

## แบบสรุปนวัตกรรม

### ๑. ชื่อนวัตกรรม “นวัตกรรมสีย้อมฟันจากผลกำขำและใบฝรั่ง”

ประเภทนวัตกรรม (จำแนกตามเป้าหมาย)

- ☒ นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ (product innovation)  
☐ นวัตกรรมบริการ (service innovation)  
☐ นวัตกรรมกระบวนการ (process innovation)

สาขาที่ประกวด ทันตสุขภาพ

จังหวัด ตรัง

อสม.ดีเด่นระดับ ☒ เขต ☐ ภาค ☐ ชาติ

### ๒. ข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ - สกุล นางนราภรณ์ เรืองชัยปรามไทย

ที่อยู่ปัจจุบัน ๑๕๓ หมู่ที่ ๑๐ ตำบลทุ่งค่าย อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง

อาชีพ เกษตรกรรม

สถานภาพ สมรส

ระดับการศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนวิเชียรมาตุ อำเภอมืองตรัง จังหวัดตรัง

ระยะเวลาการเป็น อสม. ๗ ปี

คติในการทำงาน “อย่าทำตัวเหมือนนาฬิกาไม่มีถ่าน เพราะชีวิตคนเราต้องก้าวเดินต่อไป”

### ๓. ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

ในปัจจุบันการดูแลสุขภาพช่องปากเป็นเรื่องของตัวบุคคลที่สามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง และการแปรงฟันเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยลดการเกิดโรคในช่องปาก ช่วยกำจัดคราบจุลินทรีย์ที่ยึดเกาะฟัน แต่การแปรงฟันเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอที่จะให้มั่นใจว่าช่องปากของเราสะอาด ต้องมีการตรวจเช็คความสะอาดภายในช่องปากหลังจากแปรงฟัน การใช้สีย้อมฟันจึงเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยตรวจสอบความสะอาดบนตัวฟันหลังจากการแปรงฟัน และเมื่อดย้อมฟันในปัจจุบันมีราคาแพง หาซื้อได้ยากตามท้องตลาด ต้องนำเข้าจากต่างประเทศ และจากการช่วยงานทันตสุขภาพเจ้าหน้าที่ทันตภิบาลการย้อมสีฟันในนักเรียน ตนเองมีการตรวจฟันปีละ ๒ ครั้ง มีอะไรที่สามารถนำมาใช้ทดแทนได้ในหมู่บ้านปลูกต้นกำขำตามบ้านและขึ้นในสวนยาง ตอนไปกรีดยาง “ผลกำขำ” ผลสุกเลยเก็บเอามาทานเล่นกับหลานจากการที่ตนเองและหลานทานเข้าไป พอชิมเห็นว่ามีกรดติดสีบนตัวฟัน เลยคิดว่าจะนำไปใช้ทดแทนสีย้อมฟันได้ ช่วยลดค่าใช้จ่าย หาได้ง่ายทั่วไป และได้สอบถามเจ้าหน้าที่ทันตภิบาล รพ.สต.ทุ่งค่าย แนะนำให้เพิ่มใบฝรั่งจะทำให้มีสีชัดขึ้น จึงเลือกใช้ผลกำขำและใบฝรั่ง ซึ่งในการทำนวัตกรรมนี้เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพในช่องปาก การแปรงฟันที่มีประสิทธิภาพเพื่อลดค่าใช้จ่ายและปัญหาขาดแคลนเมื่อดย้อมคราบฟัน ดังนั้นจึงได้จัดทำสีย้อมฟันจากธรรมชาติ โดยทำจากผลกำขำและใบฝรั่งขึ้น ซึ่งเป็นการย้อมคราบจุลินทรีย์ในช่องปากและเป็นนวัตกรรมทางทันตสุขภาพอย่างหนึ่งที่จะนำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้ทุกคนสามารถแปรงฟันได้ถูกวิธีและสามารถทำความสะอาดช่องปากได้ดีขึ้น

#### ๔. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการแปรงฟัน และแปรงฟันได้อย่างมีคุณภาพ
๒. เพื่อลดค่าใช้จ่ายในการซื้อเมล็ดสีย้อมคราบจุลินทรีย์

#### ๕. อุปกรณ์/ขั้นตอนการดำเนินงาน

##### อุปกรณ์

๑. ผลก่าช้า
๒. ใบฝรั่ง

##### ขั้นตอนการดำเนินงาน

๑. เก็บผลก่าช้าและใบฝรั่ง มาทำความสะอาด
๒. นำผลก่าช้าและใบฝรั่งมาป่นรวมกัน
๓. นำมากรอง เพื่อแยกน้ำกับผงที่ละเอียด
๔. นำไปทาบนตัวฟัน เพื่อตรวจหาคราบจุลินทรีย์ได้เลย

#### ๖. ผลการดำเนินงาน/ประโยชน์ที่ได้รับ

๑. นักเรียนมีทักษะในการปฏิบัติเกี่ยวกับการแปรงฟันที่ดี และแปรงฟันได้อย่างมีประสิทธิภาพ
๒. การดูแลสุขภาพช่องปากและสีย้อมฟันจากผลก่าช้าและใบฝรั่ง ช่วยลดค่าใช้จ่ายในการซื้อเมล็ดสีย้อมคราบจุลินทรีย์ และยังมีสรรพคุณช่วยบำรุงเหงือกและฟันอีกด้วย
๓. ทดลองย้อมสีฟันเด็กในโรงเรียนเพื่อดูความสะอาดของการแปรงฟัน พบว่าติดสี๑-๕ซี ร้อยละ ๒๒.๕๘ ติดสีมากกว่า ๕ ซี ร้อยละ ๗๗.๔๒ หลังย้อมสีฟันแล้วให้นักเรียนแปรงฟันใหม่ พบว่า ติดสี๑-๕ซี ร้อยละ ๖๘ ติดสีมากกว่า ๕ ซี ร้อยละ ๒๖.๘๘

##### ตารางการย้อมสีฟันนักเรียนในโรงเรียนเพื่อดูความสะอาดของการแปรงฟัน

| กิจกรรม                 | เด็ก จำนวน ๙๓ คน  |                   |
|-------------------------|-------------------|-------------------|
|                         | ก่อนย้อมสีฟัน     | หลังย้อมสีฟัน     |
| ติดสี๑-๕ซี (คน)         | ๒๑ (ร้อยละ ๒๒.๕๘) | ๖๘ (ร้อยละ ๗๓.๑๒) |
| ติดสี มากกว่า ๕ ซี (คน) | ๗๒ (ร้อยละ ๗๗.๔๒) | ๒๕ (ร้อยละ ๒๖.๘๘) |

#### ๗. ปัจจัยความสำเร็จ

๑. การมีส่วนร่วมของพันธมิตรภาคีเครือข่ายในทุกกระบวนการพัฒนา
๒. การทำงานเป็นทีม และมีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง
๓. การได้รับการพัฒนาองค์ความรู้ด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

#### ๘. โอกาสพัฒนา

เนื่องจากผลก่าช้าไม่ได้มีตลอดทั้งปี ผลจะออกช่วงเดือนเมษายนถึงเดือนพฤษภาคม และไม่ได้มีในทุกชุมชน จึงทำให้การดำเนินงานในบางช่วงมีปัญหา การแก้ไขโดยการใช้ดอกอัญชันหรือลูกโคลงเคลงมาใช้แทนในการดำเนินงาน ซึ่งสามารถใช้ได้ตลอดทั้งปี

๙. ภาคผนวก



ภาพที่ ๑ ผลกำขำปลูกเองที่บ้าน อสม.นราภรณ์ เรืองชัยปราโมทย์



ภาพที่ ๒ การใช้ผลกำขำและใบฝรั่งเด็กในชุมชนและนักเรียน