

นิสัยดูดนิ้วในเด็ก

ตามทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการมนุษย์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud's Psychosexual Developmental Theory) ได้บรรยายเรื่องการดูดนิ้วว่าเป็นพฤติกรรมที่สร้างความพึงพอใจในเด็กวัยทารกแรกเกิด หรือช่วงขวบปีแรก เด็กจะมีความสุขจากการดูดนม ไม่ว่าจะป็นนมแม่ หรือจุกขวดนม ซึ่งความพึงพอใจหรือความสุขนี้อาจมาจากการที่เด็กได้รับสารอาหาร เพื่อบรรเทาความหิว และเกิดการกระตุ้นประสาทสัมผัสมากมายที่อยู่รอบบริเวณริมฝีปาก นอกจากนี้ยังช่วยในการพัฒนาการใช้นิ้วปากและมือรอบริมฝีปากอีกด้วย

หากเด็กหิวจากการไม่ได้ดูดนม ไม่ได้รับสารอาหารอย่างเพียงพอ หรือเด็กมีความกลัว เศร้า กังวลใจ เช่น การไม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับผู้ปกครองที่คุ้นเคย หรืออยู่ในสถานที่ที่ไม่คุ้นเคย เด็กอาจแสดงพฤติกรรมดูดนิ้วเป็นการช่วยให้ตนเองรู้สึกผ่อนคลาย ปลอดภัย สบายใจมากขึ้น



ภาพจาก :

<https://www.statesman.com/entertainment/20161012/new-study-thumb-sucking-and-nail-biting-might-lead-to-less-allergies-later-on>

ในทางปฏิบัติอาจพบเด็กดูดนิ้วได้ในช่วง 1-2 ขวบแรก ซึ่งยังพิจารณาว่าเป็นพฤติกรรมที่ทำให้ตัวเด็กเองรู้สึกผ่อนคลาย เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ที่จะจัดการควบคุมตนเอง หรือพัฒนาการทางด้านอารมณ์ การจัดการหรือข่มขู่ บังคับเด็กให้เลิกดูดนิ้วในช่วงวัยที่เด็กยังไม่พร้อมนี้ นอกจากนิสัยดูดนิ้วอาจกลับมาเป็นซ้ำแล้ว ยังทำให้เด็กเกิดความกังวลและมีพฤติกรรมต่อต้าน หรือพฤติกรรมอื่นๆที่ไม่ดีขึ้นมาทดแทนได้

เมื่อเด็กโตขึ้น พัฒนาการ ทักษะ ความสนใจด้านอื่นเพิ่มมากขึ้น พฤติกรรมดูดนิ้วก็จะค่อยๆลดลง และประมาณ 4 ปี หรือช่วงที่เด็กเริ่มไปโรงเรียน มีการอยู่ร่วมกับคนอื่น เด็กจะเริ่มเรียนรู้การเข้าสังคม และเข้าใจว่าการดูดนิ้วไม่ได้เป็น พฤติกรรมที่ทำกัน หรือเป็นที่ยอมรับในสังคมข้างนอกบ้าน นิสัยดูดนิ้วที่เคยติดก็ค่อยๆลด และเลิกไปเอง

อย่างไรก็ตามหากนิสัยดูดนิ้วยังคงอยู่ในช่วงก่อนอายุ 4 ปี อาจมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของการเรียงตัวของฟันได้ แต่การเปลี่ยนแปลงนี้อาจสามารถกลับมาปกติได้เอง หากเลิกดูดนิ้ว ในกรณีที่เด็กติดนิสัยดูดนิ้วต่อเนื่องไปจนถึงตอนโต อายุมากกว่า 4 ปีขึ้นไป การดูดนิ้วอาจมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของกระดูกขากรรไกร การสบฟัน รวมถึงมีผลกระทบต่อ การออกเสียง และอาจมีผลกระทบกับจิตใจที่รุนแรงมากยิ่งขึ้น

ลักษณะความเปลี่ยนแปลงหรือความผิดปกติของฟันที่สามารถเกิดขึ้นได้

ฟันหน้าไม่สบกัน, ฟันหลังสบคร่อม, ฟันหน้าบนเหยิน, ฟันหน้าล่างล้มไปทางลิ้น



ภาพจาก : <https://discoverykidsdentistry.com/dental-topics/pacifier-use-thumb-sucking/>

เด็กที่มีนิสัยดูดนิ้วที่ควรพบทันตแพทย์ เพื่อขอคำปรึกษาหรือการจัดการรักษา เพื่อป้องกันไม่ให้ความผิดปกติเกิดขึ้น หรือรักษาบรรเทาไม่ให้ความผิดปกติมีความรุนแรงยิ่งขึ้นไปอีก

- ในเด็กอายุน้อยกว่า 4 ปี ที่มีความผิดปกติของการสบฟันร่วมด้วย
- ในเด็กที่มีอายุมากกว่า 4 ปีขึ้นไป

นอกจากนี้หากพฤติกรรมเด็กอาจมีความผิดปกติทางอารมณ์ร่วมด้วย แนะนำให้ปรึกษากุมารแพทย์หรือจิตแพทย์เด็กร่วมด้วย

แหล่งอ้างอิง

1. ทพญ.ประภาศรี วิรัตน์พงษ์, นพ.ณัฏฐ ทักขรัตน์เสถียร (2552). หนังสือการจัดการนิสัยดูดนิ้วสำหรับทันตแพทย์
Management of Finger Sucking Habit for Dental Profession
2. Shahraki, N., Yassaei, S., & Moghadam, M. G. (2012). Abnormal oral habits: A review. *J Dent Oral Hyg*, 4(2), 12-15.
3. Schneider, P. E., & Peterson, J. (1982). Oral habits: considerations in management. *Pediatric Clinics of North America*, 29(3), 523-546.