก ๆ ไปพบหมอฟันตอนไหนดี เด็กเมื่อเริ่มมีฟันขึ้น ก็สามารถพาไปพบหมอฟันได้แล้ว หมอจะแนะนำวิธีดูแลรักษาฟันที่เริ่มขึ้น หมอจะเริ่มต้นให้เด็กมีความคุ้นเคยกับตัวหมอ แก้อี้อาฟัน และเครื่องมือต่างๆ เมื่อเด็กขึ้นมานอนบนเก้าอี้ของหมอฟัน หมอจะเปิดไฟ เพื่อให้แสงสว่างในการส่องดูฟัน และใช้กระจกเล็กๆ ช่วยเข้าไปส่องดู การใช้เครื่องมือตรวจตามตัวฟัน ก็คือการนับฟัน ตามที่หมอบอกเด็กนั่นเอง

ปกติแล้ว การตรวจฟันให้เด็กในครั้งแรก หมอจะขัดฟันให้เด็ก ด้วยหัวขัดยาง กับผงขัด เพื่อให้เด็กเริ่มรู้จักเครื่องมือ ที่หมุนๆ มีเสียง และการใส่เครื่องมือ เข้าไปในช่องปาก โดยจะทดลองขัดที่เล็บ ให้เด็กได้รับความรู้สึกคุ้นเคยก่อน และบอกความรู้สึกว่า จะรู้สึกจุกๆจี้ๆ แบบที่ขัดเล็บนี้แหละ สนุกดี เด็กก็จะเริ่มเกิดความรู้สึก

ยอมรับ และยอมให้หมอชดอย่างดี โดยในครั้งแรกนี้ จะเป็นผลให้เด็กเกิดความคุ้นเคย ไม่กลัวต่อการมาพบหมอฟัน

สิ่งที่สำคัญมากอีกประการหนึ่ง ก็คือ การมีทัศนคติที่ดีต่อหมอฟัน โดยเริ่มจากที่บ้านนั่นเอง ผู้ใหญ่ พ่อแม่ พี่เลี้ยง ฯลฯ จะต้องไม่ขู่ให้เด็กกลัวหมอฟัน เช่น คำพูดที่ว่า "อย่าดิ้นนะ ถ้าดิ้นจะพาไปให้หมอถอนฟัน" หรือ "ถ้าดิ้นจะพาไปให้หมอฉีดยา" ฯลฯ เหล่านี้จะทำให้เด็กเกิดความคิดที่ไม่ดี คิดว่า การถอนฟัน การฉีดยานั้น น่ากลัวมาก เหมือนการถูกลงโทษ พอเมื่อเราจำเป็นต้องพาเด็กไปพบหมอฟันจริงๆ แล้ว เด็กก็จะกลัวร้องไห้โยเย โดยสาเหตุจากการพูดหลอกล่อเด็กดังกล่าว

คุณพ่อคุณแม่ต้องไม่แสดงความกลัวและกังวลใจที่จะต้องพาลูกไปพบทันตแพทย์ เพราะจะทำให้เด็กกลัว และกังวลใจตามไปด้วย ในเด็กที่เริ่มรู้เรื่องแล้วอาจใช้วิธีหาหนทางที่เกี่ยวกับการไปหาทันตแพทย์มาแล้วให้เด็กฟัง เด็กจะได้จินตนาการได้ว่า จะต้องเจอกับสิ่งใดบ้าง หรือเล่นสมมติเกี่ยวกับทันตแพทย์ การทำฟัน ซึ่งจะ让孩子สนุกกับบทบาทสมมตินั้น