

บทรายการวิทยุฟันทอล์ค
เรื่อง เสียน้อยเสียยาก เสียมากเสียง่าย
ผู้เขียนบทความ อ.ทพญ.ธัญญพัทธ์ อิงบุญมีสกุล

สำนวนไทยที่อาจคุ้นหูใครหลายๆคน “เสียน้อยเสียยาก เสียมากเสียง่าย” หรือในสำนวนอังกฤษ คือ “Penny wise and Pound foolish” ซึ่งทั้งคู่หมายถึง เสียเพียงเล็กน้อยไม่ยอมเสีย ทำให้ต้องเสียมากกว่าเดิม หากเปรียบเทียบกับการทำฟันก็เหมือนกับการไม่ได้ตรวจฟันเป็นประจำทุกปี ทำให้ปัญหาในช่องปากอาจลุกลาม รู้ตัวอีกทีก็ต้องเสียเงินรักษามากกว่าเดิม หากรู้เร็วหรือรักษาแต่เนิ่นๆ คงจะเสียเงินน้อยกว่านี้

สำหรับการตรวจฟันหลายๆที่อาจไม่มีค่าใช้จ่ายเลย หากหมั่นตรวจเป็นประจำพบปัญหาได้เร็ว ฟันผุเล็กน้อยเสียค่าอุดมากกว่าฟันผุใหญ่ โดยค่ารักษาอุดฟันด้วยวัสดุสีเหมือนฟันหรือสีขาวของโรงพยาบาลทันตกรรม มหาวิทยาลัยนเรศวรนั้น หากอุดด้านเดียว ราคา 600 บาท ถ้าผุใหญ่ขึ้น ผุสองด้านก็จะเสียค่าใช้จ่ายมากขึ้น ดังนั้นจึงควรตรวจฟันเป็นประจำทุกปี เพื่อตรวจและแก้ไขปัญหาสุขภาพช่องปากตั้งแต่เนิ่นๆ

จริงๆแล้วสำนวนนี้ก็ยังเข้ากับการทำฟันอีกหลายสถานการณ์ เช่น คุณหมอแนะนำให้เด็กที่ฟันน้ำนมเพิ่งขึ้นและมีร่องฟันลึก ทำการป้องกันฟันผุโดยการเคลือบหลุมร่องฟันแต่ไม่ได้ทำ ภายหลังเด็กน้อยทำความสะอาดได้ไม่ดี ฟันขึ้นนั้นผุต้องมาอุด หรืออาจถึงขั้นผุจนต้องรักษารากหรือถอนก็ได้

การขูดหินปูนก็เช่นกัน หากเราปล่อยไว้นานนอกจากโรคเหงือกที่จะลุกลาม เสียค่าใช้จ่ายมากขึ้นแล้วยังเจ็บมากขึ้นด้วย เพราะหินปูนไปสะสมใต้เหงือก การขูดหินปูนใต้เหงือกและเกลารากฟันก็เจ็บมากกว่าการขูดหินปูนเหนือเหงือกหากปล่อยให้หินปูนเยอะมาก ไม่อย่างนั้นฟันจะเป็นโรครำมะนาดและจะไม่สามารถเก็บฟันไว้ได้

อวัยวะในช่องปากของเรานอกจากฟันก็ยังมึลันและเหงือกที่เราต้องดูแลใส่ใจ บนลิ้นมีตุ่มรับรสต่างๆ กระจายอยู่มีลักษณะเป็นตุ่มนูนและลิ้นก็อาจมีร่องอีกด้วย ซึ่งอาจเป็นที่สะสมเศษอาหารและสาเหตุของกลิ่นปากได้ การทำความสะอาดลิ้นแนะนำให้ใช้แปรงขนนุ่มหรือใช้อุปกรณ์ทำความสะอาดลิ้นทำความสะอาดหลังการแปรงฟันจนลิ้นเป็นสีชมพูไม่มีคราบ ส่วนเหงือกนั้นเราก็ดูแลไปพร้อมกับฟันโดยการแปรงฟันไม่ให้มีคราบขาว คราบพลัคหรือคราบจุลินทรีย์ติดอยู่บริเวณคอฟัน เพราะเป็นสาเหตุของทั้งเหงือกอักเสบและฟันผุ การเลือกยาสีฟัน ควรเลือกที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์เพื่อป้องกันฟันผุ และสุดท้ายควรมาทันตแพทย์เป็นประจำทุกปี อย่าปล่อยปัญหาทิ้งไว้ เดี่ยวจะตรงกับสำนวนไทย เสียน้อยเสียยาก เสียมากเสียง่าย