

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสม่ำเสมอ ในการแปรงฟันก่อนนอนของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครนายก

สุนีย์ พลภาณุมาศ* ท.บ., สศ.บ.ส.ม. ศ.บ. คศ.ม.(การพัฒนาครอบครัวและสังคม)

บทคัดย่อ

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอและไม่สม่ำเสมอของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจังหวัดนครนายก 11 โรงเรียนที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 7 ปราจีนบุรี สุ่มตัวอย่างเป็นสัดส่วนกับขนาดประชากรของแต่ละโรงเรียน ใช้แบบสอบถามที่มีความเชื่อมั่นของวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของ Cronbach (Alpha = 0.74) เก็บข้อมูลในช่วง 13-23 กุมภาพันธ์ 2558 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและการวิเคราะห์ถดถอยแบบโลจิสติกเชิงพหุ ผลการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่าง 410 คน เพศหญิงร้อยละ 54.6 อายุเฉลี่ย 14.1 ปี ร้อยละ 49.8 ที่แปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอด้วยเหตุผลคือ อยากให้ฟันสะอาด (ร้อยละ 73.5) กลัวมีกลิ่นปาก (ร้อยละ 60.8) และกลัวเศษอาหารติดตามซอกฟัน รูฟัน (ร้อยละ 54.9) นักเรียนร้อยละ 50.2 ที่แปรงฟันก่อนนอนไม่สม่ำเสมอ ให้เหตุผลคือ ลืม ง่วง หรือผลอหลับไป (ร้อยละ 77.7) บ้วนปากก่อนเข้านอนก็เพียงพอแล้ว (ร้อยละ 31.1) และไม่ค่อยมีเวลา (ร้อยละ 15.0) การสนับสนุนของครอบครัวและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มมีอิทธิพลต่อความสม่ำเสมอของการแปรงฟันก่อนนอนของนักเรียน ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 (p-value= 0.001 และ 0.011 ตามลำดับ)

คำสำคัญ : ความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน มัธยมศึกษาตอนต้น การสนับสนุนของครอบครัว พฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม

* สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครนายก

บทนำ

ปัญหาสุขภาพช่องปากเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สร้างความสูญเสียทางเศรษฐกิจและทำลายสุขภาพของประชาชน ตั้งแต่ปัญหาฟันผุในกลุ่มเด็กและเยาวชน ไปจนถึงปัญหาโรคปริทันต์ในวัยทำงานและปัญหาการสูญเสียฟันทั้งในวัยทำงานและผู้สูงอายุ ทันตแพทย์จึงแนะนำการดูแลสุขภาพช่องปากโดยให้แปรงฟันวันละ 2 ครั้ง คือ แปรงฟันตอนเช้าตื่นนอน และแปรงฟันก่อนเข้านอน การแปรงฟันก่อนนอนมีความสำคัญต่อการป้องกันฟันผุ เนื่องจากน้ำลายมีหน้าที่ในการชะล้างเศษอาหารออกจากช่องปาก (oral clearance) รวมทั้งการสร้างแร่ธาตุกลับคืน (remineralization) ปกติน้ำลายจะไหลเฉลี่ย 0.3-0.4 มิลลิลิตรต่อนาที แต่เมื่อได้รับการกระตุ้นจะไหลสูงสุดถึง 7.07 มิลลิลิตรต่อนาที ในทางกลับกันพบว่าช่วงเวลาที่ไม่นอนหลับน้ำลายมีอัตราการไหลน้อย¹ ดังนั้นหากไม่แปรงฟันก่อนนอน เชื้อจุลินทรีย์ในช่องปากจะย่อยเศษอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาลที่ตกค้างอยู่ในปาก ให้เปลี่ยนสภาพเป็นกรด และจากการที่น้ำลายน้อยลง กรดจะมีมากขึ้นเรื่อยๆ ทำให้ช่องปากมีสภาพเป็นกรดเพิ่มขึ้น เมื่อฟันสัมผัสอยู่ตลอดเวลาจะเกิดภาวะเสี่ยงในการเกิดโรคฟันผุ² พฤติกรรมการไม่แปรงฟันก่อนนอนส่งผลให้เกิดโรคฟันผุ การแก้ปัญหาดังกล่าวจะต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีการแปรงฟันก่อนนอนเป็นประจำทุกวัน

การเกิดโรคในช่องปากมีการเปลี่ยนแปลงตามช่วงวัยเนื่องจากพฤติกรรมและปัจจัยเสี่ยงที่แตกต่างกันโดยแต่ละช่วงวัยมีกลุ่มอายุที่สามารถใช้เป็นอายุดัชนี (indexed age group) เป็นข้อมูลระดับชาติทางด้านสุขภาพช่องปากตามท้องที่การอนามัยโลกแนะนำ โรคในช่องปากในกลุ่มวัยรุ่น/เยาวชนที่พบมากและเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ ได้แก่ โรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบ การสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากระดับประเทศครั้งที่ 7 พ.ศ.2555³ พบว่าเด็กกลุ่มอายุ 12 ปี แปรงฟันตอนเช้าทุกวัน และแปรงฟันก่อนนอนทุกวันร้อยละ 92.6 และ 57.8 ตาม

ลำดับ ส่วนกลุ่มอายุ 15 ปีร้อยละ 97.7 และ 71.5 ตามลำดับ

พฤติกรรมการดื่มน้ำอัดลมและน้ำหวานรวมทั้งการบริโภคขนมกรุบกรอบมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเด็กอายุ 12 ปี บริโภคขนมกรุบกรอบทุกวันวันละ 3 ครั้งขึ้นไป ร้อยละ 7.2 และเด็กอายุ 15 ปี ร้อยละ 7.4

เด็กอายุ 12 ปี ร้อยละ 79.8 ได้รับการตรวจฟันในรอบปีที่ผ่านมา ในขณะที่เด็กอายุ 15 ปี ได้รับเพียงร้อยละ 41.1 และได้รับการรักษาทางทันตกรรมในรอบปีที่ผ่านมาที่สถานบริการของรัฐร้อยละ 56.1

ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนพฤติกรรม การดูแลสุขภาพช่องปากที่ไม่เหมาะสมในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น การเกิดโรคในช่องปากนอกจากจะบั่นทอนสุขภาพกายและสุขภาพจิตแล้ว ยังยากที่จะบำบัดรักษาฟันฟุให้ดีขึ้น และส่งผลกระทบต่อสูญเสียฟันเพิ่มขึ้นในช่วงวัยที่สูงขึ้น ปัญหาทางทันตสุขภาพยังทำให้เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจทั้งในระดับส่วนตัวและระดับส่วนรวม ข้อมูลการจัดสรรค่าใช้จ่ายทันตกรรมส่งเสริมป้องกัน พ.ศ.2556 พบว่ารัฐบาลต้องใช้งบประมาณทันตกรรมส่งเสริมป้องกันถึงกว่า 3,231 ล้านบาท สะท้อนให้เห็นว่ารัฐบาลต้องใช้งบประมาณมากในงานทันตสาธารณสุข⁴

การวิจัยนี้เพื่อศึกษาถึงความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจังหวัดนครนายกและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมดังกล่าว เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดแนวทางในการส่งเสริมพฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครนายก

วัตถุประสงค์และวิธีการ

การศึกษาใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health Belief Model) ของเบคเกอร์⁵ ซึ่งกล่าวว่า การรับรู้ของบุคคลเป็นตัวบ่งชี้พฤติกรรมสุขภาพ โดยบุคคลจะแสดงพฤติกรรมใดๆ ด้วยความเชื่อว่าจะทำให้มีสุขภาพดีและการป้องกันไม่ให้โรคขึ้นกับมโนทัศน์ที่เกี่ยวกับการรับรู้ของ

บุคคล (Individual perception) ปัจจัยร่วม (Modifying factors) และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเป็นไปได้ของการปฏิบัติพฤติกรรม

ประชากรคือ นักเรียนของโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดนครนายก จำนวนทั้งหมด 5,519 คน จาก 11 โรงเรียนที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 7 ปราจีนบุรี คำนวณขนาดตัวอย่างกรณีทราบประชากรชัดเจนของ Daniel, Wayne W.⁶ ได้ 250 คน สุ่มตัวอย่างแบบกำหนดความน่าจะเป็นให้เป็นสัดส่วนกับขนาดของประชากร

คำนิยาม

การแปร่งฟันก่อนนอน หมายถึง การแปร่งฟันหลังอาหารมื้อสุดท้ายของวัน และไม่รับประทานอาหารอื่นได้อีกจนเช้านอน (ยกเว้นน้ำเปล่า)

ความสม่ำเสมอในการแปร่งฟันก่อนนอน หมายถึง การแปร่งฟันก่อนนอนทุกวันในรอบสัปดาห์ที่ผ่านมา

ประสบการณ์การเป็นโรคในช่องปาก หมายถึง การเคยมีโรคหรือปัญหาในช่องปากในรอบปีที่ผ่านมา รวมทั้งโรคหรือปัญหาในช่องปากในปัจจุบันที่เป็นอยู่

การรับรู้ความเสี่ยงของการเกิดโรคในช่องปาก หมายถึง การรับรู้ว่าคุณเองมีโอกาสที่จะเกิดโรคในช่องปากได้ในอนาคต

การรับรู้ความรุนแรงและผลกระทบของปัญหาในช่องปาก หมายถึง การรับรู้ว่าคุณเองมีผลกระทบกับตนเองอย่างไรบ้าง

การรับรู้ถึงความสำคัญของการแปร่งฟันก่อนนอน หมายถึง การรับรู้ถึงประโยชน์ อุปสรรค/ความไม่สะดวกของการแปร่งฟันก่อนนอน ซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจในการแปร่งฟัน

เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แล้วนำไปขอความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความครบถ้วนเชิงเนื้อหา (Content Validity) และความเหมาะสมของข้อรายการคำถาม ตรวจสอบค่าความเที่ยง (Reliability) และทดลองใช้เครื่องมือ (try out) กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น 60 คนในจังหวัดสระบุรี หาค่า

reliability ของแบบสอบถามโดยใช้ค่า Cronbach's alpha ได้ค่า reliability ของแบบสอบถามเท่ากับ 0.74

แบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) และแบบปลายเปิด (Open Ended) ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป การดูแลสุขภาพในช่องปาก ปัญหาสุขภาพในช่องปาก การรับรู้ประโยชน์หรืออุปสรรคในการแปรงฟันก่อนนอน การสนับสนุนของครอบครัวและโรงเรียน การบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องทันตสุขภาพ ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

เก็บรวบรวมข้อมูลช่วง 13-23 กุมภาพันธ์ 2558 โดยเก็บสำรองเพิ่มอีกจำนวนหนึ่ง ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยลงพื้นที่ทั้ง 11 โรงเรียน ชี้แจงและอธิบายการตอบแบบสอบถาม และนักเรียนเป็นผู้ตอบแบบสอบถาม

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) สถิติ Pearson Chi-Square และการถดถอยโลจิสติกเชิงพหุ ที่ระดับความเชื่อมั่น 95%⁷

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่าง 410 คน เป็นเพศหญิงร้อยละ 54.6 อายุเฉลี่ย 14.1 ปี เรียนที่โรงเรียนนครนายกวิทยาคมมากที่สุดคือร้อยละ 30.0 และเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ไม่ต่างกันมากคือร้อยละ 35.6, 30.7 และ 33.7 ตามลำดับ

บิดาและมารดาส่วนใหญ่มีการศึกษาต่ำกว่ามัธยมศึกษา ร้อยละ 63.9 และ 66.6 ตามลำดับ บิดาและมารดาประกอบอาชีพลูกจ้าง/ทำงานบริษัทมากที่สุด ร้อยละ 39.5 และ 38.5 ตามลำดับ

การดูแลสุขภาพช่องปาก

ในรอบหกเดือนที่ผ่านมา กลุ่มตัวอย่างได้รับการตรวจสุขภาพฟันร้อยละ 52.0 ตรวจโดยทันตแพทย์มากที่สุด ร้อยละ 30.7 รองลงมาได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและครู ร้อยละ 18.5 และ 4.6 ตามลำดับ ตรวจที่โรงพยาบาลโรงเรียนและคลินิก ร้อยละ 19.3,

19.0 และ 12.9 ตามลำดับ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่แปรงฟัน 2 ครั้งต่อวัน (เช้า-ก่อนนอน) ร้อยละ 75.4 แปรงฟันก่อนนอนเมื่อคืนที่ผ่านมา ร้อยละ 79.8 และแปรงฟันก่อนนอนทุกวันในรอบอาทิตย์ที่ผ่านมา ร้อยละ 49.8 ซึ่งใกล้เคียงกับกลุ่มที่ไม่ได้แปรงฟันก่อนนอนทุกวันในรอบอาทิตย์ที่ผ่านมา (แปรงบ้าง/ลืมแปรงบ้าง) คือ ร้อยละ 50.2

กลุ่มที่แปรงฟันก่อนนอนเป็นประจำทุกวันให้เหตุผลว่า อยากให้ฟันสะอาดกลัวมีกลิ่นปาก กลัวเศษอาหารติดตามซอกฟัน/รูฟันเพื่อการป้องกันโรคในช่องปาก ร้อยละ 73.5, 60.8, 54.9 และ 47.6 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ไม่แปรงฟันก่อนนอนเป็นประจำทุกวันให้เหตุผลว่า ลืม ง่วง หรือผลเอกลบไปคิดว่าบ้วนปากก่อนเข้านอนก็เพียงพอแล้วและไม่ค่อยมีเวลา ร้อยละ 77.7, 31.1 และ 15.0 ตามลำดับ

กลุ่มตัวอย่างใช้แปรงสีฟันที่มีขนแปรงนุ่มพิเศษ นุ่มและปานกลาง ร้อยละ 12.0, 42.9 และ 37.2 ตามลำดับ เลือกใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ ร้อยละ 77.3 และเปลี่ยนแปรงสีฟันใหม่ภายใน 3 เดือน ร้อยละ 70.9

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน

เพศ ระดับชั้นเรียน การศึกษาสูงสุดของบิดา การศึกษาสูงสุดของมารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา (ตารางที่ 1) ประสพการณ์การมีโรคในช่องปาก การรับรู้ความเสี่ยงของการเกิดโรคในช่องปาก (ตารางที่ 2) การสนับสนุนของโรงเรียน และการได้รับความรู้และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับทันตสุขภาพ (ตารางที่ 3) ไม่มีความสัมพันธ์กับความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ส่วนการรับรู้ความรุนแรงและผลกระทบของการเกิดโรคในช่องปาก การรับรู้ความสำคัญของการแปรงฟันก่อนนอน การสนับสนุนของครอบครัว และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม มีความสัมพันธ์กับความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 (ตารางที่ 2 และ 3)

สิ่งที่น่าสังเกตคือ กลุ่มที่รับรู้ความรุนแรงและผลกระทบของการเกิดโรคในช่องปากน้อย กลับมี

ความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอนมากกว่า ส่วนที่รับรู้ปานกลางถึงมาก กลับมีความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอนน้อยกว่า กรณีเช่นเดียวกับการรับรู้ความสำคัญของการแปรงฟันก่อนนอน กลุ่มที่รับรู้มาก กลับมีความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอนน้อยกว่าส่วนที่รับรู้น้อยถึงปานกลางกลับมีความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอนมากกว่า

เมื่อวิเคราะห์ถดถอยแบบโลจิสติกเชิงพหุ พบว่าการรับรู้ความรุนแรงและผลกระทบของการเกิดโรคในช่องปาก การรับรู้ความสำคัญของการแปรงฟันก่อนนอน การสนับสนุนของครอบครัว และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม (ตารางที่ 4) มีอิทธิพลต่อความสม่ำเสมอของพฤติกรรมแปรงฟันก่อนนอนของนักเรียน ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ($p\text{-value} = 0.021, 0.001, 0.001$ และ 0.011 ตามลำดับ) โดยการรับรู้ความรุนแรงและผลกระทบของการเกิดโรคในช่องปากมากขึ้น จะทำให้มีโอกาสแปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอร้อยละ 1.6 เท่า (OR 1.633, CI 1.077-2.477) การรับรู้ความสำคัญของการแปรงฟันก่อนนอนมากขึ้น จะมีโอกาสแปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอร้อยละ 0.5 เท่า (OR 0.460, CI 0.298-0.738) การสนับสนุนของครอบครัวมากขึ้น จะมีโอกาสแปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอเพิ่มมากขึ้น 4 เท่า (OR 4.065, CI 1.722-9.594) เด็กที่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคในช่องปากความถี่น้อยจะมีโอกาสแปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอเพิ่มมากขึ้น 0.6 เท่า (OR 0.558, CI 0.355-0.877)

อภิปรายผล

กลุ่มตัวอย่างแปรงฟันสม่ำเสมอทุกวันก่อนนอน ร้อยละ 49.8 และใช้ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์ ร้อยละ 77.3 น้อยกว่าข้อมูลระดับประเทศ³ คือ ร้อยละ 71.5 และ 89.5 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างใช้ขนแปรงแบบนุ่ม ร้อยละ 42.9 ใกล้เคียงกับข้อมูลระดับประเทศ³ คือ ร้อยละ 41.1

เหตุผลที่นักเรียนแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ คือ อยากให้ฟันสะอาด (ร้อยละ 73.5) และ

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านประชากรกับความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน

Table 1 Relationship between demographic factors and the regularity of tooth brushing before bedtime behavior.

ปัจจัย	ความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน		p-value
	ไม่สม่ำเสมอ	สม่ำเสมอ	
เพศ (n=410)			
ชาย (n=186)	101	85	0.134
หญิง (n=224)	105	119	
ระดับชั้นเรียน (n=410)			
มัธยมศึกษาปีที่ 1 (n=146)	77	69	0.308
มัธยมศึกษาปีที่ 2 (n=126)	67	59	
มัธยมศึกษาปีที่ 3 (n=138)	62	76	
การศึกษาสูงสุดของบิดา (n=410)			
มัธยมศึกษาหรือต่ำกว่า(n=262)	132	130	0.941
สูงกว่ามัธยมศึกษา (n=148)	74	74	
การศึกษาสูงสุดของมารดา (n=410)			
มัธยมศึกษาหรือต่ำกว่า(n=273)	138	135	0.861
สูงกว่ามัธยมศึกษา (n=137)	68	69	
อาชีพบิดา (n=380)			
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ (n=67)	28	39	0.202
ลูกจ้าง/ทำงานบริษัท (n=162)	90	72	
ค้าขาย/ทำธุรกิจ (n=80)	36	44	
เกษตรกร(n=71)	36	35	
อาชีพมารดา (n=368)			
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ (n=44)	17	27	.426
ลูกจ้าง/ทำงานบริษัท (n=158)	85	73	
ค้าขาย/ทำธุรกิจ (n=112)	56	56	
เกษตรกร(n=54)	29	25	

*significant ที่ $p \text{ value} < 0.05$, Pearson Chi-square test

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการรับรู้กับความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน

Table 2 Relationship between perception factors and the regularity of tooth brushing before bedtime behavior

ปัจจัยด้านการรับรู้	ความสม่ำเสมอในการ แปรงฟันก่อนนอน		p-value
	ไม่สม่ำเสมอ	สม่ำเสมอ	
ประสบการณ์การมีโรคในช่องปาก (n=410)			
ไม่มี/ไม่เคยเป็น (n=45)	21	24	0.611
มี/เคยเป็น (n=365)	185	180	
การรับรู้ความรุนแรงและผลกระทบของ การเกิดโรคในช่องปาก(n=407)			
น้อย (n=135)	57	78	0.021 *
ปานกลางถึงมาก (n=272)	148	124	
การรับรู้ความเสี่ยงของการเกิดโรคในช่องปาก(n=410)			
ไม่น่าจะเป็น (n=30)	14	16	0.684
น่าจะเป็น (n=380)	192	188	
การรับรู้ความสำคัญของการแปรงฟันก่อนนอน (n=410)			
น้อยถึงปานกลาง (n=302)	137	165	0.001 *
มาก (n=108)	69	39	

*significant ที่ p value<0.05, Pearson Chi-square test

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านจิตสังคมกับความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน

Table 3 Relationship between psychosocial factors and the regularity of tooth brushing before bedtime behavior

ปัจจัยด้านจิตสังคม	ความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอน		p-value
	ไม่สม่ำเสมอ	สม่ำเสมอ	
การสนับสนุนของครอบครัว (n=410)			
ไม่ได้ส่งเสริมหรือสนับสนุนใดๆ เลย (n=33)	26	7	0.001*
ส่งเสริมหรือสนับสนุน (n=377)	180	197	
การสนับสนุนของโรงเรียน (n=410)			
ไม่ได้ส่งเสริมหรือสนับสนุนใดๆ เลย (n=94)	47	47	0.957
ส่งเสริมหรือสนับสนุน (n=316)	159	157	
พฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม (n=410)			
ไม่ทุกวัน (n=305)	142	163	.011*
ทุกวัน (n=105)	64	41	
การได้รับความรู้และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับทันตสุขภาพ (n=410)			
น้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อเดือน (n=200)	109	91	0.093
ทุกเดือน (n=210)	97	113	

*significant ที่ p value < 0.05, Pearson Chi-square test

ตารางที่ 4 ค่าสัมประสิทธิ์ และ Odds ratios ของการวิเคราะห์ถดถอยแบบโลจิสติกเชิงพหุของความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับความสม่ำเสมอของการแปรงฟันก่อนนอน

Table 4 Coefficients and Odds ratios of the multiple logistic regression analysis between factors and the regularity of tooth brushing before bedtime behavior

ตัวแปร	Odds ratios (95% CI)	p-value
ประสบการณ์การมีโรคในช่องปาก		
มี/เคยเป็น		
ไม่มี/ไม่เคยเป็น (ref.)	0.851 (0.458-1.583)	0.611
การรับรู้ความรุนแรงและผลกระทบของการเกิดโรคในช่องปาก		
ปานกลางหรือมาก		
น้อย(ref.)	1.633(1.077-2.477)	0.021*
การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคในช่องปาก		
น่าจะเป็น		
ไม่น่าจะเป็น (ref.)	0.857 (0.407-1.805)	0.684
การรับรู้ความสำคัญของการแปรงฟันก่อนนอน		
น้อยหรือปานกลาง		
มาก (ref.)	0.460 (0.298-0.738)	0.001*
การสนับสนุนของครอบครัว		
สนับสนุน		
ไม่สนับสนุน (ref.)	4.065 (1.722-9.594)	0.001*
การสนับสนุนของโรงเรียน		
สนับสนุน		
ไม่สนับสนุน (ref.)	0.987 (0.623-1.565)	0.957
พฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม		
ไม่ทุกวัน		
ทุกวัน(ref.)	0.558 (0.355-0.877)	0.011*
การได้รับความรู้และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับทันตสุขภาพ		
น้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อเดือน		
ทุกเดือน(ref.)	1.395 (0.946-2.058)	0.093

*significant ที่ p value<0.05, Pearson Chi-square test

กลัวมีกลิ่นปาก (ร้อยละ 60.8) ส่วนเพื่อป้องกันโรคในช่องปากมีเพียงร้อยละ 47.6 การแปรงฟันก่อนนอนนั้นนักเรียนคาดหวังเรื่องฟันสะอาด ไม่มีกลิ่นปาก มากกว่าการป้องกันโรคในช่องปาก เนื่องจากเด็กวัยนี้ให้ความสนใจกับรูปร่างและบุคลิกภาพของตนมากกว่าวัยเด็กประถมศึกษา⁸ เด็กวัยนี้จะสนใจปรับปรุงตนเอง เพื่อให้มีเสน่ห์ดึงดูดใจเพศตรงข้าม ดังนั้น การกระตุ้นให้เด็กเห็นคุณค่าของการแปรงฟันก่อนนอนควรคำนึงถึงเรื่องที่เด็กให้ความสนใจ คือเรื่องบุคลิกภาพมากกว่าเรื่องการป้องกันโรค ซึ่งจะทำให้เด็กเห็นค่าของการแปรงฟันก่อนนอนมากขึ้น ส่วนกลุ่มที่แปรงฟันก่อนนอนไม่สม่ำเสมอ ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 77.7) ให้เหตุผลคือ ลืม ง่วง หรือผลอหับไป สอดคล้องกับการศึกษาของวรฤทธิ สุญญาวานิช⁹

เพศ อาชีพของบิดาและอาชีพของมารดา ไม่มีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ สอดคล้องกับการศึกษาของเย็นจิตร ไชยฤกษ์¹⁰ ที่พบว่า เพศ และอาชีพของผู้ปกครองไม่มีผลการปฏิบัติพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียน แตกต่างจากการศึกษาของศิริพรรณ เหลืองกระจ่าง¹¹ ที่พบว่า เพศ อาชีพหลักของครอบครัว มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($p < 0.05$)

อายุ ระดับชั้นเรียน ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา ไม่มีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ สอดคล้องกับการศึกษาของศิริพรรณ เหลืองกระจ่าง¹¹ วิทยา โปสาสินธุ์¹² และเย็นจิตร ไชยฤกษ์¹⁰ ที่พบว่า การศึกษาของผู้ปกครองไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทันตสุขภาพของเด็กนักเรียน

การรับรู้ด้านความรุนแรงและผลกระทบของการเกิดโรคในช่องปากและการรับรู้ประโยชน์จากการแปรงฟันก่อนนอน มีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($p < 0.05$) คือ เป็นการรับรู้ แต่ไม่ปฏิบัติ

แตกต่างกับการศึกษาของเยาวลักษณ์ ศุภกรรม¹³ และกฤษฎณา วุฒิสินธุ์¹⁴ ที่พบว่าพฤติกรรมอนามัยช่องปากมีความสัมพันธ์เกี่ยวกับการรับรู้ความรุนแรงของโรคและการรับรู้ประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติในระดับสูง

การรับรู้ความสำคัญของการแปรงฟันก่อนนอนมีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($p < 0.05$) คือ เป็นการรับรู้ แต่ไม่ปฏิบัติ แตกต่างกับเพนเดอร์¹⁵ ที่ว่าการรับรู้ประโยชน์ของการกระทำเป็นแรงจูงใจให้เกิดพฤติกรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม แตกต่างกับสตุดี ภูทองไสย¹⁶ พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเด็กนักเรียนที่มีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมาก จะมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพดีกว่าเด็กนักเรียนที่มีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพน้อยกว่า

การรับรู้ความเสี่ยงของการเกิดโรคในช่องปากไม่มีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ ต่างจากการศึกษาของวรฤทธิ สุญญาวานิช⁹ เยาวลักษณ์ ศุภกรรม¹³ และกฤษฎณา วุฒิสินธุ์¹⁴ ที่พบว่า การรับรู้ความเสี่ยงของการเกิดโรคในช่องปากมีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

การสนับสนุนของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($p < 0.05$) โดยกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว มีโอกาสแปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว 4.0 เท่า สอดคล้องกับการศึกษาของสุตารัตน์ สุขเจริญ¹⁷ ที่พบว่า การใช้แรงสนับสนุนทางสังคมจากพ่อแม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมด้านทันตสุขภาพของนักเรียนและการศึกษาของเตียนใจ เทียนทอง¹⁸ ที่พบว่าตัวบ่งชี้ด้านสุขภาพจากพ่อแม่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่น

การสนับสนุนของโรงเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอต่างจากการศึกษาของปิยรัตน์ พลพงศ์¹⁹ ที่พบว่าผลของการใช้โปรแกรมทางทันตสุขภาพศึกษาและแรงสนับสนุนทางสังคมจากครูและผู้ปกครองสามารถทำให้เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพช่องปากเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีได้

พฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มมีความสัมพันธ์กับการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($p < 0.05$) โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีความถี่น้อยในการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคในช่องปากมีโอกาสแปรงฟันก่อนนอนสม่ำเสมอมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีความถี่มากในการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคในช่องปาก 0.6 เท่า

การได้รับความรู้และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับทันตสุขภาพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ ต่างจากการศึกษาของเดือนใจ เทียนทอง¹⁸ ที่พบว่า วิทยาลัยที่มีการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากสื่อมวลชนสูงจะมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสูงกว่าวิทยาลัยที่มีการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพต่ำกว่า

ข้อเสนอแนะ

1. การสนับสนุนของครอบครัว มีผลต่อพฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอของนักเรียน ครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการชักจูงให้เด็กนักเรียนมัธยมศึกษาสนใจการดูแลสุขภาพช่องปาก ควรที่จะมีการพัฒนาทีมทันตสุขภาพ ให้สามารถสื่อสารกับผู้ปกครอง เพื่อนำความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพช่องปาก โดยเฉพาะเรื่องการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอไปสู่นักเรียนในวัยนี้

2. การที่เด็กในวัยนี้ มีการแปรงฟันก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอเพียงร้อยละ 49.8 ควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมเพื่อหาวิธีการที่เหมาะสมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากของเด็กมัธยมศึกษาที่มีประสิทธิผล

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณนายแพทย์แสวง หอมนาน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนครนายก ที่ให้การสนับสนุนการวิจัย ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดนครนายก 11 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 7 ปราจีนบุรี และผู้อำนวยการโรงเรียนประเทียวิทยาทาน จังหวัดสระบุรี ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

1. Schneywe LH, Pigman W, Hanahan L. Rate of flow of human parotid,sublingual and submaxillary secretions during sleep. JDR 1956
2. Dawes C. Salivary flow patterns and the health of hard and soft oral tissues. JADA 2008; 139 : 18-24
3. สำนักทันตสาธารณสุขกรมอนามัย :รายงานผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากระดับประเทศครั้งที่ 7 ประเทศไทย,โรงพยาบาลสำนักงานกิจการองค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกกรุงเทพมหานคร 2556.
4. สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ คู่มือบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ปีงบประมาณ 2556 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ศรีเมืองการพิมพ์จำกัด. 2556
5. Becker, M.H. &Mairman, L. (1975,January). Sociobehavioral Determinants of Compliance with Health Medical Care Recommendation. Medical Care,13(1),12
6. Daniel, Wayne W: Biostatistics A Foundations for Analyse in Health Science. 1995
7. กัลยาวันิชย์บัญชา : หลักสถิติ, โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร, 2548
8. สุรางค์ไคว้ตระกูล:จิตวิทยาการศึกษา, โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร, 2558
9. วราฤทธิ์ สฤญวานิชและจรรยา นุ่นศรีสกุล. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสม่ำเสมอในการแปรงฟันก่อนนอนของผู้สูงอายุในอำเภอยะยอ จังหวัดตรัง. วารสารทันตสาธารณสุข 2557 ; 19(1) :53-64
10. เยนจิตร ไชยฤกษ์. พฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา) กรุงเทพ ฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2542
11. ศิริพรรณ เหลืองกระจ่าง. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครนายก กรุงเทพ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. 2540
12. วิทยา ไปสาสินธุ์. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพช่องปากในเด็กนักเรียนประถมศึกษา อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. วารสารทันตสาธารณสุข 2551 ; 13(4) : 16-26
13. เยาวลักษณ์ ศุภกรรม. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันโรคฟันผุและเหงือกอักเสบของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา วิทยานิพนธ์ วท.ม.(สุขศึกษา) กรุงเทพ ฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2540
14. กฤษณา วุฒิสินธุ์. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถในการดูแลตนเองด้านทันตสุขภาพของครอบครัวและการเกิดสภาวะโรคฟันผุในเด็กก่อนวัยเรียน จังหวัดอุบลราชธานี วิทยานิพนธ์ดุขฎิบัณฑิต (ประชากรศึกษา) กรุงเทพ ฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. 2546
15. Pender. N.J., Murdaugh, C.L., & parsons, MA. (2002). Health promotion in nursing practice. 4thed; Connecticut, Appleton & Lange.
16. สดุดี ภูห่องไสย. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. 2541

17. สุदारัตน์ สุขเจริญ. ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับทันตสุขภาพของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต กรุงเทพฯ ฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2540
18. เตือนใจ เทียนทอง. ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของเยาวชนในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเขตการศึกษา 1. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิตการวิจัยและพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์. กรุงเทพฯ ฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2546
19. ปิยรัตน์ พลพงศ์. ประสิทธิภาพของโปรแกรมทันตสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม จากครูและผู้ปกครองต่อพฤติกรรมการแปรงฟันของนักเรียนชั้น ป.1 สังกัดกรุงเทพมหานคร. 2539

Factors influencing the regularity of bedtime tooth brushing behavior of the junior high school students in NakhonNayok Province

Sunee Ponpanumas* *D.D.S., B.P.H., M.P.H., B.Econ., M.H.Econ. (Family and Social Development)*

Abstract

This study aimed to assess factors influencing the regularity of bedtime tooth brushing behavior of the junior high school students in Nakhon Nayok Province. There were 11 schools under Secondary Educational Service Area Office 7, Prachin Buri Province. The sample size was determined by sampling with probability proportional to size (PPS). The research instrument was a structured questionnaire that has an acceptable level of reliability (Cronbach's Alpha = 0.74). The data was collected during February 13th- 23rd, 2015. Analyzed data by using descriptive statistics and multiple logistic regression. Result showed mean age of 410 sample was 14.1 years, 56.4% were female. 49.8% had a regularity bedtime tooth brushing and the reasons were tooth cleanliness (73.5%), good breath and food particles between teeth at 60.8% and 54.9% respectively. 50.2% had irregularity bedtime tooth brushing and the reasons were their forgetfulness or sleepy (77.7%), rinsing before bedtime and not having time at 31.1% and 15.0%, respectively. The factors influencing the regularity of bedtime tooth brushing behavior were family support, food and beverage consumption behavior at p-value < 0.05.

Keywords: *regularity of bedtime tooth brushing, junior high school, family support, food and beverage consumption behavior*

* Provincial Health Office, Nakhon Nayok Province