



สภาวะสุขภาพช่องปาก ความรู้ และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก  
ของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต

ORAL HEALTH STATUS ORAL HEALTH, KNOWLEDGE AND ORAL HEALTH CARE BEHAVIOR  
AMONG GRADE 4-6 STUDENT, MAIKHOA SUB-DISTRICT, TALANG DISTRICT, PHUKET

บีบิลฮัม หลงมุโส<sup>1\*</sup>, รุสลีซา อาหามา<sup>2</sup>, อุไรวรรณ ไกรนรา มุรานิชิ<sup>3</sup>, จันนุน พิศุคุวัต<sup>4</sup>, สาศินีย เสนาบุน<sup>5</sup>

Uraiwan Krainara Muranishi<sup>1\*</sup>, Beebilham Longmuso<sup>2</sup>, Ruslisa Ahama<sup>3</sup>, Jamnun Perasupawat<sup>4</sup>,

Sasinee Senabun<sup>5</sup>

**บทคัดย่อ**

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพช่องปาก ระดับความรู้และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้การดูแลสุขภาพช่องปาก และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจากโรงเรียนแห่งหนึ่งที่มีปัญหาสภาวะสุขภาพช่องปากมากที่สุดจำนวน 49 คน เครื่องมือวิจัย ได้แก่ แบบบันทึกการตรวจสุขภาพช่องปาก และแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก ผ่านการทดสอบดัชนีความสอดคล้องของเครื่องมือวิจัย (IOC) เท่ากับ 0.98 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความสัมพันธ์ความรู้และพฤติกรรมด้วยสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า เด็กนักเรียนมีปัญหาสภาวะสุขภาพช่องปากมาก เป็นดังนี้ มีโรคฟันผุ ร้อยละ 87.8 และโรคเหงือกอักเสบทั้งหมด ร้อยละ 73.5 ตามลำดับ จากการศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.1 ส่วนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 63.3 และความสัมพันธ์ของความรู้กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก พบว่า ความรู้การดูแลสุขภาพช่องปาก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = 0.342$ ,  $P\text{-value} = 0.016$ ) โรงเรียน ผู้ปกครอง และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจึงควรร่วมมือให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพช่องปากและส่งเสริมทักษะการแปรงฟันในกลุ่มเด็กนักเรียนอย่างต่อเนื่องจะช่วยให้สุขภาพช่องปากดีขึ้นได้

**คำสำคัญ:** สภาวะสุขภาพช่องปาก, ความรู้, พฤติกรรม, การดูแลสุขภาพช่องปาก

<sup>1-2</sup> นักศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต

<sup>3</sup> อาจารย์สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต

<sup>4</sup> นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไม้ขาว

<sup>5</sup> เจ้าหน้าที่งานทันตสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไม้ขาว

\*Corresponding author, E-mail: russliza1234@gmail.com



## Abstract

This study aim to examine oral health status, knowledge and oral health care behavior among grade 4-6 student, Maikhoa sub-district, Talang district, Phuket and examine the correlation between knowledge and behavior The student was selected by purposive sampling technique as the school with highest oral health problem in this area. The reseach instrument include the oral health examination and oral health knowledge and behavior questionair with approve index of item – objective congruence (IOC= 0.98) The data was analysed by frequency, percentage, mean and standard deviation. The correlation was analysed by Pearson’s Product Moment Correlation Coefficient.

The result showed student with higher oral health problem such as dental caries ( 87.8%) and gingivitis ( 73.5%) respectively. Most student have moderate level of knowledge ( 53.1%) and moderate level of oral health care behavior ( 63.3%) The correlation between knowledge and behavior showed that knowledge related to oral health care behavior with a statistically significant. (r = 0.342, P-value = 0.016) School, parent and health promotion hospital should coparate for oral health care education and promote teeth brushing behavior among student continuously that would be helpful for oral health status.

**Keywords:** oral health status, knowledge, behavior, oral health care

## บทนำ

สุขภาพช่องปากและฟันที่ดีเป็นสิ่งสำคัญต่อความเป็นอยู่ที่ดี ฟันที่แข็งแรงจะช่วยให้รับประทานอาหารได้สะดวก ช่วยให้บุคลิกดูดี และพูดได้อย่างชัดถ้อยชัดคำ พฤติกรรมและปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพช่องปากในปัจจุบันมีหลายรูปแบบ ซึ่งมีความแตกต่างกันตามกลุ่มวัยและบริบทของสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ดังนั้นกระบวนการหนึ่งที่ทำให้ได้ข้อมูลสถานะในช่องปาก พฤติกรรมและปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพช่องปากคือการสำรวจสถานะสุขภาพช่องปาก (มารุต ภูเพ็ญ, 2562) โรคฟันผุเป็นโรคที่พบทั่วไปในทุกวัย ปัจจัย 4 ประการที่ทำให้เกิดโรคฟันผุ ได้แก่ แผ่นคราบจุลินทรีย์ อาหารประเภทแป้ง น้ำตาล ตัวฟัน และเวลา ซึ่งแบคทีเรียที่พบในช่องปากจะทำปฏิกิริยากับคราบ (Plaque) ที่ติดค้างขจัดออกไปได้ไม่หมดอยู่ตามซอกฟันและผิวเคลือบฟัน เกิดเป็นกรดและย่อยสลายอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาล ทำให้ฟันสูญเสียแร่ธาตุและเกิดการทำลายโครงสร้างของฟันอาจทำให้ฟันแตกเป็นรู เป็นช่อง หากปล่อยทิ้งไว้โดยไม่ทำการรักษา และถ้าลุกลามมากขึ้นอีก จะทำให้เกิดความเจ็บปวด หรือฟันเป็นหนองจนอาจต้องถอนฟันในที่สุด (โอมไฉไล เอกจิตต์, 2553) นักเรียนประถมศึกษาเป็นกลุ่มที่จำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมสุขภาพช่องปากเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่กำลังเปลี่ยนจากชุดฟันน้ำนมเป็นฟันแท้ โดยเฉพาะกลุ่มประถมศึกษาตอนปลายอายุ 10-12 ปี จะมีฟันแท้ขึ้นครบจำนวน 28 ซี่ (นัฐวุฒิ โนนภา, 2561) และยังพบการเกิดโรคในช่องปากที่เป็นปัญหาสำคัญระดับประเทศ จากการสำรวจภาวะทันตสุขภาพครั้งที่ 8 ในปี พ.ศ. 2560 แสดง



ให้เห็นว่าในระดับประเทศเด็กนักเรียนอายุ 12 ปี มีสภาวะการเกิดฟันผุสูงถึงร้อยละ 52.0 และมีค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด 1.4 ซี่ต่อคน เป็นฟันผุที่ยังไม่ได้รับการรักษาร้อยละ 31.5 มีฟันอุดร้อยละ 31.1 และมีการสูญเสียฟันร้อยละ 3.0 และมีสภาวะเหงือกอักเสบสูงกว่าการสำรวจในครั้งที่ 7 ในปี พ.ศ. 2555 จากร้อยละ 50.3 เป็นร้อยละ 66.3 และ พฤติกรรมการแปรงฟันร้อยละ 86.5 แปรงฟันหลังตื่นนอนตอนเช้าทุกวัน ส่วนการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน พบว่า ร้อยละ 13.3 ที่แปรงฟันหลังอาหารกลางวันที่โรงเรียนทุกวัน ร้อยละ 31.4 แปรงบางวัน ร้อยละ 55.3 ตอบว่า ไม่เคยแปรงเลยสำหรับการแปรงฟันก่อนนอนซึ่งเป็นช่วงเวลาสำคัญที่จะช่วยป้องกันโรคฟันผุ (สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย, 2561)

สภาวะทันตสุขภาพของเด็กนักเรียนอายุ 10-12 ปี โรงเรียนแห่งหนึ่งในพื้นที่เขตรับผิดชอบของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ในปี 2559-2561 พบว่าสภาวะการเกิดฟันผุในพื้นที่สูงกว่าในระดับประเทศ โดยสภาวะการเกิดฟันผุเป็นร้อยละ 55.17, 68.97, 58.76 ค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด 1.17, 1.29, 2.04 ซี่ต่อคน และมีสภาวะเหงือกอักเสบร้อยละ 63.47, 41.38, 52.57 ตามลำดับ สะท้อนให้เห็น ปัญหาการดูแลสุขภาพช่องปาก โดยเฉพาะพฤติกรรมการทำความสะอาดช่องปาก ซึ่งเด็กนักเรียนในกลุ่มนี้จะมีฟันแท้ขึ้นครบ 28 ซี่และมีปัญหาโรคฟันผุเพิ่มมากขึ้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่ง ในตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต โดยเลือกโรงเรียนที่มีปัญหาสุขภาพช่องปากมากที่สุด เพื่อศึกษาระดับความรู้ และพฤติกรรม และได้นำผลการวิจัยครั้งนี้ไปพัฒนารูปแบบและโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนในพื้นที่ให้ดียิ่งขึ้น

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ระยะเวลาการศึกษาวิจัยอยู่ในช่วงระหว่างเดือนตุลาคม ถึง เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2562 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นเด็กนักเรียน ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไม้ขาว คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงเลือกโรงเรียนที่นักเรียนมีปัญหาสุขภาพช่องปากมากที่สุดในช่วงระยะเวลา 3 ปีย้อนหลัง โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 กลุ่มตัวอย่าง 1 โรงเรียน จำนวน 49 คน แยกเป็นเพศชายจำนวน 25 คน และเพศหญิงจำนวน 24 คนที่มีความยินดีในการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ 1. แบบบันทึกการตรวจสภาวะสุขภาพช่องปาก ฝ่ายทันตกรรมของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไม้ขาว 2. แบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นโดยศึกษาจาก แนวคิด และรายงานวิจัยต่างๆ จำนวน 1 ชุด ซึ่งแบบสอบถามได้ผ่านการตรวจค่าดัชนีความสอดคล้องของเครื่องมือวิจัย (IOC) โดยการปรับมาตรฐานจากทันตแพทย์เชี่ยวชาญ พยาบาลวิชาชีพชำนาญงาน อาจารย์สาขาสาธารณสุขศาสตร์ และนำมาวิเคราะห์ เพื่อหาความตรงของผู้ตรวจ ได้คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 0.98 โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ด้านดังนี้

ด้านที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 9 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ นักเรียนอาศัยอยู่กับใคร จำนวนมื้ออาหารหลัก รับประทานนมระหว่างมื้อ นักเรียนรับประทานอาหารว่างระหว่างวันชนิดไหนบ่อย



ที่สุด นักเรียนเต็มเครื่องเต็มชนิดไหนบ่อยที่สุด นักเรียนแปร่งฟันวันละกี่ครั้ง ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา นักเรียนไปพบทันตบุคลากรกี่ครั้ง

ด้านที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องสุขภาพช่องปาก จำนวน 10 ข้อ เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ 2 ตัวเลือก คือ ถูก ผิด เกณฑ์การแปลผลระดับความรู้การดูแลสุขภาพช่องปากพิจารณาโดยการนำเกณฑ์ของ บลูม (Bloom, 1967) มาปรับใช้ ดังนี้

|                    |            |   |
|--------------------|------------|---|
| คะแนนร้อยละระหว่าง | 0-33.33    | หมายถึง นักเรียนมีความรู้อยู่ในระดับน้อย    |
| คะแนนร้อยละระหว่าง | 33.34-66.6 | หมายถึง นักเรียนมีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง |
| คะแนนร้อยละระหว่าง | 66.7-100   | หมายถึง นักเรียนมีความรู้อยู่ในระดับมาก     |

ด้านที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรม การดูแลสุขภาพช่องปาก จำนวน 10 ข้อ เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ 3 ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบางครั้ง ไม่ได้ปฏิบัติ ซึ่งเกณฑ์การแปลผลระดับพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากพิจารณาโดยการนำเกณฑ์ของ บลูม (Bloom, 1967) มาปรับใช้ ดังนี้

|                    |            |  |
|--------------------|------------|--|
| คะแนนร้อยละระหว่าง | 0-6.66     | หมายถึง นักเรียนมีพฤติกรรมอยู่ในระดับน้อย    |
| คะแนนร้อยละระหว่าง | 6.67-13.33 | หมายถึง นักเรียนมีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง |
| คะแนนร้อยละระหว่าง | 13.34-20   | หมายถึง นักเรียนมีพฤติกรรมอยู่ในระดับมาก     |

การวิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลทั่วไป สภาวะสุขภาพช่องปาก ความรู้ พฤติกรรมที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptiven Research ) โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ และทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของความรู้และพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก ทดสอบด้วยสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson’s Product Moment Correlation Coefficient) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูป

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ประโยชน์และความเสี่ยงที่จะได้รับการเข้าร่วมวิจัย โดยกลุ่มตัวอย่างสามารถยุติการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา ข้อมูลส่วนบุคคลในการตอบแบบสอบถามผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ และไม่ส่งผลกระทบต่อกลุ่มตัวอย่าง

### ผลและอภิปรายผลการวิจัย

#### 1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป (N=49)

| ข้อมูลทั่วไป | จำนวน | ร้อยละ |
|--------------|-------|--------|
| 1.เพศ        |       |        |
| ชาย          | 25    | 51.0   |
| หญิง         | 24    | 49.0   |



| ข้อมูลทั่วไป  | จำนวน | ร้อยละ |
|---|-------|--------|
| <b>2.ชั้นประถมศึกษาปีที่</b>                          |       |        |
| ปีที่ 4   | 14    | 28.6   |
| ปีที่ 5   | 11    | 22.4   |
| ปีที่ 6   | 24    | 49.0   |
| <b>3.นักเรียนอาศัยอยู่ ุกับใคร</b>                    |       |        |
| พ่อแม่  | 41    | 83.7   |
| พี่ชาย/พี่สาว   | 0     | 0      |
| ปู่ ย่า ตา ยาย  | 6     | 12.2   |
| ลุง ป้า น้า อา  | 2     | 4.1    |
| <b>4.จำนวนมื้ออาหารหลัก</b>                           |       |        |
| 1 มื้อ/วัน  | 4     | 8.2    |
| 2 มื้อ/วัน  | 16    | 32.7   |
| 3 มื้อ/วัน  | 29    | 59.2   |
| <b>5.รับประทานขนมระหว่างมื้อ</b>                      |       |        |
| 1 ครั้ง/วัน   | 5     | 10.2   |
| 2 ครั้ง/วัน   | 16    | 32.7   |
| 3 ครั้ง/วัน   | 12    | 24.4   |
| มากกว่า 3 มื้อ/วัน                                    | 16    | 32.7   |
| <b>6. นักเรียนรับประทานอาหารว่างระหว่างวันชนิดไหน</b> |       |        |
| ขนมขบเคี้ยว   | 19    | 38.8   |
| ขนมไทย  | 2     | 4.1    |
| ผลไม้   | 14    | 28.6   |
| ช็อกโกแลต   | 9     | 18.3   |
| เยลลี่  | 5     | 10.2   |
| <b>7.นักเรียนดื่มเครื่องดื่มชนิดไหนบ่อยที่สุด</b>     |       |        |
| น้ำอัดลม  | 24    | 49.0   |
| น้ำหวาน   | 15    | 30.6   |
| ชาที่ผสมนมข้นหวาน                                     | 10    | 20.4   |



| ข้อมูลทั่วไป   | จำนวน | ร้อยละ |
|--|-------|--------|
| <b>8.นักเรียนแปรงฟันวันละกี่ครั้ง</b>                        |       |        |
| 1 ครั้งตอนเช้า   | 16    | 32.7   |
| 2 ครั้งตอนเช้า ก่อนนอน                                       | 18    | 36.7   |
| 3 ครั้งตอนเช้า เทียง ก่อนนอน                                 | 15    | 30.6   |
| <b>9.ในรอบ 1 ปี ที่ผ่านมานักเรียนไปพบทันตบุคลากรกี่ครั้ง</b> |       |        |
| 1 ครั้ง/ปี   | 9     | 18.4   |
| 2 ครั้ง/ปี   | 4     | 8.2    |
| มากกว่า 2 ครั้ง  | 6     | 12.2   |
| ไม่เคย   | 30    | 61.2   |

จากข้อมูลทั่วไปพบว่า นักเรียนชายและหญิงมีจำนวนใกล้เคียงกัน จำแนกตามชั้นปีชั้นปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 28.6 ชั้นปีที่ 5 คิดเป็นร้อยละ 22.4 และชั้นปีที่ 6 คิดเป็นร้อยละ 49.0 ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่ คิดเป็นร้อยละ 83.7 รองลงมาอาศัยอยู่กับปู่ ย่า ตา ยาย คิดเป็นร้อยละ 12.2 และอาศัยอยู่กับลุง ป้า น้า อา คิดเป็นร้อยละ 4.1 รับประทานอาหารมื้อหลัก 3 มื้อต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 59.2 2 มื้อต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 32.7 และ 1 มื้อต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 10.6 รับประทานอาหารระหว่างมื้อมากกว่า 3 มื้อต่อวัน และ 2 มื้อต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 32.7 3 มื้อต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 24.4 และ 1 มื้อ ต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 10.2 อาหารว่างระหว่างมื้อที่นักเรียนรับประทานบ่อยที่สุดคือ ขนมขบเคี้ยว คิดเป็น ร้อยละ 38.8 รองลงมา คือ ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 28.6 ซ็อกโกแลต คิดเป็นร้อยละ 18.3 เยลลี่ คิดเป็นร้อยละ 10.2 และอาหารระหว่างมื้อที่นักเรียนรับประทานน้อยที่สุด คือ ขนมไทย คิดเป็นร้อยละ 4.1 เครื่องดื่มที่นักเรียนดื่มบ่อยที่สุด คือ น้ำอัดลม คิดเป็นร้อยละ 49.0 รองลงมา คือ น้ำหวาน คิดเป็นร้อยละ 30.6 และชาที่ผสมนมข้นหวาน คิดเป็นร้อยละ 20.4 นักเรียนส่วนใหญ่แปรงฟันวันละ 2 ครั้งต่อวันในตอนเช้าและก่อนนอน คิดเป็นร้อยละ 36.7 แปรงฟันวันละ 1 ครั้งในตอนเช้า คิดเป็นร้อยละ 32.7 แปรงฟันวันละ 3 ครั้งในตอนเช้า กลางวันและก่อนนอน คิดเป็นร้อยละ 30.6 ในรอบ -1 ปีที่ผ่านมา นักเรียนไม่เคยไปพบทันตแพทย์ คิดเป็นร้อยละ 61.2 พบทันตแพทย์ปีละ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 18.4 พบทันตแพทย์มากกว่า 2 ครั้งต่อปี คิดเป็นร้อยละ 12.2 และ พบทันตแพทย์ปีละ 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 8.2



ตารางที่ 2 สภาวะสุขภาพช่องปากของกลุ่มตัวอย่าง (N=49)

| สภาวะสุขภาพช่องปาก    | มี    |        | ไม่มี |        |
|-----------------------|-------|--------|-------|--------|
|                       | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ |
| ฟันผุ                 | 43    | 87.8   | 6     | 12.2   |
| ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 | 11    | 78.6   | 3     | 21.4   |
| ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 | 11    | 100.0  | 0     | 0      |
| ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 | 21    | 87.5   | 3     | 12.5   |
| เหงือกอักเสบ          | 36    | 73.5   | 13    | 26.5   |
| ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 | 11    | 78.6   | 3     | 21.4   |
| ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 | 12    | 100.0  | 0     | 0      |
| ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 | 16    | 66.7   | 8     | 33.3   |

จากตารางพบว่า เด็กนักเรียนมีโรคฟันผุทั้งหมด ร้อยละ 87.8 เมื่อพิจารณาอัตราฟันผุตามช่วงชั้นพบว่าชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 100.0 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 87.5 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ร้อยละ 78.6 ตามลำดับ และมีโรคเหงือกอักเสบทั้งหมด ร้อยละ 73.5 แยกเป็นชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 100.0 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ร้อยละ 78.6 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 66.7 ตามลำดับ

ตารางที่ 3 ระดับความรู้ของกลุ่มตัวอย่าง (N=49)

| ระดับความรู้การดูแลสุขภาพช่องปาก | จำนวน | ร้อยละ |
|----------------------------------|-------|--------|
| ระดับความรู้น้อย                 | 10    | 20.4   |
| ระดับความรู้ปานกลาง              | 26    | 53.1   |
| ระดับความรู้มาก                  | 13    | 26.5   |

จากการศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.1 รองลงมา นักเรียนที่มีความรู้ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 26.5 และนักเรียนที่มีความรู้ระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 20.4 ตามลำดับ นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์ความรู้ในรายข้อพบว่า ข้อที่นักเรียนมีความรู้ ในระดับมากที่สุด คือ อาหารที่มีรสหวานทำให้เกิดฟันผุ คิดเป็นร้อยละ 85.7 รองลงมาคือ โรคฟันผุมีสาเหตุมาจากเชื้อโรคในช่องปาก คิดเป็นร้อยละ 75.5 การใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์จะช่วยป้องกันการเกิดโรคฟันผุได้ คิดเป็นร้อยละ 73.5 ส่วนข้อความรู้ที่นักเรียนตอบถูกน้อยที่สุด คือ วิธีแปรงฟันที่ถูกต้องคือแปรงถูไปถูมาให้ทั่วทุกซี่ ทุกด้าน คิดเป็นร้อยละ 18.4



ตารางที่ 4 ระดับพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่าง (N=49)

| ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก             | จำนวน | ร้อยละ |
|---|-------|--------|
| พฤติกรรมอยู่ในระดับน้อย (คะแนน 0-6.66)        | 6     | 12.2   |
| พฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนน 6.67-13.33) | 31    | 63.3   |
| พฤติกรรมอยู่ในระดับมาก (คะแนน 13.34-20)       | 12    | 24.5   |

จากการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 63.3 รองลงมาคือ พฤติกรรมอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 24.5 และพฤติกรรมอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 12.2 ตามลำดับ นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนในรายข้อพบว่า ข้อที่ปฏิบัติเป็นประจำมากที่สุดคือนักเรียนใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์ คิดเป็นร้อยละ 51.0 รองลงมาคือ นักเรียนใช้เวลาในการแปรงฟันครั้งละ 2-3 นาที คิดเป็นร้อยละ 42.9 ส่วนรายข้อที่ปฏิบัติเป็นประจำน้อยที่สุดคือนักเรียนใช้ไหมขัดฟันในการทำมาสะอาดซอกฟันและด้านข้างของฟัน และเมื่อนักเรียนรับประทานของหวาน นักเรียนจะแปรงฟันหรือบ้วนปากทันที คิดเป็นร้อยละ 18.4

ตารางที่ 5 แสดงความสัมพันธ์ของความรู้กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก

| ตัวแปร  | ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) | พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก | P-value | ความสัมพันธ์ |
|---------|-------------------------------|------------------------------|---------|--------------|
| ความรู้ | 0.342                         |                              | 0.016   | สัมพันธ์     |

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของความรู้กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน พบว่า ความรู้การดูแลสุขภาพช่องปาก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = 0.342$ ,  $P\text{-value} = 0.016$ )

จากการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนพบประเด็นที่มีความสำคัญดังนี้ เด็กนักเรียนมีการรับประทานนมขบเคี้ยว น้ำอัดลมและน้ำหวาน และมีพฤติกรรมการแปรงฟันในแต่ละวันน้อย นอกจากนี้มีนักเรียนจำนวนมากไม่เคยพบ ทันตแพทย์เลย ประเด็นเหล่านี้เป็นประเด็นที่ควรส่งเสริมให้ความรู้ทางสุขศึกษาเพิ่มมากขึ้น เพราะการรับประทานนมขบเคี้ยว น้ำอัดลมและน้ำหวานมีผลทำให้เกิดโรคฟันผุได้ เนื่องจากในนมขบเคี้ยวมีแป้งเป็นหลัก ในน้ำอัดลมและน้ำหวานมีปริมาณน้ำตาลอยู่ในระดับสูง ส่วนพฤติกรรมการแปรงฟันน้อยในแต่ละวัน ส่งผลให้มีการสะสมของคราบหินปูน ถ้าไม่ขจัดคราบเหล่านี้ออกไปในแต่ละวันจะเป็นตัวเร่งทำให้เกิดคราบหินปูนและฟันผุเร็วขึ้น และการที่นักเรียนไม่ไปพบทันตแพทย์เพื่อทำการรักษามีส่วนทำให้มีโรคเกี่ยวกับช่องปากเพิ่มขึ้น เพราะนักเรียนไม่สามารถรักษาโรคในช่องปากในระยะเริ่มแรกได้ และจากการวิเคราะห์ข้อมูลสถานะสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต มีฟันผุมากกว่าครึ่ง ร้อยละ 87.8 และมีโรคเหงือกอักเสบ ร้อยละ 73.5 พบว่าเด็กมีพฤติกรรมชอบรับประทานนมขบเคี้ยว น้ำอัดลม การดูแลสุขภาพช่องปากไม่ถูก





วิธี และเด็กส่วนใหญ่ไม่เคยไปพบทันตแพทย์ เช่นเดียวกับการศึกษา พฤติกรรมการกินที่มีผลต่อสุขภาพช่องปากของเด็กวัยรันทอนตัน ในจังหวัดนครปฐม มีฟันผุมากกว่าครึ่ง ร้อยละ 61.54 และมีโรคอักเสบน้อยกว่า ร้อยละ 15.39 เนื่องจากเด็กมีพฤติกรรมการรับประทานขนมขบเคี้ยวกรอบ นมรสหวาน นมเปรี้ยว นมปั่น ของหวาน ลูกอม ไอศกรีม น้ำอัดลม และเด็กส่วนใหญ่ไม่เคยไปพบทันตแพทย์เลย (วิชัย ศรีคำ, 2560)

จากการศึกษาระดับความรู้และพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.1 และ 63.3 ซึ่งความรู้การดูแลสุขภาพช่องปากที่เด็กนักเรียนตอบถูกมากที่สุดคือ อาหารที่มีรสหวานทำให้เกิดโรคฟันผุ โรคฟันผุมีสาเหตุมาจากเชื้อโรคในช่องปาก การใช้ยาสีฟันที่ผสมฟลูออไรด์ช่วยป้องกันการเกิดโรคฟันผุ และความซื่อสัตย์ที่ตอบถูกน้อยที่สุดคือ วิธีที่แปรงฟันที่ถูกต้องคือแปรงถูไปมาให้ทั่วทุกซอกทุกด้าน และพฤติกรรมที่การดูแลสุขภาพช่องปากที่เด็กนักเรียนตอบถูกมากที่สุดคือ นักเรียนใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์ นักเรียนใช้เวลาในการแปรงฟันครั้งละ 2-3 นาที และพฤติกรรมที่นักเรียนปฏิบัติน้อยที่สุดคือ นักเรียนใช้ไหมขัดฟันในการทำความสะอาดซอกฟันและด้านข้างของฟัน และเมื่อนักเรียนรับประทานของหวานนักเรียนจะแปรงฟันหรือบ้วนปากทันที ทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธีมีความสัมพันธ์ทางลบกับปริมาณคราบจุลินทรีย์ และการเกิดโรคฟันผุ แม้นักเรียนจะมีพฤติกรรมแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอเพียงใด แต่หากแปรงไม่ถูกวิธีก็ไม่สามารถป้องกันการเกิดคราบจุลินทรีย์และโรคฟันผุได้อย่างมีประสิทธิภาพ การแปรงฟันที่ถูกต้องนั้นต้องแปรงให้ทั่วครบทุกตำแหน่ง ในช่องปาก และขัดขจัดคราบเศษอาหารออกให้หมด การป้องกันฟันผุจึงมีประสิทธิภาพ (มารุต ภูเพ็ญ, 2562) ดังนั้นควรพัฒนาความรู้และพฤติกรรมโดยการจัดโครงการหรือโปรแกรมสุขศึกษาซึ่งให้ความรู้ในเรื่องการแปรงฟันที่ถูกวิธี วิธีการใช้ไหมขัดฟัน พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก เช่นเดียวกับการศึกษาประสิทธิภาพของการส่งเสริมความรู้และพฤติกรรมด้านทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5 ในโรงเรียนประถมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดยะลา ก่อนเข้าร่วมโครงการมีความรู้ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 71.1 และ 51.1 พบว่าข้อคำถามที่ตอบถูกมากที่สุดคือ อาหารซอใดทำให้เกิดโรคฟันผุมากที่สุด (ปณัฐรา สุธรรมประจักษ์, 2561)

จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ ความรู้การดูแลสุขภาพช่องปากกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ตำบลไม้ขาว อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต พบว่า ความรู้การดูแลสุขภาพช่องปาก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = 0.342$ ,  $P\text{-value} = 0.016$ ) เช่นเดียวกับการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนท่ามะขามวิทยา ตำบลคอนทราย อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี ความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก ( $r = 0.763$ ,  $p\text{-value} < 0.01$ ) (บรรพต โหมงไก่อ, 2560)

จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้สามารถสะท้อนให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ครูผู้ดูแลงานอนามัยโรงเรียน และผู้ปกครองควรมุ่งเน้นการให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพช่องปากให้เด็กนักเรียนอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธีเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนให้ดียิ่งขึ้น รวมไปถึงทางโรงเรียนและผู้ปกครองควรมี



แนวทางในส่งเสริมเด็กนักเรียนให้ลดการบริโภคขนมหวาน น้ำหวาน น้ำอัดลมต่างๆอันจะส่งผลให้ปัญหาสภาวะช่องปากของเด็กนักเรียนในพื้นที่ลดลง นอกจากนี้ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยเพิ่มเติมถัดไป คือควรมีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุ และมีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพช่องปากในเด็กชั้นประถมศึกษาของโรงเรียนอื่นๆในพื้นที่และควรมีการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมของผู้ปกครองต่อการฝึกทักษะบุคลิกภาพในการดูแลสุขภาพช่องปาก

### กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่ต่างๆ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ และเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไม้ขาว ที่ให้คำปรึกษาและคำแนะนำต่างๆ

ขอขอบพระคุณ หัตถแพทย์เชี่ยวชาญ พยาบาลวิชาชีพชำนาญงาน และอาจารย์สาขาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต ที่ให้คำปรึกษาและคำแนะนำในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

### เอกสารอ้างอิง

มารุต ภูพะเนียด, สุวิทย์ คุณาวิศรุต. (2562). ปัจจัยทางสังคมและพฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์ กับสภาวะสุขภาพช่องปากของเด็กวัยเรียน. วารสารราชพฤกษ์, 17 (3). 75-82.

โอมไอล เอกจิตต์. (2553) โรคฟันผุ. (online)

[https://www.si.mahidol.ac.th/siriraj\\_online/thai\\_version/Health\\_detail.asp?id=99](https://www.si.mahidol.ac.th/siriraj_online/thai_version/Health_detail.asp?id=99), 10 ธ.ค. 2562

นัฐฉิ โนนภา. (2561). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การทำความสะอาดช่องปากของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี. วารสารทันตภิบาล, 29 (1). 26-35.

สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2561). รายงานผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากแห่งชาติครั้งที่ 8 ประเทศไทย พ.ศ. 2560. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สามเจริญพาณิชย์ (กรุงเทพ) จำกัด

วิชัย ศรีคำ, ศุภรัศมี อัสวพรรณภัทร์, และพิศมร กองสิน. (2560). พฤติกรรมการกินที่มีผลต่อสุขภาพในช่องปากของเด็ก นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นในจังหวัดนครปฐม. วารสารสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 2 (1). 1-13

ปณัฐธา สุธรรมประจักษ์. (2561). ประสิทธิภาพของการส่งเสริมความรู้ด้านทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5 ในโรงเรียนศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดยะลา. วารสารทันตภิบาล, 29 (2). 69-82.

บรรพต โหมงแก้ว. (2560). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนท่ามะขามวิทยา ตำบลดอนทราย อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี. วารสารหัวหินสุขใจไกลกังวล, 2 (2). 23-24.