

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

เกศสุตา เงินประเสริฐศรี. การใช้ป้องกัน 4 อาร์เป็นสารยับยั้งการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์  
วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท สาขาวิชาพฤกษศาสตร์ ภาควิชาพฤกษศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.

คำพัน เทียนไข. ผลของการสอนทัศนศึกษาควบคู่กับการใช้สื่ออเนกนิตยสารเกี่ยวกับ  
ที่มีต่อพฤติกรรมทัศนศึกษาและดัชนีความสะอาดในช่องปาก. วิทยานิพนธ์  
ปริญญาโท สาขาวิชาพฤกษศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2530.

คณาจารย์ภาควิชาจิตวิทยาทั่วไป. จิตวิทยาทั่วไป. เชียงใหม่ : คณะมนุษยศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2525.

จันทร์ทิพย์ คนชื่อ. การศึกษาปัญหาการจัดดำเนินงานโครงการส่งเสริมทัศนศึกษาใน  
โรงเรียนประถมศึกษาตามการรับรู้ของครูอนามัย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ  
ประถมศึกษาแห่งชาติในภาคใต้ วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาพฤกษศาสตร์  
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538.

จินตนา อินทรไทย. ความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม แรงจูงใจใฝ่  
สัมฤทธิ์ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในเขตกรุงเทพมหานคร  
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาพฤกษศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เชียงใหม่, มหาวิทยาลัย คณะทันตแพทยศาสตร์. พยาธิวิทยาช่องปาก เชียงใหม่ :  
คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2522.

ไชยญาณ บุญยศ. ผลการเขียนเรื่องโรคไข้เลือดออกโดยใช้เพลงเป็นสื่อในระดับชั้น  
ประถมศึกษาปีที่ 6 วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาพฤกษศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2541.

ดวงพร วิจิตรกุล. สัมผัสอาหาร. เชียงใหม่ : ศูนย์พิมพ์คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่,  
2530.

ดาวเรือง แก้วรัตน์, บุปผา ไตรโรจน์, เจ็ดจันทร์ศิริ โชติติติก และสุรางค์ เขษรพจนท์.

**กิจกรรมการเรียนการสอนทันตสุขศึกษาสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน**

กรุงเทพมหานคร : กองทันตสาธารณสุข, 2535.

ดุษฎี ยิ่งน้อย และคณะ. การประมาณสถานการณ์โรคฟันผุในเด็กนักเรียนประถมศึกษา

กรุงเทพมหานคร. วารสารสาธารณสุขศาสตร์. ปีที่ 18 ฉบับที่ 2, 2531.

ธงชัย ปรีชา. การเปรียบเทียบประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษา 3 รูปแบบ

**ในการปรับพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบ ในนักเรียนชั้น**

**ประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่** วิทยานิพนธ์ปริญญา

มหาบัณฑิต สาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.

ธนาพร สิทธิคง และระวีวรรณ ปัญญางาม. ประสิทธิภาพของการสอนแปรงฟันวิธีมอดิฟายด์แบบ

ในเด็กวัยประถมศึกษาอายุ 6-11 ปี. วารสารทันตแพทยศาสตร์. ปีที่ 47 ฉบับที่ 3,

2540.

ธวัช หมอชาติ. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความคงทนในการเรียนวิชา

**ภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จากบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วย**

**สอนที่มีเสียงและไม่มีเสียงประกอบ.** วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต

ภาควิชามัธยมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

นันทิรัตน์ คมขำ. การศึกษาการใช้เพลงในการเรียนการสอนเด็กวัยอนุบาล วิทยานิพนธ์

ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,

2539.

ประคอง กรรณสุด. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : บริษัทศูนย์

หนังสือ ดร.สง่า จำกัด, 2528.

ประคอง สุทธสาร. "กิจกรรมเสริมทักษะทางภาษา," เอกสารหมายเลข 1 ประกอบการ

**สัมมนาการเรียนการสอนภาษาไทยและส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน** กรุงเทพมหานคร :

ศูนย์พัฒนาหนังสือกรมวิชาการ. (ม.ป.ป.)

ประคอง สุทธสาร. **เรียนภาษาไทยด้วยเพลง.** กรุงเทพมหานคร : สมชายการพิมพ์, 2525.

ประภาเทัญ สุวรรณ. **ทัศนคติ : การวัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอนามัย.**

กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2526.

ประภาเทัญ สุวรรณ. "พฤติกรรมสุขภาพ" ในเอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษานอวชนที่ 4.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กรุงเทพมหานคร : 2527.

- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. "องค์ประกอบของพฤติกรรมสุขภาพ" ในเอกสารการสอนชุดวิชา  
 สุขศึกษา หน่วยที่ 4. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช กรุงเทพมหานคร : 2526.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสรวง สุวรรณ, พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพ และ  
 สุขศึกษา. คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532.
- ปาริชาติ วชิรรัตนภาพ, รสสุคนธ์ มกรมณี และ สุวิมล อนุวัชพันธ์. บทเพลงประกอบการ  
 สอนวิชาภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,  
 2519.
- ปิยะศักดิ์ สินทรัพย์. การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความสนใจในวิชาภาษาไทย  
 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยการใช้เกมและเพลงประกอบ  
 การสอน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย  
 ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- พอเพ็ญ ไกรธนา. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมทันตสุขภาพของมารดาต่อสถานภาพ  
 โรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษา วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต  
 พยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2531.
- พิศมร ดินทุกะสิริ, เจ็ดจันทร์ศิริ โชติดิลล, สุณี ผลดีเยี่ยม และ ผุสดี จันทร์บาง. รายงานผล  
 โครงการประเมินผลคู่มือประจำตัวนักเรียนอนุบาลเรื่องทันตสุขภาพประกอบ  
 ภาษามือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-4 นนทบุรี :  
 กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย, 2538.
- มาณี ไชยธีรานุวัฒน์ศิริ. การเขียนโปรแกรม SPSS. กรุงเทพมหานคร : เอช-เอนการพิมพ์,  
 2528.
- ยุพิน บุญพันธ์. ผลของการใช้เพลงประกอบการสอนคณิตศาสตร์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทาง  
 การเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต  
 ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- เยาวดี วิบูลย์ศรี. การวัดผลและสร้างแบบสอบผลสัมฤทธิ์. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- วัลนิภา ฉลากบาง. จิตวิทยาและการแนะแนวเด็กประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร :  
 สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2535.

- วาสิกา สิงห์โกวินท์. ประสิทธิภาพของโปรแกรมทัศนศึกษาในการป้องกันและส่งเสริมทัศนศึกษาในการป้องกันและส่งเสริมทัศนศึกษาในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เขตจอมทอง จังหวัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.
- วิบูล วิศาลเดชะ. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการแปร่งฟัน. กรุงเทพมหานคร : กลุ่มงานทันตศึกษา กองทันตสาธารณสุข. (ม.ป.ป.)
- วิจิตร จี๋จันทร์. ผลของการใช้เพลงในการมี ก่ออ่านออกเสียงตัวพยัญชนะ ร, ล สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- วิเชียร เกตุสิงห์, สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- วิเชียร เกตุสิงห์. การแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC. กรุงเทพมหานคร : ชมรมผู้สนใจงานวิจัยทางการศึกษา, 2534.
- ศิริชัย กาญจนวาสี, สุวิมล ตีรกานันท์ และศิริเดช สุชีวะ. การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS/PC สำหรับงานวิจัยการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมาย กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. กรมวิชาการ. คู่มือคำเป็นการอบรมการตอนภาษาไทย ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2539.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. กรมวิชาการ. สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ฉบับบูรณาการ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2535.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. กรมวิชาการ. สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ฉบับบูรณาการ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2535.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. กรมวิชาการ. หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2532.
- สนั่น มีชั้นหมาก. สื่อวาทิตลักษณะ. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2539.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์. การประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษา กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2524.

สุจริต เพียรชอบ และสลายใจ อินทรมหรรษ์. วิธีสอนภาษาไทยในระดับมัธยมศึกษา

กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2523.

สุชา จันทน์เอม. จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2536.

สุชาติ ไสมประยูร. การบริหารสุขศึกษาในโรงเรียน กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2526.

สุชาติ ไสมประยูร. การสอนสุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2525.

สุดารัตน์ สุขเจริญ. ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ ด้านทัศนศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

สุทธาทิพ มีชูนิก. การเปรียบเทียบความสามารถในการเข้าใจคำนามของเด็กปฐมวัยที่เรียนโดยใช้ปริศนาคำทายและเพลง วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

สาธารณสุข, กระทรวง. กรมอนามัย. กองทันตสาธารณสุข. เป้าหมายทัศนศึกษาของประเทศไทย และแนวทางการดำเนินงานเพื่อบรรลุสุขภาพดีถ้วนหน้าปี 2543 กรุงเทพมหานคร : กองทันตสาธารณสุข, 2529.

สาธารณสุข, กระทรวง. กรมอนามัย. กองทันตสาธารณสุข. คู่มือการเฝ้าระวังทัศนศึกษาในวัยเด็กประถมศึกษา การดำเนินงานกิจกรรมเฝ้าระวังทัศนศึกษาของนักเรียนที่ครูทำได้. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2530.

สาธารณสุข, กระทรวง. กรมอนามัย. กองทันตสาธารณสุข. แนวทางการสอนทัศนศึกษาสำหรับเด็ก (ระดับประถมศึกษาปีที่ 3-4) กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2536.

สาธารณสุข, กระทรวง. กรมอนามัย. กองทันตสาธารณสุข. แนวทางการสอนทัศนศึกษาสำหรับเด็ก (ระดับประถมศึกษาปีที่ 1-2). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2536.

สาธารณสุข, กระทรวง. กรมอนามัย. กองทันตสาธารณสุข. รายงานผลการสำรวจสถานะทัศนศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2537 ประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2538.

สาธารณสุข, กระทรวง. กรมอนามัย. กองทันตสาธารณสุข. แผนงานทันตสาธารณสุขตามแผนพัฒนาสาธารณสุข ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2540-2544). นนทบุรี, 2539.

- สุธี เวคะวากยานนท์. สารปรุงแต่งยา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2531.
- สุภาพ กลิ่นบัว. ความรู้ด้านอนามัยและสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6  
สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต  
สาขารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2524.
- สุภาวดี สุจริต. การศึกษาผลการใช้เพลงประกอบการสอนวิชาสังคมศึกษา เรื่อง  
จริยธรรมของพลเมืองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531.
- สมพร ทองธวัช. ปัญหาการจัดดำเนินการโครงการเฝ้าระวังทันตสุขภาพในโรงเรียน  
ประถมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 9  
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2536.
- สมน อมรวิวัฒน์. "กิจกรรมบางอย่างในการสอนศิลปะ". ใน กลวิธีการสอนจริยศึกษาและ  
การสอดแทรกคุณธรรมในการสอนตามหลักสูตรประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร :  
โรงพิมพ์ตรีณสาร, 2532.
- สุวิภา อนันต์ธนสวัสดิ์. ผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของ  
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา  
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- อรรพรรณ บรรจงศิลป์. "ดนตรีในระดับประถม". ในสาระดนตรีศึกษา : แนวคิดสู่แนวปฏิบัติ  
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.
- อัญชลี ดุษฎีพรรณ. การให้ทันตสุขศึกษา. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2528.
- อุบล ชำสุวรรณ. ประสิทธิภาพของกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมทันตสุขภาพ  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนเสนานิคม สังกัดกรุงเทพมหานคร  
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2537.

## ภาษาอังกฤษ

- Bloom, B.S. (ed). **Taxonomy of education objective hand book I : Cognitive domain.**  
New York : David Mckay Company. Inc, 1975.
- Bloom, B.S. Learning for mastery. **Evaluation comment, center for the study of evaluation of instruction program.** University of California at Los Angeles,  
Vol.1, No.2, 1968.
- Brantom, P.G., Stevenson, B.I., and Ingram, A.J. A three-generation reproduction study of ponceau 4R in rat. **Fd. chem. Toxic.** 1987.
- Gant, I.F., Butterworth, K.R., Grasso, P., and Gangolli, S.D. Acute and short-term toxicity study on erythrosine BS in rodent. **Fd. cosmet. Toxic.** 1976.
- Gibbons, R.J., and Houte, J.V. On the formation of dental plaque. **Journal Periodontal.** 1973.
- Good, C.V. (ed.). **Dictionary of education.** New York : Mcgraw-Hill Book Co., 1959.
- Green, J.C. and Vermillian, J.R. The simplified oral hygiene index, **Journal American Dental Association.** 1964.
- Houle, B.A. The impact of long-term dental health. Education on oral hygiene behavior. **Journal of School Health.** 52, 1982.
- Lingren, H.C. **Education psychology in classroom.** 3rd. ed. New York John Wiley and Sons, Inc. 1967.
- WHO. **Oral health survey basic method** 3rd Edition Geneva, 1986.
- Zimbado, P., et al. **Influenzing attltude and changing behavior.** London : Addison Wesley Publishing, 1977.



**ภาคผนวก ก**

**รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ**

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



### รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เทพวानी หอมสนิท      อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอ็มอัชฌา วัฒนบูรานนท์      อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทิพย์สิริ กาญจนวาสี      อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. อาจารย์ ดร.สุจิตรา สุคนธทรัพย์      อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. อาจารย์วิภาวดี แดงลิ้ม      อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
6. อาจารย์ชัยรัตน์ อัจจุตมานัส      อาจารย์ประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 3  
โรงเรียนประถมมนตรี
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ท.ญ.ผานิต บัณฑิตสิงห์      อาจารย์ภาควิชาทันตกรรมสำหรับเด็ก  
คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
8. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ท.ญ.จารุพิมพ์ เกียรติประจักษ์      อาจารย์ภาควิชาทันตกรรมสำหรับเด็ก  
คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
9. นางสาวสุวิภา อนันต์ชนสวัสดิ์      นักวิชาการส่งเสริมสุขภาพ ระดับ 6  
กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



**ภาคผนวก ข**

**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับทัศนสภาพ



ชื่อ - นามสกุล ..... เลขที่.....ชั้น ป.3/.....

**คำชี้แจง** / ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมายกากบาท ( X ) ทับตัวอักษร ก, ข, ค  
หน้าข้อความที่ถูกต้องที่สุด

- |   | สำหรับผู้วิจัย |
|---|----------------|
| 1. พื้นของคนเรามีกี่ชุด คืออะไรบ้าง         | [   ] 1        |
| ก. 1 ชุด คือ พื้นน้านม                      |                |
| ข. 2 ชุด คือ พื้นน้านมและพื้นถาวร           |                |
| ค. 3 ชุด คือ พื้นน้านม พื้นถาวรและพื้นปดอม  |                |
| 2. พื้นกรามถาวรซี่แรกขึ้นเมื่อเราอายุกี่ขวบ | [   ] 2        |
| ก. 5 ขวบ                                    |                |
| ข. 6 ขวบ                                    |                |
| ค. 7 ขวบ                                    |                |
| 3. การแปรงฟันมีประโยชน์อย่างไร              | [   ] 3        |
| ก. เพื่อฆ่าเชื้อจุลินทรีย์                  |                |
| ข. ทำให้ฟันสวยงาม                           |                |
| ค. ช่วยป้องกันฟันผุ                         |                |
| 4. แปรงสีฟันที่ดีจะต้องมีลักษณะอย่างไร      | [   ] 4        |
| ก. ขนแปรงบาน ปลายขนแปรงหยัก มีสปริง         |                |
| ข. ขนแปรงอ่อน ปลายขนแปรงมนกลม มีสปริง       |                |
| ค. ขนแปรงนิ่ม ปลายขนแปรงเรียบ มีสปริง       |                |
| 5. ส่วนใดของฟันที่แข็งแรงที่สุด             | [   ] 5        |
| ก. เคลือบฟัน                                |                |
| ข. รากฟัน                                   |                |
| ค. โพรงประสาทฟัน                            |                |

6. นักเรียนมีวิธีแปรงฟันที่ถูกวิธีแบบขยับแปรงอย่างไร [ ] 6  
 ก. ฟันบน ฟันล่าง ฟันบนคี่ขวา ขยับแปรงถูไปมา  
 ข. ฟันบนขยับแปรงปัดลง ฟันล่างขยับแปรงปัดขึ้น ฟันบนคี่ขวาถูไปมา  
 ค. ฟันบนขยับแปรงปัดลง ฟันล่างขยับแปรงปัดขึ้น ฟันบนคี่ขวาถูไปมา
7. โรคฟันผุ เกิดจากอะไร [ ] 7  
 ก. กรดที่เกิดขึ้นหลังรับประทานอาหาร  
 ข. มีตัวแมงกินฟัน  
 ค. ความเสื่อมของฟันตามอายุการใช้งาน
8. โรคเหงือกอักเสบ เกิดจากอะไร [ ] 8  
 ก. หินปูนและสารพิษของจุลินทรีย์  
 ข. การแปรงฟันบ่อยครั้งเกินไป  
 ค. กรดจากเชื้อจุลินทรีย์
9. ข้อใดเป็นการป้องกันโรคในช่องปากที่ดีที่สุด [ ] 9  
 ก. ใช้ยาสีฟันมากๆ ในการแปรงฟันทุกครั้ง  
 ข. แปรงฟันหลังอาหารทุกครั้ง  
 ค. บ้วนปากด้วยน้ำยาบ้วนปากหลังอาหารทุกครั้ง
10. การตรวจฟันด้วยตนเองมีประโยชน์อย่างไร [ ] 10  
 ก. ช่วยให้ไม่ต้องไปหาหมอฟันเพื่อตรวจฟันประจำปี  
 ข. ช่วยให้ทราบสภาพในช่องปากของตนเอง  
 ค. ช่วยให้สามารถซ่อมแซมฟันและเหงือกที่ผิดปกติได้
11. อาหารชนิดใดที่มีประโยชน์ต่อฟันและเหงือก [ ] 11  
 ก. เนื้อ ไข่  
 ข. ซีเรียล นม น้ำอัดลม  
 ค. นม ผลไม้
12. การใช้ฟันในข้อใดไม่ถูกต้อง [ ] 12  
 ก. เคี้ยวหมากฝรั่ง  
 ข. แทะน่องไก่  
 ค. เปิดฝาขวด
13. นักเรียนควรเลือกใช้ยาสีฟันชนิดใด [ ] 13  
 ก. มีฟองมากและมีกลิ่นหอม  
 ข. ผสมฟลูออไรด์  
 ค. ชนิดใดก็ได้

14. สารฟลูออไรด์มีประโยชน์ต่อฟันอย่างไร [ ] 14
- ก. ช่วยฆ่าเชื้อโรค
  - ข. ช่วยเคลือบฟันให้แข็งแรง
  - ค. ช่วยให้ฟันขาวสะอาด
15. นักเรียนควรไปพบหมอฟันเมื่อใด [ ] 15
- ก. เวลาปวดฟัน
  - ข. มีเลือดออกตามไรฟัน
  - ค. กำหนดตรวจฟันประจำปี



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับทัศนสุขภาพ

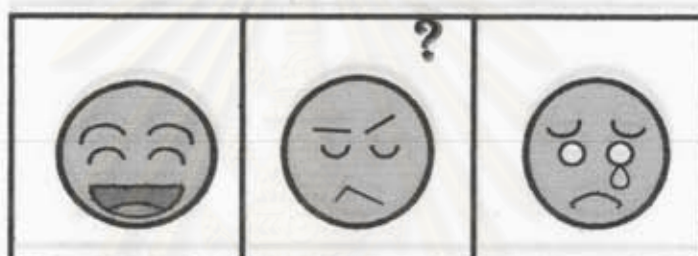
ชื่อ - นามสกุล ..... เลขที่..... ชั้น ป.3/.....

**คำชี้แจง** / ให้นักเรียนอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมายกากบาท ( X )  
 ทัศนภาพที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด (ไม่มีผลต่อคะแนน)

สำหรับผู้วิจัย

1. พี่นจะอยู่กับเราได้ตลอดชีวิตถ้าคุณและรักษาถูกต้อง

[ ] 1



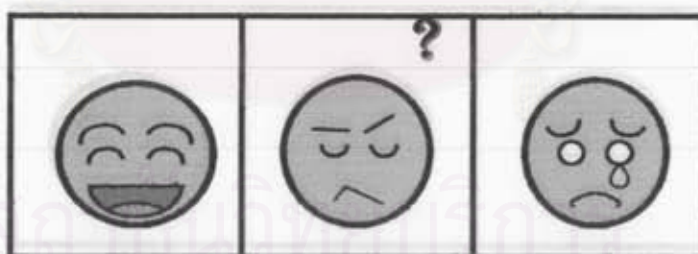
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

2. พี่นปลอมสามารถใช้งานแทนพี่นแท้ได้ดี

[ ] 2



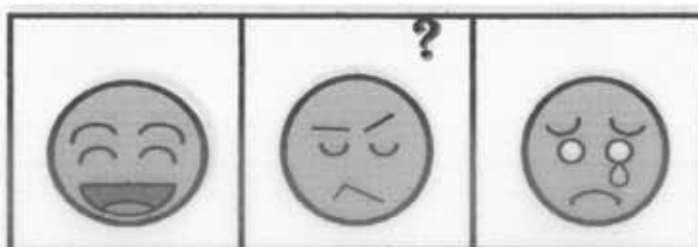
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

3. การแปรงฟันที่ถูกวิธีหลังอาหารทุกครั้งช่วยป้องกันฟันผุได้

[ ] 3



เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

4. แปรงสีพื้นตามารถรอฮีมใช้ได้ไม่จำเป็นตองมีทุกคน

[ ] 4



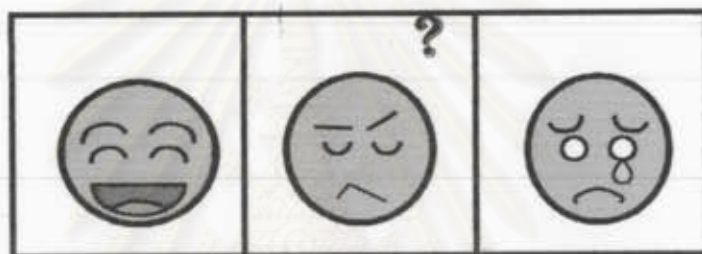
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

5. การแปรงพื้นบ่อยๆ อาจทำให้พื้นสึกกร่อนได้

[ ] 5



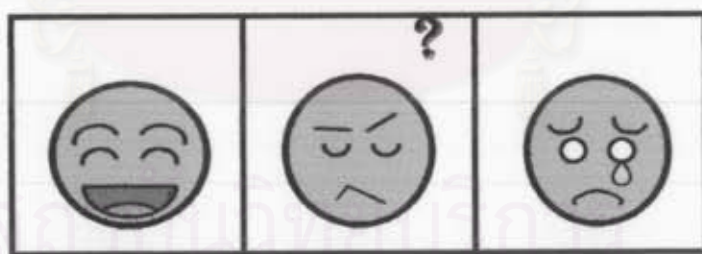
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

6. พื้นผู่ตองเกิดกับเด็กทุกคน

[ ] 6



เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

7. โรคพื้นผู่เป็นแล้วหายได้เอง

[ ] 7



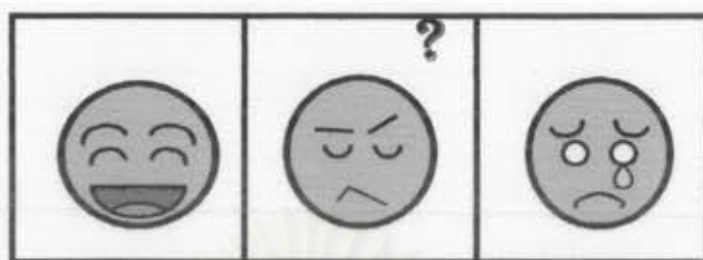
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

8. เวลายิ้มแล้วคนอื่นเห็นฟันผุเป็นเรื่องน่าอาย

[ ] 8



เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

9. ฟันที่มีหินปูนเกาะช่วยทำให้ฟันแข็งแรงขึ้น

[ ] 9



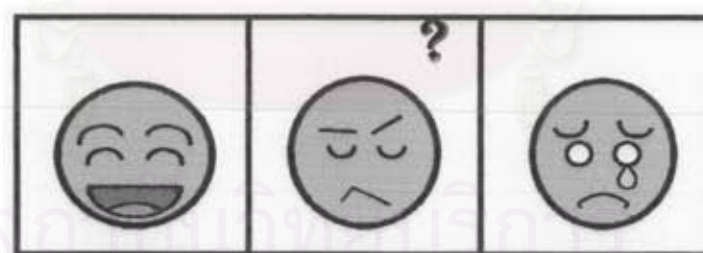
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

10. การบ้วนปากอย่างเดียวก็ช่วยป้องกันฟันผุได้

[ ] 10



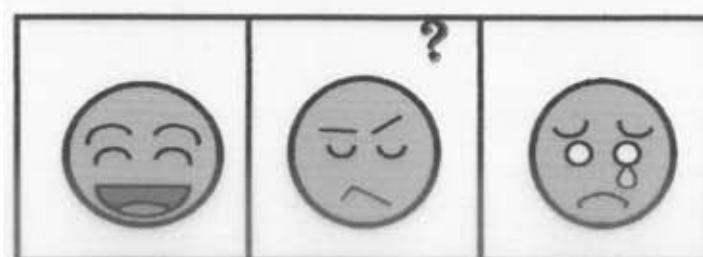
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

11. หมอฟันเท่านั้นที่จะตรวจฟันให้เราได้

[ ] 11



เห็นด้วย

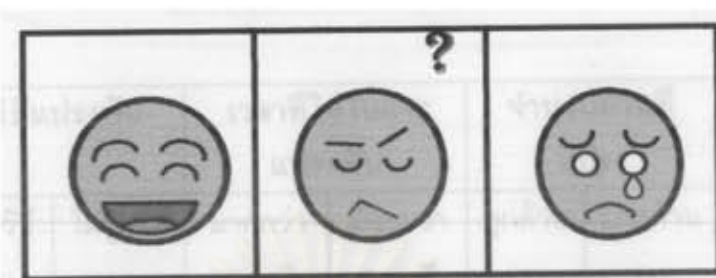
ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย



12. น้ำอัดลมกับโรคฟันผุมีความเกี่ยวข้องกัน

[ ] 12



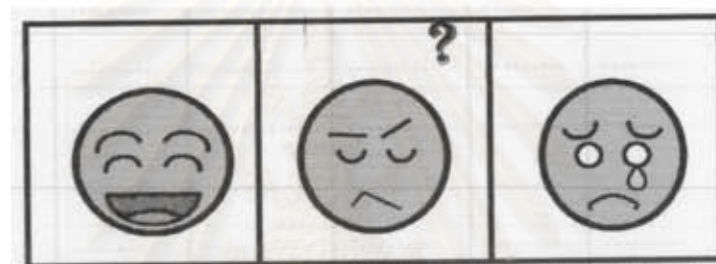
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

13. ยาสีฟันที่ดีควรเป็นยาสีฟันที่ผสมฟลูออไรด์

[ ] 13



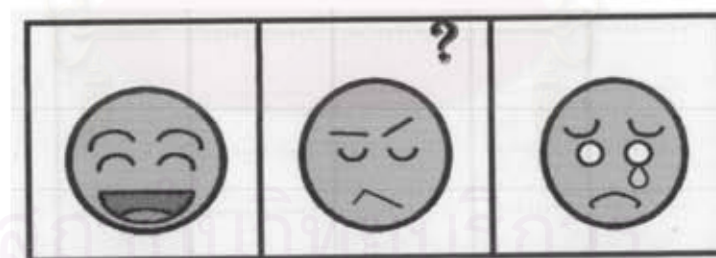
เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

14. ฟันที่แข็งแรงอาจใช้ฟันเปิดฝาขวดน้ำอัดลมได้

[ ] 14



เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย

15. ถ้าไม่มีอาการปวดฟันก็ไม่จำเป็นต้องไปหาหมอฟัน

[ ] 15



เห็นด้วย

ไม่แน่ใจ

ไม่เห็นด้วย



## แบบบันทึกการตรวจคราบจุลินทรีย์ในช่องปาก

โดย นิสิตทันตแพทย์ชั้นปีที่ 6

ครั้งที่.....วันที่ตรวจ.....เวลา.....

ชื่อ - นามสกุล.....ชั้น ป.3 /.....เลขที่.....

พื้น		ด้าน	ขวา	หน้า	ซ้าย
บน	ด้านนอก				
	ด้านใน				
ล่าง	ด้านนอก				
	ด้านใน				

คะแนนคราบจุลินทรีย์ในช่องปาก = ผลรวมของคะแนนคราบจุลินทรีย์ทุกด้าน

หารด้วยจำนวนด้านที่ตรวจ มีค่าตั้งแต่ 0-3

### เกณฑ์การให้คะแนน

คะแนน

เกณฑ์

0

ไม่มีคราบจุลินทรีย์

1

มีคราบจุลินทรีย์คลุมบนตัวฟันจากขอบเหงือก  
กว้างไม่เกิน  $1/3$  ของความยาวด้านพื้น

2

มีคราบจุลินทรีย์คลุมบนตัวฟันจากขอบเหงือก  
กว้างเกิน  $1/3$  แต่ไม่เกิน  $2/3$  ของความยาวด้านพื้น

3

มีคราบจุลินทรีย์คลุมบนตัวฟันจากขอบเหงือก  
กว้างเกิน  $2/3$  ของความยาวด้านพื้น

รูปแสดงความกว้างของคราบนุ่มของเศษอาหารระดับต่าง ๆ



0



1



2



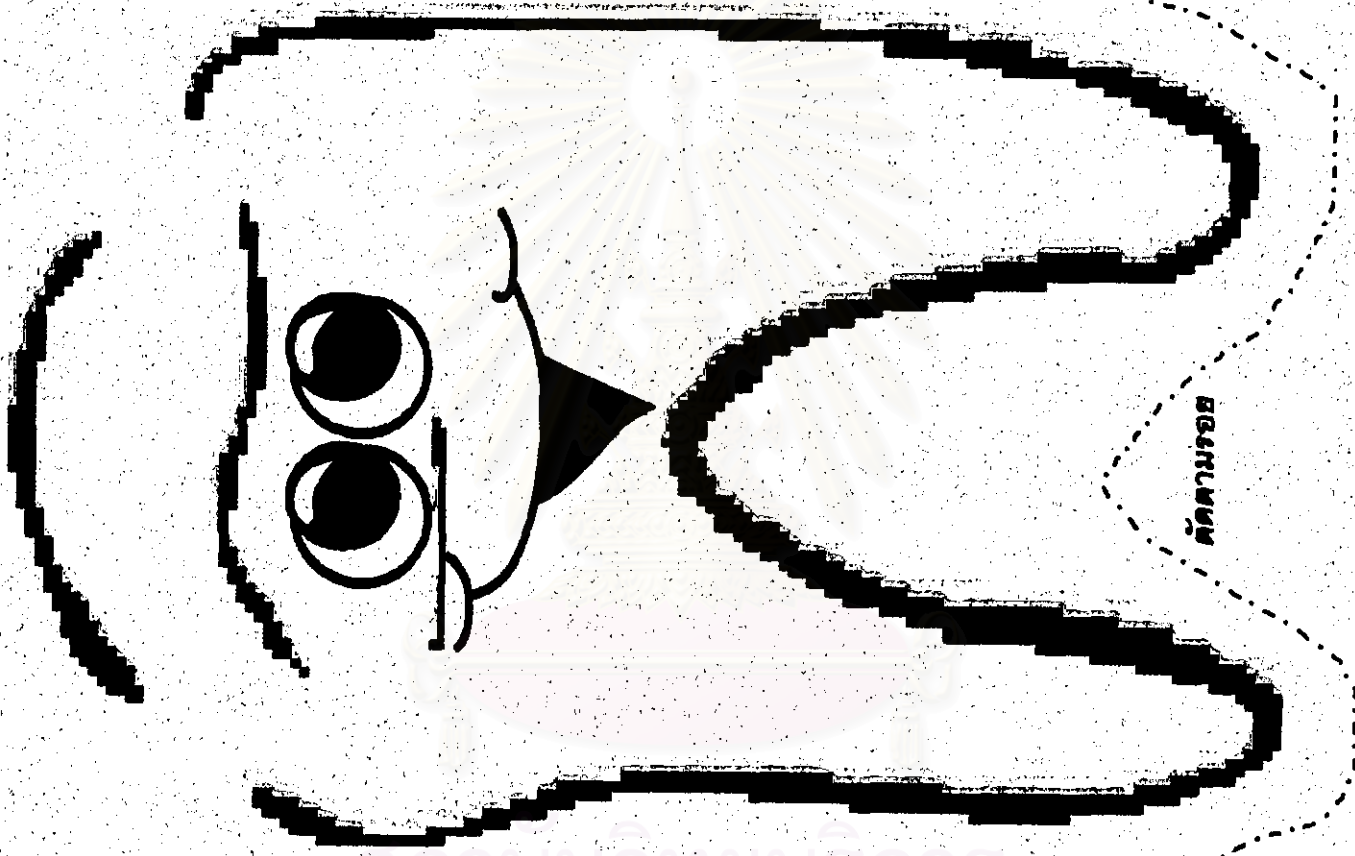
3

บันทึก



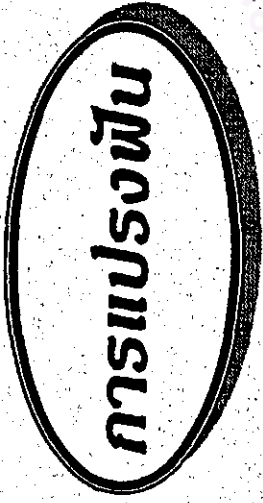
บันทึก

ชื่อ.....  
ชั้น ป.3/.....

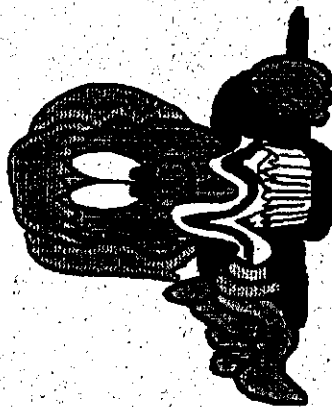


คัดตามรอย

บันทึก




การประพิน




นามสกุล.....  
โรงเรียน.....


กาเครื่องหมาย  ในวันที่แปรงฟันหลังอาหารกลางวัน

 สัปดาห์ที่ <b>1</b>	จ.	อ.	พ.	พฤ.	ศ.


แปรงฟันทุกวัน

 สัปดาห์ที่ <b>3</b>	จ.	อ.	พ.	พฤ.	ศ.

แปรงฟันทุกซี่

 สัปดาห์ที่ <b>2</b>	จ.	อ.	พ.	พฤ.	ศ.

แปรงฟันถูกวิธี

 สัปดาห์ที่ <b>4</b>	จ.	อ.	พ.	พฤ.	ศ.

ฟันสะอาดแข็งแรง

## แบบบันทึกการแปร่งพื้น



## อุปกรณ์สำหรับซ่อมสีพื้น



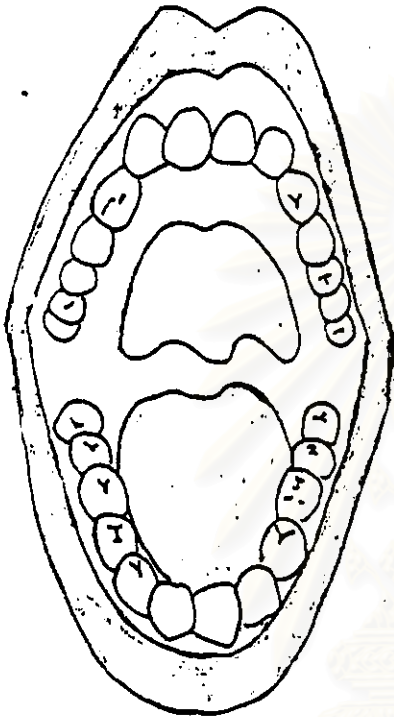
# แผ่นภาพฟัน

คำชี้แจง

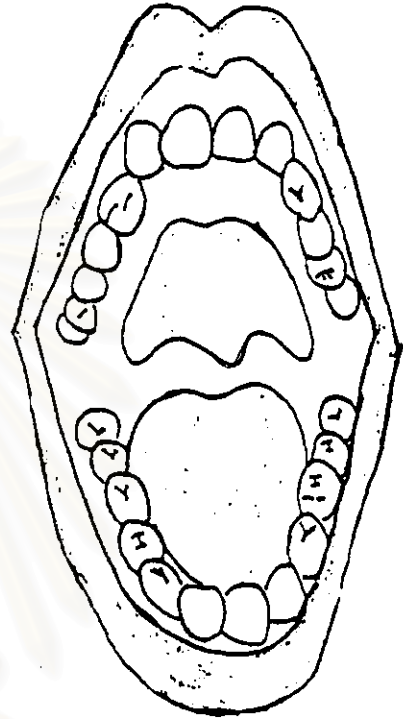


ให้นักเรียนบันทึกความสะอาดของฟันจากการย้อมสีฟันในแต่ละสัปดาห์

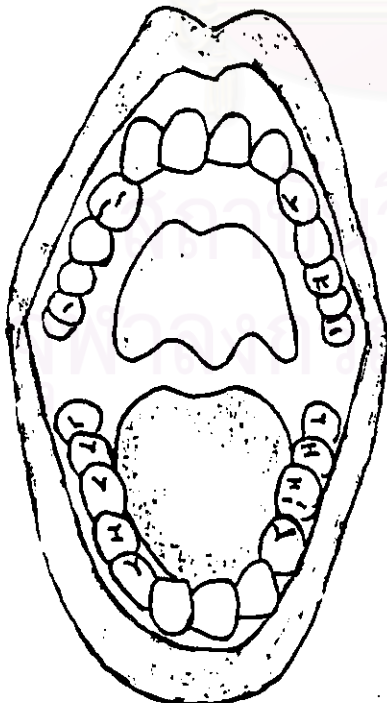
โดยระบายสีลงในแผ่นภาพฟันบริเวณที่ฟันติดสี



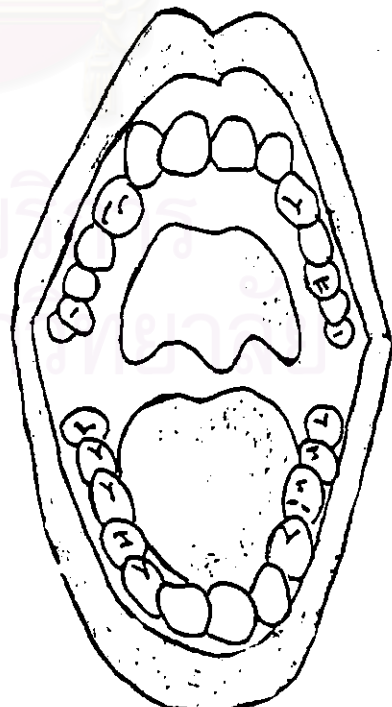
สัปดาห์ที่ 1



สัปดาห์ที่ 2



สัปดาห์ที่ 3



สัปดาห์ที่ 4

## เพลง...ฟัน ฟัน ฟัน

ทำนอง : GOAL (ริกกี มาร์ติน : เพลงฟุตบอลโลก' 98)  
คาบที่ 1 เรื่อง ลักษณะและความสำคัญของฟัน



(\*) ฟัน ฟัน ฟัน ฟันเรานั้นมี 2 ชุด ฟันน้ำนม เมื่อตอนเรายังเป็นเด็ก  
ฟันถาวร เริ่มขึ้นเมื่อตอน 6 ปี รักษาดี เพราะฟันมีความสำคัญ  
ถ้าไม่มีฟันแล้วจะกินอย่างไร จะพูดอะไรก็จะไม่ค่อยชัด ฟันช่วยให้หน้าสดใส  
ยิ้มได้เพราะว่ามีฟัน ฟันน้ำนมจะช่วยให้ฟันถาวร ขึ้นเป็นระเบียบ (\*)

## เพลง...แปรงสีฟันอยู่ไหน

ทำนอง : นี้ออยู่ไหน

คาบที่ 2 เรื่อง ความสำคัญของการแปรงฟันและอุปกรณ์แปรงฟัน

แปรงสีฟันอยู่ไหน แปรงสีฟันอยู่ไหน อยู่ที่นี่ อยู่ที่นี่  
แปรงสีฟันไว้ทำอะไร แปรงสีฟันใช้แปรงฟันไง ฟันแข็งแรง เหงือกแข็งแรง  
ยาสีฟันอยู่ไหน ยาสีฟันอยู่ไหน อยู่ที่นี่ อยู่ที่นี่  
ยาสีฟันไว้ทำอะไร ยาสีฟันใช้ช่วยแปรงฟัน ฟันสะอาด แลนสดชื่น  
แก้วน้ำอยู่ไหน แก้วน้ำอยู่ไหน อยู่ที่นี่ อยู่ที่นี่  
แก้วน้ำไว้ใช้ทำอะไร แก้วน้ำไว้ใส่น้ำไง บ้วนปากเรา ตอนแปรงฟัน



## เพลง...มาแปรงฟัน

ทำนอง : JINGLE BELL

คาบที่ 3 เรื่อง การแปรงฟันที่ถูกวิธี



มาแปรงฟัน มาแปรงฟัน แปรงให้ถูกวิธี ฟันจะดี แปรงทุกซี่ ช่วยฟันเราแข็งแรง เฮ้!  
มาแปรงฟัน มาแปรงฟัน แปรงให้ถูกวิธี ฟันจะดี แปรงทุกซี่ ไม่ต้องกลัวฟันผุ  
ฟันบนให้แปรงลงล่าง ฟันล่างให้แปรงขึ้นบน ฟันบดเคี้ยวต้องถู ถูไปมาทุกซี่  
บริเวณขอบเหงือก ขยับแปรงเล็กน้อย อย่างน้อย 3 นาที แล้วอย่าลืมแปรงลิ้น  
มาแปรงฟัน มาแปรงฟัน แปรงให้ถูกวิธี ฟันจะดี แปรงทุกซี่ ไม่ต้องกลัวฟันผุ เฮ้!



## เพลง...เปิดปากบ๊ีบ

ทำนอง : เปิดบ๊ีบติดบ๊ีบ (วงคุณสามชุปเปอร์แกงค์)  
คาบที่ 4 เรื่อง โครงสร้างฟัน

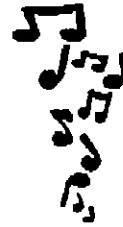


เปิดปากบ๊ีบ มันก็ซัวร์บ๊ีบเลย โครงสร้างฟันมีภายนอกภายใน  
ส่วนภายนอก คือตัวฟัน และรากฟัน

ผ่าฟันบ๊ีบ มันก็ซัวร์บ๊ีบเลย มี 4 ชั้นนั่นคือภายในฟัน  
ประสาทฟัน ชั้นเนื้อฟัน ชั้นเคลือบรากฟัน เคลือบฟันนั้นแข็งแรง

## เพลง...เลิกฟันผุ

ทำนอง : เลิกแล้วคะ (อาภาภรณ์ นครสวรรค์)  
คาบที่ 5 เรื่อง โรคฟันผุ



(\*) เลิกแล้วคะ หนูเลิกฟันผุแล้วคะ เลิกแล้วคะหนูเลิกฟันผุแล้วคะ  
อ้อยังหรรอกคะ ไม่คิดฟันผุอีกคะ

มีฟันกับเขา 1 ชุด มานั่งปวดสุดๆ จนหนูทนไม่ได้  
แรกกๆ แค่เพียงจุดดำ หนูดูไม่แล ลามถึงโพรงประสาท  
ปากเหม็นจนคนรังเกียจ เป็นหนองเป็นรูแยจจนดูไม่ได้

รู้แล้วจะทำอย่างไร หนูต้องแปรงฟันให้ถูกวิธี  
รู้แล้วจะทำอย่างไร ไปหาหมอฟันคุณหมอช่วยที (\*)

## เพลง...ปวดเหงือก

ทำนอง : แดดออก  
คาบที่ 6 เรื่อง โรคเหงือกอักเสบ

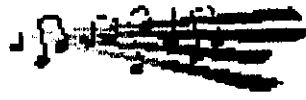


ปวดเหงือก ปวดเหงือก อยากจะรู้ว่าปวดเหงือกเพราะอะไร  
เหงือกอักเสบ เกิดจากหินปูนนั่น บวกกับสารพิษอยู่ในจุลินทรีย์  
เหงือกเลือดออก เกิดจากหินปูนนั่น บวกกับสารพิษอยู่ในจุลินทรีย์

ปวด เป็นแล้วปวด เป็นแล้วปวด เป็นแล้วปวด  
เพราะหินปูนและสารพิษในจุลินทรีย์ ปวดเหงือก ปวด...เหงือก

### เพลง...บอกว่า...

ทำนอง : บอกว่าอย่าน่ารัก (องชัย แมคอินไตย)  
คาบที่ 7 เรื่อง การป้องกันโรคในช่องปาก



บอกไว้ก่อนให้รู้กันไป วิธีป้องกันโรคในช่องปาก บอกว่าต้องแปรงฟัน จะบอกว่าต้องแปรงฟัน ต้องแปรงฟันให้ถูกวิธี บอกว่าฝึกนิสัยการกิน เลือกกินแต่อาหารที่มีประโยชน์ บอกว่าฟลูออไรด์ ใช้ฟลูออไรด์ประจำ ช่วยป้องกันโรคในช่องปาก

ถ้าหากจะให้ดี ไม่ลืมหาหมอฟัน ต้องหาหมอฟันประจำ ถ้าหากว่าไม่ทำอย่างวิธีที่ว่ามา ปวดฟันไม่รู้นะแล้วยังต้องปวดเหงือก

แต่ถ้าหากว่าคิดตรงกัน และถ้าหากคุณนั้นจะทำตาม บอกว่าฟันแข็งแรง บอกว่าเหงือกแข็งแรง ไม่ต้องกลัวโรคในช่องปาก

อย่าหาว่าไม่เตือน อย่าหาว่าไม่เตือน บอกให้รู้ บอกแล้วก็ไม่ฟัง บอกแล้วก็ไม่ฟัง บอกแล้วก็ไม่ฟัง เดี่ยวฟันผุ

### เพลง...ตรวจฟันเองสักกะนิด

ทำนอง : บอกว่ารัก (ทาทายัง)  
คาบที่ 8 เรื่อง การตรวจฟันด้วยตนเอง



ตรวจฟันเองสักกะนิด สักกะนิด เพราะเรื่องฟันเป็นเรื่องสำคัญ ต้องระวัง ต้องระวัง ขอเธอมีเพียงแค่กระจก ยิงฟันและอ้าปาก ตรวจฟันด้วยตนเองได้

ตรวจฟันเองสักกะนิด สักกะนิด ควรตรวจหลังจากเธอแปรงฟันนั้นจะดี นั้นจะดี ช่วยให้รู้สภาพของปาก ดูแลให้สะอาด รักษาได้แต่เนิ่นๆ ไม่ต้องรอให้ปวดฟัน

### เพลง...อาหารกับฟัน

ทำนอง : โดเรมี  
คาบที่ 9 เรื่อง อาหารที่มีประโยชน์และโทษต่อฟัน



ผักและผลไม้มันดี มีวิตามินและเกลือแร่ บำรุงฟันและเหงือกแข็งแรง อีกทั้งอาหารหลัก 5 หมู่ เราควรฝึกนิสัยการกิน เลือกอาหารดีที่มีประโยชน์ ทอฟฟี่ ช็อกโกแลต ของหวาน นั้นมีโทษต่อฟันของเรา โอ๊ะ โอ๊ะ โอ๊ะ (\*) (โอ๊ะ โอ๊ะ ปวดฟัน)



เพลง...อะไรเอ๋ย

ทำนอง : SMALL WORLD

คาบที่ 10 เรื่อง สารฟลูออไรด์



อะไรเอ๋ยช่วยเคลือบให้ฟันเราแข็งแรง ช่วยป้องกันฟันผุ ทนต่อกรดจุลินทรีย์  
มีอยู่ในธรรมชาติ ในพืชผักสัตว์ทะเล ผสมอยู่ในสิ่งต่างๆ  
มีในยาสีฟันของเรา อีกทั้งมีในนม เม็ดยาน้ำ ผสมในยาอมบ้วนปาก  
นั่นก็คือ สารฟลูออไรด์

เพลง...ระว่าง

ทำนอง : ปูไก่ไข่หลง

คาบที่ 11 เรื่องอันตรายที่เกิดกับฟัน



ฟันบิ่น ฟันคลอน	ฟันหักเพราะไม่ระว่าง
เกิดจากอุบัติเหตุ	เล่นกันอย่างไม่ระว่าง
ฟันกัศของแข็ง	ใช้ฟันกัดหน้าที่มีมัน
รีบไปหาหมอฟัน	เคี้ยวฟันหลอแล้วนำหัวเราะ

ระว่าง ระว่าง ระว่าง ระว่าง ระว่าง ระว่าง ระว่าง.....

เพลง...หมอฟัน

ทำนอง : ไครหนอ

คาบที่ 12 เรื่อง หมอฟัน



(\* ไครหนอช่วยให้ฟันเราแข็งแรง ไครหนอตรวจฟันให้เราทุกที  
ไครหนอใจดีเวลาตรวจฟัน รู้แล้วละก็ อย่ามัวรั้งรอ รีบหาหมอฟัน



ควรตรวจฟันประจำปี ถ้าจะให้ดีปีละ 2 ครั้ง ให้หมอฟันช่วยตรวจฟันรักษาฟัน  
ประกาศยิ้มสวยสบาย (\*)

## เทพเพลงประกอบการสอนทัศนศึกษา



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบประเมินแผนการสอนทันตศึกษา

ประเมินค่า แผนการสอน	ความตรงตามเนื้อหา				วัตถุประสงค์				วิธีการสอน			
	ดี มาก	ดี	พอ ใช้	ควร ปรับปรุง	ดี มาก	ดี	พอ ใช้	ควร ปรับปรุง	ดี มาก	ดี	พอ ใช้	ควร ปรับปรุง
แผนการสอนที่ 1												
แผนการสอนที่ 2												
แผนการสอนที่ 3												
แผนการสอนที่ 4												
แผนการสอนที่ 5												
แผนการสอนที่ 6												
แผนการสอนที่ 7												
แผนการสอนที่ 8												
แผนการสอนที่ 9												
แผนการสอนที่ 10												
แผนการสอนที่ 11												
แผนการสอนที่ 12												

ข้อเสนอแนะ.....

.....

.....

.....

.....

.....

# แผนการสอนทันตสุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

**หมายเหตุ:** แผนการสอนทันตสุขศึกษานี้เป็นแผนการสอนที่รวมทั้งกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยมีบางข้อที่ใช้เฉพาะแต่ละกลุ่ม  
โดย กลุ่มทดลองที่ 1 หมายถึง กลุ่มที่ได้รับการสอนทันตสุขศึกษาโดยใช้เพลง  
กลุ่มทดลองที่ 2 หมายถึง กลุ่มที่ได้รับการสอนทันตสุขศึกษาโดยใช้สื่อคอมพิวเตอร์

**แผนการสอนทันตสุขศึกษา**  
**ครั้งที่ 1**  
**เรื่อง ลักษณะและความสำคัญของฟัน**

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกลักษณะและความสำคัญของฟันได้อย่างถูกต้อง


เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>จุดของฟัน มี 2 จุด คือ</b></p> <p>1. ฟันน้ำนม : มีจำนวน 20 ซี่ โดยเมื่อทารกอายุ 6 - 7 เดือน จะเริ่มมีฟันงอกบริเวณตรงกลางข้างหน้า 2 ซี่ และทยอยขึ้นตามลำดับจนครบ 20 ซี่ เมื่ออายุได้ 2-3 ปี</p> <p>2. ฟันถาวร : มีจำนวน 32 ซี่ เมื่ออายุประมาณ 6 ปี จะมีฟันถาวรซี่แรก ในช่วงอายุ 18-30 ปี ฟันถาวรจะขึ้นครบ 32 ซี่</p> <p><b>ความสำคัญของฟันกราม 6 ขวบ</b></p> <p>เมื่ออายุ 6 ขวบ จะมีฟันถาวรซี่แรกในช่องปาก คือ ฟันกรามถาวรซี่ 1 มีทั้งหมด 4 ซี่ ขึ้นอยู่ด้านใน เป็นฟันซี่ที่แข็งแรงและขนาดใหญ่ที่สุด เป็นฟันหลักที่ช่วยให้ฟันซี่อื่นๆ ขึ้นได้ตรงตำแหน่ง เนื่องจากตำแหน่งของฟันอยู่ลึกเข้าไปด้านในของปาก และรูปร่างคล้ายฟันกรามน้ำนม ทำให้ไม่ได้เอาใจใส่ ฟันกราม</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> ครูนำภาพคนที่ที่มีฟันกับคนที่ไม่มีฟันมาให้ให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายว่าฟันเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญหรือไม่ อย่างไร และฟันจะอยู่กับเราตลอดชีวิตหรือไม่ โดยเน้นให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของฟันและความจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้เรื่องเกี่ยวกับฟัน</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. ครูถามคำถามให้นักเรียนช่วยกันตอบว่าฟันของเด็กและฟันของผู้ใหญ่แตกต่างกันอย่างไร จากนั้นอธิบายถึงจุดของฟันและฟันกราม 6 ขวบ โดยดูภาพฟันน้ำนมและฟันถาวรประกอบ</p> <p>2. นักเรียนจับคู่ดูฟันกับเพื่อนแล้วรายงานว่ามีฟันน้ำนมและฟันถาวรกี่ซี่ ฟันน้ำนมและฟันถาวรแตกต่างกันอย่างไร และดูฟันกราม 6 ขวบ โดยครูสุ่มเรียกนักเรียนแต่ละคู่อธิบายให้เพื่อนๆ ฟัง</p> <p>3. นักเรียนระบายสีภาพที่เกี่ยวกับความสำคัญของฟัน ได้แก่ ภาพคนกำลังรับประทานอาหาร ภาพคนร้องเพลง และภาพคนยิ้ม</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ภาพคนมีฟันและคนไม่มีฟัน</li> <li>◆ ภาพฟันน้ำนมและฟันถาวร</li> <li>◆ ภาพระบายสีคนกำลังรับประทานอาหาร ภาพคนร้องเพลง และภาพคนยิ้ม</li> <li>◆ สีไม้</li> <li>◆ เพลง "ฟัน ฟัน ฟัน" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีควาบลูจิวรี่รี่ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระฉก กระดาษทิชชูที่หนึบ และสำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติการซักถามและอธิบาย ผลงานที่นักเรียนทำ</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>6 ขวบจึงผูกได้</p> <p><u>ความสำคัญของฟัน</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. บดเคี้ยวอาหาร ทำให้อาหารเป็นชิ้นเล็กๆ</li> <li>2. ออกเสียงได้ชัดเจน</li> <li>3. ทำให้ใบหน้าสวยงาม</li> <li>4. ฟันน้ำนมช่วยให้ฟันถาวรขึ้นเป็นระเบียบ</li> </ol> <p><u>เพลง...ฟัน ฟัน ฟัน</u></p> <p>ทำนอง : GOAL (ริกกี มาร์ติน : เพลงฟุตบอลโลก' 98)</p> <p>(*) ฟัน ฟัน ฟัน ฟันเรานั้นมี 2 ชุด</p> <p>ฟันน้ำนม เมื่อตอนเรายังเป็นเด็ก</p> <p>ฟันถาวร เริ่มขึ้นเมื่อตอน 6 ปี รักษาดีดี</p> <p>เพราะฟันมีความสำคัญ</p> <p>ถ้าไม่มีฟันแล้วจะกินอย่างไร จะพูดอะไรก็</p> <p>จะไม่ค่อยชัด ฟันช่วยให้หน้าสดใส</p> <p>ยิ้มได้เพราะว่ามีฟัน ฟันน้ำนมจะช่วยให้ฟัน</p> <p>ถาวร ขึ้นเป็นระเบียบ (*)</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p>และให้นักเรียนตั้งชื่อภาพที่อธิบายถึงความสำคัญของฟัน</p> <p>จากนั้นสุ่มให้นักเรียนออกมาแสดงภาพและอธิบายชื่อภาพ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. นักเรียนมีกร์องเพลง "ฟัน ฟัน ฟัน" และตอบคำถามจากในเพลง (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>5. นักเรียนและครูอภิปรายถึงประโยชน์ของการข้อมสีคราบจุลินทรีย์ จากนั้นครูแนะนำอุปกรณ์ที่จะใช้ในการข้อมสีคราบจุลินทรีย์ (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ol> <p><u>ขั้นสรุป</u> นักเรียนและครูช่วยกันสรุปลักษณะและความสำคัญของฟัน โดยเน้นเรื่องฟันของเราจะอยู่กับเราไปตลอดชีวิต ถ้าเราดูแลรักษาให้ดี</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>ประโยชน์ของการย้อมสีครามจุลินทรีย์</b></p> <p>การย้อมสีครามจุลินทรีย์ช่วยให้ทราบถึงการแปร่งพื้นของเราและทราบจุดที่ต้องปรับปรุงแก้ไข โดยสีจะติดครามจุลินทรีย์บนตัวพื้นเป็นสีแดงอ่อน สามารถขจัดออกได้ด้วยการแปร่งพื้น</p> <p><b>อุปกรณ์ที่ใช้ในการย้อมสีครามจุลินทรีย์</b></p> <p>ได้แก่ 1. สีย้อมครามจุลินทรีย์ ซึ่งเราสามารถให้สีผสมอาหารสีแดงที่มีผู้ศึกษาแล้วว่าสามารถใช้ในการย้อมสีครามจุลินทรีย์ได้</p> <p>2. ลำลี สำหรับชุบสีย้อมครามจุลินทรีย์แล้วเช็ดที่ตัวพื้น โดยอาจใช้ลำลีสำหรับเช็ดหูซึ่งมีก้านสำหรับจับได้ถนัดและเช็ดได้สะดวกในทุกด้าน</p> <p>3. กระจก สำหรับส่องบริเวณที่พื้นติดสีหลังจากย้อมสีครามจุลินทรีย์</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p>		<p>สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น ป.3/.....เลขที่.....

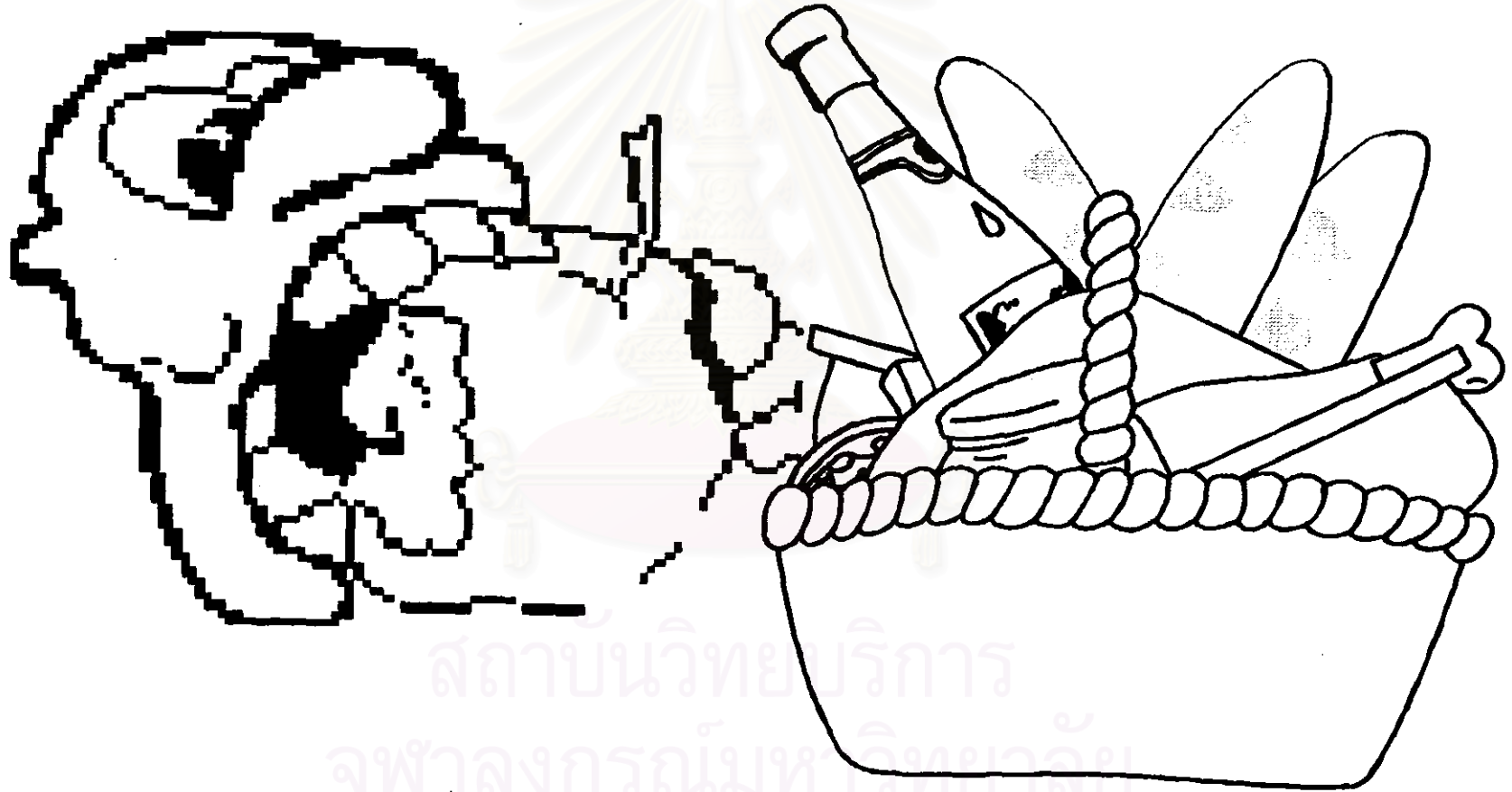
**คำชี้แจง :** / ให้นักเรียนตั้งชื่อภาพต่อไปนี้ ที่อธิบายถึงความสำคัญของฟัน และระบายสีให้สวยงาม



ชื่อภาพ.....

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น ป.3/.....เลขที่.....

คำชี้แจง : ให้นักเรียนตั้งชื่อภาพต่อไปนี้ ที่อธิบายถึงความสำคัญของฟัน และระบายสีให้สวยงาม



ชื่อภาพ.....

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น ป.3/.....เลขที่.....

**คำชี้แจง :** / ให้นักเรียนตั้งชื่อภาพต่อไปนี้ เพื่ออธิบายถึงความสำคัญของพิน และระบายสีให้สวยงาม



ชื่อภาพ.....

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น ป.3/.....เลขที่.....

คำชี้แจง : / ให้นักเรียนตั้งชื่อภาพต่อไปนี้ ที่อธิบายถึงความสำคัญของหิน และระบายสีให้สวยงาม



ชื่อภาพ.....

## แผนการสอนทันตสุขศึกษา

### ครั้งที่ 2

## เรื่อง ความสำคัญของการแปรงฟันและอุปกรณ์การแปรงฟัน

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกความสำคัญของการแปรงฟันและเลือกอุปกรณ์ที่ใช้ในการแปรงฟันได้อย่างถูกต้อง

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>ความสำคัญของการแปรงฟัน</b></p> <p>การแปรงฟันช่วยให้ปากสะอาด ฟันและเหงือกแข็งแรงสมบูรณ์ โดยช่วยขจัดคราบอาหารและเศษอาหารที่ตกค้างอยู่ตามซี่ฟัน รอกฟัน ลึน ไม่ให้หมักหมมบูดเน่า ทำให้ปากเหม็น และขจัดแผ่นคราบจุลินทรีย์ ซึ่งเป็นสาเหตุของโรคฟันผุและโรคเหงือก</p> <p><b>อุปกรณ์ที่ใช้ในการแปรงฟัน</b> ที่สำคัญ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แปรงสีฟัน : ให้จัดแผ่นคราบจุลินทรีย์หรือเศษอาหารที่ติดตามรอกฟัน แปรงสีฟันที่ดีควรมีขนแปรงอ่อน ปลายขนแปรงมนกลม มีสปริงขนาดพอเหมาะกะบปากและด้ามจับถนัดมือ</li> </ol> <p>แปรงสีฟันที่ใช้นานจนขนแปรงบานงอและมีขนอ่อนจนไม่สามารถทำความสะอาดได้ดีควรเปลี่ยนแปรงสีฟัน หลังจากแปรงฟันเสร็จให้ล้างแปรงสีฟันด้วยน้ำสะอาดหลายๆ ครั้ง ผึ่งให้แห้ง</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> ครูให้นักเรียนดูภาพดาราทที่มีฟันสวย และถามนักเรียนว่าอยากมีฟันสวยเหมือนดาราคคนนี้หรือไม่ และจะทำอย่างไรจึงจะมีฟันสวยได้ โดยเน้นถึงความสำคัญของการแปรงฟัน การที่จะมีฟันสวยและแข็งแรงได้นั้นจำเป็นต้องใส่ใจในเรื่องการแปรงฟันตลอดจนการเลือกใช้อุปกรณ์ในการแปรงฟัน</p> <p><b>ขั้นสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนช่วยกันบอกว่าทำไมจึงต้องแปรงฟัน โดยเขียนสรุปเป็นข้อๆ บนกระดาน จากนั้นครูสรุปความสำคัญของการแปรงฟัน</li> <li>2. นักเรียนเล่นเกม "ภาพปริศนาอะไรเอ่ย" โดยมีภาพอุปกรณ์ที่ใช้ในการแปรงฟันเป็นคำเฉลย</li> <li>3. นักเรียนช่วยกันเลือกแปรงสีฟันที่ควรใช้จากแปรงสีฟันหลายๆ ชนิด ทั้งใหม่และเก่า จากนั้นครูอธิบายเพิ่มเติมเรื่องการเลือกอุปกรณ์ที่ใช้ในการแปรงฟันและการทำความสะอาดเมื่อใช้เสร็จ</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ภาพดาราทที่มีฟันสวย</li> <li>◆ แผ่นเกม "ภาพปริศนาอะไรเอ่ย"</li> <li>◆ แปรงสีฟันหลายๆ ชนิด ทั้งใหม่และเก่า</li> <li>◆ เพลง "แปรงสีฟันอยู่ไหน" และอุปกรณ์แปรงฟัน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระดาษกระดาษทิชชู ที่หนีบ และสำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ</p> <p>การซักถามและตอบคำถาม</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>และควรมีแปรงสีฟันเป็นของตนเองไม่ใช่ร่วมกับผู้อื่น</p> <p>2. ยาสีฟัน : ช่วยทำให้แปรงฟันได้สะอาดขึ้น ปากสะอาด รู้สึกสดชื่น นอกจากนั้นควรใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์เพื่อป้องกันโรคฟันผุ</p> <p>3. แก้วน้ำ : ใช้ใส่น้ำเวลาแปรงฟัน เพื่อบ้วนปากตอนแปรงฟัน เมื่อใช้เสร็จควรล้างให้สะอาด</p> <p><u>เพลง...แปรงฟันอยู่ไหน</u>          ทำนอง : นี้ออยู่ไหน          แปรงสีฟันอยู่ไหน แปรงสีฟันอยู่ไหน อยู่นี้จะอยู่นี้จะ แปรงสีฟันไว้ทำอะไร แปรงสีฟันใช้แปรงฟันไง ฟันแข็งแรง เหงือกแข็งแรง</p> <p>ยาสีฟันอยู่ไหน ยาสีฟันอยู่ไหน อยู่นี้จะอยู่นี้จะ ยาสีฟันไว้ทำอะไร ยาสีฟันใช้ช่วยแปรงฟัน ฟันสะอาด แขนงสดชื่น</p> <p>แก้วน้ำอยู่ไหน แก้วน้ำอยู่ไหน อยู่นี้จะอยู่นี้จะ แก้วน้ำไว้ทำอะไร แก้วน้ำไว้ใส่น้ำใจ บ้วนปากเรา ตอนแปรงฟัน</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p>4. นักเรียนฝึกร้องเพลง "แปรงสีฟันอยู่ไหน" และนำอุปกรณ์ที่ใช้ในการแปรงฟันมาทำท่าประกอบเพลง (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p> <p>5. ครูสาธิตวิธีขัดย้อมสีคราบจุลินทรีย์ และแจกอุปกรณ์ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p> <p><u>ขั้นสรุป</u> นักเรียนและครูช่วยกันสรุปความสำคัญของการแปรงฟัน และสุ่มเรียกนักเรียนแสดงสมมุติ โดยที่ ป.3 จะแนะนำน้อง ป.1 ป.2 ในการเลือกซื้อแปรงสีฟัน ยาสีฟัน จากนั้นครูสรุปว่า การใส่ใจในการแปรงฟันและรู้จักเลือกอุปกรณ์ในการแปรงฟัน โดยเฉพาะแปรงสีฟันจะช่วยให้เหงือกและฟันดีได้</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>วิธีการย้อมสีครามจุลินทรีย์</b></p> <p>โดยการใช้ด้ายชุบสีย้อมครามจุลินทรีย์ ซึ่งในที่นี้ใช้สีผสมอาหารสีแดง จากนั้นเขี่ยบริเวณตัวพื้นที่และทุกด้าน แล้วส่องกระจกดูบริเวณที่พื้นที่ติดสี โดยจะติดสีครามจุลินทรีย์เป็นสีแดงอ่อน บริเวณที่พื้นที่ติดสีคือบริเวณที่มีครามจุลินทรีย์เป็นบริเวณที่แปรงพื้นไม่สะอาดหรือไม่ค่อยได้แปรงบริเวณนั้น</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p>			

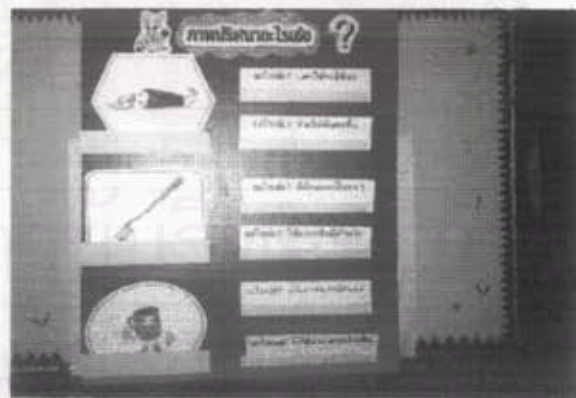


## เกมภาพปริศนาอะไรเอ๋ย

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกอุปกรณ์ที่ใช้ในการแปลงพันได้

- อุปกรณ์**
1. ภาพอุปกรณ์ที่ใช้ในการแปลงพัน ได้แก่ ภาพแปลงสีพื้น ภาพยาสีฟัน และ ภาพแก้วน้ำ
  2. บัตรคำปริศนา เช่น อะไรเอ๋ย? ช่วยให้เห็นชัดขึ้น, อะไรเอ๋ย? มีลักษณะเป็น รนๆ, อะไรเอ๋ย? เป็นภาชนะชนิดหนึ่ง เป็นต้น

- วิธีเล่น**
1. นำภาพปริศนาอะไรเอ๋ยมาให้นักเรียนทาย โดยปิดหรือหันด้านหลังภาพ
  2. ครูเปิดบัตรคำปริศนาที่อยู่ข้างภาพปริศนาอะไรเอ๋ยทีละบัตรคำ โดยให้นักเรียนช่วยกัน อ่านหรือสุ่มเรียกให้นักเรียนอ่านบัตรคำปริศนา โดยภาพปริศนา 1 ภาพจะมีบัตรคำ ปริศนา 2 บัตรคำ
  3. ให้นักเรียนช่วยกันทายภาพปริศนาอะไรเอ๋ย โดยครูเปิดภาพปริศนาอะไรเอ๋ยเป็นคำ เฉลย และนักเรียนที่ตอบถูกว่าเป็นภาพอะไรเป็นผู้ชนะ



## แผนการสอนทันตสุขศึกษา

ครั้งที่ 3

### เรื่อง การแปรงฟันที่ถูกวิธี

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถแปรงฟันได้อย่างถูกวิธี

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>การแปรงฟันที่ถูกวิธี</b></p> <p>การแปรงฟันที่ถูกต้องมีหลายวิธี วิธีหนึ่งคือการ  <b>รยับปิด ปฏิบัติดังนี้</b></p> <p>1. การแปรงฟันบน : หงายแปรงสีฟันขึ้นให้เอียง                      45 องศา กับตัวฟันวางหน้าตัดขนแปรงตรงบริเวณ                      ขอบเหงือก รยับแปรงไป-มาเล็กน้อย แล้วบิดลง                      ล่างทั้งด้านนอกและด้านในของฟันบนทุกซี่</p> <p>2. การแปรงฟันล่าง : คว่ำแปรงสีฟันลงโดยให้                      เอียง 45 องศา วางหน้าตัดขนแปรงบริเวณขอบ                      เหงือก รยับขนแปรงไปมาเล็กน้อย แล้วบิดขน                      แปรงขึ้นบนทั้งด้านนอกและด้านในของฟันล่างทุกซี่</p> <p>3. การแปรงฟันด้านบดเคี้ยว : วางแปรงสีฟันให้                      หน้าตัดขนแปรงอยู่บนฟันด้านบดเคี้ยว แล้วถู                      ไป-มาทั้งฟันบนและล่าง</p> <p>การแปรงฟันแต่ละครั้งควรใช้เวลาประมาณ                      3-5 นาที อย่างน้อย 2 นาที</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> ครูนำผลมะเขือเทศและแปรงสีฟันมา โดยเปรียบ                      เทียบผลมะเขือเทศเป็นเหงือกและฟัน จากนั้นครูแสดงให้เห็นว่าถ้าแปรงฟันอย่างไม่ถูกวิธี แปรงแรงๆ จะมีผล                      อย่างไร ให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายผลที่เกิดขึ้นกับเหงือก                      และฟัน เมื่อแปรงฟันอย่างไม่ถูกวิธี</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. ครูอธิบายและสาธิตการแปรงฟันที่ถูกวิธีแบบ                      รยับปิด โดยใช้หุ่นจำลองฟัน และภาพหลักการแปรงฟัน                      ที่ถูกวิธีประกอบการอธิบายและสาธิต</p> <p>2. นักเรียนแบ่งกลุ่มโดยจับฉลากที่มีชื่อฟันด้าน                      ต่างๆ ได้แก่ ฟันบน ฟันล่าง ฟันบดเคี้ยว แล้วให้                      นักเรียนจับกลุ่มโดยไม่ใช้เสียงแต่ให้ใช้แปรงสีฟันแสดงท่า                      การแปรงฟันด้านนั้นๆ</p> <p>3. นักเรียนแต่ละกลุ่มฝึกปฏิบัติการแปรงฟัน                      ของตนจริงๆ โดยให้เพื่อนๆ ในกลุ่มอื่นช่วยกันประเมินว่า                      แปรงฟันถูกวิธีหรือไม่ โดยต้องแปรงฟันนานอย่างน้อย                      2 นาที แปรงให้สะอาดทุกซี่ และทุกด้าน</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ผลมะเขือเทศ</li> <li>◆ แปรงสีฟัน</li> <li>◆ หุ่นจำลองฟัน</li> <li>◆ ภาพหลักการแปรงฟันที่ถูกวิธี</li> <li>◆ ฉลากชื่อฟันด้านต่างๆ</li> <li>◆ ได้แก่ ฟันบน ฟันล่าง ฟันบดเคี้ยว</li> <li>◆ แบบบันทึกการแปรงฟัน</li> <li>◆ เพลง "มาแปรงฟัน" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระจก กระดาษทิชชู ที่หนีบ ล้าลี</li> </ul>	<p>สังเกตความสนใจ</p> <p>การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ</p> <p>การฝึกปฏิบัติการแปรงฟัน</p> <p>การอภิปรายและซักถาม</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>เพลง...มาแปร่งพิน</b></p> <p>ทำนอง : JINGLE BELL</p> <p>มาแปร่งพิน มาแปร่งพิน แปร่งให้ถูกวิธี พินจะดี แปร่งทุกชี ช่วยพินเราแข็งแรง เฮ้! มาแปร่งพิน มาแปร่งพิน แปร่งให้ถูกวิธี พินจะดี แปร่งทุกชี ไม่ต้องกลัวพินผุ</p> <p>พินบนให้แปร่งลงล่าง พินล่างให้แปร่งขึ้นบน พินบนเคี้ยวต้องดู ดูไปมาทุกชี บริเวณขอบ เหงือก รัยบแปร่งเล็กน้อย อย่างน้อย 3 นาที แล้วอย่าลืมแปร่งลิ้น</p> <p>มาแปร่งพิน มาแปร่งพิน แปร่งให้ถูกวิธี พินจะดี แปร่งทุกชี ไม่ต้องกลัวพินผุ เฮ้!</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p> <p><b>วิธีบันทึกความสะอาดพิน</b></p> <p>โดยหลังจากย้อมสีคราบจุลินทรีย์และ ส่องกระจกดูบริเวณที่พินติดสีแล้ว ให้บันทึก ความสะอาดของพินจากการย้อมสีพินในแต่ละ สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง โดยระบายสีลงใน แผ่นภาพพินบริเวณที่พินติดสี</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p>	<p>4. นักเรียนฝึกร้องเพลง "มาแปร่งพิน" และนำ แปร่งสีพินมาคิดทำทางประกอบพร้อมกัน (เฉพาะกลุ่ม ทดลองที่ 1)</p> <p>5. นักเรียนย้อมสีคราบจุลินทรีย์ จากนั้นครู อธิบายวิธีการบันทึกความสะอาดลงในแผ่นภาพพิน และ แจกแผ่นภาพพินให้นักเรียนปฏิบัติ (เฉพาะกลุ่มทดลอง ที่ 2)</p> <p><b>ขั้นสรุป</b> นักเรียนและครูช่วยกันสรุปวิธีการแปร่งพินที่ถูกวิธี โดยเน้นให้นักเรียนนำไปปฏิบัติจริงทั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน จากนั้นครูแจกแบบบันทึกการแปร่งพิน และอธิบายวิธีการ ใช้แบบบันทึกการแปร่งพิน โดยให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ในวันที่แปร่งพินหลังอาหารกลางวัน</p>	<p>และ แผ่นภาพพิน (เฉพาะกลุ่ม ทดลองที่ 2)</p>	

## แผนการสอนทันตสุขศึกษา

ครั้งที่ 4

### เรื่อง โครงสร้างของฟัน

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกโครงสร้างของฟันได้อย่างถูกต้อง

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>โครงสร้างของฟัน</b></p> <p>1. โครงสร้างภายนอกของฟัน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>ตัวฟัน</b> : ได้แก่ ส่วนของฟันทั้งหมดที่มองเห็นในช่องปาก</li> <li>● <b>รากฟัน</b> : ได้แก่ ส่วนที่ต่อจากตัวฟัน อยู่ใต้เหงือก มองไม่เห็นในช่องปาก</li> </ul> <p>2. โครงสร้างภายในของฟัน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>ชั้นเคลือบฟัน</b> : คลุมอยู่นอกสุดของตัวฟัน ส่วนใหญ่มีสีขาวใส เป็นส่วนที่แข็งที่สุดในร่างกาย</li> <li>● <b>ชั้นเคลือบรากฟัน</b> : คลุมอยู่นอกสุดของรากฟันมักมีสีเหลือง</li> <li>● <b>ชั้นเนื้อฟัน</b> : อยู่ถัดจากชั้นเคลือบฟัน ในส่วนของตัวฟัน และถัดจากชั้นเคลือบรากฟัน ในส่วนของรากฟัน ปกติมีสีเหลือง</li> </ul>	<p><b>ขั้นนำ</b> ครูให้นักเรียนดูภาพต้นไม้ และให้นักเรียนช่วยกันบอกถึงส่วนต่างๆ ของต้นไม้ จากนั้นนำภาพฟันมาให้ นักเรียนดูซึ่งฟันก็มีส่วนต่างๆ หรือโครงสร้างฟันเช่นกัน และถามนักเรียนว่าทำไมต้องเรียนเรื่องโครงสร้างของฟัน โดยเน้นเรื่องความสำคัญของการเรียนรู้เรื่องโครงสร้างฟัน จะช่วยให้เราดูแลฟันของเราได้ดีขึ้น</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. นักเรียนและครูช่วยกันเปรียบเทียบโครงสร้างภายนอกของฟันกับต้นไม้ โดยต้นไม้แบ่งเป็นส่วนรากและลำต้น ส่วนฟันแบ่งเป็นส่วนรากฟันและตัวฟัน</p> <p>2. ครูเล่านิทานเรื่องน้องจ๊อบท่องเที่ยวเมืองฟัน โดยใช้หุ่นมือและหุ่นนิ้วประกอบ จากนั้นให้นักเรียนช่วยกันบอกว่าในนิทานน้องจ๊อบพบอะไรในเมืองฟันบ้าง</p> <p>3. นักเรียนดูหุ่นจำลองฟันผ่าครึ่งซี่ และอธิบายเพิ่มเติมในเรื่องโครงสร้างภายในของฟัน</p> <p>4. นักเรียนมีกรังเพลง "เปิดปากบู๊บ" และทำท่าประกอบเพลง (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ภาพต้นไม้</li> <li>◆ ภาพฟัน</li> <li>◆ นิทานเรื่องน้องจ๊อบท่องเที่ยวเมืองฟัน</li> <li>◆ หุ่นนิ้วและหุ่นมือ</li> <li>◆ หุ่นจำลองฟันผ่าครึ่งซี่</li> <li>◆ เพลง "เปิดปากบู๊บ" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระดาษคางคางกระดาษสีขาว ที่หนีบ และลำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การตอบคำถาม</p> <p>การซักถาม</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>● ชั้นโพรงประสาทฟัน : เป็นส่วนในสุดของฟัน ประกอบด้วยเส้นเลือด ท่อน้ำเหลือง และเส้นประสาทเล็กๆ ทำหน้าที่หล่อเลี้ยงให้ฟันมีชีวิตและรับรู้ความรู้สึกเจ็บปวดได้</p> <p><u>เพลง...เปิดปากนับ</u></p> <p>ทำนอง : เปิดนับ ปิดนับ (วงคุณสามชุกเปอร์แกงค์)</p> <p>เปิดปากนับ มันก็ชั่วร้ายเลย โครงสร้างฟัน มีภายนอกภายใน ส่วนภายนอก คือตัวฟัน และรากฟัน</p> <p>ผ่าฟันนับ มันก็ชั่วร้ายเลย มี 4 ชั้นนั่นคือ ภายในฟัน ประสาทฟัน ชั้นเนื้อฟัน ชั้นเคลือบ รากฟัน เคลือบฟันนั้นแข็งแรง</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p>5. นักเรียนซ้อมสื่กราบจุลินทรีย์ตามลำดับ</p> <p>ขั้นตอน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p> <p><u>ขั้นสรุป</u> นักเรียนตอบข้อส่วนต่างๆ ของฟัน โดยครูถามคำถามและสุ่มเรียกนักเรียนตอบ จากนั้นนักเรียนและครูช่วยกันสรุปโครงสร้างภายนอกและภายในของฟัน รวมถึงความสำคัญของการเรียนรู้เรื่องโครงสร้างฟัน</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## นิทานเรื่องน้องจ๊อบท่องเที่ยวเมืองฝัน

ด.ช.ศุภเดช หรือมีชื่อเล่นว่า "น้องจ๊อบ" เป็นเด็กน่ารักมาก รักความสะอาดและชอบแปรงฟัน เพราะจ๊อบกลัวฟันผุ วันหนึ่งที่โรงเรียนคุณครูสอนเรื่องโครงสร้างของฟันว่ามีทั้งภายนอกและภายใน โดยแบ่งออกเป็นหลายชั้น น้องจ๊อบจึงเกิดความสงสัย

น้องจ๊อบ "เฮ! ฟันไม่น่าจะมีหลายชั้นเลย เวลาข้าปากดูในกระจกที่ไร ก็เห็นแต่ตัวฟันอย่างเดียว" ดังนั้นน้องจ๊อบจึงไม่เชื่อในเรื่องที่คุณครูบอก

หลังจากแปรงฟันแล้ว คุณพ่อคุณแม่ก็พาน้องจ๊อบเข้านอน น้องจ๊อบนอนหลับสบายและฝันไปว่า

ขณะที่น้องจ๊อบกำลังเดินเล่นอยู่ น้องจ๊อบพบไฟฉายที่สนามหญ้า จึงหยิบไฟฉายมาดู แล้วเห็นข้างๆ ไฟฉายเขียนว่า "ไฟฉายยี่ห้อของโตเรมอน"

น้องจ๊อบ "ลองเปิดดูสิ ใครมาแกล้งเขียนว่าเป็นไฟฉายยี่ห้อ ตู ไปมาก็เหมือนไฟฉายธรรมดานี่แหละ" ระหว่างที่น้องจ๊อบเปิดไฟฉายน้องจ๊อบลืมนึกว่า ไฟฉายได้หันเข้ามาที่ตัวน้องจ๊อบ ทันทีที่น้องจ๊อบเปิดไฟฉาย แสงไฟก็ส่องมาที่ตัวน้องจ๊อบ

น้องจ๊อบ "โธ้ย ช่วยด้วย ช่วยด้วย ไฟฉายยี่ห้อจริงๆ ด้วย ตัวจ๊อบเล็กลงไปทุกทีแล้ว คุณพ่อครับ คุณแม่ครับ ช่วยจ๊อบด้วย" น้องจ๊อบร้องด้วยความตกใจ หลังจากตกใจอยู่สักครู่ใหญ่ น้องจ๊อบเริ่มตั้งสติได้

น้องจ๊อบ "เออ ความจริงตัวเล็กก็ดีเหมือนกันนะ ดูสิทุกอย่างรอบตัวดูใหญ่ไปหมดเลย ต้นหญ้าก็ใหญ่ เจ้าแมวเหมียวก็ตัวใหญ่ ขนนกก็คงขึ้นใหญ่ขึ้น ป้ายโฆษณาก็ใหญ่ แต่เอ๊ะ! นั้นป้ายอะไรนะ ทำไมไม่ใหญ่เหมือนป้ายอื่นๆ มีลูกศรชี้ด้วย ลองเดินไปดูหน่อยสิ"

น้องจ๊อบจึงเดินไปดูป้ายด้วยความสนใจ ป้ายนั้นเป็นป้ายที่เขียนไว้ว่า "เชิญเที่ยวเมืองฝัน" และมีลูกศรชี้ตลอดทาง น้องจ๊อบจึงเดินไปตามลูกศรที่ชี้ขึ้น

ณ เมืองฝัน น้องจ๊อบพบฝันมากมายหลายชนิด ทั้งฝันเที่ยว ฝันگرام และฝันอื่นๆ

น้องจ๊อบ "ทำไมฝันเยอะอย่างนี้ แล้วก็ชี้ใหญ่ๆ ทั้งนั้นเลย เหมือนตัวอย่างฝันที่คุณครูให้ดูในห้องเรียนเลย" ขณะที่น้องจ๊อบกำลังคิดอยู่นั้น น้องจ๊อบเดินชนฝันซี่ใหญ่เข้าอย่างจัง

คุณฝัน "โธ้ย เจ็บนะ เดินไม่ดูตาม้าตาเรือเลย"

น้องจ๊อบ "ขอโทษครับ ผมไม่ได้ตั้งใจ"

คุณฝัน "เธอเป็นใคร แล้วมาทำอะไรที่นี่"

น้องจ๊อบ "สวัสดีครับ ผมชื่อจ๊อบครับ ผมเห็นป้ายเชิญเที่ยวเมืองพิน ผมก็เลยเดินตามลูกศรมาครับ"

คุณพิน "อย่างนี้เอง เดี่ยวเราจะพาเจ้าไปเที่ยวนะ อยากรู้อะไรบ้างล่ะ"

น้องจ๊อบคิดอยู่สักครู่ แล้วจึงถามคุณพิน

น้องจ๊อบ "อ๋อนึกออกแล้ว วันที่โรงเรียน คุณครูบอกว่าพินมีทั้งโครงสร้างภายนอกและภายใน แล้วยังแบ่งเป็นหลายชั้นด้วย จริงหรือเปล่าครับคุณพิน"

คุณพิน "ก็จริงนะสิ"

น้องจ๊อบ "แต่เวลาผมมองกระจกก็เห็นแต่ตัวพิน อ้อแล้วก็เหงือกเท่านั้นเอง ไม่เห็นแบ่งเป็นชั้นๆ เลย"

คุณพิน "งั้นตามมานี้ เดี่ยวฉันจะแนะนำให้คุณรู้จักเพื่อนๆ ของฉันแต่ละชั้นที่ประกอบกันขึ้นเหมือนตัวฉันนี้แหละ กระโดดขึ้นมาบนตัวชั้นซี เดี่ยวฉันจะพาเธอไปดูพินที่ผ่าครึ่งซีกกัน"

จากนั้นคุณพินก็พาน้องจ๊อบไปแนะนำกับเพื่อนๆ ชั้นต่างๆ

คุณพิน "นี่คุณชั้นเคลือบพิน คุณชั้นเคลือบรากพิน แล้วก็คุณชั้นเนื้อพิน ส่วนนี้คือคุณชั้นโพรงประสาทพิน"

น้องจ๊อบ "สวัสดีครับ ผมชื่อน้องจ๊อบครับ ผมเชื่อแล้วว่าพินแบ่งเป็นชั้นต่างๆจริงๆ ด้วย เออแล้วแต่ละชั้นแตกต่างกันไหมครับ"

คุณชั้นเคลือบพิน "ต่างสิ อย่างตัวฉันนะ คลุมอยู่นอกสุดของตัวพิน ส่วนใหญ่จะมีสีขาวใส เธอรู้ไหม ฉันเนี่ยนะเป็นส่วนที่แข็งที่สุดของร่างกายเลยล่ะ"

คุณชั้นเคลือบรากพิน "ส่วนฉันก็คลุมอยู่นอกสุดของรากพิน มักจะมีสีเหลืองและแข็งแรงน้อยกว่าคุณชั้นเคลือบพินหน่อย"

คุณชั้นเนื้อพิน "ผมนะ อยู่ถัดไปจากคุณชั้นเคลือบพินในส่วนของตัวพิน และถัดจากคุณชั้นเคลือบรากพิน ปกติตัวผมมีสีเหลือง"

คุณชั้นโพรงประสาทพิน "ถึงที่อันบ้างแล้วนะ ตัวฉันเป็นส่วนในสุดของพิน มีเส้นเลือด ท่อน้ำเหลือง และเส้นประสาทเล็กๆ อยู่กับฉันมากมายเลยล่ะ เพราะทำหน้าที่หล่อเลี้ยงให้พินมีชีวิตและรับรู้ความรู้สึกเจ็บปวดได้ อ้อ! แถมอีกนิดนึง ถ้าเธอพินผุจนถึงชั้นโพรงประสาทพินนะ เธอจะเจ็บปวดจนทนไม่ไหวเลยเชียวนะ น้องจ๊อบ"

น้องจ๊อบ "ครับขอบคุณคุณพินทุกชั้นมากครับ ผมเชื่อแล้วแหละ ว่าพินแบ่งเป็นหลายชั้นจริงๆ ด้วย ต่อไปผมจะยิ่งรักษาฟันของผมให้ดี เพราะผมรู้แล้วว่าพินมีชั้นต่างๆ และแต่ละชั้นก็มีความสำคัญมากด้วย"

คุณพิน "ใช่แล้วแหละ แล้วเธออย่าลืมบอกเพื่อนๆ ของเธอด้วยนะ"

น้องจ๊อบ "ครับ ขอขอบคุณคุณพินมากนะครับ วันนี้ผมสนุกและได้รับความรู้เยอะเลยครับ"

คุณพิน "ไม่เป็นไรหรอกน้องจ๊อบ เอ๊ะ! เธอได้ยินเสียงอะไรไหม"

น้องจ๊อบ "นั่นสิครับ เสียงคุ่นๆ ด้วย" ที่แท้ก็เป็นเสียงคุณแม่ที่กำลังปลุกน้องจ๊อบ  
คุณแม่ "น้องจ๊อบ น้องจ๊อบ ตื่นได้แล้วลูก ลายแล้วนะ"

น้องจ๊อบ "ฮู้ยเสียงคุณแม่นี่เอง" แล้วน้องจ๊อบก็สะดุ้งตื่นขึ้นมา "โธ่ที่แท้เราก็ฝันไปนี่เอง ครับ ครับคุณแม่ น้องจ๊อบตื่นแล้วครับ"

จากนั้นน้องจ๊อบก็รีบไปล้างหน้าแปรงฟันด้วยความตั้งใจ ระหว่างแปรงฟันจ๊อบก็ได้พูดกับคุณพินที่อยู่ในความฝันของจ๊อบว่า "คุณพินครับ น้องจ๊อบจะตั้งใจดูแลฟันของจ๊อบให้ดี เพราะน้องจ๊อบรู้แล้วว่าพินแต่ละชั้นก็มีความสำคัญ และจ๊อบอยากมีฟันสวยแข็งแรงตลอดไป"





# แผนการสอนทันตสุขศึกษา

ครั้งที่ 5

## เรื่อง โรคฟันผุ


จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกสาเหตุและอาการของโรคฟันผุได้อย่างถูกต้อง

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>โรคฟันผุ</b></p> <p>เป็นโรคที่มีการทำลายฟันส่วนที่โผล่ขึ้นมาในช่องปาก เกิดเป็นโพรงหรือรูขึ้น การทำลายนี้เป็นการถาวร และถ้าไม่รักษา การผุจะลุกลามถึงโพรงประสาทฟันจะปวดฟัน อาจวมเป็นหนองและเชื้อโรคแพร่กระจายไปสู่อวัยวะต่างๆของร่างกายได้</p> <p><b>สาเหตุ</b></p> <p>เชื้อจุลินทรีย์ + น้ำลาย.....&gt; กรด</p> <p>กรด + ฟัน.....&gt; ฟันผุ</p> <p><b>อาการ</b></p> <p>แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ</p> <p>1. โรคฟันผุระยะที่ 1 : กรดเริ่มกัดกร่อนชั้นเคลือบฟัน ในระยะแรกมองเห็นการผุกร่อนไม่ชัดเจน อาจเป็นลักษณะสีดำๆ เทาๆ ตามร่องฟันที่เริ่มผุ ยังไม่มีอาการเจ็บปวดหรือเสียว</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> ครูถามประสบการณ์นักเรียนว่าใครเคยปวดฟันบ้าง และให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับอาการปวดฟันที่เกิดขึ้นให้ครูและเพื่อนๆ ฟัง</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. นักเรียนทำการทดลองดูการละลายของเปลือกไข่และเปรียบเทียบกับกรดทำลายฟัน โดยแบ่งนักเรียนเป็น 4 กลุ่ม สังเกตจากการทดลองและบันทึกผลที่เกิดขึ้น จากนั้นส่งตัวแทนออกมารายงานผลที่หน้าชั้นเรียน</p> <p>2. ครูอธิบายถึงโรคฟันผุและสาเหตุของโรคฟันผุ โดยเปรียบเทียบกับกรทดลองดูการละลายของเปลือกไข่</p> <p>3. นักเรียนดูบอร์ดสถิติแสดงฟันผุระยะต่างๆ จากนั้นครูอธิบายในเรื่องอาการที่เกิดขึ้นเมื่อเกิดโรคฟันผุในระยะต่างๆ</p> <p>4. นักเรียนมี กรองเพลง "เลิกฟันผุ" และทำท่าประกอบเพลง (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p> <p>5. นักเรียนย้อมสีคราบจุลินทรีย์ตามลำดับขั้นตอน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ เปลือกไข่</li> <li>◆ น้ำส้มสายชู</li> <li>◆ โบว์แบนที่ผลการทดลอง</li> <li>◆ บอร์ดสถิติแสดงฟันผุระยะต่างๆ</li> <li>◆ เพลง "เลิกฟันผุ" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระจก กระดาษทิชชู ที่หนีบ และสำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ</p> <p>การตอบคำถาม</p> <p>การซักถาม</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>2. โรคพื่นผุระยะที่ 2 : กรดที่เกิดขึ้นจะกัดกร่อนถึงชั้นเนื้อฟัน รุฟันผุเห็นชัดเจน ลักษณะเป็นรูสีดำเทา อาจมีเศษอาหารติด การผุชั้นนี้จะลุกลามเร็วกว่าระยะแรก เพราะชั้นเนื้อฟันแข็งน้อยกว่าชั้นเคลือบฟัน มีอาการเสียวฟันเมื่อถูกน้ำเย็น แต่ยังไม่มีอาการปวด</p> <p>3. โรคพื่นผุระยะที่ 3 : กรดทำลายเนื้อฟันเกือบถึงโพรงประสาทฟัน ลักษณะของฟันผุจะเป็นโพรงใหญ่ สีดำสกปรก มีกลิ่นบูดเน่าของเศษอาหารที่ติดอยู่ อาจมีอาการอักเสบของเนื้อเยื่อภายในโพรงประสาทฟัน มีอาการปวดฟัน อาจปวดตลอดเวลา หรือปวดเป็นพักๆ เคี้ยวอาหารลำบาก</p> <p>หากปล่อยไว้ไม่รักษา การเน่าจะลุกลามจนเกิดเป็นหนอง ฟันเริ่มโยก ระยะนี้เชื้อโรคจะลุกลามไปตามกระแสเลือดและน้ำเหลืองไปสู่อวัยวะอื่นได้ ตัวฟันมีลักษณะกร่อนมากอาจเหลือแต่รากฟัน ต้องถอนฟันทิ้ง</p>	<p><u>ขั้นสรุป</u> ครูถามความคิดเห็นนักเรียนว่านักเรียนอยากเป็นโรคพื่นผุหรือไม่ เพราะเหตุใด และให้นักเรียนช่วยกันบอกสาเหตุและอาการของโรคพื่นผุระยะต่างๆ</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>เพลง...เด็กพินมู</p> <p>ทำนอง : เด็กแล้วค่ะ (อาภาภรณ์ นครสวรรค์)</p> <p>(*) เด็กแล้วค่ะ หนูเด็กพินมูแล้วค่ะ เด็กแล้วค่ะ หนูเด็กพินมูแล้วค่ะ อ้อยยังหอกค่ะ ไม่คิดพินมูอีกค่ะ</p> <p>มีพินกับเขา 1 ชุด มานั่งปวดตุตๆ จนหนุทนไม่ได้ แรกๆ แค่เพียงจุดดำ ไม้ดูไม้แล ลามถึงโพรงประสาท ปากเหม็นจนคนรังเกียจ เป็นหนองเป็นรูแย่งจนดูไม่ได้</p> <p>รู้แล้วจะทำอย่างไร หนูต้องแปรงฟันให้ถูกวิธี</p> <p>รู้แล้วจะทำอย่างไร ไปหาหมอฟันคุณหมอช่วยที่ (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	 <p>สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>		

## การทดลองดูการละลายของเปลือกไข่และเปรียบเทียบกับกรดทำละลายฟัน

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้นักเรียนทราบถึงปฏิกิริยาของกรดที่ทำอันตรายต่อฟัน

**อุปกรณ์**

1. เปลือกไข่
2. น้ำส้มสายชู
3. แก้วน้ำ



**วิธีการ**

1. เทน้ำส้มสายชูในแก้วน้ำ จากนั้นนำเปลือกไข่ไปแช่ในน้ำส้มสายชู ตั้งทิ้งไว้
2. สังเกตดูจะเห็นว่าที่เปลือกไข่มีฟองเกิดขึ้นมา

**สรุป** น้ำส้มสายชูจะไปทำปฏิกิริยากับเปลือกไข่ โดยแทรกซึมไปตามรูพรุนของเปลือกไข่ จึงเห็นเป็นฟองเกิดขึ้นมา เปรียบเทียบกับกรดในช่องปากจะค่อยๆ แทรกซึมไปทำลายฟันทีละน้อยๆ

**ที่มา :** แนวทางการสอนทันตศึกษาสำหรับครู (ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-4)

(กองทันตสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, 2536)

# แผนการสอนทันตสุขศึกษา

ครั้งที่ 6

## เรื่อง โรคเหงือกอักเสบ


จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกสาเหตุและอาการของโรคเหงือกอักเสบได้

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>โรคเหงือกอักเสบ</b></p> <p>โรคเหงือกอักเสบคือโรคที่เกิดกับเหงือกเป็นอาการเริ่มต้นของโรคปริทันต์ซึ่งเป็นระยะที่ยังไม่มีการทำลายกระดูกหุ้มรากฟัน</p> <p><b>สาเหตุ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. สารพิษของจุลินทรีย์</li> <li>2. หินปูนหรือหินน้ำลาย</li> </ol> <p><b>อาการ</b></p> <p>แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ระยะที่ 1 : เป็นระยะของโรคเหงือกอักเสบ พิษของจุลินทรีย์ทำให้เกิดการอักเสบของเหงือกและเยื่อยึดรากฟัน เหงือกจะมีลักษณะบวมแดงคล้ำเริ่มไม่แนบสนิทกับตัวฟัน อาจมีเลือดออกขณะแปรงฟันจากบริเวณเหงือกที่บวม อาจพบหินปูนเกาะตามฟันบางซี่ ในระยะนี้ยังไม่มีการทำลายกระดูกหุ้มรากฟัน</li> </ol>	<p><b>ขั้นนำ</b> ครูถามนักเรียนว่า ถ้าสมมุติว่าไม่มีเหงือกในปากของนักเรียน จะเกิดอะไรขึ้น นักเรียนและครูช่วยกันอภิปรายถึงความสำคัญของเหงือก</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. ครูให้นักเรียนดูภาพโรคเหงือกอักเสบระยะต่างๆ โดยนักเรียนและครูช่วยกันอภิปรายสาเหตุและอาการของโรคเหงือกอักเสบระยะต่างๆ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. นักเรียนเล่นเกมพันตามหาเหงือก โดยแจกแผ่นเกมให้นักเรียนและให้แข่งขันกันว่าใครจะสามารถลากเส้นพาฟันไปหาเหงือกได้ก่อน และระบายสีให้สวยงาม</li> <li>3. นักเรียนฝึกร้องเพลง "ปวดเหงือก" และช่วยกันคิดทำทางประกอบเพลง (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>4. นักเรียนย้อมสีคราบจุลินทรีย์ตามลำดับ</li> </ol> <p><b>ขั้นสอน</b> และบันทึกลงในแผ่นภาพฟัน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ภาพโรคเหงือกอักเสบระยะต่างๆ</li> <li>◆ แผ่นเกมพันตามหาเหงือก</li> <li>◆ สีไม้</li> <li>◆ เพลง "ปวดเหงือก" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระดาษกระดาษทิชชู ที่หนีบ สำลี และแผ่นภาพฟัน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การมีส่วนร่วมในปฏิบัติ</p> <p>การตอบคำถาม</p> <p>การซักถามและอภิปราย</p>

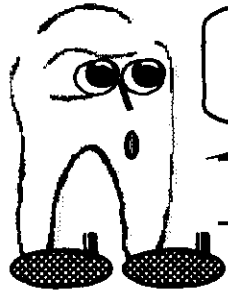
เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>2. ระยะที่ 2 : นอกจากพิษของจุลินทรีย์แล้ว ลักษณะเหงือกที่บวมอักเสบทำให้มีเศษอาหารมาเกาะรอบฟันมากขึ้นทำให้ทำความสะอาดยาก และแคลเซียมในน้ำลายจะตกตะกอนเป็นหินปูน เกิดการระคายเคืองต่อเหงือก ทำให้เหงือกอักเสบและแยกตัวจากฟันมากขึ้น</p> <p>3. ระยะที่ 3 : โรคลุกลามมากขึ้น มีหินปูนจับหนา และขยายไปตามปลายรากฟัน กระดูกหุ้มรากฟันถูกทำลาย และเหงือกส่วนมากขึ้น ถ้ามีอาการรุนแรงจะโยกร่วมกับมีอาการปวด มีหนองและเลือดไหลบริเวณเหงือกอักเสบ กลิ่นปากรุนแรง</p> <p><u>เพลง...ปวดเหงือก</u></p> <p>ทำนอง : แดดออก</p> <p>ปวดเหงือก ปวดเหงือก อยากจะรู้ว่าปวดเหงือกเพราะอะไร</p> <p>เหงือกอักเสบ เกิดจากหินปูนนั้น บวกกับสารพิษอยู่ในจุลินทรีย์</p>	<p><u>ขั้นสรุป</u> นักเรียนและครูช่วยกันสรุปว่าเพราะเหตุใดฟันจึงจำเป็นต้องมีเหงือกอยู่ด้วย โดยเน้นความสำคัญของการดูแลเหงือกไม่ให้เป็นโรคเหงือกอักเสบ</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

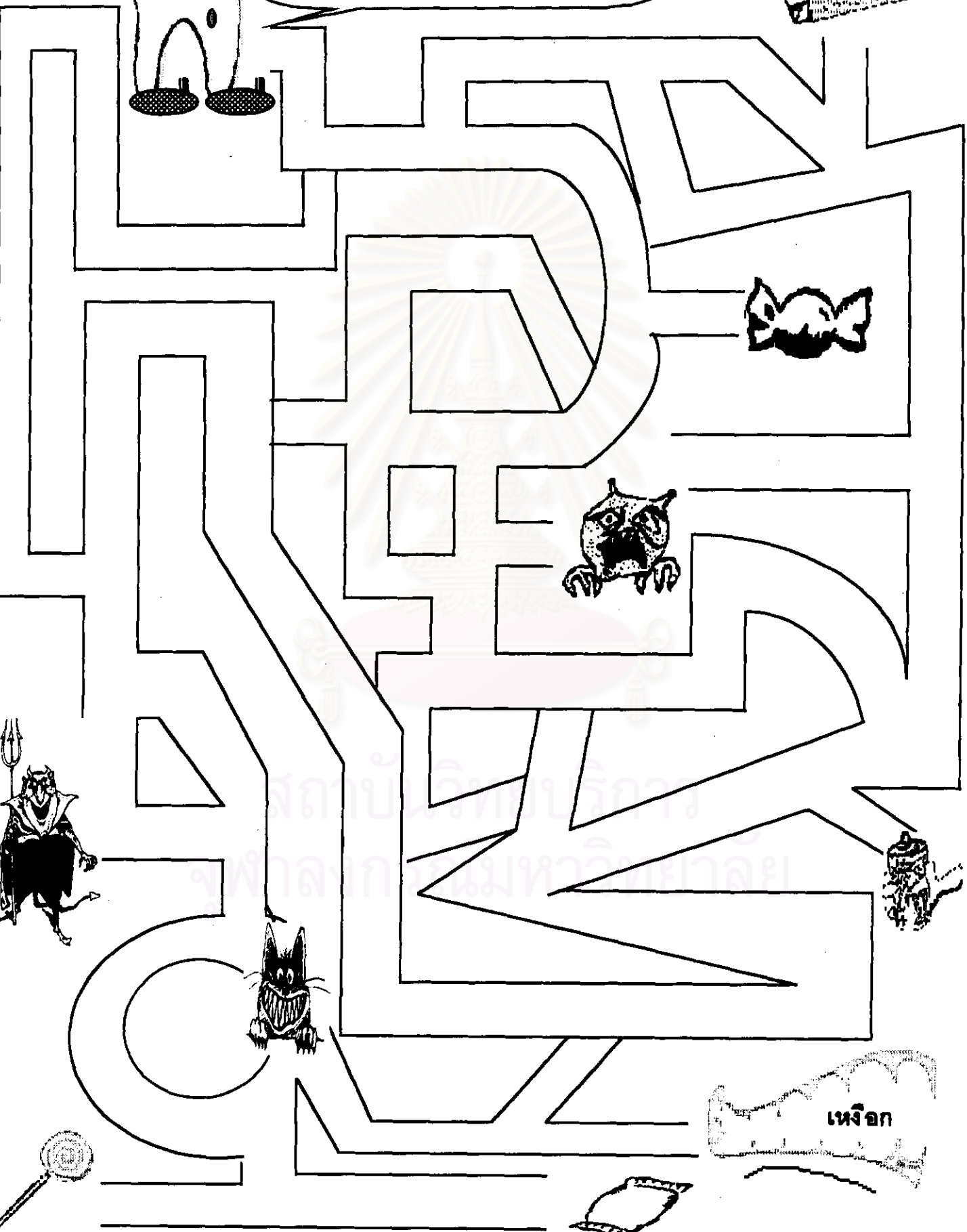
เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>เหงือกเลือดออก เกิดจากหินปูนนั้น บวกกับ            สารพิษอยู่ในจุลินทรีย์            ปวด เป็นแล้วปวด เป็นแล้วปวด เป็นแล้วปวด            เพราะหินปูนและสารพิษในจุลินทรีย์            ปวดเหงือก ปวด...เหงือก            (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	 <p>สถาบันวิทยบริการ            จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>		

# เกมฟันตามหาเหรียญ

ชื่อ-นามสกุล..... ชั้น ป.3/.....เลขที่.....



ช่วยฟันตามหาเหรียญหน่อยครับ ถ้าไม่มีเหรียญ ฟันจะต้องแย่นะเลย.....





**แผนการสอนทันตสุขศึกษา**  
**ครั้งที่ 7**  
**เรื่อง การป้องกันโรคในช่องปาก**

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกวิธีป้องกันโรคในช่องปากได้อย่างถูกต้อง

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>วิธีป้องกันโรคในช่องปาก</b></p> <p>1. การแปรงฟันที่ถูกวิธี และแปรงหลังอาหารทุกครั้ง ช่วยให้ปากสะอาด ฟันและเหงือกแข็งแรงป้องกันโรคในช่องปาก</p> <p>2. การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อฟัน รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบทุกประเภท การขาดสารอาหารบางอย่างทำให้เกิดโรคในช่องปากได้ เช่น การขาดวิตามินซี จะทำให้เหงือกอักเสบได้ง่าย อาหารประเภทแป้งและน้ำตาลมากๆ ทำให้ฟันผุ เราจึงควรหลีกเลี่ยงและหันไปรับประทานผักสดและผลไม้แทน</p> <p>3. การใช้ฟลูออไรด์เป็นประจำ สามารถป้องกันโรคในช่องปากได้ โดยทำให้เคลือบฟันแข็งแรงทนทานต่อกรดมากขึ้น ช่วยลดปริมาณกรดที่เกิดจากจุลินทรีย์ในแผ่นคราบฟัน และช่วยเสริมสร้างซ่อมแซมรอยผุในระยะเริ่มแรก</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> ครูถามนักเรียนว่าโรคในช่องปากมีอะไรบ้าง และมีวิธีป้องกันหรือไม่ โดยเน้นให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันโรคในช่องปาก</p> <p><b>ขั้นสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>นักเรียนเล่น "เกมบิงโกวิธีป้องกันโรคในช่องปาก"</li> <li>นักเรียนและครูช่วยกันสรุปวิธีป้องกันโรคในช่องปาก</li> <li>นักเรียนฝึกร้องเพลง "บอกว่า..." และส่งตัวแทนออกมาทำท่าประกอบเพลงที่หน้าชั้น (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>นักเรียนยิ้มยิ้มสวัสดีตามลำดับ</li> </ol> <p><b>ขั้นสอน</b> (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p> <p><b>ขั้นสรุป</b> อาสาสมัครนักเรียน 2 คน แสดงบทบาทสมมติ โดยให้คนหนึ่งเป็นโรคในช่องปาก ส่วนอีกคนเป็นเพื่อนที่คอยแนะนำวิธีป้องกันโรคในช่องปาก</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ชุดเกมบิงโกวิธีป้องกันโรคในช่องปากที่มีแผ่นตาราง 9 ช่องของคำถาม และสัญลักษณ์แปรงสีฟันและยาสีฟัน</li> <li>◆ เพลง "บอกว่า..." (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ยิ้มสวัสดี จุลินทรีย์ ได้แก่ สีส้ม อาหารสีแดง กระฉก กระดาษทิชชู ที่หนีบ และสำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ การตอบคำถามและซักถาม</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>4. การไปพบหมอฟันเพื่อตรวจรักษาฟันเป็นประจำ ช่วยป้องกันโรคในช่องปากได้</p> <p><u>เพลง...บอกว่า...</u></p> <p>ทำนอง : บอกว่าอย่าน่ารัก (ธงชัย แมคอินไตย์)</p> <p>บอกไว้ก่อนให้รู้กันไป วิธีป้องกันโรคในช่องปาก บอกว่าต้องแปรงฟัน จะบอกว่าคุณต้องแปรงฟัน ต้องแปรงฟันให้ถูกวิธี บอกว่าฝึกนิสัยการกิน เลือกกินแต่อาหารมีประโยชน์ บอกว่าฟลูออไรด์ ใช้ฟลูออไรด์ประจำ ช่วยป้องกันโรคในช่องปาก ถ้าหากจะให้ดี ไม่ลืมหาหมอฟันต้องหาหมอฟันประจำ ถ้าหากว่าไม่ทำอย่างวิธีที่ว่ามีมา ปวดฟันไม่ทุเลาแล้วก็ต้องปวดเหงือก แต่ถ้าหากว่าคิดตรงกัน และถ้าหากคุณนั้นจะทำตาม บอกว่าฟันแข็งแรง บอกว่าเหงือกแข็งแรง ไม่ต้องกลัวโรคในช่องปาก</p> <p>อย่าหาว่าไม่เตือน อย่าหาว่าไม่เตือน บอกให้รู้ บอกแล้วก็ไม่ฟัง บอกแล้วก็ไม่ฟัง บอกแล้วก็ไม่ฟัง เดี่ยวฟันผุ</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>			

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## เกมบิงโกวิธีป้องกันโรคในช่องปาก

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีป้องกันโรคในช่องปากได้

**อุปกรณ์**

1. แผ่นตาราง 9 ช่อง
2. รองคำถาม
3. สัตว์ลักษณะรูปแปรงสีฟันและยาสีฟัน

ตัวอย่างแผ่นตาราง 9 ช่อง

1	2	3
4	5	6
7	8	9

**วิธีเล่น** 1. แบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มแปรงสีฟันและกลุ่มยาสีฟัน

2. ให้แต่ละกลุ่มสลับกันตอบคำถามเกี่ยวกับวิธีป้องกันโรคในช่องปาก โดยมีรองคำถามที่เตรียมคำถามไว้ให้เลือก เช่น คำถาม - ให้ออกวิธีป้องกันโรคในช่องปาก 3 วิธี
  - อาหารประเภทใดทำให้ฟันนุ่มได้ง่าย
  - ทำไมจึงต้องป้องกันโรคในช่องปาก

3. กลุ่มใดที่ตอบได้จะได้เดินแต้มโดยติดสัตว์ลักษณะของกรุปในช่องบิงโก 9 ช่อง ถ้ากรุปใดตอบไม่ได้อีกกรุปจะได้ตอบแทน กรุปที่ชนะคือกรุปที่สามารถติดสัตว์ลักษณะของกรุปในแนวเส้นตรงหรือเส้นเฉียงติดกัน 3 ช่อง



**แผนการสอนทันตสุขศึกษา**  
**ครั้งที่ 8**  
**เรื่อง การตรวจฟันด้วยตนเอง**

**จุดประสงค์** นักเรียนสามารถตรวจฟันด้วยตนเองได้อย่างถูกต้องวิธี


เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

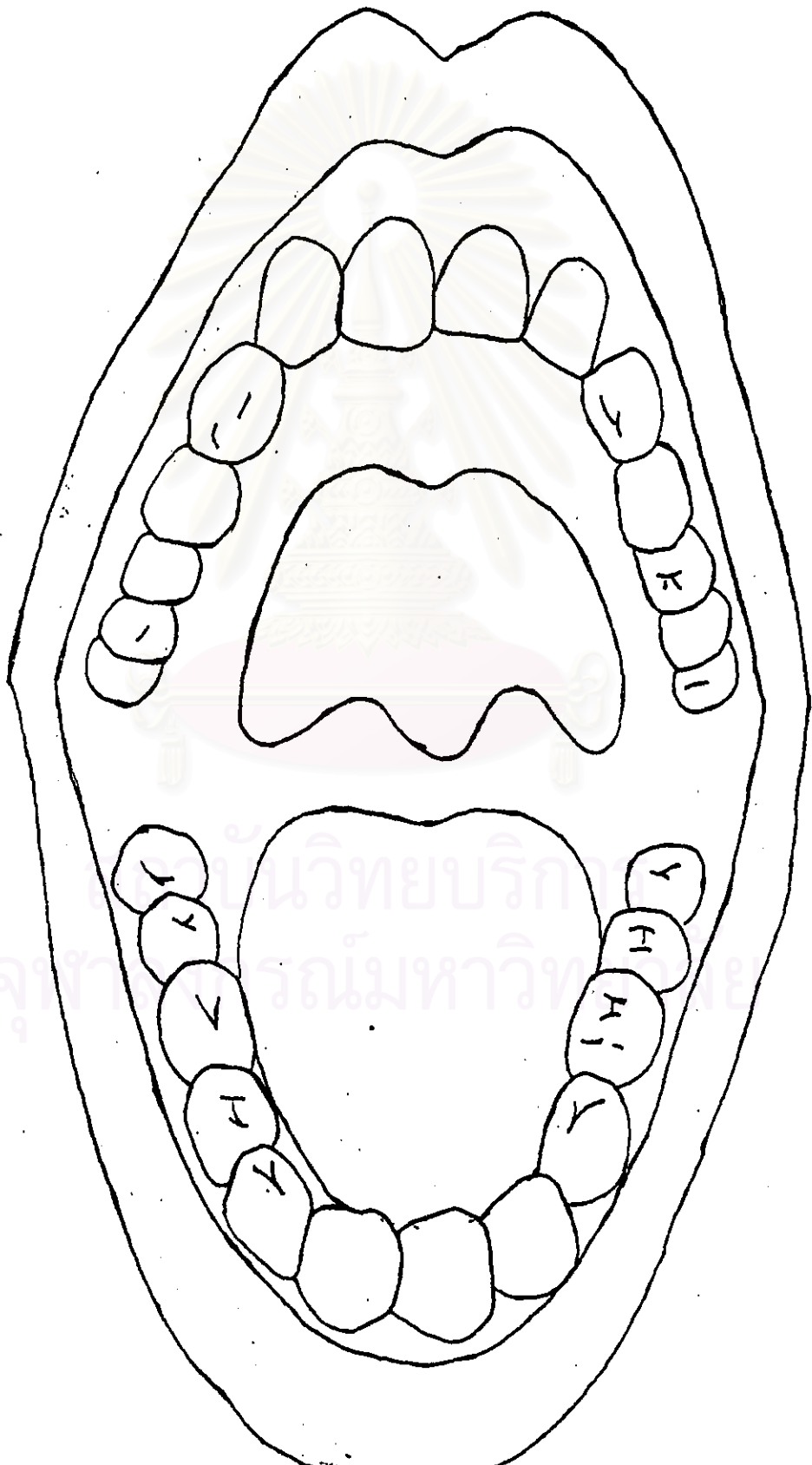
เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>การตรวจฟันด้วยตนเอง</b></p> <p>ประโยชน์ : ทำให้ทราบสภาพในช่องปากของตนเอง ถ้ามีความผิดปกติจะได้รับการรักษาแต่เนิ่นๆ ไม่ต้องรอให้เกิดอาการเสียวหรือเจ็บปวดขึ้น จะช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย เวลาและไม่ทรมาน</p> <p>เวลาที่ตรวจ : ควรตรวจภายหลังการแปรงฟัน</p> <p>อุปกรณ์ : กระจกเงาส่องหน้าธรรมดา</p> <p>สภาพในช่องปากที่ควรให้ความสนใจ : ฟันผุ, โรคเหงือก และความสะอาด</p> <p>วิธีตรวจ : ส่องกระจกเงาในที่มืดแสงสว่างเพียงพอ</p> <p>ตรวจดูสภาพช่องปากบริเวณต่อไปนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตรวจฟันหน้าบนและล่าง : ยืมยิงฟันกับกระจกให้เห็นฟันหน้าทั้งหมดทั้งตัวฟันและเหงือก</li> <li>2. ตรวจฟันกรามด้านติดแก้ม : ยืมให้กว้างไปถึงฟันกรามอาจใช้นิ้วมือช่วยดึงมุมปากเพื่อให้เห็นชัดเจน</li> </ol>	<p><b>ขั้นนำ</b> นักเรียนช่วยกันอภิปรายว่าจะรู้ได้อย่างไรเกิดโรคฟันผุหรือโรคเหงือกอักเสบขึ้นถ้าไม่มีอาการปวดหรืออาการผิดปกติเกิดขึ้น จากนั้นครูเฉลยว่าสามารถรู้ได้ด้วยการตรวจฟันด้วยตนเอง และเน้นความสำคัญของการเรียนรู้เรื่องการตรวจฟันด้วยตนเอง ไม่ใช่เฉพาะหมอทันเท่านั้นที่จะตรวจฟันให้เราได้</p> <p><b>ขั้นสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนและครูช่วยกันบอกถึงประโยชน์การตรวจฟันด้วยตนเอง เวลาที่ควรตรวจ และอุปกรณ์ที่ใช้ในการตรวจฟันด้วยตนเอง</li> <li>2. ครูอธิบายวิธีตรวจฟันด้วยตนเอง โดยให้อาสาสมัคร 1 คนมาแสดงวิธีตรวจฟันประกอบการอธิบาย</li> <li>3. นักเรียนตรวจฟันด้วยตนเองโดยมีอุปกรณ์คือ กระจก แผ่นภาพฟัน และสีไม้ เพื่อบันทึกสิ่งผิดปกติที่เกิดขึ้นกับเหงือกและฟันลงในแผ่นภาพฟัน</li> <li>4. นักเรียนฝึกร้องเพลง "ตรวจฟันเองสักกะนิด" และทำท่าตรวจฟันประกอบ (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ กระจก</li> <li>◆ แผ่นภาพฟัน</li> <li>◆ สีไม้</li> <li>◆ เพลง "ตรวจฟันเองสักกะนิด" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระจก กระดาษทิชชู ที่หนึบ และสำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การตอบคำถาม</p> <p>การฝึกปฏิบัติการตรวจฟันด้วยตนเอง</p> <p>การบันทึกลงในแผ่นภาพฟัน</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>3. ตรวจสอบในของพื้นล่าง : กัมหน้าอัปากกว้างกระดกขึ้นเวลาตรวจถึงพื้นกราม</p> <p>4. ตรวจสอบบดเคี้ยวของพื้นกรามล่าง : อัปากดูด้านบดเคี้ยวของพื้นล่าง</p> <p>5. ตรวจสอบบนด้านเพดานและด้านบดเคี้ยว : เงยหน้าอัปากดูในกระຈก</p> <p><u>เพลง...ตรวจฟันเองสักกะนิด</u></p> <p>ทำนอง : บอกว่ารัก (ทาพายัง)</p> <p>ตรวจฟันเองสักกะนิด สักกะนิด เพราะเรื่องฟันเป็นเรื่องสำคัญ ต้องระวัง ต้องระวัง เธอมีเพียงแค่กระຈก ยิงฟันและอัปาก ตรวจฟันด้วยตนเองได้</p> <p>ตรวจฟันเองสักกะนิด สักกะนิด ควรตรวจหลังจากเธอแปรงฟันนั้นจะดี นั้นจะดี ช่วยให้รู้สภาพช่องปาก ดูแลให้สะอาด รักษาได้ แต่เนิ่นๆ ไม่ต้องรอให้ปวดฟัน</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p>5. นักเรียนย่อมสังเกตปรากฏการณ์ตามลำดับ</p> <p>ขั้นตอน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p> <p><u>ขั้นสรุป</u> นักเรียนและครูช่วยกันสรุปความสำคัญของการตรวจฟันด้วยตนเอง จากนั้นครูให้คำแนะนำกับนักเรียนที่พบความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับเหงือกและฟันเป็นรายบุคคล</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

# แผ่นภาพฟัน

**คำชี้แจง**  ให้นักเรียนบันทึกสิ่งผิดปกติที่เกิดขึ้นกับฟันและเหงือกจากการตรวจฟัน  
ด้วยตนเอง โดยวาดและระบายสีลงในแผ่นภาพฟัน



**แผนการสอนทันตสุขศึกษา**  
**ครั้งที่ 9**  
**เรื่อง อาหารที่มีประโยชน์และโทษต่อฟัน**

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถแยกอาหารที่มีประโยชน์และอาหารที่เป็นโทษต่อฟันได้

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>อาหารที่มีประโยชน์ต่อฟัน</b></p> <p>ได้แก่ อาหารหลัก 5 หมู่ โดยเฉพาะเนื้อสัตว์ ผักสด และผลไม้ที่มีประโยชน์โดยตรงต่อฟัน ส่วนอาหารประเภทแป้งและน้ำตาลถ้ารับประทานจำนวนมากจะทำให้ฟันผุได้ ขึ้นอยู่กับลักษณะของอาหารนั้นๆ</p> <p><b>อาหารที่เป็นโทษต่อฟัน</b></p> <p>ได้แก่ อาหารที่มีลักษณะเหนียว ติดฟัน จะทำให้ฟันได้สัมผัสกับกรดที่เกิดนานขึ้น เช่น ทอฟฟี่ ช็อคโกแลต กาละแม น้ำอัดลม อาหารประเภทนี้จะใช้เวลานานมากที่น้ำลายจะชะล้างออกไปจากฟันทำให้ฟันผุได้ นอกจากนี้ในปัจจุบันมีขนมประเภทแป้งกรอบสำเร็จรูปบรรจุถุง ซึ่งมีแต่เพียงแป้งและน้ำตาลเท่านั้น เมื่อรับประทานอาหารจะทำให้เกิดคราบอาหารติดฟันอยู่ยาวนาน ซึ่งจะทำให้เกิดโรคฟันผุได้ง่าย</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> นักเรียนและครูช่วยกันอภิปรายถึงความสัมพันธ์ของอาหารกับฟัน โดยเน้นว่าอาหารมีความสำคัญกับฟันมาก เราจำเป็นจะต้องเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อฟัน</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. นักเรียนอาสาสมัคร 6 คน ทำการทดลอง "การสังเกตดูความสกปรกและรสเปรี้ยวในปาก" จากนั้นนักเรียนและครูช่วยกันสรุปผลการทดลองและอธิบายเพิ่มเติมในเรื่องกรดที่เกิดขึ้น</p> <p>2. นักเรียนช่วยกันแยกอาหารที่มีประโยชน์และอาหารที่เป็นโทษต่อฟัน โดยติดภาพอาหารที่มีประโยชน์กับภาพฟันแข็งแรงยิ้ม และติดภาพอาหารที่เป็นโทษกับภาพฟันผุร่อนให้</p> <p>3. นักเรียนฝึกร้องเพลง "อาหารกับฟัน" และทำท่าประกอบเพลง (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p> <p>4. นักเรียนข้อมสืคราบจุลินทรีย์ตามลำดับชั้นตอน และบันทึกลงในแผ่นภาพฟัน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ขนมปังกรอบ</li> <li>◆ ทอฟฟี่</li> <li>◆ ผลไม้</li> <li>◆ กระดาษลิทมัส</li> <li>◆ ภาพอาหารชนิดต่างๆ</li> <li>◆ ภาพฟันแข็งแรงยิ้ม</li> <li>◆ ภาพฟันผุร่อนให้</li> <li>◆ เพลง "อาหารกับฟัน" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ข้อมสืคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีสดม อาหารสีแดง กระดาษกระดาษทิชชู ที่หนึบ ลำลี และแผ่นภาพฟัน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การมีส่วนร่วมในการทดลอง</p> <p>การตอบคำถาม</p> <p>การแยกภาพอาหารที่มีประโยชน์และเป็นโทษต่อฟัน</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>ทดลอง...อาหารกับพื้น</b></p> <p>ทำนอง : โดเรมี</p> <p>ผักและผลไม้สด มีวิตามินและเกลือแร่ บำรุงฟันและเหงือกแข็งแรง อีกทั้งอาหารหลัก 5 หมู่ เราควรฝึกนิสัยการกิน เลือกอาหารดีมีประโยชน์ ทอพีที ช็อคโกแลต รongหวาน นั้นมีโทษต่อฟันของเรา โอิ๊ะ โอิ๊ะ โอิ๊ะ (*)</p> <p>(โอิ๊ะ โอิ๊ะ ปวดฟัน)</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p><b>ขั้นสรุป</b> นักเรียนและครูช่วยกันจดจากการแยกประเภทอาหารที่มีประโยชน์และเป็นโทษต่อฟัน และเน้นให้เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อฟันและหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นโทษต่อฟัน</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## การทดลองการสังเกตดูความสกปรกและรสเปรี้ยวในปาก

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้นักเรียนสังเกตเห็นความแตกต่างของประเภทอาหารที่รับประทาน

**อุปกรณ์**

1. ขนมปังกรอบ และทอฟฟี่
2. ผลไม้ เช่น ฝรั่ง ชมพู
3. กระดาษลิทมัส



**วิธีการ** 1. แบ่งเด็กเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน

เด็กกลุ่มที่ 1 เคี้ยวขนมปังกรอบ และทอฟฟี่

เด็กกลุ่มที่ 2 เคี้ยวผลไม้

2. ให้เด็กทั้ง 2 กลุ่ม จับคู่กัน ช้าปากดู แล้วให้เด็กบอกว่างาปากและฟันใครสะอาดกว่ากัน
3. ใช้กระดาษลิทมัส และน้ำตาของเด็กทั้ง 2 กลุ่ม สังเกตดูว่ากระดาษลิทมัสเปลี่ยนสีเป็นอะไร

**สรุป** 1. เด็กกลุ่มที่เคี้ยวผลไม้ ปากและฟันจะสะอาดกว่าเด็กกลุ่มที่เคี้ยวขนมปังกรอบและทอฟฟี่

2. เด็กกลุ่มที่เคี้ยวขนมปังกรอบ กระดาษลิทมัสจะเปลี่ยนสีเป็นสีแดง แสดงให้เห็นว่าหลังจากทานขนมปังกรอบและทอฟฟี่ แล้วจะเกิดกรดขึ้นภายในช่องปาก

**ที่มา :** แนวทางการสอนทันตศรัทธศึกษาสำหรับครู (ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-4)

(กองทันตสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, 2536)

# แผนการสอนทันตศศึกษา

ครั้งที่ 10

## เรื่อง สารฟลูออไรด์

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกประโยชน์ของสารฟลูออไรด์ได้

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>สารฟลูออไรด์</b></p> <p>ผลของฟลูออไรด์ : ฟลูออไรด์ป้องกันฟันผุโดย</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ทำให้เคลือบฟันแข็งแรงทนต่อการกรดมากขึ้น</li> <li>● ช่วยลดปริมาณกรดที่เกิดจากจุลินทรีย์ในแผ่นคราบฟัน</li> <li>● ช่วยเสริมสร้างซ่อมแซมรอยผุในระยะเริ่มแรก ที่มีลักษณะเป็นฝ้าขุ่นขาว ผิวเรียบยังไม่เกิดเป็นรูผุ ให้แข็งแรงยิ่งขึ้น</li> </ul> <p>แหล่งของฟลูออไรด์ : ฟลูออไรด์ในธรรมชาติพบทั้งในดินและน้ำมากน้อยต่างกัน ในพืชผักต่างๆ บางชนิดมีฟลูออไรด์สูง ในสัตว์ทะเลก็มีฟลูออไรด์สูงเช่นกัน</p> <p>ในปัจจุบันจะมีการผสมสารฟลูออไรด์ในผลิตภัณฑ์ต่างๆ เช่น ยาสีฟัน ยาเม็ด ยาน้ำ ยามอมบ้วนปาก เป็นต้น</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> นักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายว่าถ้าจะซื้อยาสีฟันยาสีฟันที่ดีต้องมีอะไร เพราะเหตุใด โดยเน้นความสำคัญของการเรียนเรื่องสารฟลูออไรด์ซึ่งสามารถช่วยป้องกันฟันผุได้</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. ครูเล่านิทานเรื่องอัศวินฟลูออไรด์ โดยใช้ภาพพดลประกอบ</p> <p>2. นักเรียนและครูช่วยกันสรุปผลของการใช้ฟลูออไรด์จากนิทาน</p> <p>3. นักเรียนคูตัวอย่างสารฟลูออไรด์ชนิดต่างๆ จากนั้นครูอธิบายเพิ่มเติมเรื่องแหล่งของฟลูออไรด์ และสารฟลูออไรด์ที่ผสมอยู่ในสิ่งต่างๆ</p> <p>4. นักเรียนฝึกร้องเพลง "อะไรเอ่ย" และเฉลยคำตอบจากคำถามอะไรเอ่ยจากในเพลงร่วมกัน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p> <p>5. นักเรียนย้อมสีคราบจุลินทรีย์ตามลำดับ</p> <p><b>ขั้นสอน</b> (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ภาพพดลนิทานเรื่องอัศวินฟลูออไรด์</li> <li>◆ สารฟลูออไรด์ในรูปแบบต่างๆ</li> <li>◆ ข้อความที่เกี่ยวกับสารฟลูออไรด์</li> <li>◆ เพลง "อะไรเอ่ย" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระดาษกระดาษทิชชู ที่หนีบ และลำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การตอบคำถาม</p> <p>การซักถาม</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>เพลง...อะไรอ่อย</b></p> <p>ทำนอง : SMALL WORLD</p> <p>อะไรอ่อยช่วยเคลือบให้ฟันเราแข็งแรง</p> <p>ช่วยป้องกันฟันผุ ทนต่อกรดจุลินทรีย์</p> <p>มีอยู่ในธรรมชาติ ในที่ริมฝีปากของเรา ผสมอยู่ใน</p> <p>ในสิ่งต่างๆ</p> <p>มีในยาสีฟันของเรา อีกยังมีในน้ำ</p> <p>ผสมในยาอมบ้วนปาก นั่นก็คือ สารฟลูออไรด์</p> <p>(กลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p><b>ขั้นสรุป</b> ครูอ่านข้อความเกี่ยวกับสารฟลูออไรด์และให้นักเรียนช่วยกันบอกว่าที่ครูอ่านถูกหรือผิด ผิดอย่างไร และเน้นให้นักเรียนใช้ยาสีฟันที่ผสมฟลูออไรด์ และแปรงฟันนานอย่างน้อย 2 นาที เพื่อให้ฟลูออไรด์ในยาสีฟันเข้าไปทำปฏิกิริยากับฟันได้</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## นิทานเรื่องอัศวินพลูออไรด์

ณ เมืองจตุลินทรีย์ เหล่าเชื้อจตุลินทรีย์ต่างมาประชุมกันอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา โดยมีหัวหน้าจตุลินทรีย์ และเหล่าสมุนจตุลินทรีย์ที่อาศัยอยู่ในปากของมนุษย์

หัวหน้าจตุลินทรีย์ “ที่ข้าเรียกพวกเจ้ามาประชุมกันในวันนี้ ก็เพื่อจะบอกว่า ถึงเวลาแล้วที่เราจะต้องจัดการอย่างเด็ดขาดกันซะที ได้เวลาจะครอบครองมนุษย์แล้ว ฮะ ฮะ ฮะ ตอนนี้นักมนุษยภัยจคร้านกันมากขึ้นไม่ยอมดูแลรักษาฟันและเหงือกของตัวเอง กินแต่อาหารที่มีโทษต่อฟันที่พวกเราชอบมาก ก็เลยต้องฟันผุ และเหงือกอักเสบกันแยะเลย โดยเฉพาะพวกเด็กๆ ทั้งหลายเราจะต้องจัดการปล่อยกรดและสารพิษออกมาทำลายฟันและเหงือกมันเยอะๆ ก่อนที่มันจะโตเป็นผู้ใหญ่”

เหล่าสมุนจตุลินทรีย์ขานรับอย่างพร้อมเพรียงกัน “ใช่แล้ว ใช่แล้ว ต้องจัดการ”

หัวหน้าจตุลินทรีย์ “เอาละพวกเจ้า แยกย้ายกันไปจัดการได้เลย”

เหล่าสมุนจตุลินทรีย์ “ได้เลย หัวหน้า” ว่าแล้วเหล่าจตุลินทรีย์ก็แยกย้ายกันไปอยู่ในปากของมนุษย์

ในร้านขนมหวานแห่งหนึ่งใกล้ๆ โรงเรียน มีขนมหวานรูปแบบต่างๆ สีสวยๆ ทั้งทอฟฟี่ ช็อคโกแลต ขนมถั่วกรอบ และน้ำอัดลมมากมายหลายยี่ห้อ เด็กๆ กำลังยืนมองกันเพื่อเลือกซื้อขนมเหล่านี้ โดยมีเหล่าเชื้อจตุลินทรีย์ที่เตรียมพร้อมคอยอยู่แล้ว น้องเป้กับน้องป๊อสองพี่น้องเดินผ่านมาพอดี

น้องป๊อ “พี่เป้ครับ รอดี๋ยวนะ ป๊อขอไปซื้อทอฟฟี่ กับขนมอร่อยๆ ก่อนนะ”

น้องเป้ “อย่าเลยป๊อ คุณครูเพิ่งจะสอนว่าของพวกนี้เป็นของที่ไม่มีประโยชน์ กินแล้วทำให้ฟันเราผุ”

น้องป๊อ “โธ่ พี่เป้ ถ้าพี่ไม่กิน ก็รอป๊ออยู่ตรงนี้นะ ป๊อไปซื้อแป๊บเดียว” จากนั้นน้องป๊อก็รีบวิ่งไปซื้อขนมกลับมา และกินอย่างเอร็ดอร่อย เท่านั้นยังไม่พอน้องป๊อยังกินล่อให้น้องเป้อยากกินด้วย

น้องป๊อ “อ้อฮืม อร่อยจังเลย เนี่ยขนมอกใหม่ที่โฆษณาในทีวีเขียวนะครับ แล้วนี่ก็ท็อฟฟี่รสอร่อยทั้งรสส้ม รสช็อคโกแลต รสสตรอเบอร์รี่ พี่เป้ไม่ลองหน่อยเหรอ”

น้องเป้ “ไม่เอาหรอก แต่เออ...ที่ก็อยากชิมเหมือนกันนะเนี่ย ขอนิดเดียวแล้วกันนะ แล้วพอกินเสร็จเรารับไปแปรงพินกันนะป้อ” แล้วเป้กับป้อก็กินขนมกันอย่างอร่อยโดยมีเจ้าเชื้อจุลินทรีย์ที่กำลังตั้งใจที่ได้กินขนมที่ติดอยู่ในปากของเป้กับป้อ

เมื่อกลับถึงบ้าน น้องเป้ก็รีบตรงไปแปรงพินโดยใช้ยาสีฟันที่มีสารฟลูออไรด์ แล้วลงมือแปรงพินด้วยความตั้งใจ เป็นเวลาเดียวกับที่เจ้าเชื้อจุลินทรีย์ที่อยู่ในปากของน้องเป้กำลังจะปล่อยกรดและสารพิษออกมาทำลายเหงือกและฟันของน้องเป้ ทันใดนั้นเองอัครวินฟลูออไรด์ที่อยู่ในยาสีฟันออกมาป้องกันฟันเอาไว้ โดยปล่อยสารออกมาเคลือบฟันของน้องเป้ไว้

อัครวินฟลูออไรด์ “นี่นะ เราปล่อยสารเคลือบฟันแล้ว พวกเจ้าไม่สามารถทำอะไรกับฟันและเหงือกของน้องเป้ได้อีก”

เชื้อจุลินทรีย์ “โ๊ะะ อะกันเนี่ย เจ้าคือใคร”

อัครวินฟลูออไรด์ “เราคืออัครวินฟลูออไรด์ที่อยู่ในยาสีฟัน และสารฟลูออไรด์ต่างๆ ใจละ อะ อะ เดี่ยวเจ้าก็จะโดนพวกเราจัดการ ทั้งยาสีฟัน แปรงสีฟัน และน้ำ จั๊กการเลย”

จากนั้นเจ้าเชื้อจุลินทรีย์ก็เริ่มร้องโอด โหย เพราะน้องเป้แปรงพิน

เชื้อจุลินทรีย์ “โ้ย้ย โย้ย ผ่ากไว้ก่อนเถอะเจ้าอัครวินฟลูออไรด์”

น้องเป้เมื่อแปรงพินเสร็จแล้ว น้องเป้ก็เรียกน้องป้อให้มาแปรงพิน

น้องเป้ “ป้อมาแปรงพินได้แล้ว เดี่ยวพินผุหรอก”

น้องป้อ “เดี๋ยวค่อยแปรง ตอนนี้ยังไม่อยากแปรงเลย”

แต่จนแล้วจนเล่าน้องป้อก็ยังไม่ยอมไปแปรงพิน ก่อนนอนก็ยังไม่แปรงพินอีก พอตกดึกขณะที่น้องป้อกำลังนอนหลับอยู่นั่นเอง น้องป้อก็ตื่นขึ้นมาเพราะปวดฟัน

น้องป้อ “โ้ย้ย โ้ย้ย ปวดฟันจังเลย โ้ย้ย ทำไมทรมาณอย่างนี้ นอนไม่ได้เลย คุณแม่ครับ พี่เป้ครับ ช่วยป้อด้วย ฮือ ฮือ.....”

คุณแม่และพี่เป้ได้ยินเสียงน้องป้อร้องไห้รีบมาดูพบน้องป้อกำลังเอามือกุมแก้มและร้องให้อยู่ด้วยความเจ็บปวด

คุณแม่ “น้องป้อเป็นอะไรไปลูก”

น้องป้อ “ป้อปวดฟันครับคุณแม่”

น้องเป้ “ก็น้องป้อกินขนมหวานแล้วไม่ยอมแปรงพิน ก่อนนอนเป้ก็ไม่เห็นป้อแปรงพินเลย ค่ะคุณแม่”

คุณแม่ "ทำไมทำอย่างนั้นละลูก ไม่ดีเลย มาเดี๋ยวแม่จะให้ทานยาแก้ปวด แล้วรีบไป  
แปรงฟันซะ พงษ์นี้เข้าแม่จะพาน้องป๊อไปหาคุณลุงหมอนะ อ้อน้องเบ๊ก็ไปด้วยนะเพราะเห็นลุง  
หมอบอกว่าควรจะพาทุกคนไปเคลือบสารฟลูออไรด์"

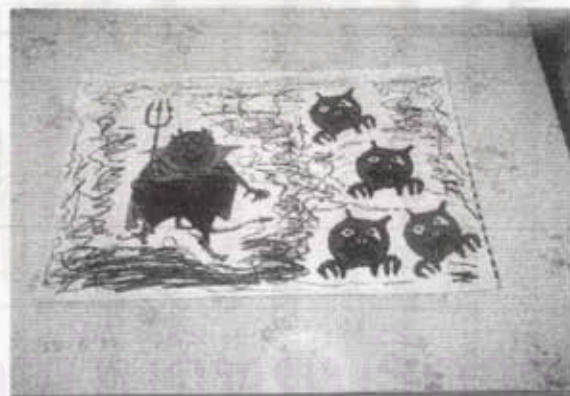
น้องเบ๊ "ทำไมต้องเคลือบสารฟลูออไรด์ด้วยคะคุณแม่"

คุณแม่ "เพราะลุงหมอบอกว่าสารฟลูออไรด์จะช่วยเคลือบฟันให้ฟันของเราแข็งแรง  
เหมือนมีอัศวินฟลูออไรด์มาป้องกันฟันของเราไม่ให้เจ้าเชื้อจุลินทรีย์ปล่อยกรดและสารพิษออกมา  
ทำลายฟันเราได้ไงลูกคะ"

น้องเบ๊ "เบ๊เห็นในทีวีมีโฆษณาว่ายาสีฟันก็มีฟลูออไรด์ไซ้ใหม่ครับคุณแม่"

คุณแม่ "ใช่แล้วละลูก ในอาหารก็มีสารฟลูออไรด์ เช่น อาหารทะเล ในผักบางชนิด  
แล้วก็ผสมในยาสีฟันน้ำยาบ้วนปากบางยี่ห้อ บ้านเราถึงเลือกใช้ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์ใจละ แต่  
จะได้ผลถูกต้องแปรงฟันนานอย่างน้อย 2 นาที เพื่อให้สารฟลูออไรด์ในยาสีฟันเข้าไปทำปฏิกิริยาก  
กับฟันได้ ลุงหมอบอกว่าถ้าจะให้ดียิ่งขึ้น เด็กๆ ควรจะเคลือบสารฟลูออไรด์ด้วยจ๊ะ"

น้องเบ๊และน้องป๊อ "คะ, ครับ พงษ์นี้เราจะไปหาลุงหมอเคลือบสารฟลูออไรด์กัน"



## แผนการสอนทันตสุขศึกษา

ครั้งที่ 11

### เรื่อง อันตรายที่เกิดกับฟัน

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกอันตรายที่เกิดกับฟันได้

เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

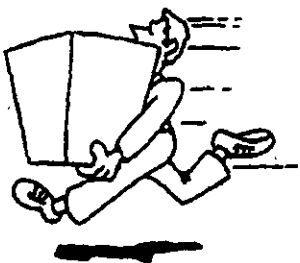
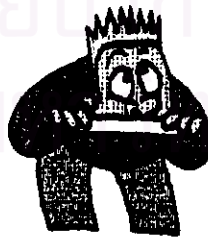
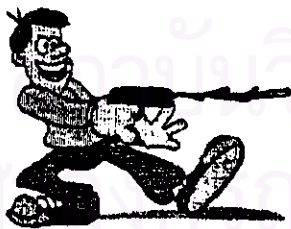
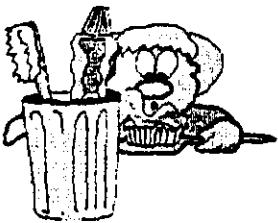
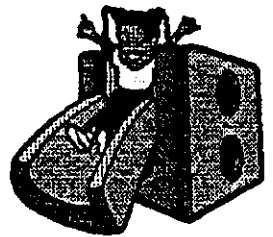
เนื้อหา	กิจกรรมการเรียน	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>อุบัติเหตุที่เกิดกับฟัน</b></p> <p>การใช้ฟันผิดหน้าที่ : ได้แก่ การใช้ฟันกัดของแข็ง เช่น ตะปู ปากกา ดินสอ เปิดขวด กัดเล็บ เป็นต้น จะทำให้เกิดอันตรายกับฟันได้</p> <p>อุบัติเหตุที่จะเกิดกับฟัน : เช่น การหลั่ง การเล่นผลัดกันขณะดื่มน้ำจากที่ดื่มน้ำ การป้อนต้นไม้ การขี่จักรยาน เป็นต้น อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นอาจมีผลต่อฟันได้หลายอย่าง ตั้งแต่ฟันบด หัก โยก หลุดเข้าไปในเบ้าฟัน หรือหลุดออกมาทั้งซี่</p> <p>วิธีปฏิบัติตนเมื่อมีอุบัติเหตุกับฟัน : รีบบอกคุณครูหรือผู้ใหญ่ให้ทราบ แล้วรีบไปหาหมอฟัน ถ้าทิ้งไว้เกิน 2 - 3 ชั่วโมงจะรักษาได้ยาก</p> <p>ถ้าฟันหลุดจากเบ้า ต้องหาฟันให้พบ จับด้านตัวฟัน ล้างน้ำสะอาดเบาๆ อย่าขัดฟันและห้ามใช้น้ำร้อน สวมฟันกลับเข้าเบ้าเดิม หรือแช่ในนมสดหรือน้ำเย็น แล้วรีบไปพบหมอฟัน</p>	<p><b>ขั้นนำ</b> นักเรียนและครูเล่าประสบการณ์ของการเกิดฟันบิ่น ฟันหักที่เคยประสบหรือที่เคยเห็น และช่วยกันอภิปรายถึงเรื่องฟันบิ่น ฟันหัก มีผลเสียต่อสุขภาพอย่างไร</p> <p><b>ขั้นสอน</b> 1. นักเรียนช่วยกันสรุปจาก ภาพฟันบิ่น ฟันหักที่เกิดจากการใช้ฟันผิดหน้าที่หรืออุบัติเหตุ</p> <p>2. นักเรียนทำแบบฝึกหัดกาบภาพของการกระทำที่อาจเกิดอันตรายที่เกิดกับฟันและสลับกันตรวจ โดยครูและนักเรียนช่วยกันให้เหตุผลและเฉลยคำตอบ จากนั้นอธิบายเพิ่มเติมในเรื่องอุบัติเหตุที่เกิดกับฟันและการใช้ฟันผิดหน้าที่</p> <p>3. นักเรียนช่วยกันบอกขั้นตอนว่าจะทำอย่างไร ถ้านักเรียนพบเพื่อนประสบอุบัติเหตุที่เกิดกับฟัน โดยเขียนลำดับขั้นตอนลงบนกระดาน</p> <p>4. นักเรียนฝึกร้องเพลง "ระวัง" และช่วยกันบอกว่าเราต้องระวังอะไรบ้างจากในเพลง (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ภาพฟันบิ่น ฟันหักที่เกิดจากการใช้ฟันผิดหน้าที่หรืออุบัติเหตุ</li> <li>◆ แบบฝึกหัดกาบภาพการกระทำอาจเกิดอันตรายกับฟัน</li> <li>◆ กระดานดำ ขอลูก</li> <li>◆ เพลง "ระวัง" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีส้ม อาหารสีแดง กระจก กระดาษทิชชู ที่หนีบ และ สำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ</p> <p>การทำแบบฝึกหัด</p> <p>การตอบคำถาม</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><b>เพลง...ระวัง</b></p> <p>ทำนอง : ปู่ไก่ไร่หลง</p> <p>พินปิ่น พินคลอน พินหักเพราะไม่ระวัง</p> <p>เกิดจากอุบัติเหตุ เล่นกันอย่างไม่ระวัง</p> <p>พินหักของแรง ใช้พินผิดหน้าที่มัน</p> <p>รีบไปหาหมอฟิน เคี้ยวพินหลอแล้วนำหัวเราะ</p> <p>ระวัง ระวัง ระวัง ระวัง ระวัง ระวัง.....</p> <p>(เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p>5. นักเรียนยิ้มสมัครบางจุลินทรีย์ ค่ำตามลำดับ</p> <p>ขั้นตอน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p> <p><b>ขั้นสรุป</b> นักเรียนและครูช่วยกันสรุปการกระทำที่ทำให้เกิดอันตรายที่เกิดขึ้นกับพิน โดยเน้นถึงผลเสียที่เกิดขึ้นและการระวังรักษาพิน</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



คำชี้แจง : ให้นักเรียนกากบาท X ทัศนภาพการกระทำที่อาจเกิดอันตรายขึ้นกับพื้นและระบายสีให้สวยงาม



## แผนการสอนทันตสุขศึกษา

ครั้งที่ 12

### เรื่อง หมอฟัน

จุดประสงค์ นักเรียนสามารถบอกหน้าที่ของหมอฟันและความสำคัญของการตรวจฟันประจำปีได้

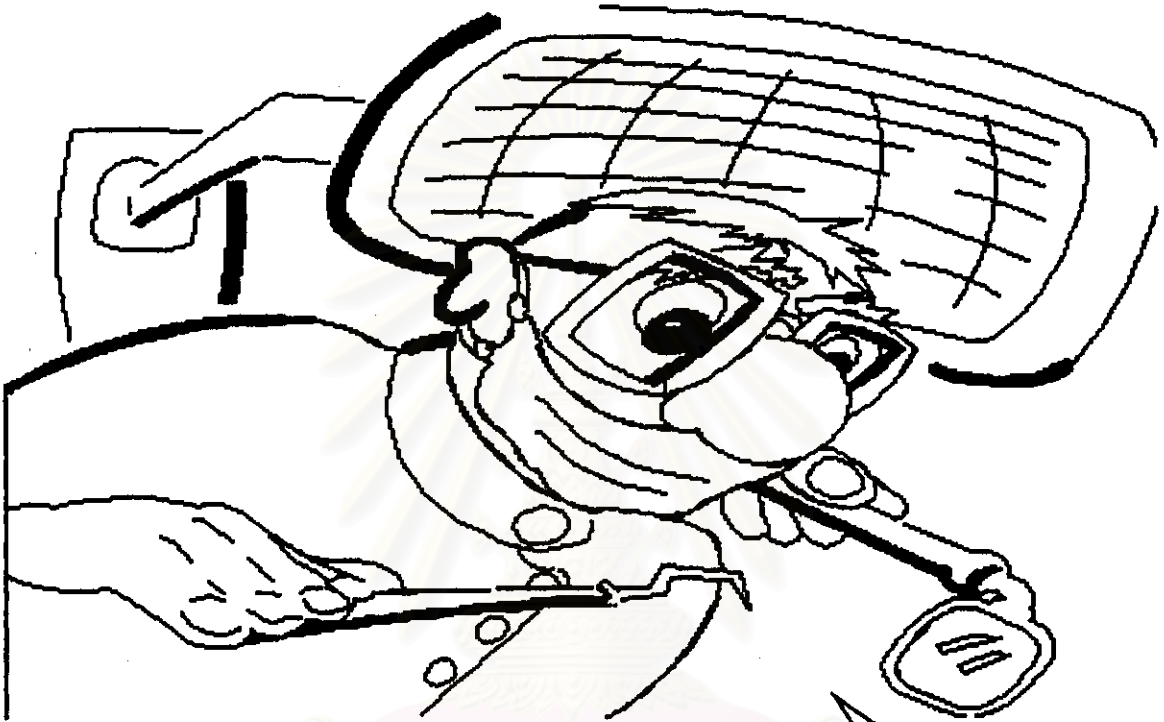
เวลา 1 คาบเรียน (50 นาที)

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p>หมอฟันหรือทันตแพทย์ เป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่ให้การรักษา เกี่ยวกับอวัยวะในช่องปากของประชาชน คัดค้น หาวิธีการป้องกันโรคในช่องปาก และส่งเสริมให้ประชาชนมีทันตสุขภาพที่ดี</p> <p>การไปหาทันตแพทย์เป็นประจำสม่ำเสมอ หรือตรวจประจำปีอย่างน้อยปีละ 1-2 ครั้งจะทำให้ทราบว่ามีการผิดปกติเกิดขึ้นในช่องปากหรือไม่ ถ้ามีจะได้รักษาทันที่</p> <p><u>สถานบริการที่มีบริการทันตกรรม</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สถานีอนามัย</li> <li>- โรงพยาบาลชุมชน</li> <li>- โรงพยาบาลศูนย์และโรงพยาบาลทั่วไป</li> <li>- โรงพยาบาลของทบวงมหาวิทยาลัย</li> <li>- คลินิกและโรงพยาบาลเอกชน</li> <li>- ศูนย์บริการสาธารณสุข</li> </ul>	<p><u>ขั้นนำ</u> ครูเล่าสถานการณ์ของเด็กที่ไปหาหมอฟันแล้วกลัวหมอฟันมาก จากนั้นถามความคิดเห็นนักเรียนถ้าต้องไปหาหมอฟัน นักเรียนจะเป็นเหมือนเด็กคนนั้นหรือไม่ เพราะเหตุใด โดยเน้นให้นักเรียนไม่ต้องกลัวหมอฟันและอธิบายถึงความจำเป็นที่จะต้องไปพบหมอฟัน</p> <p><u>ขั้นสอน</u> 1. นักเรียนดูภาพหมอฟันและช่วยกันบอกว่าเป็นภาพของใคร มีหน้าที่ทำอะไร จากนั้นครูสรุปหน้าที่ของหมอฟันและอธิบายเพิ่มเติมในเรื่องความสำคัญของการไปตรวจฟันประจำปี และสถานบริการที่มีบริการทันตกรรม</p> <p>2. นักเรียนเติมคำพูดลงในภาพหมอฟันที่มีช่องว่างให้เติม โดยสมมติให้นักเรียนเป็นหมอฟัน นักเรียนอาจจะพูดหรือแนะนำอะไรกับคนที่มาหาหมอฟันจากที่ได้เรียนมา ให้นักเรียนเติมคำพูดลงในเครื่องหมายคำพูด และระบายสีภาพหมอฟันให้สวยงาม</p> <p>3. ครูสุ่มเรียกนักเรียนออกมาแสดงภาพหมอฟันของตน โดยให้อ่านและอธิบายคำพูดในเครื่องหมายคำพูด</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ ภาพหมอฟัน</li> <li>◆ แผ่นภาพระบายสีหมอฟันที่มีช่องว่างสำหรับเติมคำพูด</li> <li>◆ สีไม้</li> <li>◆ เพลง "ใครหนอ" (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</li> <li>◆ อุปกรณ์ที่ใช้ย้อมสีคราบจุลินทรีย์ ได้แก่ สีผสมอาหารสีแดง กระดาษกระดาษทิชชู ที่หนีบ และสำลี (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</li> </ul>	<p>สังเกตจากความสนใจ การแสดงความคิดเห็น การตอบคำถาม ผลงานที่นักเรียนทำ</p>

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการสอน	การประเมินผล
<p><u>เพลง... หมอพื้น</u></p> <p>ทำนอง : ไครหนอ</p> <p>(*) ไครหนอช่วยให้พื้นเราแข็งแรง ไครหนอตรวจพื้นให้เราทุกที่</p> <p>ไครหนอใจดีเวลาตรวจพื้น รู้แล้วละก็ อย่ามัวร้องรอ รีบหาหมอพื้น</p> <p>ควรตรวจพื้นประจำปี ถ้าจะให้ดีปีละ 2 หน ให้หมอพื้นช่วยตรวจพื้นรักษาพื้น</p> <p>ประกาศยึดมสวสบาย (*)</p> <p>(กลุ่มทดลองที่ 1)</p>	<p>ที่หน้าชั้นเรียนทีละคน</p> <p>4. นักเรียนฝึกร้องเพลง “ไครหนอ” และทำท่าประกอบเพลงร่วมกัน (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1)</p> <p>5. นักเรียนย่อมสึคราบจุลินทรีย์ตามลำดับ</p> <p>ขั้นตอน และบันทึกลงในแผ่นภาพพื้น (เฉพาะกลุ่มทดลองที่ 2)</p> <p><u>ขั้นสรุป</u> นักเรียนและครูช่วยกันสรุปหน้าที่ของหมอพื้นและความสำคัญของการตรวจพื้นประจำปี และเน้นให้นักเรียนนำความรู้ที่ได้เรียนทันตสุขศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวันจริงๆ ไม่เพียงแต่ช่วงเวลาเรียนเท่านั้น เพื่อนักเรียนจะได้มีเหงือกและฟันที่แข็งแรงและอยู่กับนักเรียนตลอดชีวิต</p>		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

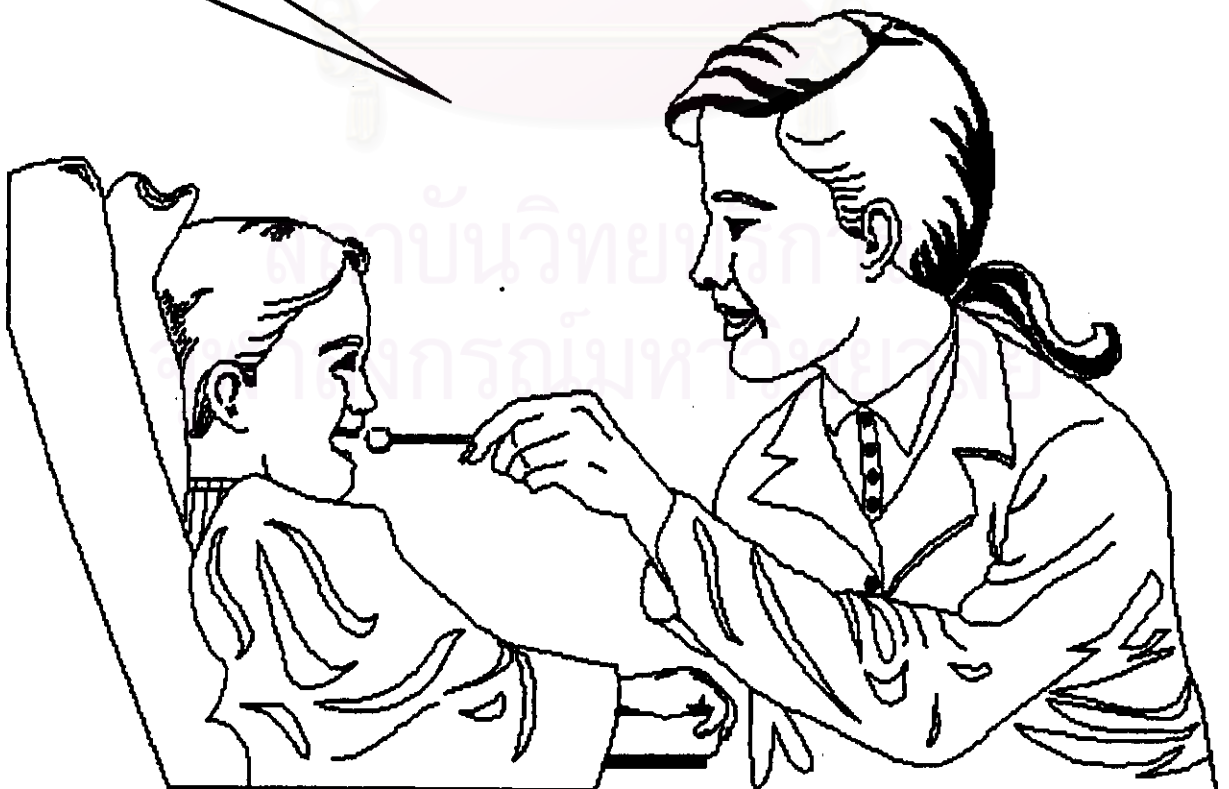
**คำชี้แจง :** สมมุติว่านักเรียนเป็นหมอฟัน ให้นักเรียนเติมคำพูดลงในช่องคำพูดที่นักเรียน  
อยากจะพูดหรือแนะนำกับคนที่มาหาหมอฟัน และระบายสีภาพให้สวยงาม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น ป.3/.....เลขที่.....

**คำชี้แจง :** สมมติว่านักเรียนเป็นหมอพื้น ให้นักเรียนเติมคำพูดลงในช่องคำพูดที่นักเรียน  
อยากจะพูดหรือแนะนำกับคนที่มาหาหมอพื้น และระบายสีภาพให้สวยงาม



ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น ป.3/.....เลขที่.....

คำชี้แจง : สมมติว่านักเรียนเป็นหมอหิน ให้นักเรียนเติมคำพูดลงในช่องคำพูดที่นักเรียน  
อยากจะพูดหรือแนะนำกับคนที่มาหาหมอหิน และระบายสีภาพให้สวยงาม



ภาพตัวอย่างการเรียนทันตสุขศึกษา







ภาพตัวอย่างการเรียนทันตศึกษาโดยใช้เพลง





สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาพตัวอย่างการเรียนทัศนศึกษาโดยใช้สื่อมกราคมจุลินทรีย์





สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ประวัติผู้วิจัย

นางสาวอรรพรรณ วรรณฤทัย เกิดวันที่ 15 มีนาคม 2518 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาศิลปศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์บัณฑิต เกียรตินิยมอันดับ 1 เหรียญทอง ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2537 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2540



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย