

# คอฟันลึก

ภาพการแปรงฟันที่ถูกต้อง



ภาพการใช้ไหมขัดฟันบริเวณซอกฟัน

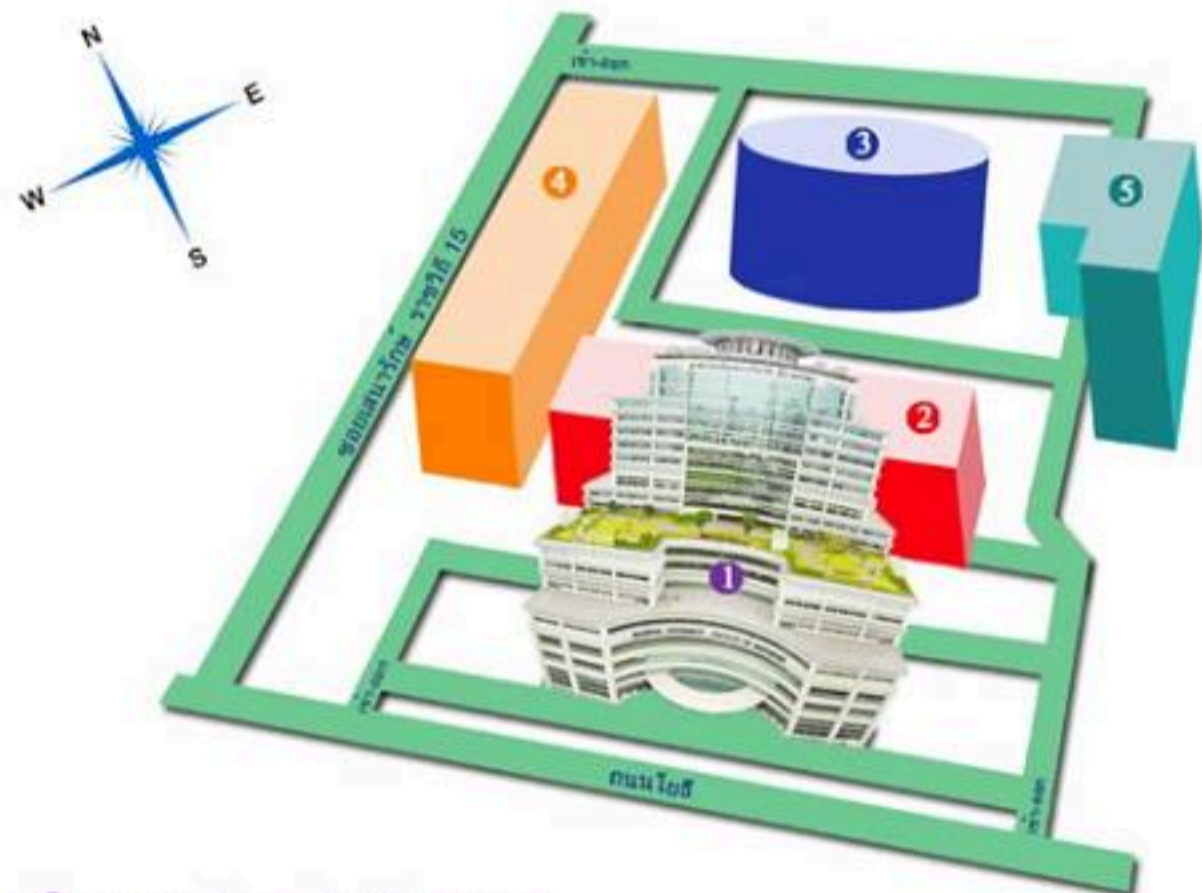


ภาพการใช้แปรงซอกฟัน



## การป้องกัน

- แปรงฟันด้วยแปรงขนอ่อน แทนขนแปรงแข็งปานกลาง แปรงให้ถูกวิธี แปรงเบาๆ และใช้ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์ นาน 2-3 นาที วันละ 2-3 ครั้ง
- ใช้ยาสีฟันหรือน้ำยาบ้วนปากที่มีโพแทสเซียมหรือสตรอนเทียม เพื่อลดอาการเสียวฟัน ยาสีฟันที่ช่วยลดเสียวฟันมักจะมีคำว่า 'sensitive' = เซนซิทีฟ หรือไวต่อความรู้สึกพิมพ์อยู่ในฉลาก
- ใช้ไหมขัดฟันหรือแปรงซอกฟัน ทำความสะอาดบริเวณซอกฟันเป็นประจำ
- ตรวจสอบสุขภาพช่องปากกับทันตแพทย์ทุกๆ 6-12 เดือน



- 1 อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษา
- 2 ลานจอดรถ
- 3 ศูนย์การเรียนรู้และนันทนาการ
- 4 อาคาร 4 (อาคารปฏิบัติการและการวิจัย และศูนย์ปฏิบัติการซิมมิวเลชั่น)
- 5 อาคาร 5 (อาคารอเนกประสงค์)

คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
เลขที่ 6 ถนนโยธี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400  
โทรศัพท์ : 02-200-7777  
Website : [www.dt.mahidol.ac.th](http://www.dt.mahidol.ac.th)

จัดทำโดย : หน่วยประชาสัมพันธ์  
ออกแบบโดย : น.ส.ณัฐสุดา วัฒนภิญโญ  
อาจารย์ที่ปรึกษา : ผศ.ทพญ.สุชาร์ตน์ ชัยเฉลิมศักดิ์  
โรงพยาบาลทันตกรรมมหาจักรีสิรินธร  
คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล





### คอฟันสึกคืออะไร

หลายคนคิดว่า ต้องแปรงฟันแรงๆ จึงจะสะอาด...หลายคนคิดว่า การแปรงฟันแบบถูไปๆ มาๆ จะสะอาดได้ดี...หลายคนคิดว่า ต้องใช้แปรงสีฟันแข็งๆ เหล่านี้ก่อให้เกิดผลเสียระยะ

เพราะว่าการแปรงฟันแรงๆ การแปรงฟันแบบถูไปๆ มาๆ การใช้แปรงสีฟันแข็งจะเป็นเครื่องมือช่วยเสริม ให้เกิดการทำลายเนื้อฟัน โดยเฉพาะบริเวณคอฟันได้ เรียกว่า ฟันสึก

การสึกของฟันที่เกิดขึ้นนี้ ทำให้เกิดการทำลายของชั้นเคลือบฟัน ทำให้ชั้นเนื้อฟันมีส่วนสัมผัส กับสภาพในช่องปาก มีการพบบ่อยที่ฟันกรามน้อยและฟันเขี้ยว เพราะเป็นตำแหน่งที่สัมผัสกับแปรงสีฟันได้ง่าย และพบมากในคนที่ขยันแปรงฟัน

### สาเหตุของคอฟันสึก

- แปรงฟันผิดวิธี ใช้ขนแปรงแข็งเกินไป
- ใช้ยาสีฟันที่มีผงขัดมาก หรือมีลักษณะหยาบมากๆ แล้วใช้ประจำ คราบที่ติดตัวฟันอาจจะออกง่าย แต่ก็ทำให้คอฟันสึกได้ง่ายเช่นกัน



### อาการของผู้ที่มีฟันสึก

ถ้าสึกเล็กน้อยจะไม่มีอาการ แต่ถ้าสึกมากขึ้นผู้ป่วยอาจมีอาการเสียวฟัน โดยเฉพาะเมื่อสัมผัสกับอาหารหรือเครื่องดื่มที่มีรสหวานจัด เปรี้ยวจัด เย็นจัด หรือเสียวฟันขณะแปรงฟัน ซึ่งหากปล่อยให้ฟันสึกไปเรื่อยๆ โดยไม่รักษา ฟันจะสึกมากขึ้นเข้าไปใกล้โพรงประสาทฟัน ทำให้เปลี่ยนจากเสียวฟันเป็นปวดฟันได้

### การรักษา

- ถ้าสึกเล็กน้อย ไม่มีอาการ ไม่จำเป็นต้องรักษา
- ในคนที่ฟันสึกไม่มาก และมีอาการเสียวฟัน หมอจะแนะนำให้ใช้ยาสีฟันชนิดที่มีส่วนผสมของสารลดการเสียวฟัน ซึ่งก็จะใช้ระงับอาการได้เป็นครั้งคราว
- แต่ถ้าสึกมาก ทันตแพทย์ก็จะอุดบริเวณคอฟัน โดยใช้สารที่เรียกว่า Composite Resin หรือ Glass ionomer
- ถ้าสึกถึงโพรงประสาทฟันผู้ป่วยจะมีอาการปวดต้องทำการรักษาคลองรากฟัน แล้วตามด้วยการอุดฟัน หรือครอบฟัน

