



การสื่อสารเรื่องสุขภาพช่องปาก ป้องกันดีกว่ารักษา

การสื่อสารเรื่องสุขภาพช่องปาก “ป้องกันดีกว่ารักษา”

ฐานันดรวิทย์ ศรีสยาม นักวิชาการอิสระ

แนวคิดของการส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดีนั้น มีข้อเสนอแนะว่าความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เกิดความยั่งยืนในการมีสุขภาพดี และยังสามารถช่วยลดงบประมาณของประเทศที่ต้องใช้ในส่วนของการรักษา (treatment) ลงอีกด้วย

การเพิ่มการเข้าถึงบริการทางทันตกรรมโดยเน้นที่บริการส่งเสริมป้องกัน ให้ประชาชนได้รับทราบสภาวะสุขภาพช่องปากหรือความเสี่ยงที่ตนเองมี ได้รับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพช่องปากที่ถูกต้อง เพื่อลดการเกิดโรคในช่องปาก รวมถึงการขับเคลื่อนประเด็นความรู้ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนสามารถดูแลสุขภาพช่องปากด้วยตนเองได้เหมาะสมตาม 8 ช่วงวัย (self-care) เพื่อลดการเกิดโรคหรือการลุกลามของโรคในช่องปาก ลดการไปโรงพยาบาลโดยไม่จำเป็น

จากการแลกเปลี่ยนโดยภาพรวมในโครงการพัฒนาการขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพช่องปากประเทศไทย ข้อมูลจากเวทีแลกเปลี่ยนความคิดเห็น, มุขนิธิสารธารณสุขแห่งชาติ (มสช.) ได้เห็นประเด็นนี้ที่เด่นชัดขึ้นมา คือ วันนี้ความรู้ด้านปากและฟันของภาคประชาชนที่ถูกต้องมีเพียงพอหรือไม่ และเพื่อที่เราจะได้เข้าถึงและตรวจสอบข้อมูลในการดูแลสุขภาพฟันได้อย่างถูกต้อง สำหรับประชาชนแล้ว ควรจะต้องทำอย่างไร

องค์ความรู้เรื่องปากและฟัน

ความรู้เรื่องปากและฟันของเราขาดหายไปตั้งแต่ชั้นอนุบาล เมื่อเราแปรงฟันเป็นและถูกสอนให้แปรงฟันทุกครั้ง หลังอาหารกลางวัน แต่การแปรงนั้นถูกผิดอย่างไรขึ้นอยู่กับการสอนและการใส่ใจของครู ณ เวลานั้น เท่านั้น เมื่อเราโตขึ้น ขึ้นชั้นประถมบางคนอาจยังแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน บางคนไม่ทำ แล้วข้อมูลความรู้เรื่องปากและฟันก็ค่อยๆ เลือนหายไปจากเรา จนวันนี้ได้เห็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับปากและฟันผ่านสื่อโฆษณามาถึงเราและนำไปสู่การซื้อทดลองใช้ แต่จนสุดท้าย ไม่สามารถมีคำตอบที่ถูกต้องได้ว่าอะไรคือความถูกต้องและสมควรต่อการดูแลสุขภาพช่องปากและฟันในแต่ละช่วงวัย

ในมุมมองของผู้เข้าร่วมได้สะท้อนว่า การสื่อสารจากกระทรวงสาธารณสุขเป็นแหล่งข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมในกลุ่มเห็นว่ามีที่น่าเชื่อถือมากที่สุด ทั้งนี้การทำให้ข้อมูลเหล่านั้นสามารถเข้าถึงตัวประชาชนได้ในทุกระดับนั้น อาจต้องดำเนินการในหลายรูปแบบ เช่น ผ่านอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน โฆษณาโทรทัศน์ ช่องทางไลน์ อาสาสมัครสาธารณสุข หนังสือพิมพ์ รวมถึงการมีองค์กรกลางที่ให้ความช่วยเหลือให้คำปรึกษาแก่ประชาชน

รวมถึงการเลือกใช้ยาสีฟันแต่ละประเภท ในภาพรวมเชิงระบบที่จะช่วยคุ้มครองประชาชนด้วยนั้น ควรมีการระบุรายละเอียดส่วนผสมของสารเคมีและสมุนไพรที่ข้างกล่องผลิตภัณฑ์ ยาสีฟัน น้ำยาบ้วนปาก ว่ามีฟลูออไรด์กี่เปอร์เซ็นต์ให้เห็นตั้งแต่ก่อนซื้อ

การสื่อสารที่เข้าถึงทุกกลุ่มวัย

การใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย เข้าถึงทุกเพศทุกวัย ในการให้ข้อมูลความรู้เรื่องการแปรงฟันที่ถูกวิธีอย่างแท้จริงผ่านสื่อโซเชียลต่างๆ จนถึงไปสอดแทรกปรากฏในซีรีส์ทั่วไป ผู้เข้าร่วมได้ยกตัวอย่างในซีรีส์เกาหลีเรื่อง “365 วัน บ้านฉัน บ้านเธอ” ซึ่งตัวละครน่าได้มีฉากการแปรงฟันอย่างถูกวิธีในเรื่อง ประเทศเกาหลีจะมีการหนุนเสริมซอร์ลฟาวเวอร์แทรกลงไปซีรีส์เพื่อส่งเสริมให้เด็ก ๆ อยากรแปรงฟัน โดยไม่ต้องฟังหมอบอกหน้าทีวีเพียงช่องทางเดียวหรือ

ต้องไปเรียนจากครูตอนเรียนอยู่ชั้นอนุบาล อย่างไรก็ตามช่องทาง Line Group และ Line Official เป็นอีกเครื่องมือที่ทรงพลังสำหรับการส่งต่อและจะเป็นประโยชน์จริงหากมาจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ

หน่วยงานลงไปให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพช่องปากและฟันอย่างทั่วถึง

ในต่างจังหวัดมีการออกหน่วยของแพทย์อาสาทันตกรรมในพื้นที่ ชุมชนในกรุงเทพฯก็สามารถทำได้ ผู้เข้าร่วมในกลุ่มสิทธิประกันสุขภาพถ้วนหน้า เสนอว่า หากมีหมอมาให้ความรู้หรือดูแลสุขภาพในช่วงวันหยุดเสาร์อาทิตย์ที่ครัวเรือนว่างเว้นจากการทำงานน่าจะเป็นประโยชน์ต่อการรับทราบข้อมูล มุ่งเน้นไปที่การให้ความรู้ การเข้าถึงความรู้ เพราะเชื่อว่าการป้องกันสุขภาพดีกว่าการรักษาสุขภาพ แต่ที่ผ่านมาโดยส่วนมากจะรู้เกี่ยวกับสุขภาพช่องปากก็ต่อเมื่อเกิดอาการปวดฟันไปหาหมอ แล้วได้รับความรู้นั้นจากหมอที่คลินิกบ้าง ที่โรงพยาบาลรัฐบ้าง

ในอีกทางปฏิบัติหนึ่ง คือ การออกตรวจฟันปีละครั้ง อย่างน้อยอยากให้มีทันตแพทย์มาลงชุมชนคนจนเมือง แทนการที่ประชาชนจะไปต่อคิวเพื่อทำการตรวจสุขภาพช่องปาก เพื่อหลีกเลี่ยงคิวที่ต้องไปรอกันนานๆ ข้ามเดือนข้ามปีที่โรงพยาบาลหรือศูนย์บริการสาธารณสุขแทน หากมีเคสใดที่ต้องได้รับการรักษาต่อเนื่องก็ให้จองคิวส่งต่อเพื่อทำการรักษา และเพราะ “การรักษาและดูแลสุขภาพช่องปากผ่านสิทธิ์ของรัฐค่อนข้างใช้เวลานาน เสียเวลานาน ไม่คุ้มกับเวลาที่จะต้องใช้เพื่อทำมาหากิน จึงอยากให้มีหมอเปลี่ยนมาดูแลสุขภาพชนบ้าง”

เพราะฟันเป็นสิ่งที่อยู่คู่กับเราไปจนตาย ดังนั้น การกระตุ้นให้ประชาชนรับรู้และตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพช่องปากและฟันของตนเอง

เอกสารอ้างอิง

โครงการพัฒนาการขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพช่องปากประเทศไทย : ข้อมูลจากเวทีแลกเปลี่ยนระดมความคิดเห็นประเด็นระบบสุขภาพช่องปากจากภาคประชาชน, มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ (มสช.)