

รู้ทัน

โรคฟันผุ



มาป้องกันและรักษาโรคฟันผุเพื่อ
สุขภาพฟันที่แข็งแรงกันเถอะ!

“ชุดภาพนิ่งนี้ได้รับรางวัลชมเชยในการประกวดสื่อดิจิทัล
เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับโรคฟันผุ พ.ศ. 2567”



คณะทันตแพทยศาสตร์
FACULTY OF DENTISTRY
Chulalongkorn University





สาเหตุการเกิดฟันผุ



ฟันผุเกิดจากแบคทีเรียในช่องปาก ผลิตกรดออกมาทำลายฟัน

1

แปรงฟันไม่สะอาด

2

ใช้ยาสีฟันไม่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์

3

รับประทานอาหาร และ
เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง

4

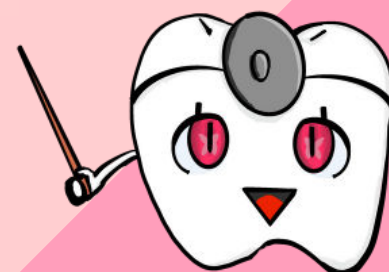
รับประทานอาหารนมถูง น้ำอัดลมบ่อย

5

มีเศษอาหารตกค้างอยู่ที่ฟัน

6

การสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์



ผลกระทบของโรคฟันผุ

อันตรายกว่าที่คุณคิด!

ฟันผุที่ไม่ได้รับการรักษาอาจทำให้เกิดติดเชื้อลุกลามสู่
อวัยวะใกล้เคียงได้ เช่น ไซนัสหรือตาหรือไต

การเคี้ยวอาหาร



การสูญเสียฟันหรือฟันที่เสียหายสามารถทำให้การเคี้ยวอาหารยากลำบาก ซึ่งอาจส่งผลต่อการย่อยอาหารและสุขภาพทางโภชนาการ

สุขภาพจิต



ฟันที่ผุหรือหายไปอาจทำให้ความมั่นใจในตนเองลดลง โดยเฉพาะในเรื่องการยิ้มและการพูดคุยกับผู้อื่น

ปัญหาสุขภาพช่องปาก



ฟันผุที่ไม่ได้รับการรักษาสามารถทำให้เกิดปัญหาสุขภาพช่องปากอื่น ๆ เช่น เหงือกอักเสบ โรคปริทันต์

1

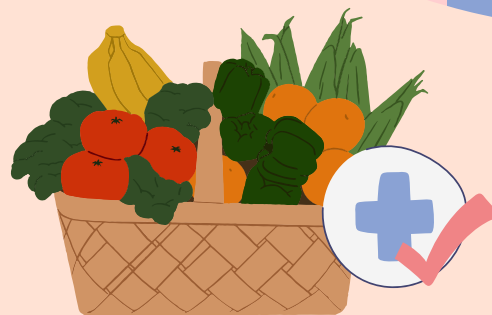


แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เช้าและก่อนนอน หรือ หลังกิน อาหารทุกครั้ง

การป้องกันโรคฟันผุ
ทำได้ดังนี้!



2



กินผัก ผลไม้ และ
อาหารที่มีประโยชน์

3



ใช้ไหมขัดฟันทำความสะอาด
ด้านประชิดของฟันอย่างน้อย
วันละ 1 ครั้ง

4



หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่
และดื่มแอลกอฮอล์