

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะและการปฏิบัติของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก โดยใช้ประชากรจากผู้ปกครองที่นำเด็กมารักษาทางทันตกรรมที่ภาควิชาทันตกรรมสำหรับเด็ก คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ตั้งแต่วันที่ 19 กรกฎาคม 2543 ถึงวันที่ 18 สิงหาคม 2543 จำนวน 140 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (SPSS/PC+) ทำการวิเคราะห์โดยใช้สถิติหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ป่วย

ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กับเด็กในฐานะบิดาและมารดา อายุเฉลี่ยของผู้ปกครองเท่ากับ 36 ปี โดยมีอายุสูงสุด 68 ปี และมีอายุต่ำสุด 19 ปี ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง รองลงมาคือ ก้าขาย ศาสนาที่ผู้ปกครองส่วนใหญ่นับถือ ได้แก่ ศาสนาพุทธ การศึกษาจบต่ำกว่าระดับปริญญาตรี และเหตุผลของการนำเด็กมาที่คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ส่วนใหญ่มาเพื่อนำเด็กมาตรวจสุขภาพฟัน

ตอนที่ 2 ผลการศึกษาความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก

ผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 62.10 อยู่ในระดับดี ร้อยละ 37.10 และอยู่ในระดับต่ำร้อยละ 0.80 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อของข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้ พบว่าข้อคำถามที่ผู้ปกครองจำนวนมากมีความรู้ว่าเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก 5 อันดับแรก ได้แก่ หมากฝรั่งที่มีรสหวาน ฮอลด์น้ำผึ้ง ขนฝอยทอง มะพร้าวแก้ว และกาละแม และข้อคำถามที่ผู้ปกครองจำนวนน้อยมีความรู้ว่าเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก 5 อันดับ ได้แก่ โอวัลตินเย็น ขนมครก ซาลาเปาไส้ถั่วแดง มันฝรั่งทอด และนมถั่วเหลือง ส่วนข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับอาหารที่ไม่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความรู้ดี

ตอนที่ 3 ผลการศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก

ผู้ปกครองมีทัศนคติเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็กในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 81.4 อยู่ในระดับไม่ดี ร้อยละ 18.60 ส่วนในระดับดีมาก ดี และไม่ดีอย่างมากไม่พบว่ามีผู้ปกครองมีทัศนคติในระดับดังกล่าว เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อของข้อคำถามเกี่ยวกับทัศนคติ พบว่า ข้อที่ผู้ปกครองมีทัศนคติอยู่ในระดับไม่ดี ได้แก่ ผู้ปกครองมีความรู้สึกไม่ดีต่อน้ำอัดลม รู้สึกไม่ดีต่อการเติมน้ำตาลในนม รู้สึกไม่ดีต่อการให้เด็กอมลูกอม รู้สึกไม่ดีต่อการกินขนมที่มีแป้ง รู้สึกไม่ดีต่อการให้เด็กกินกาละแม รู้สึกไม่ดีต่อการให้เด็กดูคนเวลาหลับ รู้สึกไม่ดีต่อการให้เด็กเลือกซื้อขนมกินเองตามใจชอบ รู้สึกไม่ดีต่อการให้นมมือตักแก่เด็ก รู้สึกไม่ดีต่อการให้นมเด็กตลอดเวลาที่เด็กต้องการ และ รู้สึกไม่ดีต่อการให้เด็กอมอาหาร ข้อที่ผู้ปกครองมีทัศนคติอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ การให้เด็กกินอาหารหวานได้ในมืออาหาร การให้เด็กกินขนมครกซึ่งมีลักษณะอ่อนนุ่มจะมีผลเสียต่อฟันของเด็ก ผู้ปกครองไม่แน่ใจว่าควรให้เด็กกินไก่อ่างมากกว่าการกินไก่ชุบแป้งทอด ไม่แน่ใจถึงโทษของซาลาเปาและขนมเค้ก และไม่แน่ใจเรื่องการเปลี่ยนให้เด็กดื่มนมจากแก้วแทนการดูดนมจากขวด ส่วนข้อที่ผู้ปกครองมีทัศนคติอยู่ในระดับดี ได้แก่ ควรให้เด็กกินผักและผลไม้มากกว่าการกินขนมปังต่าง ๆ การกินผลไม้ย่อมดีกว่าการกินน้ำผลไม้ การเลือกอาหารให้เด็กกินเป็นสิ่งที่ดีต่อฟันของเด็ก

ตอนที่ 4 ผลการศึกษากิจวัตรปฏิบัติของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก

ผู้ปกครองมีการปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็กอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 87.1 อยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 10.7 และอยู่ในระดับดีมากร้อยละ 2.1 ไม่พบว่ามีผู้ปกครองที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับที่ควรปรับปรุง เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อของการปฏิบัติ พบว่าผู้ปกครองมีการปฏิบัติในระดับดีทางด้านบวก ได้แก่ ผู้ปกครองเป็นผู้เลือกประเภทขนมให้เด็กเสมอ ขนมหวานเป็นสิ่งที่ผู้ปกครองห้ามเด็กกินเสมอ ผู้ปกครองให้เด็กกินอาหารได้ตามมืออาหารเท่านั้น ผลไม้เป็นสิ่งที่ผู้ปกครองใช้เป็นขนมแทนขนมอื่น ๆ นมที่ให้เด็กผู้ปกครองเลือกแต่นมจืดเท่านั้น ผู้ปกครองให้เด็กเปลี่ยนจากดูดนมจากขวดเป็นดื่มจากแก้วเมื่อเด็กอายุ 2 ขวบขึ้นไป หลังการดื่มนมผู้ปกครองให้เด็กดื่มน้ำตามเสมอ และหลังจากกินอาหารทุกมื้อผู้ปกครองบังคับให้เด็กแปรงฟันเสมอ การปฏิบัติในระดับดีทางด้านลบ ได้แก่ ผู้ปกครองซื้อลูกอมให้เด็กเป็นประจำ ขนมที่ผู้ปกครองซื้อให้เด็กส่วนมากเป็นขนมหวาน ขนมที่อ่อนนุ่ม ย่อยง่าย เช่น ขนมเค้ก ขนมคุกกี้ เป็นขนมที่ผู้ปกครองซื้อให้เด็กเสมอ ผู้ปกครองให้เด็กกินอาหารเหนียว ๆ เช่น กาละแม ข้าวเหนียวมะม่วงได้ ผู้ปกครองอนุญาตให้เด็กดื่มน้ำอัดลมได้ ผู้ปกครองให้เด็กกินอาหารได้ตลอดเวลาตามที่เด็กต้องการ ผู้ปกครองให้เด็กอายุ 2 ขวบดื่มนมเวลาที่เด็กตื่นนอนตอนดึก และผู้ปกครองให้เด็กหลับคาขวดนมเสมอ ส่วนการปฏิบัติในระดับพอใช้ทาง

ด้านบวกได้แก่ ผู้ปกครองอนุญาตให้เด็กกินขนมหวานได้ในมื้ออาหารเท่านั้น และการปฏิบัติในระดับพอใช้ทางด้านลบได้แก่ ขนมถุงประเภทกรอบ ๆ ผู้ปกครองอนุญาตให้เด็กกินได้ และผู้ปกครองให้เด็กกินนมได้ตลอดเวลาตามต้องการ

อภิปรายผลการศึกษา

จากการศึกษาความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก ที่มารับบริการทางทันตกรรม ที่ภาควิชาทันตกรรมสำหรับเด็ก คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 140 คน สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วรรณศรี แก้วปิ่นตา (2536) ที่พบว่า ความรู้ของผู้ปกครองครู และครูพี่เลี้ยงที่ดูแลเด็กในโรงเรียน และศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในการดูแลทันตสุขภาพของเด็กวัยก่อนเรียน อยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าผู้ปกครองจำนวนมากมีความรู้ความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องโดยเข้าใจว่าฟันผุเกิดจากแมงกินฟัน ในการศึกษาครั้งนี้ผู้ปกครองจำนวนมากมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคฟันผุว่าเป็นอาหารกลุ่มที่มีรสหวาน หรืออาหารที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบ ซึ่งจะเห็นได้จากการศึกษาที่ผู้ปกครองจำนวนมากมีความรู้ที่อาหารซึ่งมีรสหวาน เช่น หมากฝรั่ง, ฮอลล์น้ำผึ้ง, ขนมฟอยทอง และมะพร้าวแก้ว เป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุได้ ซึ่งตรงกับแอนดรูและคณะ(Andrew, et al, 1999) ที่กล่าวไว้ว่า น้ำตาลสามารถถูกขบวนการเผาผลาญอาหารได้ง่ายด้วยแบคทีเรียในแผ่นคราบฟันจนเกิดเป็นกรด ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดโรคฟันผุ ส่วนกลุ่มอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตหรืออาหารที่มีส่วนประกอบของแป้ง หรือผลิตภัณฑ์ของแป้ง เช่น ขนมครก ซาลาเปา มันฝรั่งทอด และขนมเค้ก มีผู้ปกครองจำนวนน้อยที่มีความรู้ว่าเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็กได้เช่นกันถึงแม้จะมีความรุนแรงน้อยกว่าอาหารที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลก็ตาม ตามที่แอนเดอร์และโอเลย์(Anders, T., & Ole, E.1986) กล่าวไว้ว่าแป้งประกอบด้วยโพลีแซคคาไรด์ของกลูโคส ซึ่งเมื่อมีการรับประทานอาหารที่มีส่วนประกอบของแป้งหรือผลิตภัณฑ์ของแป้ง โดยแป้งจะถูกเอนไซม์ในน้ำลายและเอนไซม์ของแบคทีเรียย่อยแตกตัวให้เป็นน้ำตาลกลูโคส มอสโตส มอสโตนิโอส และแก็กตรินในน้ำตาลเหล่านี้จะดูดแบคทีเรียบางชนิดที่มีอยู่ในแผ่นคราบฟันใช้ในกระบวนการเจริญเติบโต และผลสุดท้ายเกิดกรดที่สามารถกัดกร่อนผิวเคลือบฟันได้ จนเป็นสาเหตุของโรคฟันผุได้ในที่สุด จึงเห็นว่าผู้ปกครองควรได้รับการแนะนำในเรื่องเกี่ยวกับอาหารประเภทนี้เพิ่มขึ้น ทางด้านของอาหารประเภทผักและผลไม้ เช่น องุ่น มะละกอสุก และส้มเขียวหวาน ผู้ปกครองส่วนมากมีความรู้ดี

ว่าเป็นอาหารที่ไม่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก ซึ่งตรงกับ Andrew J. Rugg-Gunn และ June H. Nunn (1999) ที่กล่าวว่า ผักและผลไม้สดจะทำให้เกิดโรคฟันผุได้ต่ำ และตรงกับ เพชรา สิทธิพนธ์ (2539) ที่กล่าวไว้ว่า อาหารที่มีลักษณะเป็นกาก และเส้นใย เช่น ผักและผลไม้จะมีส่วนช่วยในการทำความสะอาดฟันได้ ส่วนอาหารประเภทนมมีผู้ปกครองร้อยละ 50 เท่านั้นที่มีความรู้ว่านมที่มีรสหวานเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุได้ อาจเนื่องมาจากสาเหตุที่ผู้ปกครองยังมีความเชื่อที่ว่านมเป็นอาหารที่ควรให้เด็กดื่ม เพื่อให้เด็กมีร่างกายที่แข็งแรง และช่วยในการเจริญเติบโตของเด็ก แต่ยังคงขาดความรู้ในเรื่องของส่วนประกอบของนมที่มีรสหวานว่ามีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบอยู่ ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดโรคฟันผุ ส่วนความรู้ในเรื่องของนมถั่วเหลือง มีผู้ปกครองจำนวนน้อยเพียงร้อยละ 4.30 ที่มีความรู้ว่าเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุได้ ซึ่งนมถั่วเหลืองจะมีส่วนประกอบของน้ำตาลอยู่ด้วย ผู้ปกครองอาจมองข้ามตรงจุดนี้ไป แต่มีผู้ปกครองจำนวนมากร้อยละ 99.30 ที่มีความรู้ว่ามีนมจืดเป็นนมที่ไม่สามารถก่อให้เกิดโรคฟันผุได้ ซึ่งตรงกับคำกล่าวของแอนดรูและคณะ(Andrew, et al, 1999) ที่กล่าวไว้ว่า นมไม่ทำให้เกิดฟันผุได้

2. ทักษะการเลือกของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็ก พบว่าอยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนใหญ่ (ร้อยละ 81.4) เมื่อพิจารณาทัศนคติที่ผู้ปกครองมีต่ออาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุ พบว่าผู้ปกครองมีทัศนคติที่ไม่ดีต่ออาหารที่มีลักษณะหวานหรืออาหารที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบเป็นส่วนใหญ่ เช่น น้ำอัดลม อาหารหวาน ลูกอม และ กากะแม ส่วนทัศนคติที่มีต่ออาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุที่เป็นอาหารประเภทที่มีส่วนประกอบของแป้งหรือผลิตภัณฑ์ของแป้ง ผู้ปกครองยังมีความรู้สึกไม่แน่ใจว่าอาหารเหล่านี้จะจัดอยู่ในอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุได้หรือไม่ จึงมีผลออกมาในลักษณะที่อยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนใหญ่ เช่น ขนมครก ไข่ชุบแป้งทอด ซาลาเปา และขนมเค้ก ว่าเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการขาดความรู้เกี่ยวกับอาหารประเภทเหล่านี้ว่าเป็นอาหารที่เอื้อให้เกิดฟันผุได้ ผู้ศึกษาจึงเห็นว่าสิ่งที่ทำให้ผู้ปกครองเห็นด้วยกับการห้ามปรามเด็ก หรือการเลือกซื้อขนมให้เด็ก โดยเห็นว่าอาหารประเภทไหนที่ควรซื้อและอาหารประเภทไหนที่ควรหลีกเลี่ยงไม่ให้เด็กรับประทาน ควรจะเกิดจากการที่ผู้ปกครองได้รับความรู้ที่ชัดเจนในเรื่องของอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุว่าเป็นอาหารประเภทไหนบ้าง เพื่อให้ผู้ปกครองใช้เป็นข้อมูลในการอบรมสั่งสอนและเลือกประเภทและลักษณะอาหารให้เด็กเพื่อเป็นการป้องกันการเกิดโรคฟันผุได้อีกหนทางหนึ่ง

3. การปฏิบัติของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็กพบว่าผู้ปกครองมีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อของการปฏิบัติ พบว่าผู้ปกครองปฏิบัติได้ถูกต้องในการเลือกประเภทและลักษณะอาหารที่ไม่มีรสหวานหรืออาหารที่ไม่มีส่วนประกอบของน้ำตาลให้แก่เด็ก และไม่让孩子กินอาหารที่มีลักษณะอ่อนนุ่ม ย่อยง่าย ที่เหมาะต่อการติดฟันเด็ก ทั้งนี้อาจเกิดจากการที่ผู้ปกครองกลุ่มนี้มีความรู้ว่าอาหารหวานหรืออาหารที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลเป็นอาหารที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคฟันผุในเด็กอยู่แล้ว จึงไม่เลือกอาหารเหล่านี้ให้แก่เด็ก และอีกประการหนึ่งอาจเกิดจากการที่ผู้ปกครองกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่ส่วนใหญ่พาเด็กมาที่คณะทันตแพทยศาสตร์ เพื่อนำเด็กมาตรวจสุขภาพฟัน ซึ่งเป็นการให้ความสนใจในสุขภาพฟันของเด็กอยู่แล้ว จึงให้ความสำคัญในการเลือกอาหารเพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดฟันผุในเด็กได้ดี แต่มีบางประเด็นที่ผู้ปกครองยังมีการปฏิบัติอยู่ในระดับพอใช้ ได้แก่ ยัง让孩子กินขนมถุงประเภทรอบ ๆ ได้ การปฏิบัติในการ让孩子กินอาหารหวานได้ในมืออาหารเท่านั้น และการที่ยังปล่อยให้เด็กกินนมได้ตลอดเวลาตามที่เด็กต้องการ จะสังเกตได้ว่าการที่ผู้ปกครองยังปล่อยให้เด็กปฏิบัติได้ในข้อดังกล่าวอาจเกิดจากการที่ผู้ปกครองยังขาดความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติที่ถูกต้องในเรื่องเหล่านี้ว่าเป็นสิ่งที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคฟันผุได้เช่นกัน นอกจากการรับประทานอาหารหวานแล้ว ในประเด็นของการปล่อยให้เด็กกินขนมถุงประเภทรอบ ๆ ควรมีการให้ความรู้แก่ผู้ปกครองว่า ขนมถุงเหล่านี้ส่วนใหญ่จะทำมาจากแป้งหรือผลิตภัณฑ์ของแป้งที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคฟันผุได้ ส่วนในประเด็นของการ让孩子กินอาหารหวานได้ในมืออาหารนั้นควรให้ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจว่า การ让孩子กินอาหารหวานในมืออาหารนั้นจะช่วยป้องกันการเกิดโรคฟันผุได้ซึ่งตรงกับการศึกษาของแอนดรูและคณะ(1999) ที่ทำการศึกษาที่โรงพยาบาลVipcholm ในประเทศสวีเดน โดยให้ผู้ป่วยทานอาหารที่มีน้ำตาลระหว่างมือ เปรียบเทียบกับการให้ผู้ป่วยทานอาหารที่มีน้ำตาลในมืออาหาร พบว่าการทานอาหารระหว่างมืออาหารมีการเกิดโรคฟันผุมากกว่าผู้ป่วยที่ทานน้ำตาลในมืออาหาร นั่นก็แสดงว่าการ让孩子ทานอาหารหวานในมืออาหารจะช่วยป้องกันการเกิดโรคฟันผุในเด็ก ได้อีกทางหนึ่งและในประเด็นของการปล่อยให้เด็กกินนมได้ตลอดเวลาตามที่เด็กต้องการได้นั้น ผู้ปกครองอาจมีความเชื่อว่านมเป็นอาหารที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของเด็ก จึงไม่ห้ามเด็กในเรื่องนี้ แต่ล้มค่านึงถึงการที่นมส่วนใหญ่นอกจากนมจืดแล้วจะมีส่วนประกอบของน้ำตาลผสมอยู่ ซึ่งเสี่ยงต่อการเกิดโรคฟันผุได้ถ้าเด็กกินบ่อยๆ เนื่องจากความถี่ในการบริโภคน้ำตาลเป็นสาเหตุของการเกิดโรคฟันผุได้ ตามคำกล่าวของแอนดรูและคณะ(1999) ที่กล่าวไว้ว่าความถี่ในการรับประทานอาหารหวานมีผลต่อการเกิดโรคฟันผุได้

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าผู้ปกครองเด็กมีความรู้ในระดับปานกลางมีทัศนคติในระดับปานกลาง และมีการปฏิบัติอยู่ในระดับดีนั้นเป็นเพียงผู้ปกครองเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น ผู้ศึกษาจึงเห็นว่าควรมีการศึกษากับผู้ปกครองที่เป็นตัวแทนของผู้ปกครองเด็กให้กว้างขึ้น เพื่อให้ครอบคลุมถึง ผู้ปกครองทุกระดับของเด็กให้มากกว่านี้ เพื่อให้ทราบถึงความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติของผู้ปกครองเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุ เนื่องจากในปัจจุบันจะเห็นได้ว่ามีอาหารที่หลากหลายทั้งประเภทและลักษณะที่เป็นอาหารเอื้อต่อการทำให้เกิดฟันผุมากมาย แต่ถ้าผู้ปกครองมีความรู้ที่ถูกต้อง มีทัศนคติที่ดี ก็อาจจะนำไปสู่การปฏิบัติที่เหมาะสมในการเลือกอาหารในการรับประทานแก่เด็ก และจะช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดฟันผุในเด็กลงได้อีกหนทางหนึ่ง

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. จากการศึกษพบว่าผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็กว่าเป็นอาหารประเภทที่มีรสหวาน และอาหารที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบ แต่ยังมีผู้ปกครองส่วนน้อยที่มีความรู้ความเข้าใจว่าอาหารประเภทแป้งหรือผลิตภัณฑ์ของแป้งก็สามารถก่อให้เกิดโรคฟันผุในเด็กได้เช่นกัน ถึงแม้จะมีความรุนแรงน้อยกว่าอาหารหวานก็ตาม ผู้ศึกษาจึงมีความเห็นว่านอกจากการให้ความรู้ที่น้ำตาลเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดโรคฟันผุได้แล้ว ควรมีการให้ความรู้ที่อาหารประเภทไหนบ้างที่เมื่อมีการเคี้ยวในปากแล้วสามารถเกิดขบวนการหมักและเกิดเป็นน้ำตาลได้ในที่สุด เพื่อให้ผู้ปกครอง ได้เข้าใจและสามารถเลือกอาหารเพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดโรคฟันผุในเด็กได้

2. จากการศึกษายังพบว่าผู้ปกครองส่วนใหญ่ยังไม่แน่ใจถึงอันตรายของนมที่ให้แก่เด็กว่าจะมีอันตรายต่อฟันของเด็กได้อย่างไร จึงทำให้ผลการศึกษาทัศนคติและการปฏิบัติที่เกี่ยวกับนมที่ผู้ปกครองให้เด็ก มีผลออกมาในระดับที่พอใช้ ผู้ศึกษาจึงมีความเห็นว่าควรมีการเน้นในการให้ความรู้กับผู้ปกครองเรื่องการเลือกนมที่ไม่มีส่วนประกอบของน้ำตาลให้แก่เด็ก หรือถ้าจะให้นมที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลให้แก่เด็ก ควรมีวิธีการให้ที่ถูกต้องในเรื่องของความถี่และระยะเวลาที่ควรให้แก่เด็ก เพื่อป้องกันการเกิดโรคฟันผุในเด็กได้อีกหนทางหนึ่ง

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้มีข้อจำกัดในเรื่องระยะเวลา จึงทำให้ศึกษากับกลุ่มผู้ปกครองที่มีจำนวนจำกัด ในการศึกษครั้งต่อไปควรมีการศึกษากับกลุ่มผู้ปกครองที่มีความหลากหลายให้ครอบคลุมในทุก ๆ ด้าน เพื่อให้ได้ผลการศึกษาที่ชัดเจนต่อไป

2. ในการศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติควรมีการศึกษาแบบการสังเกตร่วมด้วย เพื่อให้ได้ผลการศึกษาที่ถูกต้องและตรงกับความเป็นจริงให้มากที่สุด

3. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบถึงความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติของผู้ปกครองที่มีระดับการศึกษาต่างกันด้วย เพื่อให้ทราบถึงกลุ่มผู้ปกครองที่ต้องการเน้นในการวางแผนการให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารเพื่อป้องกันการเกิดโรคฟันผุในเด็กได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป