

# ดูแลช่องปากลูก



## เริ่มได้ตั้งแต่ **แรกเกิด**



### 0-6 เดือน

ฟันยังไม่ขึ้น ใช้ผ้าสะอาดชุบน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว เช็ดเหงือก กระพุ้งแก้ม ลิ้น วันละ 2 ครั้ง



### 7-11 เดือน

แปรงฟันให้ลูกตั้งแต่ซี่แรกด้วย **ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์** และปลายขนแปรง พอขึ้น ฤดูไปมาสั้นๆ ในแนวขวาง

ใช้ผ้าสะอาดเช็ดฟองออก **ทำทุกวัน เช้า-ก่อนนอน** หลังแปรงฟัน ให้ใช้หลอดพลาสติกเล็กๆ ขูดบนตัวฟัน ต้องไม่มีคราบจุลินทรีย์ติดออกมา



### 1-2 ปี

มีฟันกรามน้ำนมขึ้น อย่าลืมแปรงฟันกรามน้ำนม ด้านใน **ถ้าพบฟันเป็นรอยขาวๆ รุนริบพาไปพบทันตแพทย์** ก่อนฟันผุลุกลาม



### 2-3 ปี

พ่อแม่ยังคงแปรงฟันให้ วันละ 2 ครั้ง

### 3-5 ปี



แปรงฟันวันละ 2 ครั้ง เริ่มฝึกให้ลูกแปรงฟันเอง โดยพ่อแม่ แปรงซ้ำให้จนถึงอายุ 7-8 ปี เปิดริมฝีปากลูก ตรวจสอบฟันทุกวัน อ้าปากกว้าง ดูฟันล่างแก้มหน้าล่าง ดูฟันบนเงยหน้าขึ้น



สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข  
dental.2.anamai.moph.go.th