

บทรายการวิทยุฟันทอล์ค

เรื่อง เหงือกร่น การจัดการสภาวะที่ตามมาหลังจากเหงือกร่น

ผู้เขียนบทความ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทันตแพทย์หญิง ดร.สุทธิพลินทร์ สุวรรณกุล

เหงือกร่น

คำจำกัดความของเหงือกร่น หมายถึง สภาวะที่ขอบเหงือกนั้นอยู่ต่ำไปทางปลายรากฟันโดยอยู่ต่ำกว่ารอยต่อระหว่างเคลือบฟัน และเคลือบรากฟัน ส่งผลทำให้เกิดการโผล่ของรากฟันภายในช่องปาก โดยทั่วไปการเกิดสภาวะเหงือกร่นนั้นมักจะสัมพันธ์กับ ภาวะการสูญเสียกระดูกหรือ ลักษณะของกระดูก ที่บางหรือเกิดการสลายตัวไปจนเกิดเป็นช่องโหว่ของกระดูกร่วมด้วย

ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักจะมีอาการกังวลเกี่ยวกับสภาวะเหงือกร่น เนื่องจากสภาวะเหงือกร่นนั้น ส่งผลต่อความสวยงามและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยหลายประการ อาทิ เช่น ผู้ป่วยอาจจะรู้สึกมีอาการเจ็บปวด หรืออาการเสียวฟันจากสภาวะเหงือกร่น เพราะมีการออกมาของรากฟัน หรือมีการเผยออกมาของเนื้อฟัน

เหงือกร่นส่งผลต่อความสวยงาม โดยเฉพาะในบริเวณฟันหน้า เหงือกร่นทำให้เกิดการสะสมของ คราบ จุลินทรีย์ และส่งผลทำให้เกิดการอักเสบของเหงือกตามมาได้ เนื่องจากเหงือกร่นทำให้เกิดการโผล่ออกมาของรากฟัน ดังนั้น ผู้ป่วยจึงเพิ่มโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดรากฟันผุได้ การเกิดการสึกของฟัน เนื่องจากเหงือกร่นทำให้เกิดการเผยออกมาของบริเวณเนื้อฟันในช่องปากมากขึ้น หากร่วมกับการดูแลช่องปากที่ผิดวิธี เช่น การแปรงฟันด้วยเทคนิคที่ไม่ถูกต้อง จะยิ่งส่งเสริมทำให้เกิดการสึกของฟันได้มากขึ้น

วิธีการจัดการสภาวะที่ตามมาหลังจากการเกิดเหงือกร่น

1. การเกิดภาวะเสียวฟัน ทันตแพทย์ควรแนะนำให้ผู้ป่วยเลือกรับประทานอาหาร ซึ่งไม่ส่งผลทำให้เกิดการ กระตุ้นภาวะการเสียวฟัน หรือทำให้เกิดการสูญเสียเนื้อฟันมากขึ้น ได้แก่ อาหารที่มีรสเปรี้ยว อาหารที่มีรสจัด เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของกรดคาร์บอนิก เช่น น้ำอัดลม
2. ใช้สารกันเสียว หรือยาทาแก้เสียวฟัน เพื่อลดอาการให้กับผู้ป่วย สารกันเสียวฟัน ได้แก่ ฟลูออไรด์ เฉพาะที่ซึ่งใช้ทาที่ผิวฟัน เช่น ฟลูออไรด์วานิช สารกันเสียวฟันซึ่งมีส่วนผสมของคลอเฮกซิดีน และไทมอล หรือการ เคลือบหลุมร่องฟัน
3. การบูรณะฟันด้วยการทำครอบฟัน หรือการอุดฟัน

กรณีที่มีรากฟันผุ

วิธีการป้องกัน ได้แก่ การแนะนำเรื่องโภชนาการ ทันตแพทย์ควรแนะนำวิธีการทำความสะอาดฟัน ซึ่งไม่ส่งผลทำให้เกิดการสึกของฟันมากขึ้น

การสอนวิธีการแปรงฟัน และการทำความสะอาดซอกฟันที่เหมาะสม การเสริมโดยการให้ฟลูออไรด์ เพื่อป้องกันฟันผุ การแต่งรูปร่างของฟัน หากกรณีมีลักษณะรอยบุ๋มที่ตื้น รวมไปถึงการบูรณะฟันเพื่อปิดบริเวณดังกล่าวไม่ให้มีการสัมผัสกับสิ่งแวดล้อมภายในช่องปากที่ทำให้เกิดการผุอย่างต่อเนื่อง

กรณีสุดท้าย ได้แก่ การบูรณะฟันเพื่อความสวยงาม ได้แก่ การทำครอบฟัน การทำวีเนียร์ หรือการทำซิลิโคนมาเพื่อมาปิดบริเวณช่องที่เกิดขึ้นระหว่างซี่ฟัน แต่ปัจจุบันไม่นิยมเนื่องจากทำให้เกิดการสะสมของคราบจุลินทรีย์ได้มากขึ้น

วิธีการสุดท้าย ได้แก่ วิธีการปิดรากฟันที่โผล่ด้วยวิธีการทางศัลยกรรมปริทันต์ อย่างไรก็ตาม วิธีการดังกล่าว จะต้องพิจารณาถึงความเหมาะสม และข้อบ่งชี้รวมถึงข้อจำกัดและความสำเร็จ ในการปลูกเหงือกด้วยเช่นกัน

เห็นได้ว่าภาวะเหงือกกร่นนั้น มีสาเหตุที่ทำให้เกิดขึ้นได้หลายประการ บางปัจจัยสามารถที่จะป้องกันและแก้ไขได้ แต่บางปัจจัยส่งผลทำให้เกิดลักษณะทางคลินิกและความเสียหายซึ่งยากแก่การบูรณะ ดังนั้น การป้องกันการเกิดภาวะเหงือกกร่นในอนาคต เราสามารถที่จะป้องกันโดยการมาพบทันตแพทย์ เพื่อตรวจวินิจฉัยและรักษาโรคเหงือกอักเสบที่เป็นในระยะต้น โดยกำจัดสาเหตุซึ่งสามารถและทำได้โดยมีความยุ่งยากในการรักษาน้อย จะทำให้เราสามารถมีเหงือกที่มีสุขภาพดีมีความสวยงามและมีการใช้งานฟันได้อย่างเป็นปกติโดยไม่ต้องกังวลเรื่องการเกิดสภาวะเหงือกกร่น ซึ่งหากเป็นไปมากแล้วการแก้ไขก็จะทำได้ยากมากขึ้น