

รู้ก่อน รู้ทันนำไปสู่สุขภาพดี ด้วยเครือข่ายทันตสุขภาพ

รัชนิกร เครือชาрі*

พื้นที่ห่างไกล จุดเริ่มต้นในการค้นพบปัญหา

บ้านห้วยบง หมู่ที่ 8 ตำบล แม่จะเรอ อำเภอมะละมาต จังหวัดตาก พื้นที่ติดชายแดน ประเทศเมียนมาร์ ระยะห่างจากตัวหมู่บ้านห้วยบง ถึงตัวเมือง จังหวัดตาก ระยะทางประมาณ 112 กิโลเมตร ทำให้การเดินทางค่อนข้างเป็นอุปสรรค ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงมักให้ลูกหลานของตน สั่งซื้อฟันปลอมในอินเทอร์เน็ตมาติดใช้เอง

แทนที่จะไปหาหมอฟัน หารู้ไม่ ฟันปลอมที่ติดใช้เองนั้น เมื่อไม่สามารถเอาออกมาทำความสะอาดได้ดี จะทำให้ปัญหาในสุขภาพช่องปากบานปลาย นำไปสู่โรคเหงือกอักเสบ และทำให้ฟันที่ติดกลับกลายเป็นฟันผุ มากกว่านั้น การใช้ไปนาน ๆ จะเกิดการกดทับเนื้อเยื่อ และการใช้กาวยาที่ไม่ถูกต้อง อาจเกิดแผลในช่องปาก ส่งผลต่อสุขภาพช่องปากร้ายแรง อย่างเช่น มะเร็งในช่องปากได้

เหมือนเป็นประกายไฟจุดปัญหา เมื่ออสม.กระถิ่น ได้ทราบสิ่งที่เกิดขึ้นจากการที่คนในชุมชน เข้ามาปรึกษา อสม.กระถิ่นจึงไม่รีรอ เข้าไปปรึกษาทันตบุคลากรในพื้นที่ พร้อมเพื่อน อสม. โดยได้ชี้แจงปัญหาที่รับทราบให้แก่ทันตบุคลากร เพื่อหาวิธีที่แก้ไข และเกิดการ **ก่อตั้งเครือข่าย อสม. พัทักษ์พันธุ์ บ้านห้วยบง** เพื่อค้นหาสภาพปัญหาทันตสุขภาพในชุมชน โดยการตรวจคัดกรองสภาวะช่องปากประจำปี ในทุกปี

จะได้อย่างไรดี คนในหมู่บ้านห้วยบงถึงจะสุขภาพฟันดี ?

ความมุ่งหวังของอสม.กระถิ่น คือต้องการให้คนบ้านห้วยบง มีสุขภาพช่องปากที่ดี เพราะเมื่อสุขภาพช่องปากดีสุขภาพร่างกายและคุณภาพชีวิตจะดีตามมาจากการที่รับประทานอาหารได้ เคี้ยวได้ละเอียด ไม่ต้องทนปวดฟันเวลาเรียนหนังสือจนไม่มีสมาธิ หรือไม่ต้องลงานไปพบทันตแพทย์จนขาดรายได้ ความมุ่งหวังของ อสม.กระถิ่นครั้งนั้น ทำให้อสม.กระถิ่นชักชวนเพื่อน อสม.ด้วยกันเอง และปรึกษาทันตบุคลากรในพื้นที่เพื่อดำเนินงานผ่านเครือข่ายทันตสุขภาพ

นวัตกรรมเครือข่าย อสม. พัทักษ์พันธุ์ บ้านห้วยบง

รู้ก่อน รู้ทัน 2 รู้ที่นำไปสู่สุขภาพดี คือหลักสำคัญในการดำเนินงานของเครือข่าย อสม.พัทักษ์พันธุ์ บ้านห้วยบง เมื่อทราบปัญหาที่เกิดขึ้นแล้ว ขั้นตอนต่อไปคือ แก้ไขปัญหา และป้องกัน

*นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ กองสนับสนุนสุขภาพภาคประชาชน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ก่อนที่จะเกิดปัญหา ซึ่งปัญหาสุขภาพช่องปาก เป็นปัญหาที่ขึ้นกับพฤติกรรมของแต่ละบุคคล ดังนั้นสิ่งที่เราจะต้องการมีพฤติกรรมสุขภาพช่องปากที่ดี ขึ้นอยู่กับความรู้ ทัศนคติ การปฏิบัติตัวของบุคคลนั้น รวมทั้งสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการจัดการสุขภาพ เช่น ร้านค้า โรงเรียน เป็นต้น โดยการดำเนินงานขั้นแรกคือ การคืนข้อมูลให้กับชุมชน เพื่อให้รับทราบปัญหาและให้คนในชุมชนตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้น จากนั้นได้วางแผนการป้องกัน ดูแลทันตสุขภาพตามแต่ละกลุ่มวัย ตามปัญหาที่มี และพัฒนานวัตกรรมให้เหมาะสมกับบริบทของบุคคล ดังนี้

ดูแลหญิงตั้งครรภ์ตั้งแต่ลูกอยู่ในครรภ์จนกระทั่งคลอดออกมา ด้วยการเยี่ยมบ้านให้ทันตสุขภาพหญิงตั้งครรภ์ ถ้าพบปัญหาสุขภาพช่องปาก ได้แนะนำการรักษาทันตกรรมที่เหมาะสมกับอายุครรภ์ (4-6 เดือน) และเมื่อคลอดแล้วได้ไปเยี่ยมบ้านในการให้ทันตสุขภาพอีกครั้ง สอนการทำความสะอาดสุขภาพช่องปากเด็กแรกเกิด หลังจากที่เด็กดื่มนมเสร็จ ต่อเนื่องเป็นประจำ จนกระทั่งฟันขึ้นซี่แรก

ในกลุ่มเด็ก 3-5 ปี กลุ่มวัยนี้เริ่มเข้าเรียนที่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ซึ่งอสม. กระฉินมีอีกบทบาทหนึ่ง นั่นคือคุณครูประจำศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ได้มีการ X-ray กระเปาะของเด็ก และขอความร่วมมือผู้ปกครองในการตรวจฟัน ขูดหินปูนมาเรียน รวมทั้งได้ร่วมกันจัดโครงการหนูน้อยฟันดี เพื่ออบรมให้ทันตสุขภาพแก่ผู้ปกครอง และมี**นวัตกรรมแบบบันทึกฟันดีติดดาวเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพช่องปากสำหรับเด็ก 3-5 ปี** ในการประเมินสุขภาพช่องปาก และภาวะแรงดันที่ต้องรักษา ซึ่งมีหน่วยงานเอกชนและเครือข่ายร่วมสนับสนุนงบประมาณในการสร้างอ่างล้างหน้าแปรงฟัน ภายในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก นับเป็นความร่วมมือจากทุกฝ่าย และการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการเอื้อกระตุ้นดูแลทันตสุขภาพ

สำหรับกลุ่มวัยเรียน อสม. กระฉินได้เข้าไปร่วมสร้างนโยบายสาธารณะในโรงเรียนพร้อมเครือข่าย และขอความร่วมมือร้านค้าในโรงเรียน ในการ “ลด” จำหน่ายขนมหวานน้ำหวานที่เป็นเหตุให้เกิดปัญหาสุขภาพ และขอความร่วมมือร้านค้า ในละแวกชุมชนติดโปสเตอร์แนะนำการดูแลสุขภาพช่องปาก ผ่าน**เครือข่ายร้านนี้ที่ขอ?** เครือข่ายร้านค้าที่ร่วมสร้างการตระหนักการดูแลสุขภาพช่องปากของบ้านห้วยบง ไม่ได้ขอให้ลด แต่ขอให้ลดและให้ทราบว่าถ้ารับประทานแล้ว ควรทำความสะอาดฟันอย่างไร นอกจากนี้ ยังฝึกทักษะของเด็กนักเรียนในการแปรงฟัน และตรวจฟันตนเอง เพราะหากเด็กนักเรียนทราบว่าฟันของตนเองเป็นอย่างไร จะได้เฝ้าระวังภายในช่องปากของตน และป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาตามมา

สำหรับกลุ่มผู้สูงอายุ เมื่อทราบว่าปัญหาเกิดจากการใส่ฟันปลอมเกือและซึ่ยาบรรเทาแก้ปวดฟันรับประทานเอง อสม. กระฉิน จึงได้เข้าไปเยี่ยมผู้สูงอายุถึงที่บ้าน รับฟังปัญหาความไม่สบายใจเพื่อสอดแทรกความเป็นหนึ่งเดียว และค่อยๆอธิบายความรู้ทันตสุขภาพที่ถูกต้องให้แก่ผู้สูงอายุ และผู้ดูแล **ไม่ใช่ไปเพียงครั้งเดียวเท่านั้น แต่ไปเป็นประจำ** จากที่เคยคนเดียวก็ไปพร้อมเครือข่าย อสม.พิทักษ์ฟัน ใช้**แบบบันทึกฟันดีติดดาวมาปรับใช้ในกลุ่มผู้สูงอายุ** ที่พัฒนามาจากแบบบันทึกของเด็กเล็ก ในการติดตามสุขภาพช่องปาก ทำสัญลักษณ์ดาวกำหนดสีที่สื่อถึงสภาวะช่องปาก เป็นสื่อสัญลักษณ์ที่เข้าใจง่าย และกระตุ้นต่อความรู้สึก

ในการอยากดูแลฟันของตนเอง นอกจากนี้หากผู้สูงอายุต้องการถอดฟันปลอมถื่น และต้องการทำฟันปลอมที่ถูกต้อง อสม. กระฉินก็ได้ทำหน้าที่ประสานส่งต่อข้อมูลและการดูแล เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการรักษาทันทั่วทั้ง

ก่อนหันระหว่างเส้นทางการทำงาน...

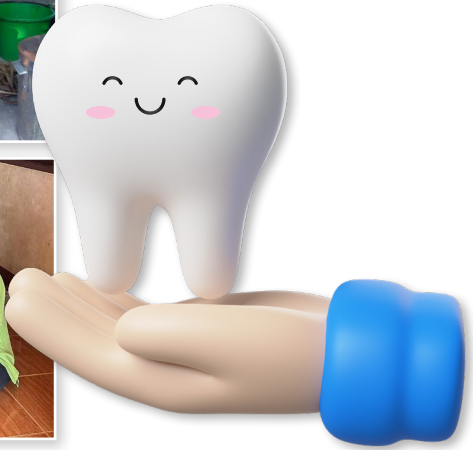
เมื่อปัญหาเกิดขึ้นแล้ว บางคนต้องได้รับการรักษาทันตกรรมอย่างเร่งด่วน แต่อุปสรรคก็เข้ามาเผชิญ นั่นคือ การเดินทาง ด้วยพื้นที่ห่างไกล ติดชายขอบประเทศเมียนมาร์ และระบบขนส่งสาธารณะไม่เอื้ออำนวย จึงยากลำบากต่อการเดินทางไปพบทันตบุคลากร จึงเกิดเครือข่ายสำคัญขึ้นมาอีกเครือข่าย นั่นคือ **“เครือข่าย วินสุขภาพ (HB Health delivery)”** ผ่านกิจกรรม “ไปด้วยกัน มาด้วยกัน เพื่อฟันดี” โดยความร่วมมือของประชาชนในชุมชนที่มีจิตอาสาทำหน้าที่เป็นวินสุขภาพรับ-ส่ง ผู้ป่วยในชุมชนในการมารับรักษาทางทันตกรรมที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยบง หรือโรงพยาบาลแม่ระมาด จังหวัดตาก

ดูแลทั่วถึง ไม่แบ่งเชื้อชาติ

ไม่เพียงแต่ดูแลคนไทยด้วยกันเองเท่านั้น อสม.กระฉินเองยังดูแลไปถึงแรงงานเพื่อนบ้านที่เข้ามาทำงานในชุมชน ด้วยหมู่บ้านห้วยบงมีอาณาเขตติดกับประเทศเมียนมาร์ มีการข้ามชายแดนผ่านช่องทางธรรมชาติหลายแห่ง แรงงานส่วนใหญ่เข้ามาทำงานรับจ้างทำไร่ ทำนา สื่อสารภาษาไทยได้เล็กน้อย บ้างก็ตั้งถิ่นฐานสร้างครอบครัว และส่งบุตรเข้าเรียนที่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และโรงเรียนห้วยบง มีปัญหาทันตสุขภาพไม่ต่างจากคนไทย ดังนั้น เพื่อให้เข้าถึงบริการของประชากรข้ามชาติ หมู่บ้านห้วยบงจึงพัฒนา**เครือข่ายผู้ปกครองชายขอบ** ในการเป็นกองหนุนในงานส่งเสริมทันตสุขภาพ มีการอบรมเครือข่ายผู้ปกครองคนชายขอบอย่างต่อเนื่องสำหรับอสม. กระฉิน เธอเป็นส่วนหนึ่งสำคัญในการเชื่อมประสานการส่งต่อการรักษา ดูแลรวมทั้งให้คำปรึกษาทันตสุขภาพ อีกทั้งยังให้ข้อมูลประชาสัมพันธ์บริการสุขภาพและสิทธิประกันแก่กลุ่มแรงงานข้ามชาติด้วย

ทำอย่างไร ให้ยั่งยืน ไม่เพียงแค่ช่วงเวลานึง

การดำเนินงานผ่านไปหลายกิจกรรม ตามแต่ละปัญหาและบริบทของกลุ่มวัย แต่การจะทำให้ยั่งยืนต่อ นับว่าเป็นสิ่งที่ไม่ควรมองข้าม ใช้เพียงแต่การแก้ปัญหาให้พ้นไปแต่ละช่วงเวลาเท่านั้น ดังนั้น จึงเกิดคำถามที่ว่า จะทำอย่างไรให้การดูแลสุขภาพฟันเป็นไปอย่างยั่งยืน จึงมีเวทีประชุมคณะกรรมการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านห้วยบง ผนวกเวทีประชาคม ในการหารือครั้งนั้น ได้มีมติให้จัดตั้ง **กองทุนหมู่บ้านรักษฟัน** การดำเนินงานคือ แบ่งเงินจากค่าปรับบ้านที่พบลูกน้ำยุงลายในนามหมู่บ้าน หมู่บ้านละ 500 บาทโดยนำค่าปรับมาตั้งกองทุนจัดหาวัสดุฟันและแปรงสีฟันจำหน่ายให้กับคนในชุมชน ให้มีราคาถูกกว่าร้านค้า เพิ่มการเข้าถึงการดูแลทำความสะอาดฟันได้ง่ายขึ้น นอกจากนี้ยังได้รับการสนับสนุนชุดอุปกรณ์ดูแลสุขภาพช่องปาก ตามกลุ่มวัย จากกลุ่มงานทันตกรรมโรงพยาบาลแม่ระมาด เข้ามาหนุนเสริมการดำเนินงานกองทุนอย่างต่อเนื่องให้มอบชุดอุปกรณ์ทำความสะอาดช่องปากฟรีแก่ครอบครัวที่มีรายได้น้อย



จากจุดเริ่มต้น สู่ความประทับใจ

จากการทำงานด้วยประกายไฟเล็ก ๆ ในครั้งนั้น นำไปสู่การที่คนในชุมชนมีสุขภาพช่องปากที่ดีมากขึ้น เห็นได้จากการที่คนในชุมชนเข้าถึงบริการทางทันตกรรมทั่วถึง ผู้สูงอายุได้ใส่ฟันปลอมที่ถูกต้องเพิ่มขึ้น มีเครือข่ายต่าง ๆ ที่ร่วมแรง ร่วมใจ ในการลงมือทำร่วมกัน มากไปกว่านั้น การที่ อสม. กระฉินได้เข้าไปดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง ที่เคยรักษาภาวะกระดูกเบาฟันตายจากการถอนฟัน จากเดิมผู้ป่วยไม่สามารถที่จะกลืนได้ เพราะมีความเจ็บปวดภายในช่องปาก เมื่อรับประทานอาหารไม่ได้ ร่างกายก็อ่อนเพลีย จน อสม. กระฉินเข้าไปประสานงานต่อทันตบุคลากรให้เข้ามาดูแล อีกทั้ง คอยหมั่นเยี่ยมเยียนให้ความรู้การทำความสะอาดช่องปากให้กำลังใจ ให้คำปรึกษา จนกระทั่งจากเดิมที่นอนติดเตียงทั้งวัน เริ่มพุงตัวนั่งได้ กินอาหารอ่อน ๆ ได้ ดื่มน้ำได้เอง ร่างกายแข็งแรงขึ้น และใช้ชีวิตที่เหลืออย่างมีความสุขตามอัธยาศัย

การทำงานให้สำเร็จ ไม่ใช่เกิดเพราะตัวเธอเท่านั้น อสม. กระฉิน มองว่า การทำงานให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด เกิดขึ้นได้จากความร่วมมือ ร่วมใจ การอาสาร่วมกัน นับว่าเป็นเรื่องโชคดีที่ อสม. กระฉิน มีเพื่อน อสม. ร่วมทำงานอย่างเสียสละ มีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขคอยให้คำปรึกษา มีทันตบุคลากรคอยแนะนำความรู้ มีร้านค้าที่ให้ความร่วมมือ มีครูในโรงเรียนและในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่เปิดโอกาสให้ อสม. กระฉิน ปฏิบัติงานตามบทบาท อสม. อย่างเต็มที่ ถ้าให้อสม. กระฉินขอบคุณเรื่องความสำเร็จ อสม. กระฉิน มองว่ามันเป็นเพียงจุดเริ่มต้นเล็ก ๆ ของเธอเท่านั้น จุดเริ่มต้นที่เธอพร้อมจะพัฒนาศักยภาพตนเอง และเดินทางต่อในด้านทันตสุขภาพ ความมุ่งมั่นของอสม. กระฉิน ไม่ใช่เพียงแต่อยากเห็นทุกคนมีสุขภาพฟันดี แต่คือดีในทุกส่วนของสุขภาพ และมีชีวิตที่มีความสุข