

## เอกสารอ้างอิง

- กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ. ทันตกรรมป้องกัน. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช, 2528.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การจัดการความรู้เพื่อพัฒนาสุขภาพช่องปาก. 2547.
- กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. คู่มืออบรมครูประจำชั้นในงานเฝ้าระวัง และส่งเสริมทันตสุขภาพนักเรียนประถมศึกษา. 2540.
- กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการส่งเสริมสุขภาพช่องปากเด็ก ประถมศึกษา. 2550.
- กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. บทความทันตสุขภาพศึกษา. กรุงเทพฯ, 2533.
- กองทันตสาธารณสุข. รายงานผลการสำรวจสถานะสุขภาพช่องปากระดับประเทศ ครั้งที่ 6 ประเทศไทย พ.ศ. 2549-2550. กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2550.
- จำเอนกกิตติ ยิ้มสงวน. พฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ ในเด็กนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 ในเขตพื้นที่สถานีอนามัยตำบลหนองพันจันทร์ กิ่งอำเภอบ้านคา จังหวัดราชบุรี. สารนิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2548.
- ชนิดา หวานใจ. พฤติกรรมการป้องกันการเกิดโรคฟันผุในเด็กนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 ในเขต ตำบลเหล่าบก อำเภอม่วงสามสิบ จังหวัดอุบลราชธานี. สารนิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2547.
- ชัยพร วิชาวุธ. พฤติกรรมสุขภาพ. กรุงเทพฯ, 2523.
- ณัฐพงศ์ อนุวัตรขรรยง. การศึกษาความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติตัวเกี่ยวกับทันตสุขภาพ ของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 5-6 อำเภอเมือง จังหวัดระนอง. ภาคนิพนธ์ ปริญญา สาธารณสุขศาสตร มหาวิทาลัยมหิดล, 2534.
- ธราทิพย์ ทองดี. พฤติกรรมดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 ในเขตพื้นที่ รับผิดชอบสถานีอนามัย ตำบลองค์พระ อำเภอด่านช้าง จังหวัดสุพรรณบุรี. ปริญญา สาธารณสุขศาสตร (ต่อเนื่อง 2 ปี). มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2552 .
- ทินกร จงกิตตินฤกร. ทักษะคัดต่อสุขภาพช่องปากในเด็กนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอทับสะแก จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. วิทยาสารทันตแพทยศาสตร์ 40(2):75-82, 2533 มี.ค.-เม.ย. โรงพยาบาลศิริราช คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นิรุวรรณ อุประชัยและคณะ. ทันตสาธารณสุข. โครงการตำราหลักสูตรสาธารณสุขศาสตร มหาวิทาลัยมหาสารคาม ขอนแก่น: ขอนแก่นการพิมพ์, 2543.

### เอกสารอ้างอิง(ต่อ)

- นิรุวรรณ อุประชัยและสุรศักดิ์ เทียบอุทธิ.พฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม,2545.
- นุจรินทร์ รักกล้า. พฤติกรรมการป้องกันการเกิดโรคฟันผุในเด็กนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 โรงเรียนกอง(พิบูลย์อนุสรณ์) ตำบลห้วยขมิ้น อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี. สารนิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,2547.
- บุญชม ศรีสะอาด.การวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพฯ:สุวีริยสาส์น,2535.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ.ทัศนคติ การจัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช, 2536.
- ประสาร ทิพย์ชารา. พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพและสุขภาพศึกษา. กรุงเทพฯ:เจ้าพระยาการพิมพ์,2520.
- ประสาน ไทยมี.พฤติกรรมทันตสุขภาพและภาวะสุขภาพช่องปากของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอพาน จังหวัดเชียงราย. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ,2538.
- ปราณี คำเรือง. ความรู้ ทัศนคติ การปฏิบัติเกี่ยวกับทันตสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 ในตำบลชังโค อำเภอสิงหนคร จังหวัดสงขลา. ภาคนิพนธ์ ปริญญาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล,2541.
- ผานิช รอไกรเพชร. ความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมการดูแลทันตสุขภาพของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในเขตพื้นที่รับผิดชอบตำบลสวนแตง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี. สารนิพนธ์สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,2548
- พรชมน เกลือบมณี.ปัจจัยที่มีความสำคัญกับพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียนน่วงหวาน ตำบลมหาพราหมณ์ อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. สารนิพนธ์สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,2548.
- พลุสุวรรณค์ แซ่เฮ็ง.พฤติกรรมการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 5-6 ในเขตรับผิดชอบของสถานีอนามัยด่านางรอง ตำบลด่านางรอง อำเภอโนนดินแดง จังหวัดบุรีรัมย์.การศึกษาค้นคว้าอิสระทางสาธารณสุข คณะเภสัชศาสตร์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม,2544.

### เอกสารอ้างอิง(ต่อ)

- มาโนช เวชพันธ์, นาวาอากาศเอก เอกสารวิจัยส่วนบุคคล เรื่องการมีส่วนร่วมทางการเมืองของข้าราชการประจำ : ศึกษาเปรียบเทียบข้าราชการพลเรือน ทหารและตำรวจ. มปท,2532 .
- วิจารณ์ พานิช. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร:กรุงสยามการพิมพ์,2548.  
 ประภาเพ็ญ สุวรรณ.พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพและสุขศึกษา. กรุงเทพฯ: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2534.
- ศิริกาญจน์ จินตนา.ความรู้ เจตคติและการปฏิบัติตนด้านทันตสุขภาพที่เกี่ยวกับโรคฟันผุของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่6 โรงเรียนวัดขุนไทรธาราราม อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี. สารนิพนธ์สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,2546.
- สัมพันธ์ สุขเจริญ. ความรู้ เจตคติและการปฏิบัติตนด้านทันตสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่6.สารนิพนธ์สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ,2548 .
- สุทธิชัย ขุนทองแก้ว.แนวทางการวิจัยเพื่อแก้ปัญหาสุขภาพช่องปากของประชากรไทย.กรุงเทพฯ: คำนสุทธการพิมพ์ จำกัด,2540.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดขอนแก่น.รายงานสภาวะทันตสุขภาพของประชากรจังหวัดขอนแก่น.ขอนแก่น:สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดขอนแก่น,2550.
- เสาวนีย์ ภู่ออน.พฤติกรรมการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่4-6 ตำบลหนองแขง อำเภอหันดา จังหวัดชัยนาท. สารนิพนธ์สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต เกษตรศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,2549.
- อภินยา อภิวัง โสกุล.พฤติกรรมเกี่ยวกับการป้องกันโรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา. ปรินญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,2544.
- อักษร สวัสดิ์. ความรู้ความเข้าใจ และความตระหนัก ในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย : กรณีศึกษาในเขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ภาคนิพนธ์ปริญญา พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต(พัฒนาสังคม) สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ,2542.

### เอกสารอ้างอิง(ต่อ)

- อัญชลี คุชฎีพรรณ. การสอนทัศนศึกษาในโรงเรียน. เชียงใหม่: ภาควิชาทัศนกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2528.
- อัญชลี คุชฎีพรรณ. การศึกษาพฤติกรรมทัศนศึกษาและสภาวะสุขภาพช่องปากของนักศึกษาทันตแพทย์ชั้นปีที่1 ปีการศึกษา2526 ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่. รายงานวิจัย เชียงใหม่: ภาควิชาทัศนกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2527.
- อัญชลี คุชฎีพรรณ. บทความทัศนศึกษา. เชียงใหม่: ภาควิชาทัศนกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2535.
- อำพร ชาญประโคน. ความรู้ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและพฤติกรรมการดูแลทัศนศึกษาของนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนบ้านจระเข้มาก ตำบลจระเข้มาก อำเภอประโคนชัย จังหวัดบุรีรัมย์. ปรินญาสาธิตสุขศาสตร์(ต่อเนื่อง2ปี).มหาสารคาม:มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2549.

The Lexiticon Webster (Dictionary Encyclopedia. 1977 :531)

ที่มา: <http://th.wikipedia.org/wiki/>

Good, Carter V. **Dictionary of Education.**3<sup>rd</sup> ed. New York: McGraw –Hill Book Company, 1973.

**ภาคผนวก**

เลขที่แบบสอบถาม.....

**แบบสอบถาม**

เรื่อง พฤติกรรมการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาช่วงชั้นที่ 2 (ป.4 – ป.6)

ในเขตพื้นที่รับผิดชอบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหัวทุ่ง อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น

คำชี้แจงในการกรอกแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 5 ส่วน รวม 52 ข้อ
  - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป 7 ข้อ
  - ส่วนที่ 2 ความรู้ด้านการดูแลทันตสุขภาพ 15 ข้อ
  - ส่วนที่ 3 ทักษะการดำเนินการดูแลทันตสุขภาพ 20 ข้อ
  - ส่วนที่ 4 การปฏิบัติด้านการดูแลทันตสุขภาพ 20 ข้อ
2. ขอให้ท่านตอบแบบสอบถาม โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างในข้อที่ท่านเห็นว่าถูกต้อง
3. ขอให้ท่านตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ เพราะถ้าท่านไม่ตอบข้อหนึ่งข้อใดแล้วอาจทำให้แบบสอบถามขาดความสมบูรณ์ ซึ่งมีผลทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลคลาดเคลื่อนได้

ข้อมูลที่ได้รับผู้ทำการวิจัยจะนำไปใช้ประโยชน์เพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบแบบสอบถาม โดยผู้ศึกษาจะเก็บข้อมูลส่วนนี้ไว้เป็นความลับ และใช้วิเคราะห์ผลการศึกษาเท่านั้น

คณะผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณที่กรุณาให้ความร่วมมือ

นางเสาวลักษณ์ ศรีดาเกษ

นายจิรพงศ์ วสุวิภา

นางยลฤดี ตันจาสีสิทธิ์

คณะผู้วิจัย

พฤศจิกายน 2554

## แบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป จำนวน 7 ข้อ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย (/) ลงในวงเล็บหน้าข้อความที่ต้องการ หรือเติมคำลงในช่องว่าง

1. เพศ ( 1 ) ชาย ( 2 ) หญิง 1.1
2. เป็นบุตรลำดับที่.....ของครอบครัว 1.2
3. นักเรียนได้รับเงินมาโรงเรียนวันละ.....บาท 1.3
4. ระดับการศึกษาสูงสุดของบิดา 1.4
  - ( 1 ) ไม่ได้เรียน ( 2 ) ประถมศึกษา
  - ( 3 ) มัธยมศึกษาตอนต้น ( 4 ) มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.
  - ( 5 ) อนุปริญญา/ปวส. ( 6 ) ปริญญาตรี
  - ( 7 ) สูงกว่าปริญญาตรี
5. ระดับการศึกษาสูงสุดของมารดา 1.5
  - ( 1 ) ไม่ได้เรียน ( 2 ) ประถมศึกษา
  - ( 3 ) มัธยมศึกษาตอนต้น ( 4 ) มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.
  - ( 5 ) อนุปริญญา/ปวส. ( 6 ) ปริญญาตรี
  - ( 7 ) สูงกว่าปริญญาตรี
6. อาชีพของบิดา 1.6
  - ( 1 ) เกษตรกรรม (ทำไร่ ทำนา ทำสวน) ( 2 ) รับจ้าง
  - ( 3 ) ค้าขาย ( 4 ) รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ
  - ( 5 ) อื่น ๆ ระบุ.....
7. อาชีพของบิดา 1.7
  - ( 1 ) เกษตรกรรม (ทำไร่ ทำนา ทำสวน) ( 2 ) รับจ้าง
  - ( 3 ) ค้าขาย ( 4 ) รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ
  - ( 5 ) อื่น ๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียน จำนวน 15 ข้อ

คำชี้แจง จงทำเครื่องหมายวงกลม O ล้อมรอบข้อ 1 หรือ 2 หรือ 3 หรือ 4 ที่นักเรียนเห็นว่า ถูกต้องที่สุด

1. อาหารที่มีประโยชน์ต่อฟันคืออะไร 2.1
  1. ท็อफी อมยิ้ม หมากฝรั่ง
  2. ผลไม้ น้ำอัดลม น้ำหวาน
  3. ผลไม้ นม อาหารที่มีเส้นใย
  4. น้ำอัดลม นม ช็อคโกแลต
2. การแปรงฟันที่ถูกวิธีควรทำอย่างไร 2.2
  1. ถูไปถูมา
  2. ฟันบนปิดขึ้น ฟันล่างปิดลง
  3. ฟันบนปิดลง ฟันล่างปิดขึ้น
  4. ใช้น้ำถูไปถูมา
3. เมื่อฟันมีรอยผุเป็นจุดสีดำเกิดขึ้นจะแก้ไขอย่างไร 2.3
  1. ใช้น้ำจิ้มฟันเช็ดออก
  2. อมน้ำเกลือเพื่อรักษารากฟัน
  3. ปลดทิ้งไว้เดี๋ยวหายเอง
  4. ไปพบหมอฟันเพื่อทำการรักษา
4. วิธีการรักษาที่ดีที่สุดสำหรับ โรคฟันผุในระยะแรก คืออะไร 2.4
  1. ถอนฟันออกอย่างเดียว
  2. พบหมอฟันเพื่ออุดฟัน
  3. ซึ้อยามรับประทานเมื่อปวด
  4. นำยาแก้ปวดชนิดผงมาใส่รูผุ
5. นักเรียนควรได้รับการตรวจฟันและสุขภาพช่องปาก โดยหมอฟันอย่างน้อยปีละกี่ครั้ง 2.5
  1. 1 ครั้ง
  2. 2 ครั้ง
  3. 3 ครั้ง
  4. 4 ครั้ง

6. ประโยชน์ของการแปรงฟัน คืออะไร 2.6
  1. กำจัดกลิ่นปาก
  2. ทำให้ฟันสะอาด
  3. เพื่อความสวยงามของใบหน้า
  4. ข้อ 1 และ ข้อ 2
7. การแปรงฟันแต่ละครั้งควรใช้เวลานานเท่าใด 2.7
  1. 1–2 นาที
  2. 3–5 นาที
  3. 6–7 นาที
  4. นานเท่าไรก็ได้
8. ข้อใดคือ วิธีป้องกันโรคฟันผุที่ดีที่สุด 2.8
  1. ใช้น้ำยาบ้วนปาก
  2. อมน้ำเกลือบ้วนปากทุกวัน
  3. แปรงฟันถูกวิธีอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง
  4. ใช้นิ้วมือถูฟันไปมา
9. ข้อใดคือ ประโยชน์ของการใช้ไหมขัดฟัน 2.9
  1. กำจัดเศษอาหารตามซอกฟัน
  2. กำจัดคราบจุลินทรีย์และเศษอาหารที่ติดตามซอกฟัน
  3. กำจัดหินปูนรอบตัวฟัน
  4. กำจัดสิ่งสกปรกภายในช่องปาก
10. ฟลูออไรด์มีประโยชน์ต่อฟันอย่างไร 2.10
  1. ทำให้ฟันขาวสะอาด
  2. ป้องกันโรคเลือดออกตามไรฟัน
  3. ช่วยป้องกันฟันผุ
  4. ช่วยลดอาการปวดฟัน
11. ข้อใดคือลักษณะของยาสีฟันที่ดี 2.11
  1. ราคาแพง
  2. มีรสหวาน
  3. ผสมฟลูออไรด์
  4. ไม่ผสมฟลูออไรด์

12. นอกจากการแปร่งฟันที่ถูกรักษาแล้วยังมีการทำความสะอาดฟันด้วยวิธีอื่นในข้อใด ที่ถือว่าดีที่สุด 2.12
1. บ้วนปากด้วยน้ำเปล่า
  2. ใช้ไหม้และฟัน
  3. อมน้ำเกลือ
  4. การใช้ไหมขัดฟัน
13. เมื่อตรวจฟันด้วยตนเองแล้วพบว่า มีหินปูนรอบตัวฟันควรแก้ไขอย่างไร 2.13
1. พยายามแปร่งฟันให้หินปูนออก
  2. ให้หมอฟันขูดหินปูนออกให้
  3. เอาไม้จิ้มฟันแคะออก
  4. ปลดทิ้งไว้เดี๋ยวหินปูนหลุดออกเอง
14. การใช้ฟันเปิดจุดขวดน้ำอัดลมมีผลต่อฟันอย่างไร 2.14
1. ฝึกให้ฟันแข็งแรง
  2. ไม่มีผลต่อฟัน
  3. ฟันโยกคลอนและแตกบิ่น
  4. ทำให้ฟันผุ
15. ข้อใดคือวิธีป้องกันโรคเหงือกอักเสบ 2.15
1. รับประทานยาแก้อักเสบ
  2. ใช้ยาสีฟันมาก ๆ ในการแปร่งฟัน
  3. แปร่งฟันให้สะอาดและถูกรักษา
  4. อมวิตามินซี เป็นประจำ

ส่วนที่ 3 ทศนคติเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียน จำนวน 20 ข้อ

คำชี้แจง จงทำเครื่องหมาย (/) ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	คำถาม	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็น ด้วย	
	<b>ด้านการทำความสะอาดฟัน</b>	3	2	1	
1.	การแปรงฟันให้สะอาดสามารถป้องกันโรคฟันผุได้				3.1
2.	ต้องแปรงฟันทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร				3.2
3.	การแปรงฟันที่ไม่ถูกวิธีจะทำให้ฟันผุกร่อนและเหงือกกร่อนได้				3.3
4.	ฟันผุทำให้เกิดกลิ่นปาก				3.4
5.	การแปรงฟันหลังอาหารเป็นสิ่งจำเป็น				3.5
6.	การอมน้ำยาบ้วนปากควรอมให้นานอย่างน้อย 2 – 3 นาที				3.6
	<b>ด้านการกิน และโภชนาการ</b>				
7.	เศษอาหารที่ติดอยู่ในซอกฟันเป็นสาเหตุทำให้ฟันผุ				3.7
8.	กินผัก ผลไม้เป็นประจำจะช่วยให้ฟันแข็งแรง				3.8
9.	ขนมหวานทุกชนิด ลูกอม ลูกกวาด เป็นสาเหตุทำให้เกิดฟันผุ				3.9
	<b>ด้านการกิน และโภชนาการ (ต่อ)</b>				
10.	การรับประทานอาหารบ่อย ๆ จุกจิก ป้องกันโรคฟันผุได้				3.10
11.	อาหารที่มีรสเปรี้ยว สามารถทำลายเชื้อจุลินทรีย์ได้				3.11
	<b>ด้านการดูแลตนเอง และไปพบหมอฟัน</b>				
12.	แม้จะมีฟันดีมาแต่กำเนิดก็ต้องรักษาสุขภาพฟัน				3.12
13.	ฟันผุหากไม่รักษาจะทำให้เกิดโรคอื่นแทรกซ้อนได้				3.13
14.	อาการปวดฟันรักษาได้ด้วยการซึ้อยาแก้ปวดใส่ลงในรูฟัน				3.14
15.	ก่อน การอมน้ำยาฟลูออไรด์ต้องแปรงฟันให้สะอาดก่อน				3.15
16.	บุคคลที่จะสามารถตรวจฟันได้ต้องเป็นหมอฟัน หรือทันตบุคลากร				3.16
17.	สุขภาพฟันดี สุขภาพกายก็จะดีไปด้วย				3.17
18.	การตรวจฟันด้วยตนเองไม่มีประโยชน์				3.18

	ด้านการดูแลตนเอง และไปพบหมอฟัน(ต่อ)			
19.	ถ้าไม่ปวดฟัน ก็ไม่จำเป็นต้องไปพบหมอฟัน			3.19
20.	ฟันสวยถึงแม้จะไม่รู้สึกต้องให้หมอฟันตรวจ ปีละ2 ครั้ง เช่นกัน			3.20

ส่วนที่ 4 การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียน จำนวน 20 ข้อ

คำชี้แจง จงทำเครื่องหมาย (/) ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	คำถาม	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
	ด้านการทำความสะอาดฟัน	3	2	1
1.	นักเรียนแปรงฟันทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร			4.1
2.	นักเรียนใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ในการแปรงฟัน			4.2
3.	นักเรียนแปรงฟันก่อนเข้านอน			4.3
4.	การแปรงฟันของนักเรียน ฟันบนปิดลง ฟันล่างปิดขึ้น ด้านบดเคี้ยวถูไปมา			4.4
5.	นักเรียนแปรงฟันหลังตื่นนอนตอนเช้า			4.5
6.	นักเรียนแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน ตามที่โรงเรียนจัดไว้ให้			4.6
7.	หลังรับประทานอาหาร ถ้าไม่ได้แปรงฟันนักเรียนจะบ้วนปาก			4.7
8.	หลังอาหารเข้านักเรียนไม่ต้องแปรงฟันเพราะตอนตื่นนอน ได้แปรงแล้ว			4.8
9.	นักเรียนใช้เวลาในการแปรงฟันแต่ละครั้งประมาณ 3 – 5 นาที			4.9
10.	นักเรียนแปรงฟันหลังอาหารเย็น			4.10
11.	นักเรียนบ้วนปากทุกครั้ง หลังกินขนมหวาน หรืออาหารที่มีความหวาน			4.11
	ด้านการกิน และโภชนาการ			
12.	นักเรียนรับประทานอาหารจำพวกผักหรือผลไม้ ทุกมื้อ			4.12
13.	นักเรียนกินผลไม้ เช่น มะละกอ ส้ม กล้วย หลังอาหารทุกวัน			1.13
14.	นักเรียนอมที่อฟี หรือดื่มน้ำอัดลมทุกวัน			4.14

	ด้านการกิน และโภชนาการ(ต่อ)			
15.	นักเรียนรับประทานอาหารจำพวกผักสีเขียวหรือสีเหลือง เช่น ผักบุ้ง ผักคะน้า ฟักทอง ฯลฯ เป็นประจำ			4.15
16.	นักเรียนดื่มนมจืด เป็นประจำ			4.16
	ด้านการดูแลตนเองและไปพบหมอฟัน			
17.	นักเรียนตรวจดูฟันและเหงือกของตนเองหลังแปรงฟัน			4.17
18.	นักเรียนอมฟลูออไรด์ทุกครั้งที่ครูอนามัยจัดให้			4.18
19.	นักเรียนไปหาหมอฟันเพื่อตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี			4.19
20.	นักเรียนชอบกัดดินสอ หรือปากกาทุกครั้งที่มีโอกาส			4.20



