



ตอนที่ลูกอายุ 5-6 เดือน คุณแม่คงสังเกตเห็นแล้วว่าเขชอบเอาสิ่งของต่างๆ โกลัตัวที่คว่ำได้ เข้าปากแล้วกัดด้วยความมั่นใจ และจะมีน้ำลายออกมามากกว่าปกติ เนื่องจากลูกมีอาการเจ็บๆ คันๆ เหงือกตอนที่ลูกอายุ 5-6 เดือน คุณแม่คงสังเกตเห็นแล้วว่าเขชอบเอาสิ่งของต่างๆ โกลัตัวที่คว่ำได้ เข้าปากแล้วกัดด้วยความมั่นใจ



เพราะฟันของเขาพร้อมจะโผล่ออกจากเหงือกแล้ว ในช่วงนี้สันเหงือกของลูกจะดูนูนๆ กว่าปกติ ถ้าคุณแม่ลองคลำๆ ดู จะรู้สึกว่ามีอะไรแข็งๆ อยู่ใต้เหงือกแล้ว มาถึงช่วงวัย 7-9 เดือน ที่ฟันของลูกเริ่มขึ้นนี้ เขาจะยิ่งสนุกกับการคว่ำเอาอะไรต่ออะไรไปกัดเล่นมากขึ้นไปอีก

&#160;

#### เหตุผลของนักกัด

แม้จะเป็นความจริงที่ว่าในช่วงที่ฟันของลูกเริ่มขึ้น เขาจะชอบกัดเพราะมันเคี้ยว แต่อีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เจ้าหนูวัยนี้สนุกกับการกัดนั่นคือการที่เขาต้องการทำความรู้จักกับสิ่งต่างๆ รอบตัวให้มากขึ้น โดยใช้ประสาทสัมผัสต่างๆ ทั้งใช้มือจับและลองกัดดู ซึ่งสำหรับเด็กๆ แล้ว ริมฝีปากของเขาสัมผัสได้เก่งกว่ามือเสียอีก เขาจึงสนุกกับการกัดมาก

#### ทำอย่างไรเมื่อลูกชอบกัด

แม้การกัดจะเป็นส่วนหนึ่งของพัฒนาการ แต่การนำสิ่งของต่างๆ เข้าปากอย่างไม่เลือกอาจเป็นช่องทางที่เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายของลูกได้ แถมเด็กบางคนไม่ได้ชอบกัดแค่สิ่งของ แต่ยังกัดคนในบ้าน ไปจนถึงสัตว์เลี้ยงด้วย ถ้าเป็นเช่นนั้น คุณแม่ควรรหาทางกัดสำหรับเด็กให้ลูกได้กัดเล่น และเมื่อเขากัดคุณแม่หรือคนอื่นฯ ให้บอกลูกอย่างสั้นๆ แต่ชัดเจนว่า เขากัดคนอื่นไม่ได้นะ แล้วเบี่ยงเบนความสนใจของลูกไปที่สิ่งอื่น

## ความสะดวกสบายเรื่องที่ต้องใส่ใจ

ช่วงที่ฟันของลูกกำลังขึ้น เด็กบางคนอาจมีอาการป่วยจากการเจ็บเหงือกหรือมีอาการเหงือกอักเสบ แต่สาเหตุการป่วยของลูกขึ้นอยู่กับวิธีการเป็นไข้หรือท้องเสียมักเกิดจากการที่ลูกชอบคว้าเอาสิ่งต่างๆ มากัดเล่น จึงทำให้เชื้อโรคต่างๆ เข้าสู่ร่างกายได้โดยง่าย ทำให้เกิดอาการไม่สบายตามมา ในวัยซังกัดนี้คุณแม่ต้องดูแลเรื่องความสะดวกสบายของสิ่งของต่างๆ รอบตัวที่ลูกอาจหยิบฉวยไปกัดเล่นได้

## เริ่มต้นดูแลฟัน

ฟันน้ำนมซี่แรกของลูกที่จะเริ่มโผล่ขึ้นมาในช่องปาก คือ ฟันน้ำนมซี่หน้าด้านล่าง ที่อยู่ตรงกลางของสันเหงือกกลาง อาจจะมีขึ้นมาพร้อมกัน 2 ซี่ชาย-ขวา หรืออาจขึ้นมาทีละ 1 ซี่ สำหรับอายุของเด็กที่ฟันน้ำนมซี่แรกเริ่มขึ้น คือ ประมาณ 6 เดือน แต่ถ้าฟันของลูกขึ้นก่อนหรือหลังอายุ 6 เดือนไปบ้างก็ไม่ต้องตกใจ เพราะที่ 6 เดือนนี้เป็นค่าโดยประมาณเท่านั้น

เมื่อฟันซี่แรกของลูกโผล่พ้นสันเหงือกออกมา ก็เป็นหน้าที่ของคุณพ่อคุณแม่ ที่ต้องคอยหมั่นดูแลทำความสะอาดฟันของเขาอยู่เสมอ

พยายามอย่าให้มีคราบน้ำตาลเกาะก้นบนตัวฟันของลูก เพราะอาจทำให้ฟันผุได้ วิธีการที่ไม่ยุ่งยากเลยคะสามารถทำได้ก่อนที่ฟันของลูกจะขึ้นเสียอีก

เพียงเตรียมน้ำต้มสุกอุ่นๆ, แปรงนุ่มๆ สำหรับแปรงเหงือกลูก ชนิดที่เป็นยางสำหรับสวมที่นิ้วคุณแม่ ถ้าไม่มีใช้ผ้าก๊อช แทนได้คะ จับลูกนอนบนตัก ถ้าคุณถนัดมือขวา ให้พันผ้าก๊อชไว้ที่นิ้วชี้ด้านขวาและจับลูกนอนหันศีรษะไปทางซ้ายของคุณ

เริ่มทำความสะอาดโดยจุ่มนิ้วที่พันผ้าก๊อชไว้ลงในน้ำต้มสุกอุ่นแล้วนำผ้าก๊อชไปเช็ดในช่องปากของลูกให้ทั่ว คือ ที่กระพุ้งแก้ม, บนลิ้น, ใต้ลิ้น, สันเหงือก, เพดานปาก

หากฟันของลูกขึ้นแล้วก็ให้ทำความสะอาดที่ตัวฟันของลูกด้วยเพื่อไม่ให้คราบน้ำตาลติดอยู่ที่ฟัน ทำอย่างนี้วันละ 2 ครั้ง หลังมื้อนมตอนเช้าและก่อนนอน

เมื่อลูกเคยชินกับการทำความสะอาดช่องปากแล้ว การฝึกให้เขาใช้แปรงสีฟันในอนาคตอันใกล้นี้ จะไม่ใช่เรื่องยากเลยคะ

แสดงแบบ : ด.ช.เชษฐ์ราน คาน

&#160;