

The Magic Diagram

สื่อด้วยภาพ ทราบปัญหาด้วยตนเอง

วิลาวรรณ จันทร์

กลุ่มงานทันตกรรม โรงพยาบาลสอง อำเภอสอง จังหวัดแพร่

บทคัดย่อ

ที่มา และ วัตถุประสงค์ : ตั้งแต่ปี 2553 กลุ่มงานทันตกรรมโรงพยาบาลสอง และ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเครือข่าย ได้มีการดำเนินงานส่งเสริมทันตสุขภาพนักเรียน โดยมีการวิเคราะห์ปัญหาในพื้นที่ และออกแบบโครงการแก้ไขปัญหามีส่วนร่วมทั้งทันตบุคลากร ครูและนักเรียน ตลอดจนการพัฒนาโรงเรียนต้นแบบ สนับสนุนการสร้างเครือข่ายการดำเนินงานส่งเสริมทันตสุขภาพ เพื่อแลกเปลี่ยนทรัพยากร และ แลกเปลี่ยนเรียนรู้กระบวนการทำงานร่วมกัน แต่ ยังพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่1 ถึง 6 มีฟันสะอาดเพียงร้อยละ31.64 และ แปรงฟันก่อนนอนเพียงร้อยละ24.90 ฉะนั้นในปี2556 จึงเริ่มมีการพัฒนารูปแบบการสอนทันตสุขภาพเพื่อให้มีนักเรียนทักษะในการแปรงฟัน และ เกิดสุขนิสัยในการแปรงฟัน ซึ่งเป็นการพัฒนาทักษะส่วนบุคคลให้กับนักเรียน การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อค้นหาเทคนิค และ วิธีการสอนทันตสุขภาพให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ที่ช่วยกระตุ้นให้นักเรียนสนใจการดูแลทันตสุขภาพของตนเอง ในเขตพื้นที่ตำบลบ้านหนุน และ ตำบลบ้านกลาง อำเภอสอง จังหวัดแพร่

วิธีการ : การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ตั้งแต่ปี 2557 ถึง ปี2561 กลุ่มเป้าหมายคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนประถมศึกษา 6 แห่ง ในตำบลบ้านหนุน และ ตำบลบ้านกลาง อำเภอสอง จังหวัดแพร่ มีการพัฒนาดังนี้

ปี 2553-2556 : มีการกระตุ้น และ ผลักดันให้โรงเรียนมีนโยบายการส่งเสริมทันตสุขภาพ มีการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมทันตสุขภาพ มีกิจกรรมส่งเสริมทันตสุขภาพ พัฒนาเป็นโรงเรียนต้นแบบ

สร้างเครือข่ายโรงเรียนเด็กไทยฟันดี และ อบรมผู้นำนักเรียนโดยคาดหวังให้ผู้นำนักเรียนสามารถสอนเพื่อนนักเรียน

ให้มีการแปรงฟันอย่างถูกวิธี

ปี 2557-2559 : นักเรียนทุกคนได้รับองค์ความรู้ด้านการส่งเสริมทันตสุขภาพ และ ได้รับการฝึกทักษะการแปรงฟันจาก ทันตบุคลากร โดยในปี 2557 จัดเป็น 3 ฐาน ได้แก่ ฐานโรคในช่องปาก ฐานฝึกแปรงฟัน และ ฐานโภชนาการ

มีการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และ ลงมือปฏิบัติ ร่วมกับ การนำทฤษฎีการสร้างแรงจูงใจมาประยุกต์ใช้

ต่อมาปี 2558 และ ปี 2559 จัดให้มี 2 ผ่าน คือ ฐานสุขภาพช่องปาก และ ฐานโภชนาการ เพื่อประหยัดเวลา และ ลดจำนวนบุคลากร

ปี 2560- 2561 : พัฒนาต่อยอดฐานสุขภาพช่องปาก โดยให้นักเรียนตรวจฟันด้วยตัวเอง และ ระบายสีบนแผนภาพ (Dental diagram)ให้ตรงกับที่นักเรียนตรวจเจอในช่องปากของตนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. สอนให้นักเรียนรู้ว่า Gingivitis, Debris and dental caries เป็นอย่างไร
2. ใช้กระจกบานเล็กๆให้นักเรียนฝึกตรวจฟันด้วยตัวเอง

3. ระบายสีโดยใช้ สีแดง สำหรับ Gingivitis
สีเหลืองสำหรับ Debris
สีดำสำหรับ Dental caries
4. ตรวจสอบความถูกต้องของการตรวจ และ การระบายสี
 - * ป.1-ป.3 ให้ความสำคัญกับ Attitude ในการดูแลสุขภาพช่องปากของตัวเอง
 - * ป.4-ป.6 ให้ความสำคัญทั้ง Attitude ในการดูแลสุขภาพช่องปากของตัวเอง และ ความถูกต้องของการตรวจ
5. ไม่มีการตำหนิ ไม่มีการลงโทษ
6. ให้คำชื่นชม
7. ฝึกแปรงฟัน โดยทันตบุคลากรแปรงพร้อมกับเด็ก
8. ประเมินความสะอาดของฟันโดยใช้ simplified debris index และสัมภาษณ์พฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอนหลังทำกิจกรรม 4-6 เดือน

ผลการศึกษา :

ประเมินความสะอาดของฟันนักเรียนในตอนเช้าโดยใช้ Simplified Debris Index พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่1 ถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 มีฟันสะอาดเพิ่มขึ้นจากปี 2556 ถึงปี 2561 ดังนี้ ร้อยละ31.64, ร้อยละ 55.48, ร้อยละ52.43, ร้อยละ55.37, ร้อยละ 62.72 และ ร้อยละ 75.57 ตามลำดับ ด้านการแปรงฟันก่อนนอน พบว่านักเรียนมีแปรงฟันก่อนนอนเพิ่มขึ้นจากปี 2556 ถึงปี 2561 ดังนี้ ร้อยละ24.90, ร้อยละ 40.27, ร้อยละ42.40, ร้อยละ 46.26, ร้อยละ 63.93 และ ร้อยละ 76.40 ตามลำดับ

บทสรุป : การจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และ ลงมือปฏิบัติ ร่วมกับการนำทฤษฎีการสร้างแรงจูงใจมาประยุกต์ใช้ช่วยพัฒนาทักษะในการแปรงฟันให้นักเรียน ส่วนการสร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ การให้ฝึกนักเรียนตรวจฟันด้วยตัวเอง และ ระบายสีตามลักษณะของเหงือกและฟันที่ตรวจพบ ทำให้นักเรียนมีความใส่ใจในการดูแลสุขภาพช่องปากของตัวเองมากขึ้น จึงเป็นที่มาของคำว่า Magic diagram

จากผลลัพธ์ที่ดีขึ้นดังกล่าว ในปี 2562 จึงวางแผนขยายผลไปในโรงเรียนในเขตรับผิดชอบของรพ.สต อีก 19 แห่ง โดยมีทันตบุคลากรรับผิดชอบ 5คน นอกจากนี้ยังวางแผนต่อยอดการพัฒนาผ่านกิจกรรมหลอดดูดชุด dental plaque เพื่อให้นักเรียนได้เห็นเป็นที่ประจักษ์ และ มีความตื่นตัวในการแปรงฟันอย่างสะอาด และ ถูกต้องต่อไป