

รู้เท่าทัน ป้องกันโรคปริทันต์

ทพญ.ฉัตรแก้ว บริบูรณ์ศิริรัฐสาร

งานทันตกรรม

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

มีผู้คนไม่น้อยที่เจ็บปวดด้วยโรคปริทันต์หรือร้ำมะนาด เพื่อให้คุณรู้จักดูแลตนเองให้ห่างไกลจากโรคนี้ มีคำแนะนำมาฝากค่ะ

โรคปริทันต์อักเสบ หรือ “ร้ำมะนาด” สาเหตุเริ่มต้นมาจากการทำความสะอาดฟันไม่ดีพอ ทำให้เกิดการสะสมของแบคทีเรีย เมื่อทิ้งไว้นานขึ้นจะมีการตกตะกอนของแร่ธาตุจากน้ำลาย จนกลายเป็น “หินปูน” หรือ หินน้ำลาย ที่ไม่สามารถแปรงออกได้ หากปล่อยทิ้งไว้จะเกิดการทำร้ายเหงือกได้อย่างรุนแรงนะค่ะ แต่ไม่ใช่ทุกคนที่จะเป็นโรคปริทันต์นะค่ะ เนื่องจากเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันของแต่ละคนด้วย โดยธรรมชาติร่างกายจะหลั่งสารออกมาเพื่อกำจัดเชื้อโรคหรือสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามา ขณะเดียวกันก็ทำร้ายเนื้อเยื่อของตัวเองด้วย จึงเกิดเป็นโรคปริทันต์ขึ้น แต่หลายคนมักเข้าใจว่า เป็นเพียงโรคเหงือกอักเสบเท่านั้น แท้ที่จริงแล้ว การอักเสบนั้น จะลุกลามทำลายอวัยวะรอบ ๆ ฟันด้วย เช่น กระดูกเบ้าฟัน เอ็นยึดฟัน และผิวรากฟัน ดังนั้นผู้ที่เป็โรคปริทันต์รุนแรง ฟันจะโยกและอาจทำให้สูญเสียฟันได้

สัญญาณอันตรายเมื่อเกิดโรคปริทันต์ คือ มีเลือดออกง่ายขณะแปรงฟัน เหงือกบวมแดง หรือมีหนอง มีกลิ่นปาก ฟันโยก เมื่อมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง ควรมาพบทันตแพทย์ทันที เพื่อการตรวจรักษาที่ถูกต้องและถูกวิธีนะค่ะ

สำหรับการรักษาโรคปริทันต์ ขั้นแรกต้องทำการกำจัดเชื้อที่สะสมอยู่ก่อน โดยการขูดหินปูนให้สะอาด และเกลารากฟัน ทำให้ผิวรากฟันเรียบ โดยเฉพาะในตำแหน่งที่ร่องเหงือกลึก ๆ และฟันกรามด้านในที่มีหลาย ๆ ราก ซึ่งขั้นตอนนี้อาจต้องใช้เวลา และทำซ้ำหลาย ๆ ครั้งให้สะอาด บางรายอาจต้องเข้ายาร่วมด้วย จากนั้น 4 - 6 สัปดาห์ ทันตแพทย์จะนัดกลับมาดูอาการอีกครั้ง ถ้ายังมีร่องลึกปริทันต์เหลืออยู่ อาจจำเป็นต้องผ่าตัดเพื่อแก้ไขความพิการของกระดูกเบ้าฟันที่ถูกทำลายไป ซึ่งการผ่าตัด จะเป็นการเข้าไปทำความสะอาดในตำแหน่งที่เครื่องมือไม่สามารถทำความสะอาดได้ถึง หรือทำการปลูกกระดูกในลักษณะรอยโรคที่เอื้อต่อการเกิดกระดูกใหม่ เมื่อผ่าตัดแล้วผู้ป่วยควรได้รับการตรวจติดตามผลการรักษา และให้ทันตแพทย์ขูดหินน้ำลาย เพื่อทำความสะอาดฟันเป็นประจำทุก ๆ 3 เดือน เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดกลับมาเป็นโรคปริทันต์อีกค่ะ

โรคปริทันต์ สามารถป้องกันได้ ด้วยการทำความสะอาดช่องปากและฟันอย่างถูกวิธี ร่วมกับการใช้ไหมขัดฟันบริเวณซอกฟันทุกครั้ง รวมถึงเลิกสูบบุหรี่ ก็จะช่วยให้มีสุขภาพเหงือกและฟันที่แข็งแรงไปนาน ๆ ค่ะ