

ลำดับการขึ้นของฟันน้ำนมลูก พร้อม ช่วงเวลาการขึ้นของฟัน

รวมเคล็ดลับ คำแนะนำการพัฒนาด้านสมองของลูกน้อย

บทความ

พ.ย. 27, 2024

9 นาที

ฟันน้ำนมคือฟันชุดแรกของเด็ก เมื่อถึงอายุ 6 เดือน ฟันน้ำนมซี่แรกจะขึ้น และทยอยขึ้นเรื่อย ๆ จนครบ 20 ซี่ ฟันน้ำนมของเด็กแต่ละคนจะขึ้นช้า-เร็วแตกต่างกัน การดูแลสุขภาพฟันน้ำนมของเด็ก เป็นเรื่องสำคัญต่อพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจ หากดูแลฟันน้ำนมไม่ดี มีฟันผุ มีเชื้อโรคในช่องปาก จะส่งผลให้ฟันแท้ที่ขึ้นใหม่นั้น มีปัญหาสุขภาพฟันในช่องปากในอนาคตได้

สรุป

- มนุษย์จะมีฟันทั้งหมด 2 ชุด คือฟันน้ำนม และฟันแท้ ฟันน้ำนมเป็นฟันชุดแรก มีทั้งหมด 20 ซี่ โดยเฉลี่ยแล้วฟันน้ำนมซี่แรกจะขึ้นตอนอายุประมาณ 6 เดือน และจะขึ้นเรื่อย ๆ จนครบ 20 ซี่ ในช่วงอายุ 2 ปีครึ่ง เมื่ออายุ 6 ปี ฟันน้ำนมจะค่อย ๆ เริ่มหลุดออกไป
- ฟันน้ำนมของเด็กที่หลุด จะมีฟันแท้ขึ้นมาผลัดเปลี่ยนแทนที่ฟันน้ำนม ในช่วงอายุประมาณ 6-12 ปี ในเด็กแต่ละคนจะมีการขึ้นและหลุดของฟัน ช้า หรือเร็วแตกต่างกัน
- ฟันน้ำนมเป็น อวัยวะสำคัญในการบดเคี้ยว กินอาหารของเด็ก ฟันน้ำนมที่แข็งแรงไม่มีปัญหา จะช่วยให้เด็กทานอาหารได้ดี มีพัฒนาการที่เติบโตสมวัย ร่างกายแข็งแรง ฟันน้ำนมยังทำให้เด็กออกเสียงการพูดได้ชัดเจน
- การดูแลฟันน้ำนมและป้องกันฟันผุจึงมีความสำคัญมาก หากเริ่มดูแลตั้งแต่เนิ่น ๆ คุณพ่อคุณแม่ควรพาลูกไปพบทันตแพทย์ตั้งแต่ลูกมีฟันน้ำนมซี่แรก

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ฟันน้ำนมของลูกน้อย สำคัญอย่างไร
- ฟันน้ำนมซี่แรกของลูก จะขึ้นตำแหน่งไหน
- ลำดับการขึ้นของฟันน้ำนม ที่คุณแม่ควรรู้
- คุณแม่จะรู้ได้ยังไงว่าฟันน้ำนมของลูกใกล้ขึ้นแล้ว
- ลูกน้อยฟันน้ำนมขึ้นแล้ว พ่อแม่ต้องดูแลให้ถูกวิธี

ฟันน้ำนมของลูกน้อย สำคัญอย่างไร

เด็กจะมีฟันทั้งหมด 2 ชุด คือฟันน้ำนมกับฟันแท้ ซึ่งฟันน้ำนมเป็นฟันชุดแรก ที่เริ่มสร้างหน่อฟันตั้งแต่ทารกอยู่ในครรภ์ จะขึ้นทั้งหมด 20 ซี่ ฟันน้ำนมซี่แรกจะขึ้นตอนอายุโดยเฉลี่ยประมาณ 6 เดือน และหลังจากนั้นฟันน้ำนมซี่ถัด ๆ ไป จะทยอยขึ้นเรื่อย ๆ จนครบ 20 ซี่ ในช่วงอายุ 2 ปีครึ่ง เมื่อลูกอายุ 6 ปี ฟันน้ำนมที่มีจะค่อย ๆ เริ่มหลุดออกไป

โดยมีฟันแท้ขึ้นมาเพื่อแทนที่ฟันน้ำนม ฟันน้ำนมเป็นอวัยวะสำคัญในการบดเคี้ยว กินอาหารของเด็ก ฟันน้ำนมที่แข็งแรงไม่มีปัญหา จะช่วยให้เด็กทานอาหารได้ดี มีพัฒนาการที่เติบโตสมวัย ร่างกายแข็งแรง ฟันน้ำนมยังทำให้เด็กออกเสียงการพูดได้ชัดเจน เช่น ส. เสือ ฟันน้ำนมยังทำหน้าที่ในการจองฟันที่เอาไว้ เพื่อให้ฟันแท้ขึ้นมาทดแทน หากดูแลฟันน้ำนมไม่ดี หลุด หรือถอนไปก่อนเวลาที่ฟันแท้จะขึ้น ฟันข้างเคียงก็ขยับมาอยู่ในช่องว่างของฟันที่หลุดไป ฟันจะเกิดการเอียงและล้ม เมื่อถึงเวลาที่ฟันแท้ขึ้น จะไม่มีฟันที่วางขึ้นในช่องปากได้ ทำให้เกิดปัญหาฟันซ้อน ฟันเก หรือมีฟันคุดในอนาคต

ฟันน้ำนมซี่แรกของลูก จะขึ้นตำแหน่งไหน

ฟันน้ำนมซี่แรกของลูก จะเริ่มสร้างหน่อฟัน หรือ Tooth Bud ตั้งแต่อยู่ในครรภ์ ซึ่งฟันน้ำนมนี้จะเริ่มสร้างหน่อฟันที่ขากรรไกร โดยการสะสมสร้างแคลเซียม ฟอสฟอรัส ทำให้ฟันสมบูรณ์แข็งแรง และฟันซี่แรกของลูกเริ่มขึ้นมาในตำแหน่งช่องปากบริเวณตรงกลางด้านหน้าขากรรไกรล่าง 2 ซี่ และฟันน้ำนมจะทยอยขึ้นเรื่อย ๆ จนครบ 20 ซี่

โดยเฉลี่ยแล้วฟันน้ำนมซี่แรกจะขึ้นมาช่วงที่เด็กอายุ 6 เดือน หรือในเด็กบางคนก็ฟันขึ้นเร็ว ฟันน้ำนมซี่แรกจะขึ้นอายุประมาณ 3-4 เดือน เด็กบางคนฟันน้ำนมอาจขึ้นมาช้า อายุประมาณ 14-16 เดือน ฟันน้ำนมจะขึ้นจนครบ 20 ซี่ เมื่อเด็กอายุประมาณ 2 ปีครึ่ง และจะเริ่มทยอยหลุดออกไปตอนอายุ 6 ปี และฟันจะหลุดจนครบทุกซี่และมีฟันแท้มาแทนที่เมื่ออายุประมาณ 12 ปี

ลำดับการขึ้นของฟันน้ำนม ที่คุณแม่ควรรู้

ฟันน้ำนมของเด็ก มีทั้งหมด 20 ซี่ ประกอบไปด้วย ฟันหน้าซี่กลางจำนวน 4 ซี่ ฟันหน้าซี่ข้างจำนวน 4 ซี่ ฟันเขี้ยว จำนวน 4 ซี่ และฟันกรามซี่ที่ 1 จำนวน 4 ซี่ ฟันกรามซี่ที่ 2 จำนวน 4 ซี่ ซึ่งฟันน้ำนมซี่แรกจะขึ้นประมาณอายุ 6 เดือน โดยมักจะเป็นฟันหน้าคู่ล่าง ฟันน้ำนมแต่ละซี่นั้นจะทยอยขึ้นจนครบเมื่อเด็กอายุ 6 ปี และเริ่มหลุดร่วงออกไปและมีฟันแท้มาแทนที่ โดยลำดับการขึ้นของฟันน้ำนมมีดังนี้

1. ฟันล่าง

- ฟันหน้าซี่กลาง เริ่มขึ้นอายุ 6 เดือน
- ฟันหน้าซี่ข้าง เริ่มขึ้นอายุ 10 เดือน
- ฟันเขี้ยว เริ่มขึ้นอายุ 17 เดือน
- ฟันกรามซี่ที่ 1 เริ่มขึ้นอายุ 14 เดือน
- ฟันกรามซี่ที่ 2 เริ่มขึ้นอายุ 23 เดือน

2. ฟันบน

- ฟันหน้าซี่กลาง เริ่มขึ้นอายุ 8 เดือน
- ฟันหน้าซี่ข้าง เริ่มขึ้นอายุ 9 เดือน
- ฟันเขี้ยว เริ่มขึ้นอายุ 16 เดือน
- ฟันกรามซี่ที่ 1 เริ่มขึ้นอายุ 13 เดือน
- ฟันกรามซี่ที่ 2 เริ่มขึ้นอายุ 25 เดือน

ฟันน้ำนมของลูกน้อยจะขึ้น และหลุดผัดเปลี่ยนเป็นฟันแท้ตามพัฒนาการในแต่ละช่วงวัยของลูก หากคุณแม่ต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับพัฒนาการของลูก สามารถศึกษาเพิ่มเติมได้ที่นี้

คุณแม่จะรู้ได้ยังไงว่าฟันน้ำนมของลูกใกล้ขึ้นแล้ว

ฟันน้ำนมของลูกจะเริ่มขึ้นตอนอายุประมาณ 6 เดือน ซึ่งจะมีสัญญาณต่าง ๆ แสดงให้รู้ว่าฟันน้ำนมกำลังจะขึ้น คือหงุดหงิดง่าย ขี้หุบ่อย นอนหลับ ๆ ตื่น ๆ พยายามเคี้ยวหรือแทะกัด นําลายไหลมากกว่าปกติ มีเหงือกบวมเป็นตุ่ม ๆ มีไข้ คุณพ่อคุณแม่สามารถสังเกตอาการ และสัญญาณของฟันน้ำนมที่จะขึ้นได้ ดังนี้

1. **หงุดหงิดง่าย ไม่ยอมกินอาหาร** ปฏิเสธการกินอาหาร การกินอาหารเปลี่ยนไปจากเดิม
2. **ขี้หุบ่อย ๆ** ดิ่งหู และงูที่แก้มตัวเอง
3. **นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย** หลับ ๆ ตื่น ๆ รูปแบบการนอนเปลี่ยนไป มีปัญหาในการนอนหลับ
4. **พยายามเคี้ยวหรือแทะ** อยุ่ยากเคี้ยวหรือแทะของแข็ง เคี้ยวสิ่งของต่าง ๆ
5. **แก้มเป็นสีแดงหรือมีผื่นขึ้น** เพราะนําลายที่ไหลมากจนเกิดผื่นขึ้นที่ใบหน้าและแก้ม
6. **นําลายไหลมากกว่าปกติ** ชอบเอามือเข้าปาก
7. **เหงือกบวม หรืออาจมีไข้ร่วมด้วย** เจ็บเหงือก หรือเจ็บแปลบที่เหงือก ร้องไห้แง แง หรืออาจมีอุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นเล็กน้อย



ลูกน้อยฟันน้ำนมขึ้นแล้ว พ่อแม่ต้องดูแลให้ ถูกวิธี

สุขอนามัยทางช่องปากที่ดี เป็นสิ่งสำคัญสำหรับสุขภาพฟันของลูก เมื่อมีฟันน้ำนมขึ้นแล้ว ควรดูแลฟันน้ำนมของลูกให้ถูกวิธี โดยการดูแลฟันน้ำนมอย่างถูกวิธีที่พ่อแม่สามารถทำได้ คือ

แรกให้ใช้ผ้าก๊อชชุบน้ำ ช่วยเช็ดทำความสะอาดช่องปาก

ใช้ผ้าก๊อชชุบน้ำ เช็ดทำความสะอาดเหงือก หรือช่องปากให้ลูก อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง จนกว่าฟันจะขึ้น เพื่อขจัดแบคทีเรียที่เกาะติดเหงือกในช่องปาก และป้องกันฟันผุ

ใช้แปรงสีฟันสำหรับเด็กและยาสีฟันฟลูออไรด์ แปรงฟันให้ ลูก

คุณพ่อคุณแม่ควรใช้แปรงสีฟันแปรงฟันให้ลูกทั้งเช้าและเย็น โดยแปรงฟันวันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 นาที สำหรับการเริ่มใช้ยาสีฟัน ควรใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ภายใต้คำแนะนำของทันตแพทย์

ทำความสะอาดช่องปากหลังจากกินนม

ไม่ปล่อยให้ลูกหลับขณะที่ตึมนม เพราะนม อาจค้างในปาก อาจทำให้เกิดฟันผุได้

เริ่มสอนให้ลูกแปรงฟันเองอย่างค่อยเป็นค่อยไป

ค่อย ๆ ฝึกให้ลูกได้แปรงฟันด้วยตัวเอง ควรเปลี่ยนแปรงสีฟันทุก 3-4 เดือน แม้ว่าจะสอนลูกแปรงฟัน แต่คุณพ่อคุณแม่ควรช่วยแปรงฟันให้ลูกจนโตพอที่จะถือแปรงสีฟัน แปรงและบ้วนเองได้

ฟันน้ำนมซี่แรกขึ้น ควรไปลูกไปพบแพทย์เลยไหม

เมื่อลูกมีอายุประมาณ 1 ขวบ ควรพาไปพบทันตแพทย์เด็ก เพื่อให้ได้รับการดูแลช่องปากและฟันอย่างถูกต้องเหมาะสม ทั้งนี้ หากลูกมีอาการผิดปกติอื่นใดทางช่องปาก ไม่จำเป็นต้องรอ สามารถพาไปพบทันตแพทย์เด็กได้เลย

การดูแลเอาใจใส่ฟันน้ำนมของลูกเป็นเรื่องสำคัญ ที่ช่วยให้เด็กมีฟันแข็งแรง บดเคี้ยว ทานอาหารได้ดี ได้รับสารอาหารเพียงพอ ซึ่งโภชนาการและสารอาหารที่ครบถ้วนจำเป็นมากที่ช่วยให้ลูกเจริญเติบโต นอกจากนั้นแล้วการได้กินนมแม่ก็ช่วยให้ลูกได้รับสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายอีกมากมาย ทำให้ลูกเติบโตสมวัย ร่างกายแข็งแรง เพราะนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม และแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน ซึ่งช่วยในพัฒนาการของสมอง สติปัญญา และการเจริญเติบโตของลูก

ฟันน้ำนม แม้เป็นฟันชุดแรกที่หลุดร่วงออกไปตามธรรมชาติ แต่ก็ทำหน้าที่สำคัญ และมีความสำคัญไม่แพ้ฟันแท้ ฟันน้ำนมที่แข็งแรง จะช่วยให้ฟันแท้สมบูรณ์แข็งแรงยิ่งขึ้น ฟันน้ำนมที่แข็งแรงจะช่วยให้ลูกบด ตัด เคี้ยวอาหารได้คล่อง พุดชัดเจนน มีความมั่นใจ ดังนั้น การดูแลฟันน้ำนม และป้องกันฟันผุจึงมีความสำคัญมาก หากเริ่มดูแลตั้งแต่เนิ่น ๆ หากยิ่งดูแลไว ก็จะช่วยช่วยให้ฟันนั้นมีสุขภาพดีและแข็งแรง

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- โปรแกรม Baby Development เช็คพัฒนาการลูกน้อยแต่ละช่วงวัย
- ลูกหัวโน หัวปูด อันตรายแค่ไหน อาการลูกหัวโนแบบไหนอันตราย
- วิธีการเลี้ยงลูกให้อารมณ์ดี ให้ลูกเติบโตอย่างมีความสุข
- เด็กคว่ำก็เดือน เด็กนอนคว่ำได้ตอนไหน พร้อมวิธีฝึกเด็กนอนคว่ำ
- เด็กนั่งไต่ก็เดือน ทารกนั่งไต่ตอนกี่เดือน แบบไหนคือพัฒนาการล่าช้า
- เด็กตั้งไข่ก็เดือน ฝึกลูกตั้งไข่ตอนไหน ลูกตั้งไข่แล้วล้มผิดปกติไหม
- เด็กเริ่มคลานก็เดือน สัญญาณอะไรบ้างที่บอกว่าเด็กเริ่มคลานได้แล้ว
- เด็กเดินได้ก็เดือน ลูกเดินช้า มีผลต่อพัฒนาการสมองไหม
- ทฤษฎีของเพียเจต์ คืออะไร ช่วยเสริมพัฒนาการของลูกได้จริงไหม
- วิธีทำสไลม์ สูตรทำสไลม์สำหรับเด็ก พร้อมส่วนผสมที่ปลอดภัยกับผิวลูก

อ้างอิง:

1. ความสำคัญของฟันน้ำนม, โรงพยาบาลสุมิติเวช ความสำคัญของฟันน้ำนม
2. ฟันแท้ ฟันน้ำนม และช่วงเวลาของการขึ้นและการหลุด, ศูนย์อนามัยที่ 5 กongsongเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัย
3. Teething - What You Should Know, Webmd
4. When Do Babies Usually Start Teething?, Healthline
5. Caring for Your Baby's Teeth, Webmd
6. ฟันน้ำนม ลำดับการขึ้นและหลุด ตั้งแต่ขึ้นแรก , SKT Dental Center โดยคณาจารย์และทันตแพทย์มหิดล

อ้างอิง ณ วันที่ 21 กันยายน 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชัน