

# โครงการฟื้นฟูเสอาด เหงือกแข็งแรง

18 กรกฎาคม

# วัตถุประสงค์

เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลเนื่องในวันคล้ายวันเสด็จสวรรคตสมเด็จพระศรีนคริน  
ทราบรมราชชนนี วันที่ 18 กรกฎาคม



กระตุ้นให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีทัศนคติที่ดีโดยการเรียนรู้วิธีแปรงฟัน ที่ถูกต้องและสะอาดตามเกณฑ์สากล เพื่อส่งผลให้ “ ฟันสะอาด เหงือกแข็งแรง ”



กระตุ้นให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีทัศนคติที่ดี





# สอนแปรงฟัน



รณรงค์ให้มีการสอนวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้องและสะอาดอย่างง่าย ๆ โดยใช้เม็ดสี  
ย้อมฟันเป็นองค์ประกอบในการตรวจสอบ



# ทดสอบประสิทธิภาพการแปรงฟัน ด้วยการย้อมคราบจุลินทรีย์

Disclosing tablets



Plaque stained by tablets





# คุณครูแจกเม็ดสีข้อมตราบฟัน



# นักเรียนเคียวเม็ตลี







# มักติดบริเวณคอฟัน ซอกฟัน ด้านข้างของซี่ฟัน



# นักเรียนแปรงฟัน และใช้ไหมขัดฟันเอาสิ่งสกปรกออกให้หมด เด็กรู้ว่าบริเวณไหนที่ตัวเองยังแปรงฟันได้ไม่ดีพอ





# ตรวจความสะอาดฟันเด็กโดย ครู พยาบาล หมอ



# ตรวจความสะอาดฟันเด็ก พยาบาล ครู



# หมอตรวจฟัน





เลขที่....

มูลนิธิเฉพาะเป็นลำดับที่ 802

แบบบันทึกผลการตรวจประสิทธิภาพการแปรงฟัน  
กิจกรรมรณรงค์ “ฟันสะอาด เหงือกแข็งแรง”  
เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลเนื่องในวันคล้ายวันเสด็จสวรรคต  
สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี  
วันที่ 18 กรกฎาคม 25.....

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง.....โรงเรียน.....จังหวัด.....

จำนวนนักเรียนทั้งหมด.....คน

ลำดับ ที่	รายชื่อ	อายุ	เพศ	ผลการตรวจ			มีหินน้ำลาย หรือเหงือก	หมายเหตุ
				ไม่ติดสี	ติดสี 1-5 ซี่	ติดสีเกิน 5 ซี่		
1								
2								
3				ควรมีมาตรการอย่างไร				
4								
5								

# กิจกรรมการย่อמצราบจุดลึนทรีย์และการแปรงฟ้ัน

<b>S</b> จุดแข็งของกิจกรรม	<b>W</b> จุดอ่อนของกิจกรรม
<b>O</b> โอกาสของโครงการ / สิ่งทีเอื้อต่อการดำเนินโครงการนี้	<b>T</b> ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการดำเนินโครงการ / อุปสรรคของโครงการ

1. ภาคึเครือข่ายมีใครบ้าง และมีบทบาทอะไร
2. ควรมีการพัฒนาสิ่งใดเพิ่มเติมบ้าง
3. ต้องการสนับสนุนอะไรบ้าง





การดำเนินการของโครงการที่ผ่านมา เห็นได้ว่า วันที่ 18 กรกฎาคม เป็นวันที่เป็นโอกาสในการพัฒนาสุขภาพช่องปากของวัยรุ่นได้

**การต่อยอดโครงการ**

# ผลจากการประชุมระดมความคิดเห็นที่ผ่านมา

- การดำเนินโครงการฟื้นสถานะอด เหงือกแข็งแรง ในวันที่ 18 กรกฎาคม

# ข้อเสนอแนะจากการประชุม

1. สำรวจทัศนตสุขภาพในนักเรียนมัธยม
2. สำรวจความคิดเห็น สิ่งที่ยัรุ่นต้องการในเรื่องสุขภาพช่องปาก เพื่อนำข้อมูลมาวางแผนในการดำเนินการ
3. จัดงานรณรงค์สร้างกระแส
4. มีการดำเนินการที่มีทิศทาง และแนวทางเดียวกันในทุกจังหวัด
5. ประกวดนักเรียนฟันสวย สุขภาพฟันดีของแต่ละชั้นปี
6. ออก booth ทัศนสุขภาพในโรงเรียน ในวันที่ 18 กรกฎาคม
7. บูรณาการร่วมกับโครงการ to be number one
8. อบรมทำความเข้าใจในการทำงานในกลุ่มวัยนี้
9. เน้นการอบรมความรู้ให้กับครู
10. แปรงฟันเข้าจังหวัด life show

# ข้อเสนอแนะจากการประชุม

11. เน้นการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย
12. มีการโฆษณา ผ่านสื่อออนไลน์ต่างๆ
13. ประกวดคลิปวิดีโอการดำเนินงานกิจกรรมยอดเยี่ยม
14. ประกวดคลิปวิธีการแปรงฟัน ถ่ายโดยโทรศัพท์มือถือ ชิงรางวัล
15. ทำประชาสัมพันธ์รณรงค์ให้บีม
16. ทำ MOU กับกระทรวงศึกษาธิการ สพฐ. สพม.
17. การจัดนิทรรศการในทุกโรงเรียน
18. ทำ application ในโทรศัพท์
19. ควรมี package การดำเนินงานในเลือกตามบริบทของแต่ละพื้นที่
20. จัดให้เป็นวันทันตสาธารณสุขสำหรับนักเรียนมัธยม โดยกระทรวงศึกษาธิการ เป็นเจ้าภาพ



# ข้อเสนอแนะจากการประชุม

- 21.เปิดบริการทำฟันให้นักเรียนมาทำฟันในสัปดาห์ 18 กค
- 22.เน้นโรงเรียนในพื้นที่ทุรกันดาร
- 23.ประกวดวัยรุ่นฟันดี
- 24.ตรวจฟันและแจ้งผลการตรวจให้กับเด็ก และให้เด็กมาทำฟันในวันพุธเช้า
- 25.ประกวดสื่อเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 26.ประกวด Net Idol เกี่ยวกับสุขภาพช่องปาก
- 27.ประกวดภาพถ่ายกิจกรรมการแปรงฟัน
- 28.ประเมินความสำเร็จในการดูแลสุขภาพ ตนเอง ของกลุ่มเป้าหมาย
- 29.วันที่ 18 กค เป็นวันสุขภาพช่องปากของวัยรุ่น มีการตรวจฟันและทำฟันฟรี
- 30.ทำกิจกรรมที่เสร็จภายในเวลา 1 วัน

# ข้อเสนอแนะจากการประชุม

- 31.จัดมหกรรมทั่วประเทศ “วัยรุ่น วัยใส ใส่ใจ เหมือกและฟัน”
- 32.ทำกิจกรรมเหมือนในโรงเรียนประถมศึกษา
- 33.ควรทำในจังหวัดอื่นๆที่ไม่ใช่ จังหวัด พอ.สว. ด้วยเพราะทุกจังหวัดควรได้ร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เหมือนกัน
- 34.ต้องการรูปแบบการดำเนินการที่จับต้องได้ ง่ายต่อการทำ นำไปหาความสำเร็จ
- 35.ถ่ายรูป post facebook ทุกจังหวัด พร้อมกันในวันนั้น
- 36.ทำฟันให้เด็กที่มีปัญหาเร่งด่วนในวันนั้น นัดเด็กที่มีปัญหาเร่งด่วนไปทำเลย ที่เหลือแจกบัตรนัดมาทำตอนปิดเทอมช่วงทำฟันฟรี 21 ตุลาคม
- 37.Promote ให้เป็นที่รู้จัก ติดหูเหมือน 21 ตุลาคม
- 38.ประกวดวัยรุ่นฟันดีระดับประเทศโดยมีตัวแทนของทุกจังหวัด
- 39.จัดประกวดแปรงฟันในระดับอำเภอ

## การต่อยอดโครงการ 2560

- ตรวจฟันให้นักเรียนชั้น ม. 1 ทุกคน ในสัปดาห์ 18 กรกฎาคม
- แจกใบนัดให้นักเรียนมารับการอุดฟันในสัปดาห์ 21 ตุลาคม 2560
- 1 อำเภอ 1 โรงเรียน

โรงเรียนปลอดพิษณุ ด้วยพระบารมีสมเด็จพระเจ้า

1 อำเภอ 1 โรงเรียนมัธยม

## กิจกรรมเพิ่มเติมจากกิจกรรมการแปร่งฟัน

1. ตรวจสอบฟันผุให้นักเรียน ในสัปดาห์ 18 กรกฎาคม (17 – 21 กรกฎาคม 2560 )
2. แจกใบนัดให้นักเรียนมาทำฟัน ภายใน 31 ตุลาคม





# การรายงาน

- การรายงานในวันที่ 18 กรกฎาคม 2560
1. จำนวนนักเรียนที่แปรงฟัน

- การรายงานในวันที่ 31 ตุลาคม 2560
1. จำนวนนักเรียนที่ได้รับการตรวจฟัน
  2. จำนวนนักเรียนที่ฟันผุ
  3. จำนวนนักเรียนที่ได้รับการอุดฟัน

# กิจกรรมการย่อמצราบจุดลึนทรีย์และการแปรงฟ้ัน

<b>S</b> จุดแข็งของกิจกรรม	<b>W</b> จุดอ่อนของกิจกรรม
<b>O</b> โอกาสของโครงการ / สิ่งทีเอื้อต่อการดำเนินโครงการนี้	<b>T</b> ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการดำเนินโครงการ / อุปสรรคของโครงการ

1. ภาคึเครือข่ายมีใครบ้าง และมีบทบาทอะไร
2. ควรมีการพัฒนาสิ่งใดเพิ่มเติมบ้าง
3. ต้องการสนับสนุนอะไรบ้าง

# การทำ application

- ทำ application เพื่อการให้ความรู้กับนักเรียนชั้นมัธยม

# กิจกรรมการย่อמצราบจุดลึนทรีย์และการแปรงฟ้ัน

<b>S</b> จุดแข็งของกิจกรรม	<b>W</b> จุดอ่อนของกิจกรรม
<b>O</b> โอกาสของโครงการ / ลึ่่งที่เอื้อต่อการดำเนินโครงการนี้	<b>T</b> ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการดำเนินโครงการ / อุปสรรคของโครงการ

1. ภาคึเครือข่ายมีใครบ้าง และมีบทบาทอะไร
2. ควรมีการพัฒนาสิ่งใดเพิ่มเติมบ้าง
3. ต้องการสนับสนุนอะไรบ้าง

กิจกรรมการตรวจฟันเด็ก ม.1 ทุกคนในวันที่ 18 กรกฎาคม  
และนัดมาทำฟันในช่วง 21 ตุลาคม

<b>S</b> จุดแข็งของกิจกรรม	<b>W</b> จุดอ่อนของกิจกรรม
<b>O</b> โอกาสของโครงการ / สิ่งที่เอื้อต่อการดำเนินโครงการนี้	<b>T</b> ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการดำเนินโครงการ / อุปสรรคของโครงการ ประโยชน์ ไม่ทราบว่าสูงสุดหรือไม่

1. ภาควิชาเครือข่ายมีใครบ้าง และมีบทบาทอะไร
2. ควรมีการพัฒนาสิ่งใดเพิ่มเติมบ้าง
3. ต้องการสนับสนุนอะไรบ้าง

# SWOT

- กิจกรรมการย่อמצรณบจุลินทรีย์และการแปรงพัน
- กิจกรรมการตรวจพันเด็ก ม.1 ทุกคนในวันที่ 18 กรกฎาคมและนัดมมำทำพันในช่วง 21 ตุลาคม



1. จุดแข็ง
2. จุดอ่อน
3. ภาคิเครือข่ายทั้งหมดที่เกี่ยวข้อง
4. ปัญหาอุปสรรค
5. สิ่งที่ยังพัฒนาได้อีก
6. สิ่งสนับสนุนที่ต้องการ

# อยากได้ข้อสรุปการดำเนินการ

<b>S</b> จุดแข็งโครงการ	<b>W</b> จุดอ่อนโครงการ
<b>O</b> โอกาสของโครงการ สิ่งที่เอื้อต่อการดำเนินโครงการ นี้	<b>T</b> ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการ ดำเนินโครงการ อุปสรรคของโครงการ

# การพัฒนา health literacy ในการดูแลสุขภาพช่องปาก ในนักเรียนชั้น ม.1

- พัฒนา health literacy ในเรื่อง
- การทำความสะอาดช่องปาก การแปรงฟัน การใช้ไหมขัดฟัน
- การตรวจช่องปากด้วยตนเอง
- การไปรับบริการทันตกรรม
- การลดการบริโภคน้ำตาล

## การต่อยอดโครงการ 2560

- ตรวจพินให้นักเรียนชั้น ม. 1 ทุกคน ในสัปดาห์ 18 กรกฎาคม เพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการวางแผนการดำเนินงานในปีหน้า

# โรงเรียนมัธยมปลอดพิษณุ ถวายสมเด็จพระเจ้า

## 1 อำเภอ 1 โรงเรียน

เริ่มในชั้น ม.1 ของปี 2560 ในปี 2562 เด็กชั้น ม.1 – ม.3 ก็จะปลอดพิษณุ  
ทั้งหมด

(แต่หากพบปัญหาเร่งด่วน ก็ทำในเดือนกรกฎาคมเลย)

# การรายงานในวันที่ 31 ตุลาคม 2560

1. จำนวนนักเรียนที่ได้รับการตรวจฟัน
2. จำนวนนักเรียนที่ฟันผุ
3. จำนวนนักเรียนที่ได้รับการอุดฟัน

# วิธีปฏิบัติกิจกรรมรณรงค์ฯ การย้อมสีฟันในโรงเรียน

- ให้นักเรียนนำแปรงสีฟัน ถ้วยน้ำ และกระจกเงาบานเล็กมาจากบ้าน
- แปรงฟันให้สะอาดทั่วถึง แล้วบ้วนน้ำ
- เคี้ยวเม็ดสีย้อมฟันให้สะอาด ใช้ลิ้นกวาดให้ทั่วฟันทุกซี่ ทั้งด้านในและนอก (ประมาณ 2-3 นาที) แล้วบ้วนน้ำเพียงเล็กน้อย
- ให้ตรวจสอบความสะอาดหลังการแปรงฟันด้วยตนเองตามขั้นตอน ถ้าพบว่ามีสีติดโดยเฉพาะบริเวณคอฟันให้นับเป็นติดสี 1 ซี่ ถ้าทั้งปากมีฟันติดสีเกิน 5 ซี่ แสดงว่านักเรียนแปรงฟันยังไม่ถูกต้องและไม่สะอาด ให้นับจำนวนฟันที่ติดสีและบันทึกไว้ และต้องแปรงฟันบริเวณนั้นอีกครั้งหนึ่งจนสะอาดเพื่อเป็นการฝึกทัศนสุขนิสัยในการแปรงฟันให้ถูกวิธีและสะอาด
- บันทึกผลการตรวจความสะอาดหลังการแปรงฟันด้วยตนเอง โดยให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องที่ถูกต้องตามผลการตรวจ และคุณครูจะช่วยตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งหนึ่ง
- หลังแปรงฟันได้ถูกวิธีแล้ว แต่ยังมีสีย้อมฟันตกค้างอยู่อีก หรือมองเห็นหินน้ำลายชัดเจน แสดงว่ามีคราบจุลินทรีย์และหินน้ำลายเกาะติดอยู่ ควรไปพบทันตแพทย์เพื่อรับบริการขูดหินน้ำลาย และรักษาเหงือกอักเสบ โดยลงบันทึกไว้ด้วย