

สภาวะฟันผุกับภาวะโภชนาการในเด็ก

จุฬามาศ เหลืองเพียรสมุท* สุภาภรณ์ ฉัตรชัยวัฒนา** วรางคณา อินทโลहित***

บทคัดย่อ

ฟันผุเป็นปัญหาทางทันตสาธารณสุขที่สำคัญในเด็ก การเกิดโรคฟันผุทั้งในฟันน้ำนมและฟันแท้ยังมีความชุกสูง ปัจจุบันนี้ความสัมพันธ์ระหว่างฟันผุและการบริโภคขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลมในเด็ก ได้รับความตระหนักมากขึ้น มีรายงานความสัมพันธ์ระหว่างฟันผุกับสภาวะทุพโภชนาการมากขึ้น จากการที่พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มในบริบทของสังคมไทยเปลี่ยนแปลงไป มีการบริโภคน้ำตาลเพิ่มขึ้น การบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลบ่อยครั้งจะเพิ่มแนวโน้มการเกิดฟันผุมากขึ้น ซึ่งปัญหาฟันผุสามารถส่งผลให้เกิดการติดเชื้อในช่องปากและภาวะทุพโภชนาการที่มากขึ้นตามไปด้วย โดยการติดเชื้อในช่องปากสร้างความเจ็บปวดให้เด็ก ทำให้พักผ่อนได้น้อยลง การสร้างโกรทฮอร์โมนลดลงและความเจ็บปวดยังเพิ่มอัตราการเผาผลาญอาหารมากขึ้นส่งผลให้การเจริญเติบโตของเด็กลดลง นอกจากนี้ภาวะทุพโภชนาการก็มีความสัมพันธ์กับการบริโภคขนมขบเคี้ยว โดยพบว่า ในกรณีที่เด็กบริโภคอาหารมื้อหลักแล้ว ยังมีการรับประทานขนมขบเคี้ยวเป็นอาหารมื้อรองอีก จะส่งผลให้เด็กน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น มีแนวโน้มเป็นเด็กอ้วน ในทางกลับกันเด็กที่มีฟันผุมาก ไม่สามารถเคี้ยวอาหารแข็ง เหนียวได้ ก็จะไม่ยอมรับประทานข้าว เลือกรับประทานแต่ขนมหวาน ขนมขบเคี้ยว หรือเครื่องดื่มที่มีรสหวานแทน ทำให้เด็กเกิดภาวะขาดสารอาหาร น้ำหนักตัวลดลง และเกิดภาวะทุพโภชนาการ ขาดสารอาหารในที่สุด เห็นได้ว่าปัญหาด้านโภชนาการและปัญหาทันตสุขภาพมีความเกี่ยวข้องกันเนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนแปลงไป บทความนี้จึงได้ทำการทบทวนโรคฟันผุในเด็ก ปัจจัยด้านต่างๆ ที่ส่งผลให้เกิดฟันผุ รวมถึงอาหารที่มีรสหวานปรุงแต่งด้วยน้ำตาล และความสัมพันธ์ของภาวะฟันผุกับภาวะโภชนาการในเด็ก

คำไชรหัส : ฟันผุ / ภาวะโภชนาการ / เด็ก

บทนำ

ปัญหาโรคฟันผุถือได้ว่าเป็นปัญหาสำคัญที่พบได้ ในประชากรทุกกลุ่มอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเด็ก มีอัตราการเกิดโรคฟันผุค่อนข้างสูง จากการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากระดับประเทศ ครั้งที่ 6 พ.ศ. 2549-2550¹ พบว่า อัตราการเกิดโรคฟันผุในเด็กอายุ 3 ปี ในเขตชนบทสูงกว่าในเมืองอย่างชัดเจน (เขตชนบทร้อยละ 67.23 และเขตเมืองร้อยละ 55.11) ส่วนเด็กอายุ 5 ปีในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีการสูญเสียฟันสูงสุดเมื่อเทียบกับภาคอื่น (ร้อยละ 13 ของเด็กมีการสูญเสียฟันเฉลี่ย 0.23 ซี่/คน) นอกจากนี้ยังพบปัญหาสำคัญต่อการเกิดโรคฟันผุคือพฤติกรรมการบริโภคขนมกรุบกรอบและการดื่มน้ำอัดลมมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ปัจจัยเหล่านี้ นอกจากเป็นสาเหตุของการเกิดโรคฟันผุแล้ว การรับประทาน

ขนมหวานและเครื่องดื่มที่มีรสหวานมาก ๆ มีอันตรายต่อสุขภาพอีกหลายประการ เช่น เป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของโรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดและหัวใจ²⁻⁴ ทั้งที่เป็นโรคซึ่งสามารถทำนายความเสี่ยงของโรคและป้องกันได้ตั้งแต่วัยเด็ก⁵⁻⁸

ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดฟันผุ

การเกิดฟันผุเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน ปัจจัยหลักที่มีอิทธิพลกับกระบวนการเกิดโรคฟันผุ⁹ ได้แก่ ชนิดและจำนวนแบคทีเรียในช่องปาก ส่วนประกอบ ค่าความเป็นกรดเบสและสภาวะการหลั่งของน้ำลาย การได้รับฟลูออไรด์ รวมถึงสารอาหารที่ได้รับและส่วนประกอบของอาหารที่บริโภค (รูปที่ 1)

*ทันตแพทย์ชำนาญการ ฝ่ายทันตสาธารณสุข โรงพยาบาลกลาง อำเภอนากลาง จังหวัดหนองบัวลำภู

**รองศาสตราจารย์ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

***ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ กลุ่มงานทันตสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู จังหวัดหนองบัวลำภู

Dental Caries Status and Nutritional Status in Children

Juthamas Lueangpainsamut* Supaporn Chatrchaiwiwatana** Warangkana Inthalohit***

Abstract

Dental caries is a major public health problem in Thai children. The prevalence of dental caries in primary and permanent teeth remains high. Presently, the relationship between dental caries and consumption of snacks and/or soft drinks among children has been recognized. The association between dental caries and malnutrition in children has been reported. Dietary and beverages consumption in the context of Thai society has changed. Higher sugar consumption as well as frequent consumption of sweet and beverages increase risk of dental caries, which connects to increased occurrence of oral infections and malnutrition in children. This is due to that oral infections from dental caries can cause pain, sleepless, reduction of growth hormone, increased metabolic rate, and retardation of child growth. In addition, malnutrition is associated with snack consumption. Children who consume snack between meals are likely to result in weight gain and obesity. On the other hand, children who experience dental caries tend to avoid chewing hard food and main meals but choose to eat sweetened foods or snacks, or drink sweetened milk instead, which then can ultimately lead to nutrition deficiency weight reduction and malnutrition. Therefore, the problems of nutrition and oral health are related as a result of changing consumer behavior. This article reviews dental caries situation in children, factors influencing dental caries including intake of sugar-sweetened foods as well as the relationship between dental caries status and nutritional status in children.

Keywords : dental caries / nutritional status / children

Correspondence author

Associate Professor Supaporn Chatrchaiwiwatana

Faculty of Dentistry, Khon Kaen University,

Amphur Muang, Khon Kaen, 40002

Tel: +66-4320-2222 ext.11281

Fax: +66-4320-2862

email: csupa@kku.ac.th

* Dentist, Dental Department, Naklang Hospital, Nongbualamphu

** Associate Professor, Faculty of Dentistry, Khon Kaen University

***Dentist, Dental Department, Nongbualamphu Provincial Public Health Office, Nongbualamphu