



แบบรายงานผลการดำเนินโครงการป้องกันภัยรัก รู้จักดูแลตนเอง เพื่อสุขภาพชีวิตที่ดี
กองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่เทศบาลตำบลคึกคัก รหัส กปท. L3282
อำเภอตะกั่วป่า จังหวัดพังงา

1. ชื่อ แผนงาน โครงการ กิจกรรม

ฟันสะอาด ปราศจากโรคในช่องปาก

2. ผลการดำเนินงาน

มีการอบรมให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพอนามัยช่องปากและฟันอย่างถูกวิธี

ฐานที่ 1 รู้จักฟันและโรคในช่องปาก

วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับการรู้จักชนิดของฟัน หน้าที่ของฟันแต่ละซี่ และตระหนักถึงโรคในช่องปากที่พบบ่อย เช่น ฟันผุ เหงือกอักเสบ

ฐานที่ 2 เทคนิคการแปรงฟันที่ถูกต้อง

วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับการฝึกทักษะการแปรงฟันที่ถูกต้องเพื่อป้องกันฟันผุ

ฐานที่ 3 อาหารกับสุขภาพฟัน

วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับอาหารและเครื่องดื่มที่มีผลต่อสุขภาพฟัน

ฐานที่ 4 การป้องกันและตรวจสุขภาพช่องปาก

วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับการรู้จักวิธีการดูแลสุขภาพช่องปาก และการให้ความสำคัญของการพบทันตแพทย์

2. ผลการดำเนินงาน

โครงการฟันสะอาด ปราศจากโรคในช่องปาก นักเรียนมีส่วนร่วมในแต่ละกิจกรรมเป็นอย่างดี ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมและแสดงความคิดเห็นเป็นอย่างดี มีความกล้าแสดงออก นำเสนอผลงานได้อย่างดี ก่อนการอบรมมีการให้นักเรียนทำแบบทดสอบความรู้ก่อนอบรม และหลังอบรมให้นักเรียนทำแบบทดสอบความรู้หลังอบรม ผลการทำแบบทดสอบนักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยในช่องปากและฟัน เพิ่มมากขึ้นร้อยละ 90

3. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

ตามโครงการนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 339 คน และคณะครู 33 คน ณ วันที่นำเสนอโครงการ วัน เวลา จัดทำโครงการจริง นักเรียนจำนวน 339 คนและคณะครู 33 คน

4. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 51,353 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 51,353 บาท คิดเป็นร้อยละ 100.....

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน - บาท คิดเป็นร้อยละ -.....



5.ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

 ไม่มี มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

6.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

 สำเนาหลักฐานการจ่ายเงิน (กรณีคณะกรรมการ กปท. ต้องการทราบรายละเอียด) ภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ภาพการดำเนินการจริง อื่น ๆ คำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการพื้นสะอาด ปราศจากโรคในช่องปาก

7.บุคคลอ้างอิง/ตัวแทนผู้รับประโยชน์จากการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (อย่างน้อย 3 คน ขึ้นไป)

1. นางสาวนิสริน หมาดสตูล หมายเลขโทรศัพท์ 082-2878701

2. นางสาวสรณ์สิริ ปานทน หมายเลขโทรศัพท์ 093-7917857

3. เด็กชายศิริโชค นะทะเล หมายเลขโทรศัพท์ 092-4765862

ลงชื่อ..........หัวหน้าหน่วยงาน

(นายศักดิ์ชาย แซ่จิว)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดคมนียเขต

วันที่ 23 เดือน กันยายน พ.ศ. 2568



ภาพกิจกรรม























โครงการฟันสะอาด ปราศจากโรคในช่องปาก อาหารและเครื่องดื่ม













แบบทดสอบก่อนเรียน
คำชี้แจง จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

<p>1. ฟันหน้ามีหน้าที่หลักคืออะไร</p> <p>ก. บดและเคี้ยวอาหาร</p> <p>ข. กัดและตัดอาหาร</p> <p>ค. ฉีกอาหารชิ้นใหญ่</p> <p>ง. ช่วยพูดได้ชัดเจน</p>	<p>6. เครื่องดื่มใดที่เป็นมิตรกับฟันมากที่สุด</p> <p>ก. น้ำอัดลม</p> <p>ข. น้ำเปล่า</p> <p>ค. น้ำหวาน</p> <p>ง. ชานมเย็น</p>
<p>2. ฟันเขี้ยวทำหน้าที่อะไร</p> <p>ก. เคี้ยวอาหารละเอียด</p> <p>ข. กัดข้าว</p> <p>ค. ฉีกอาหาร</p> <p>ง. ช่วยให้อึดสวย</p>	<p>7. อุปกรณ์ใดช่วยทำความสะอาดซอกฟันที่แปรงสีฟันเข้าไม่ถึง</p> <p>ก. น้ำเกลือ</p> <p>ข. ไหมขัดฟัน</p> <p>ค. น้ำยาบ้วนปาก</p> <p>ง. ก้านสำลี</p>
<p>3. การแปรงฟันที่ถูกต้องควรทำเมื่อใด</p> <p>ก. แปรงวันละ 1 ครั้ง ตอนเช้า</p> <p>ข. แปรงทุกครั้งหลังอาหาร</p> <p>ค. แปรงวันละ 2 ครั้ง เช้า-ก่อนนอน</p> <p>ง. แปรงเมื่อมีเวลาว่าง</p>	<p>8. หลังจากรับประทานขนมหวาน ควรทำสิ่งใดเพื่อป้องกันฟันผุ</p> <p>ก. นอนพัก</p> <p>ข. ดื่มน้ำอัดลม</p> <p>ค. บ้วนปากหรือแปรงฟัน</p> <p>ง. เคี้ยวหมากฝรั่งหวาน</p>
<p>4. เราควรใช้เวลาแปรงฟันนานเท่าใดจึงจะเพียงพอ</p> <p>ก. 10-20 วินาที</p> <p>ข. 30 วินาที</p> <p>ค. อย่างน้อย 2 นาที</p> <p>ง. แปรงจนกว่าจะรู้สึกสะอาด</p>	<p>9. เราควรไปพบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพช่องปากทุก ๆ กี่เดือน</p> <p>ก. 3 เดือน</p> <p>ข. 6 เดือน</p> <p>ค. 12 เดือน</p> <p>ง. เมื่อมีอาการปวดฟันเท่านั้น</p>
<p>5. ข้อใดเป็นอาหารที่เสี่ยงทำให้ฟันผุที่สุด</p> <p>ก. ผักต้ม</p> <p>ข. ข้าวสวย</p> <p>ค. ลูกอมและน้ำอัดลม</p> <p>ง. ปลาและนม</p>	<p>10. ทำไมเราจึงควรดื่มน้ำเปล่าแทนน้ำอัดลม</p> <p>ก. น้ำเปล่ามีรสชาติอร่อยกว่า</p> <p>ข. น้ำเปล่าช่วยให้ตัวสูง</p> <p>ค. น้ำเปล่าไม่ทำให้ฟันผุและช่วยล้างคราบอาหาร</p> <p>ง. น้ำเปล่ามีสีใสสวยงาม</p>



แบบทดสอบหลังเรียน
คำชี้แจง จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

คะแนน

<p>1. ฟันหน้ามีหน้าที่หลักคืออะไร</p> <p>ก. บดและเคี้ยวอาหาร</p> <p>ข. กัดและตัดอาหาร</p> <p>ค. ฉีกอาหารชิ้นใหญ่</p> <p>ง. ช่วยพูดได้ชัดเจน</p>	<p>6. เครื่องดื่มใดที่เป็นมิตรกับฟันมากที่สุด</p> <p>ก. น้ำอัดลม</p> <p>ข. น้ำเปล่า</p> <p>ค. น้ำหวาน</p> <p>ง. ชานมเย็น</p>
<p>2. ฟันเขี้ยวทำหน้าที่อะไร</p> <p>ก. เคี้ยวอาหารละเอียด</p> <p>ข. กัดข้าว</p> <p>ค. ฉีกอาหาร</p> <p>ง. ช่วยให้อึดสวย</p>	<p>7. อุปกรณ์ใดช่วยทำความสะอาดซอกฟันที่แปรงสีฟันเข้าไม่ถึง</p> <p>ก. น้ำเกลือ</p> <p>ข. ไหมขัดฟัน</p> <p>ค. น้ำยาบ้วนปาก</p> <p>ง. ก้านสำลี</p>
<p>3. การแปรงฟันที่ถูกต้องควรทำเมื่อใด</p> <p>ก. แปรงวันละ 1 ครั้ง ตอนเช้า</p> <p>ข. แปรงทุกครั้งหลังอาหาร</p> <p>ค. แปรงวันละ 2 ครั้ง เช้า-ก่อนนอน</p> <p>ง. แปรงเมื่อมีเวลาว่าง</p>	<p>8. หลังจากรับประทานขนมหวาน ควรทำสิ่งใดเพื่อป้องกันฟันผุ</p> <p>ก. นอนพัก</p> <p>ข. ดื่มน้ำอัดลม</p> <p>ค. บ้วนปากหรือแปรงฟัน</p> <p>ง. เคี้ยวหมากฝรั่งหวาน</p>
<p>4. เราควรใช้เวลาแปรงฟันนานเท่าใดจึงจะเพียงพอ</p> <p>ก. 10-20 วินาที</p> <p>ข. 30 วินาที</p> <p>ค. อย่างน้อย 2 นาที</p> <p>ง. แปรงจนกว่าจะรู้สึกสะอาด</p>	<p>9. เราควรไปพบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพช่องปากทุก ๆ กี่เดือน</p> <p>ก. 3 เดือน</p> <p>ข. 6 เดือน</p> <p>ค. 12 เดือน</p> <p>ง. เมื่อมีอาการปวดฟันเท่านั้น</p>
<p>5. ข้อใดเป็นอาหารที่เสี่ยงทำให้ฟันผุที่สุด</p> <p>ก. ผักต้ม</p> <p>ข. ข้าวสวย</p> <p>ค. ลูกอมและน้ำอัดลม</p> <p>ง. ปลาและนม</p>	<p>10. ทำไมเราจึงควรดื่มน้ำเปล่าแทนน้ำอัดลม</p> <p>ก. น้ำเปล่ามีรสชาติอร่อยกว่า</p> <p>ข. น้ำเปล่าช่วยให้ตัวสูง</p> <p>ค. น้ำเปล่าไม่ทำให้ฟันผุและช่วยล้างคราบอาหาร</p> <p>ง. น้ำเปล่ามีสีใสสวยงาม</p>

