

# การดูแลสุขภาพฟัน(ปลอม)



# 1

## “ควรถอดฟันปลอมทำความสะอาดทุกครั้ง หลังการรับประทานอาหาร”

ทำความสะอาดฟันปลอมด้วยแปรงสีฟันขนนุ่มร่วมกับการใช้น้ำสบู่  
หรือน้ำยาล้างจานหรือร่วมกับยาสีฟันชนิดครีม แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด  
ไม่ควรใช้ยาสีฟันชนิดผงหรือที่มีส่วนผสมเป็นผงขัด  
เพราะจะทำให้ฟันปลอมที่เป็นพลาสติกเสื่อมอย่างรวดเร็ว



# 2

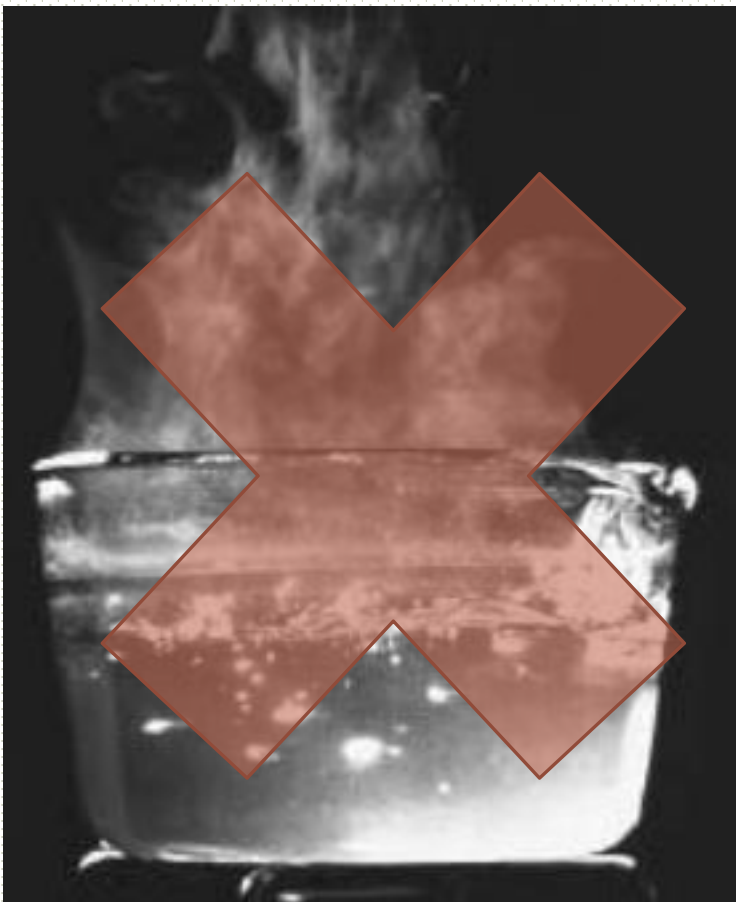
“ควรมีภาชนะรองรับขณะทำความสะอาด”  
เพื่อกันฟันปลอมหล่นลงพื้นส่งผลให้ฟันปลอมแตกได้





3 เมื่อถอดออกนอกช่องปาก  
“ต้องนำฟันปลอมแช่น้ำสะอาดทุกครั้ง”  
ห้ามวางทิ้งไว้เฉยๆ เด็ดขาด  
เพราะจะทำให้ฟันปลอมเกิดการบิดเบี้ยว  
ทำให้ไม่สามารถใส่ให้เข้าที่เหมือนเดิมได้

# 4



“ไม่แช่พันปลอมในน้ำร้อน”

เพราะพันปลอมอาจเปลี่ยนรูปทรงเกิดการหดตัว  
หรือบิดเบี้ยวทำให้ใส่ไม่พอดี

# 5

## “ไม่ควรใส่ฟันปลอมขณะนอน”

ควรถอดฟันปลอมออกมาแช่น้ำก่อนนอนทุกครั้ง

เพื่อให้เนื้อเยื่อในช่องปากได้พักจากการกดทับ

ไม่เกิดการระคายเคือง การอักเสบของเนื้อเยื่อ

หรือเกิดเชื้อราขึ้น



\*หากใช้ฟันปลอมมานานจนเกิดคราบสีน้ำตาล มีคราบขุ่นหรือคราบอาหาร  
ที่ล้างไม่ออก ซึ่งอาจทำให้เกิดแผลหรือมีเชื้อราในช่องปากได้ ให้ใช้เม็ดฟู่  
สำหรับแช่ทำความสะอาดฟันปลอม 1 ครั้ง/สัปดาห์ ซึ่งสามารถหาซื้อได้ตาม  
คลินิกทันตกรรม ร้านขายยา หรือห้างสรรพสินค้าทั่วไป

# 6

หากฟันปลอมหลวมไม่กระชับเหงือก  
เนื่องจากเหงือกยุบตัวลงจากแรงบดเคี้ยวอาหาร  
หรือใส่ฟันปลอมแล้วมีปัญหา หัก บิ่น แตก  
หรือมีอาการเจ็บและระคายเคืองมาก

## “ห้ามปรับฟันปลอมด้วยตัวเอง”

เพราะอาจทำให้เกิดความเสียหายมากขึ้น  
ควรพบทันตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจและแก้ไขต่อไป

สำหรับผู้ที่ใช้ฟันปลอมบางส่วนที่ยังมีฟันธรรมชาติเหลืออยู่

“ควรหมั่นดูแลทำความสะอาดช่องปากด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ”

ด้วยการแปรงฟันอย่างถูกวิธี รวมทั้งทำความสะอาดบริเวณซอกฟันด้วยไหมขัดฟัน

ถ้ามีช่องว่างระหว่างซี่ฟันควรใช้แปรงซอกฟันทำความสะอาดเสริมด้วย

และควรพบทันตแพทย์ทุกๆ 6 เดือน เพื่อลดโอกาสที่จะสูญเสียฟันเพิ่มขึ้น

