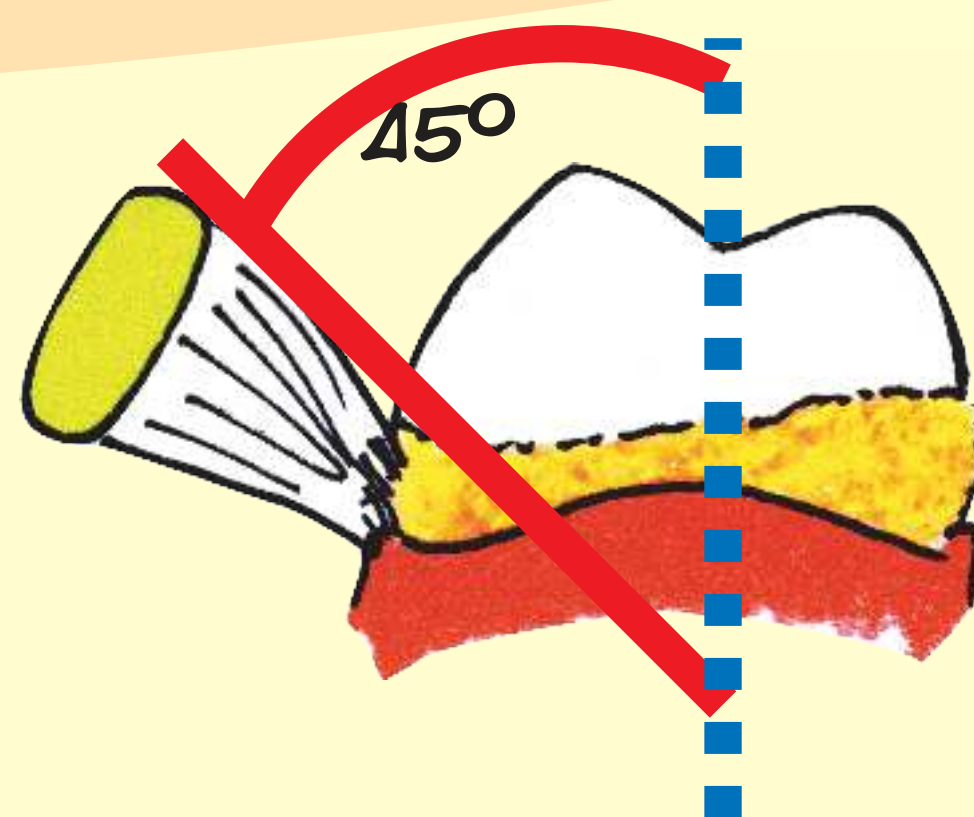




คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การแปรงฟัน วิธีขยับแปรง

1. วางขนแปรงให้แนวขนของขนแปรง ทำมุม 45° กับแนวแกนฟัน โดยที่ปลายขนแปรงชี้ไปที่เหงือก และปลายขนแปรงอยู่ที่เหงือกและฟัน



2. **ขยับ** ขนแปรงในแนวหน้าหลัง เป็นระยะทางสั้นๆ โดยให้ปลายขนแปรงอยู่กับที่ **ปัด** ปัดข้อมือ ปัดขนแปรงจากเหงือกไปทางปลายฟัน

ฟันบนปัดลง ฟันล่างปัดขึ้น
ทำซ้ำที่เดิม (ขยับ-ปัด) 5-6 ครั้ง

การแปรงฟันหลังบน

จะแปรงบริเวณนี้ง่ายขึ้น
ถ้าไม่อ้าปากกว้าง



การแปรงด้านนอก



การแปรงด้านใน

การแปรงฟันหน้าบนด้านนอก



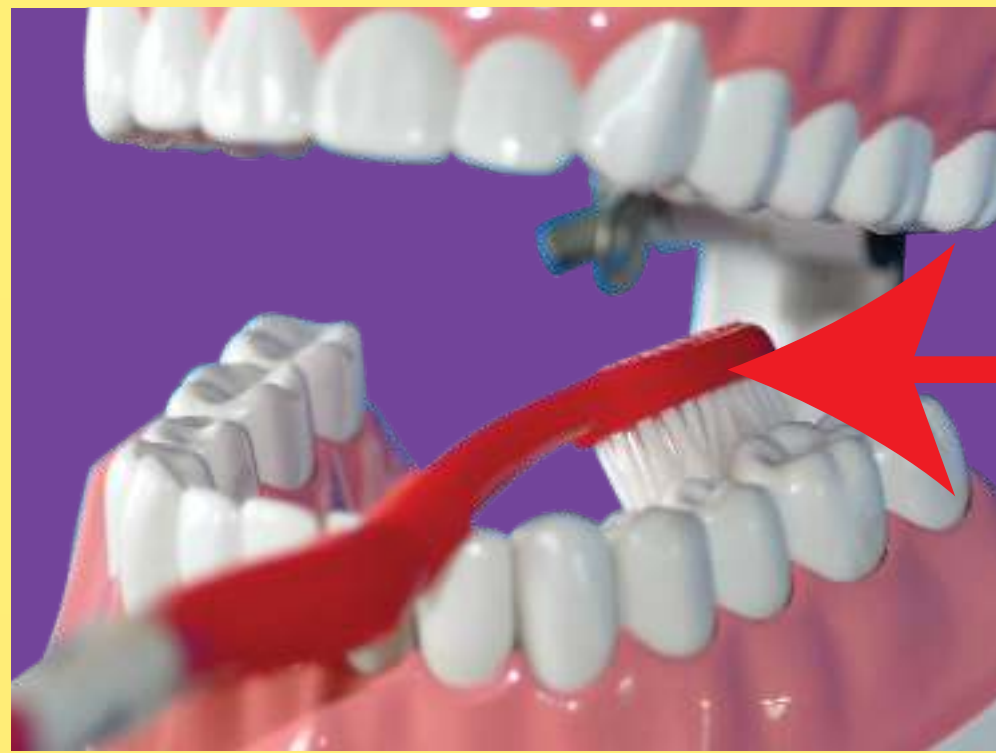
การแปรงฟันหน้าบนด้านใน



การแปรงฟันหลังล่าง



การแปรงด้านนอก



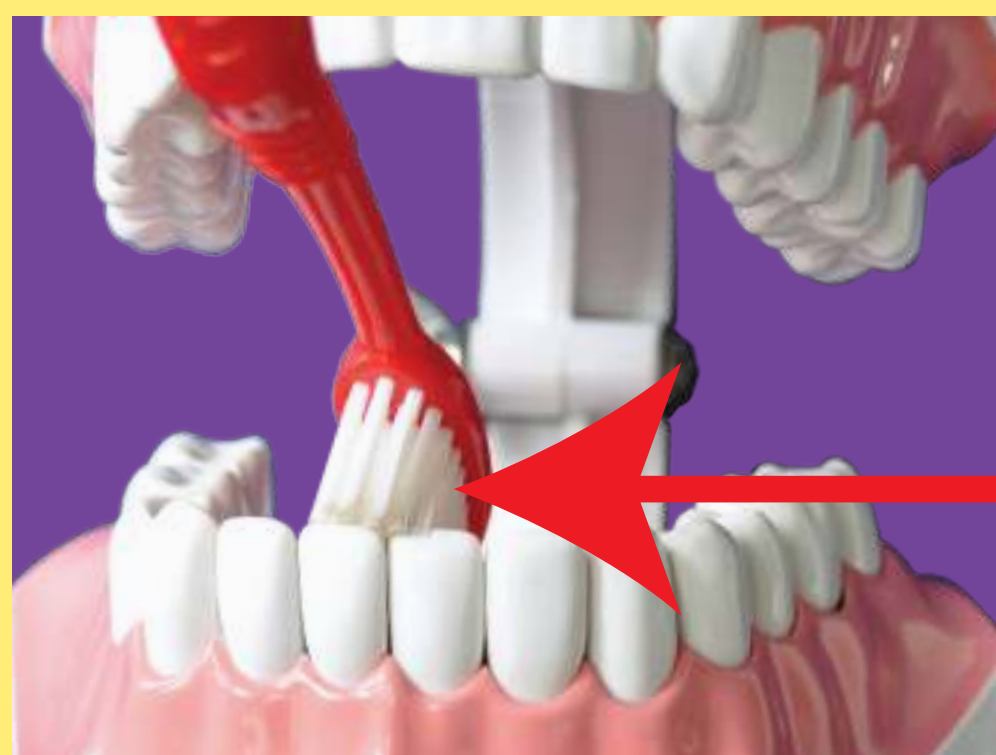
การแปรงด้านใน

จะแปรงบริเวณนี้ง่ายขึ้น
ถ้าไม่เกร็งลิ้น

การแปรงฟันหน้าล่างด้านนอก



การแปรงฟันหน้าล่างด้านใน



จะแปรงบริเวณนี้ง่ายขึ้น
ถ้าก้มหน้า

การแปรงฟันบนด้านบดเคี้ยว



วางแปรงสีฟัน
บนด้านบดเคี้ยวของฟัน
ออกแรงกดเบาๆ
พร้อมกับขยับสั้นๆ หน้า-หลัง

