

## จัดฟัน... จำเป็นหรือไม่?

ส่วนใหญ่สมัยนี้นิยมจัดฟันไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ จนกลายเป็นแฟชั่นว่า การจัดฟันนั้นช่วยทำให้รูปหน้าสวยขึ้น บางคนจัดฟันแล้วทำให้หน้าเรียวขึ้นซึ่งอาจจะไม่เป็นเช่นนั้นทุกราย การจัดฟันจากที่บิดเทหรือห่างอาจจะทำให้ใบหน้าดูเรียวขึ้นได้ในบางราย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับโครงสร้างใบหน้าและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อใบหน้าด้วย

**พญ.รัศมี จินดาโรจนกุล** คลินิกทันตกรรมสตาร์เด็นท์ ไลฟ์เซ็นเตอร์ (คิวเฮ้าส์ลุมพินี) กล่าวว่า การจัดฟันสำหรับทันตแพทย์ไม่ใช่แฟชั่น แต่เป็นการรักษาทางทันตกรรมชนิดหนึ่งเพื่อแก้ไขปัญหการสบฟัน หรือการจัดเรียงตัวของฟันที่ผิดปกติให้กลับมาสภาพที่ปกติให้ได้มากที่สุด

จะเห็นว่าเด็กสมัยนี้จะมีปัญหาเรื่องฟันมากมายน่าจะทำให้มีการจัดฟันกันมากขึ้น ซึ่งปัจจัยส่วนหนึ่งมาจากกรรมพันธุ์ และการเลี้ยงดูในวัยเด็ก

**ท่านอนในวัยทารกและวัยเด็ก** เป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตของโครงสร้างใบหน้าและขากรรไกร พ่อแม่อย่าให้ลูกมีหัวทอยสวย จึงจัดให้ลูกนอนตะแคงหันไปด้านใดด้านหนึ่ง ทำให้ขากรรไกรส่วนหน้าถูกกดทับเจริญเติบโตได้ไม่เต็มที่ หรือการรับประทานอาหารที่นิ่มเกินไปทำให้ไม่เกิดการกระตุ้นการเจริญเติบโตของขากรรไกรอย่างเต็มที่

**ส่วนลักษณะของโครงสร้างใบหน้าและขากรรไกร** เป็นสิ่งที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมเป็นปัจจัยที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้

แต่ทั้งนี้คุณแม่พ่อคุณแม่สามารถป้องกันไม่ให้เกิดฟันเก

กับลูกได้ ซึ่งถ้าเกิดจากกรรมพันธุ์จะไม่สามารถป้องกันได้ แต่ช่วยลดความรุนแรงของปัญหาโดยพาไปพบทันตแพทย์ตั้งแต่ฟันเริ่มขึ้น เพื่อรับคำแนะนำการดูแลรักษา วิธีการทำความสะอาดฟันและการป้องกันที่เหมาะสม เช่น การเคลือบฟลูออไรด์ การเคลือบหลุมร่องฟัน เมื่อทันตแพทย์พบความผิดปกติ หรือถึงเวลาที่เหมาะสมก็สามารถจัดฟันได้ทันช่วงที่สำหรับการเลี้ยงดูอย่าให้ทารกนอนท่าใดท่าหนึ่งนานๆ เพราะจะไปกดทับการเจริญเติบโตของกระดูก ส่วนการเคี้ยวอาหารนั้นควรใช้ฟันทั้ง 2 ข้างเคี้ยวอาหารสลับกันไป และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ผิดปกติต่างๆ เช่น การดูดนิ้ว การกัดริมฝีปาก การเห่าคาง การกริ่งหรือพูดที่ผิดปกติ

### เหตุผลที่คุณหมอพิจารณาให้จัดฟัน

- ความผิดปกติของการจัดเรียงตัวของฟัน เช่น ฟันซ้อนกัน ฟันห่าง ฟันหมุน ฟันขึ้นผิดตำแหน่ง ฟันล้ม ฟันทอย (ถอนฟันไปก่อนกำหนดหรือหายแต่กำเนิด)
  - การสบฟันที่ผิดปกติ (มีความสัมพันธ์ของขากรรไกรบนและล่างผิดปกติ)
  - ความสัมพันธ์ของขนาดขากรรไกรเมื่อเทียบกับขนาดของฟัน
  - พฤติกรรมหรือนิสัยที่ผิดปกติ เช่น การพูด การกริ่งที่ผิดปกติ ดูดนิ้ว ดูดนมฝึปาก การกัดริมฝีปากบนหรือล่าง จนติดเป็นนิสัย พฤติกรรมเหล่านี้ทำให้เกิดแรงกดหรือดันขากรรไกรบนหรือล่างมากเกินไป โดยเฉพาะในวัยเด็กที่ยังมีการเจริญเติบโตของขากรรไกรอยู่ แรงเหล่านี้จะมีผลต่อการเจริญเติบโตของขากรรไกรโดยตรง
- ดังนั้น หากใครที่มีความจำเป็นต้องจัดฟันควรให้ทันตแพทย์เป็นผู้แนะนำ เพราะการจัดฟันนั้นนอกจากจะคำนึงถึงอายุที่เหมาะสมแล้ว ยังต้องดูปัจจัยอื่นๆ ประกอบด้วย เพราะแต่ละคนอาจจะมีความเริ่มต้นของเวลาของการจัดฟันไม่เหมือนกัน จึงควรมาพบทันตแพทย์ตั้งแต่เนิ่นๆ อย่างน้อยจะได้มีความคุ้นเคย ไม่กลัวการทำฟัน และปรึกษาทันตแพทย์จัดฟันได้ในช่วงเวลาที่เหมาะสม ●