ยาสีฟันราคาแพง.....ดีจริงหรือ ?

นำเสนอเมื่อ : 9 ต.ค. 2552

หลายคนอาจสงสัยว่า ยาสีฟันในท้องตลาดมีมากมายหลายยี่ห้อ และราคาก็แตกต่างกันมากมาย ตัวอย่างเช่น ยาสีฟันหลอดขนาดกลาง 100 กรัม มีราคาตั้งแต่ 21 บาทไปจนถึง 175 บาท
หรือยาสีฟันหลอดขนาดครอบครัว 160 กรัม ก็จะมีราคาแตกต่างกันตั้งแต่ 32 บาทไปจนถึง 250 บาท
ราคาแตกต่างกันเกือบ 9 เท่า แล้วจะเลือกใช้ยาสีฟันแบบไหนดีละ ถึงจะคุ้มค่าสมราคาที่ต้องจ่ายเงินไป

ทันตแพทย์ ดร.ธงชัย วชิรโรจน์ไพศาล หัวหน้าภาควิชาทันตกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กล่าวว่า
แต่เดิมการใช้ยาสีฟันมีวัตถุประสงค์เพียงแค่ช่วยเสริมประสิทธิภาพการแปรงฟัน ให้มีการกำจัดเอาแผ่นคราบจุลินทรีย์ออกได้ง่ายขึ้น ต่อมาก็มีการเติมสารต่าง ๆ เพื่อหวังผล เช่น การเติมฟลูออไรด์เพื่อป้องกันฟันผุ เติมสารที่มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรคเพื่อลดการอักเสบของเหงือก
จนปัจจุบันนี้มีการเติมสารต่าง ๆ มากมาย มีการโฆษณาประชาสัมพันธ์จนประชาชนสับสนว่า จะเลือกใช้ยาสีฟันแบบไหนดี

ส่วนประกอบพื้นฐานหลักของยาสีฟัน ก็จะมี

☒ 1. ผงขัดที่ละเอียดเพื่อเป็นตัวขัดสีให้แผ่นคราบจุลินทรีย์และคราบต่าง ๆ ที่ติดอยู่ที่ตัวฟันหลุดออก

☒ 2. สารทำให้เกิดฟองเพื่อให้คราบฟันหลุดออกได้ง่าย

☒ 3. สารแต่งกลิ่นและรสเพื่อให้น่าใช้ และรู้สึกสดชื่น แต่ไม่ได้หมายความว่า จะลดกลิ่นปากได้

☒ 4. สารเพิ่มความชื้นเพื่อให้ยาสีฟันไม่แห้ง มีความชุ่มชื้น

☒ 5. สารทำให้ยาสีฟันข้น มีลักษณะเป็นครีม

☒ และ 6. สารกันบูดเพื่อให้สามารถเก็บยาสีฟันได้นาน

ส่วนประกอบพื้นฐานทั้ง 6 นี้ยาสีฟันชนิดครีมเกือบทุกยี่ห้อจะมีเหมือนกัน

ส่วนประกอบที่สำคัญที่ทำให้ยาสีฟันแต่ละชนิดมีคุณสมบัติแตกต่างกัน ได้แก่ สารฟลูออไรด์ สารฆ่าเชื้อโรค สารหรือผงขัดฟันที่ทำให้ฟันขาว สารที่ลดอาการเสียวฟัน สารสมุนไพร ฯลฯ

กลุ่มยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ เป็นยาสีฟันที่เหมาะสำหรับทุกคน
โดยเฉพาะในเด็กหรือผู้ใหญ่ที่มีฟันผุหรือเกิดฟันผุได้ง่าย ในทางวิชาการเป็นที่ยอมรับกันทั่วโลก ว่า
สามารถป้องกันฟันผุได้ และองค์การอนามัยโลกก็ให้คำแนะนำประชาชนใช้ยาสีฟันฟลูออไรด์เป็นหลัก
ปริมาณฟลูออไรด์ในยาสีฟันสำหรับผู้ใหญ่จะมีอยู่ 1,000 สวนในล้านส่วน หรือ 1,000 พีพีเอ็ม. และ 500 พีพีเอ็ม.
สำหรับเด็ก เหตุผลที่ยาสีฟันเด็กมีปริมาณความเข้มข้นเพียงครึ่งเดียว
เพื่อลดความเสี่ยงที่เด็กจะกลืนยาสีฟันทำให้ได้รับฟลูออไรด์เกิน

กลุ่มยาสีฟันที่ผสมสารฆ่าเชื้อโรคที่เป็นสารเคมีหรือสารสมุนไพร เช่น ไตรโคลซาน ไทมอล น้ำมันกานพลู คาโมไมล์ พิมเสน การบูร ชะเอมเทศ สารเหล่านี้จะมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรค ลดการอักเสบ สมานแผล
ในคนที่เป็นโรคเหงือกอักเสบใช้แล้วจะรู้สึกว่า เหงือกกระชับแน่นขึ้น ไม่อักเสบบวมแดงอย่างที่เคยเป็น
ทำให้ปัจจุบันยาสีฟันสมุนไพรมีส่วนแบ่งการตลาดสูงถึง 26%

ข้อด้อย คือ ไม่มีฟลูออไรด์ ทำให้ไม่สามารถป้องกันฟันผุได้
ในเด็กหรือผู้ใหญ่ที่มีฟันผุได้ง่ายไม่ควรใช้ยาสีฟันสมุนไพร
หรือถ้าจะใช้ก็ต้องเลือกยาสีฟันสมุนไพรที่ผสมฟลูออไรด์
อย่างไรก็ดีผู้ที่มีโรคปริทันต์อักเสบแล้วใช้ยาสีฟันกลุ่มนี้ อาจทำให้เหงือกส่วนบนมีการอักเสบลดลงแต่ส่วนเหงือกลึก
ๆ หรือในกระเป๋าปริทันต์ยังมีอาการอักเสบอยู่ ทำให้อาจมีอาการบวมเกิดขึ้นได้ภายในกระเป๋า ปริทันต์
ดังนั้นยาสีฟันที่ลดการอักเสบของเหงือกมีประโยชน์แต่ต้องแก้ไขที่ต้นเหตุ ด้วย

กลุ่มยาสีฟันที่ลดอาการเสียวฟัน จะมีการใส่สารเคมีบางตัว เช่น สตอนเทียม คลอไรด์ หรือ โพแทสเซียมไนเตรท เพื่อไปปิดรูเล็ก ๆ ที่เนื้อฟัน ทำให้ลดอาการเสียวฟันได้
แต่ในกรณีที่คอฟันสึกไปลึกมาก เนื่องจากมีการใช้แปรงสีฟันที่แข็งมาก แปรงฟันแรง และแปรงฟันผิดวิธี
ถ้าใช้ยาสีฟันลดเสียวฟันแล้วไม่เสียวฟัน และยังคงพฤติกรรมการแปรงฟันแบบเดิมอยู่
อาจจะมีการสึกของคอฟันไปเรื่อย ๆ จนทะลุโพรงประสาทฟันได้ ดังนั้น
การใช้ยาสีฟันลดการเสียวฟันต้องหาสาเหตุที่ทำให้เกิดเสียวฟันรวมด้วย จึงจะแก้ที่ต้นเหตุได้จริง

กลุ่มยาสีฟันที่ทำให้ฟันขาว มีการใช้ผงขัดที่หยาบเพื่อให้ขจัดเอาคราบสีต่าง ๆ ที่ติดอยู่บนตัวฟันออก รวมทั้งอาจมีการใช้สารเคมีที่มีฤทธิ์ฟอกสีฟันออน ๆ ซึ่งการใช้ผงขัดที่หยาบผสมลงในยาสีฟันอาจทำให้มีการขัดเอาผิวฟันออกมากเกินไป ทำให้เคลือบฟันสึกและบางลง
รวมทั้งสารเคมีที่มีฤทธิ์ฟอสีฟันอ่อน ๆ อาจมีอาการระคายเคืองต่อเนื้อเยื่อในช่องปากได้
จึงควรเลือกใช้ด้วยความระมัดระวัง สีของฟันธรรมชาติในคนไทยมักจะมีสีเหลืองอ่อน ๆ เป็นธรรมชาติอยู่แล้ว
เราน่าจะพึงพอใจในสิ่งที่เราเป็นอยู่ ขอให้ฟันสะอาดแข็งแรง เหงือกแข็งแรงก็น่าจะเพียงพอแล้ว

กลุ่มสุดท้ายที่มีการโฆษณาว่า เป็นยาสีฟันที่ลดกลิ่นปาก
หรือใช้กลางคืนเพื่อลดกลิ่นปากตอนเช้า จากรายงานทางวิชาการ ที่มีอยู่ในขณะนี้
ไม่สามารถพิสูจน์ได้ว่าลดกลิ่นปากได้จริงหรือไม่ การใส่สารเคมีหรือสารสมุนไพรต่าง ๆ ที่คาดหวังว่า
จะฆ่าเชื้อโรคที่ทำให้เกิดกลิ่นปากนั้นไม่น่าจะเป็นไปได้ เพราะว่าเชื้อโรคที่ทำให้เกิดกลิ่นปากนั้นทนต่อสารเคมี
หรือสมุนไพรที่ฆ่าเชื้อได้ดี ในคนที่ มีกลิ่นปากจำเป็นที่จะต้องตรวจวิเคราะห์ว่า มีกลิ่นปากจริงหรือไม่
สาเหตุมาจากอะไร

ท้ายนี้ขอแนะนำให้ใช้ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์เป็นหลัก

เพราะว่ามีผลชัดเจนในการป้องกันฟันผุได้ และราคาไม่แพง แต่ถ้าต้องการคุณสมบัติอื่น ๆ เพิ่มเติม ก็เลือกใช้ได้ตามต้องการ ที่สำคัญที่สุดนอกจากใช้ยาสีฟันที่มีคุณสมบัติเพิ่มเติมแล้วจะต้องแก้ไขหรือรักษาที่สาเหตุร่วมด้วยจึงจะมีประโยชน์ ไม่เกิดโทษภายหลัง เช่น
ถ้ามีเสียวฟันก็ใช้ยาสีฟันลดเสียวฟันและไปรับการอุดคอฟันที่เสียวด้วย
เมื่ออุดคอฟันเสร็จแล้วก็ไม่จำเป็นต้องใช้ยาสีฟันลดเสียวฟันต่อไปอีก

ในคนที่เป็นโรคปริทันต์อักเสบก็ต้องรักษาโรคปริทันต์เป็นหลัก และถ้าคิดว่าแปรงฟันได้สะอาดไม่พอก็สามารถใช้ยาสีฟันสมุนไพรหรือยาสีฟันที่มีสารฆ่าเชื้อโรคช่วยลดอาการอักเสบที่เกิดขึ้น ส่วนเรื่องราคาก็ต้องพิจารณาเอง ว่าราคาแค่ไหนเหมาะสมกับตัวของคุณเอง

ข้อมูลจาก เดลินิวส์