



ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာန

ORAL HEALTH CARE

သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု

ဒေါက်တာဝင်းဇော်
ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး
သွားကျန်းမာရေးပညာဌာနခွဲ

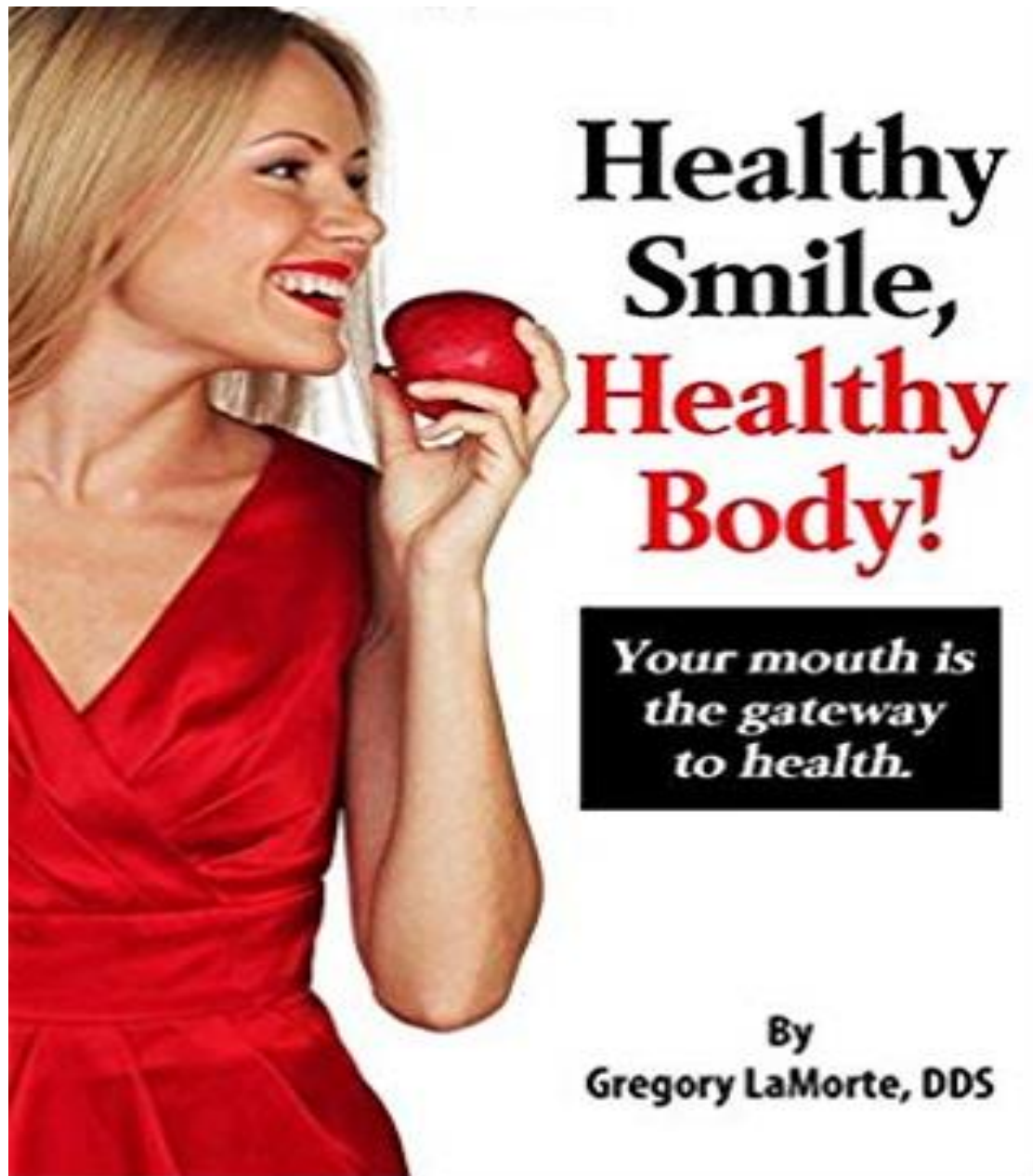
(ရုံးအမှတ် ၄၊ ကုသရေးဦးစီးဌာန၊ ၁၁-၇-၂၀၂၀)



Outline of the presentation

- Introduction
- Correlations between General Health and Oral Health
- Community based oral health care strategies
- Oral Health Status in Myanmar
- 10 Health Issues Caused by Bad Oral Health
- Conclusion





HEALTHY SMILES



- **Health is the new aesthetic!**

**Heal your body and start
with your teeth!**

- **Oral health: A window to your overall health**
- ***Your oral health is more important than you might realize. Get the facts about how the health of your mouth, teeth and gums can affect your general health.***



- **NO HEALTH WITHOUT ORAL HEALTH.**
- **ORAL MANIFESTATION OF SYSTEMIC DISEASES,**
- **SYSTEMIC MANIFESTATION OF ORAL DISEASES.**



Oral Health must integrate with General Health

Common Risks Factors

- Tobacco**
- Alcohol**
- Poor diet / Sugar**

Common Risk Factors Approach

GENERAL DISEASES

ORAL DISEASES

Common Risk Factors

CARDIOVASCULAR
DISEASES

CANCER

DIABETES

TOBACCO

ALCOHOL

POOR DIET &

Oral Hygiene Habit

PERIODONTAL
DISEASES

ORAL CANCER

CARIES



ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ရည်မှန်းချက်(၂)ရပ်

- ၁။ လူတိုင်းသက်တမ်းစေ့အသက်ရှည်စွာနေနိုင်ရေး၊
- ၂။ လူတိုင်းရောဂါဘယကင်းရှင်းရေး၊

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ရည်မှန်းချက်ကို
အကောင်အထည်ဖော်ရန်နည်းနာ (၃) ရပ်

၁။ ကျေးလက်ဒေသအောက်ခြေအထိကျန်းမာရေးအသိ
ပညာပေးခြင်း၊

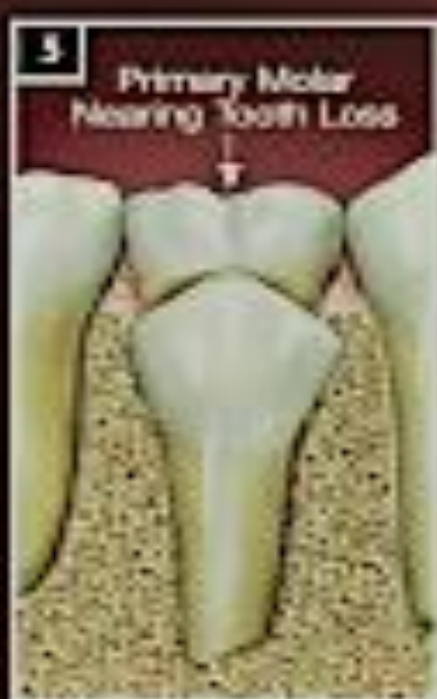
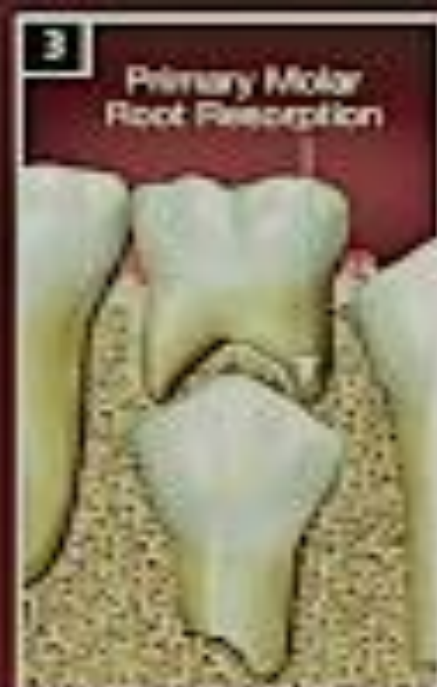
၂။ ရောဂါကာကွယ်တားဆီးခြင်း၊

၃။ ရောဂါဖြစ်ပွားလာလျှင်ထိရောက်စွာကုသမှုပေးခြင်း၊



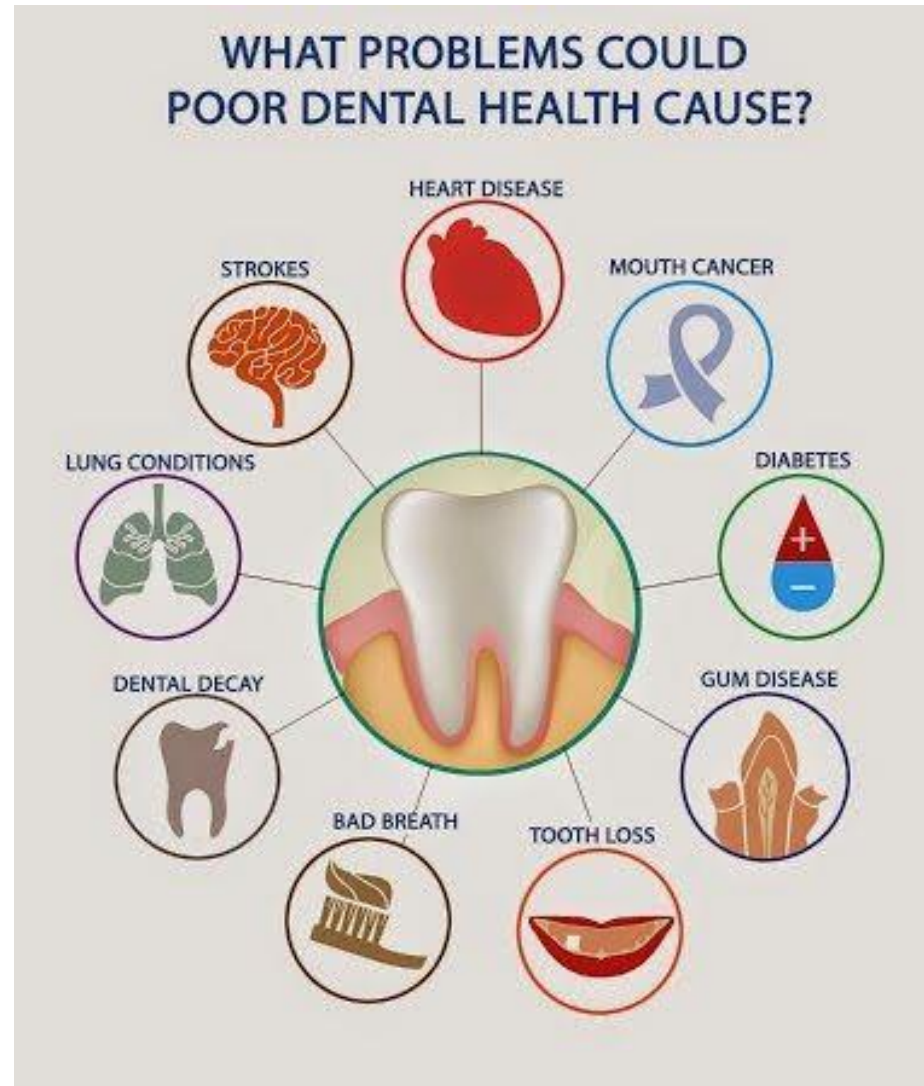
BETTER TOOTH
Can give you
BETTER HEALTH







Oral health is important to Prevent Multiple Health issues





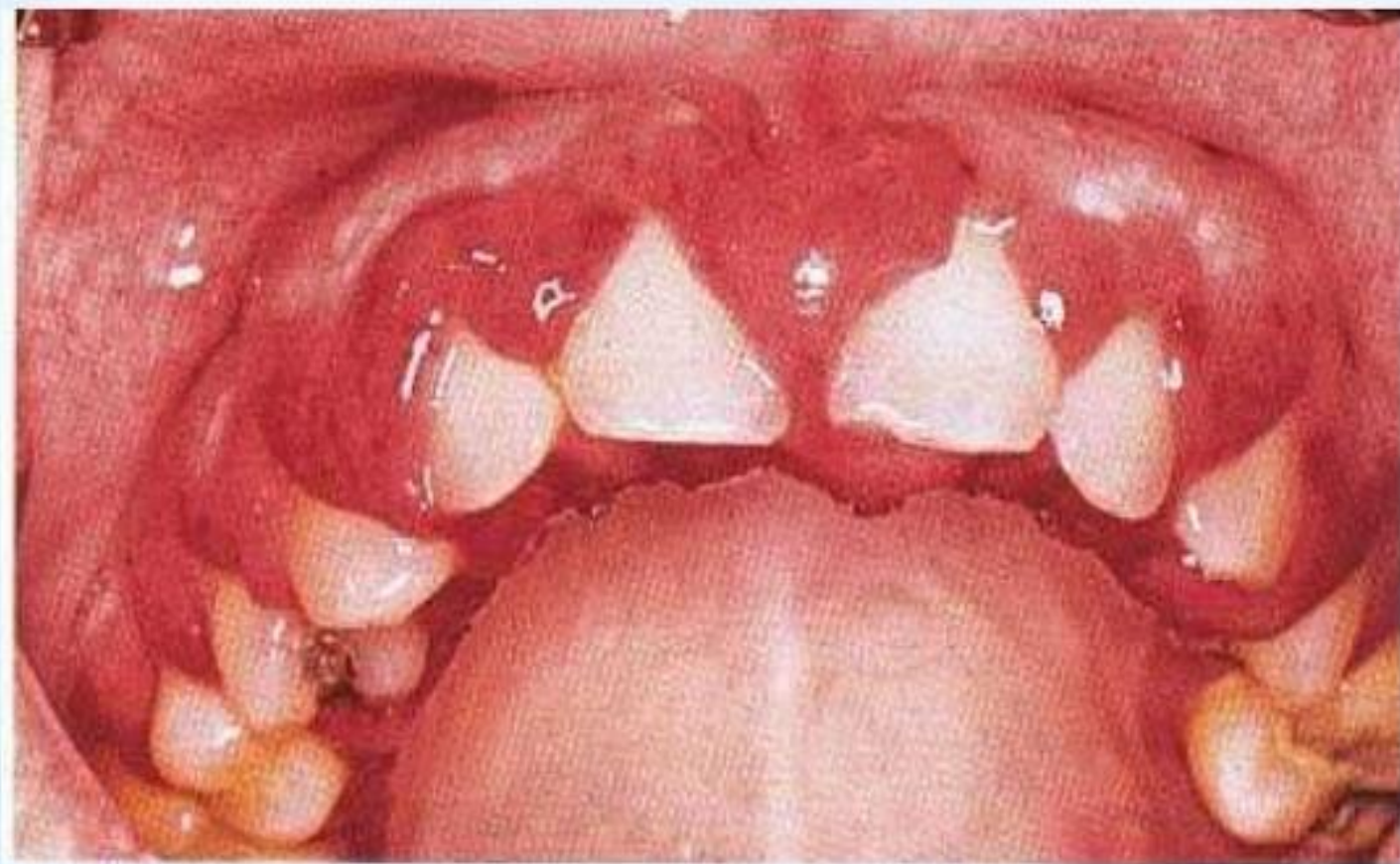












Acute myelogenous leukemia with extensive swelling of the gingiva.



Fig. 5.30 Acute myelomonocytic leukaemia. The gingival margins are swollen and soft due to the leukaemic infiltrate.

Community based oral health care strategies

- ✓ School dental health care Program
(5-17 years)
- ✓ Early childhood caries prevention
(Small baby = 1/2-3 years)
(preschool = 3-5 years)
- ✓ Promote oral hygiene care for pregnant mother
(Small baby = 0-3 years)



- **Health education is a part of the health promotion strategy based on the promotion of healthy life style.**
- **Which are represented the behavior of individual.**

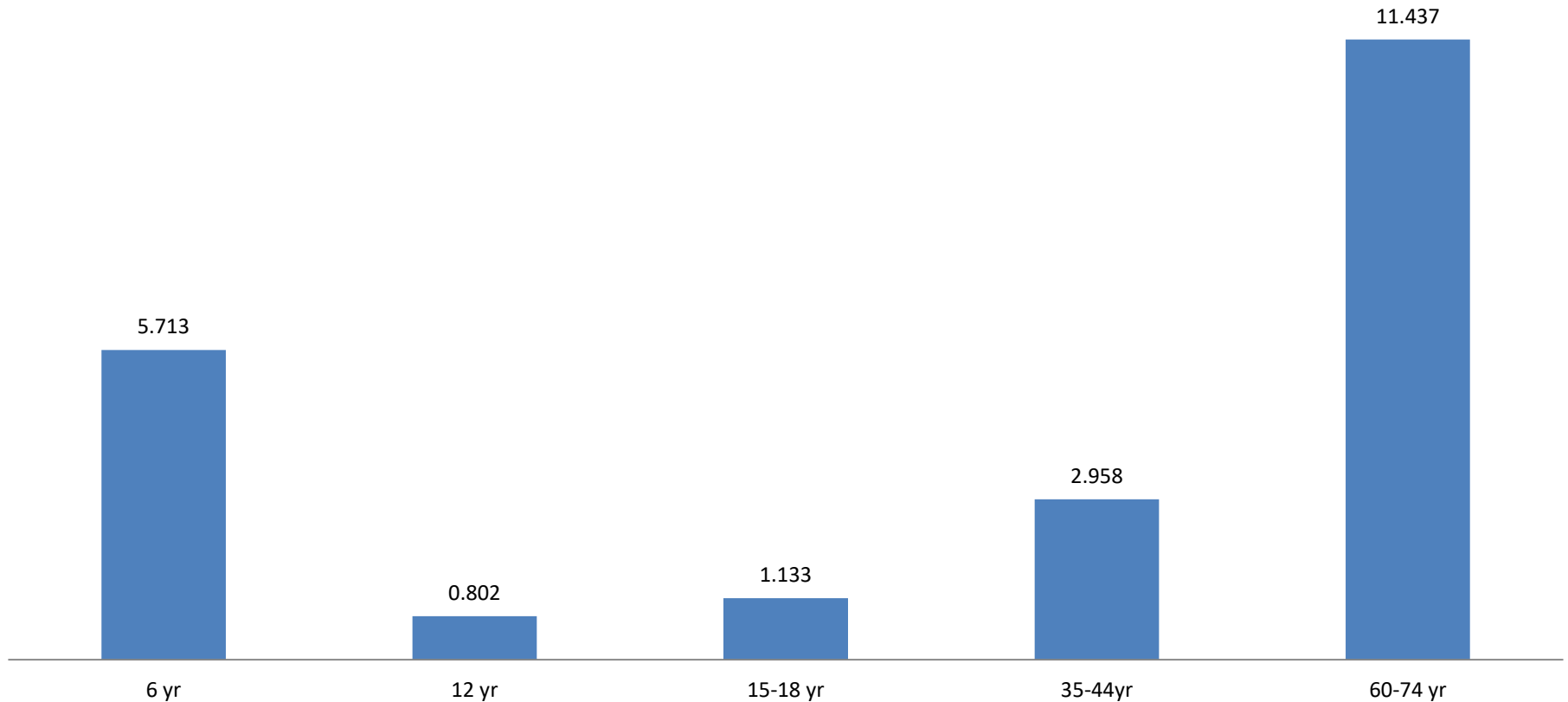
Contents of health education according to school level

School Level	Age	Example
Preschool (Kindergarten)	3-5	Caries prevention of deciduous teeth
Primary School	6-11	Caries prevention of permanent teeth
Junior High School	12-14	Prevention of gingivitis Regular check-ups
Senior High School	15-17	General Health and oral health
Special school education	6-17	Brushing methods

Fig 1.1 Mean DMFt of five age groups

Mean DMFt of five age groups

■ Mean DMFt



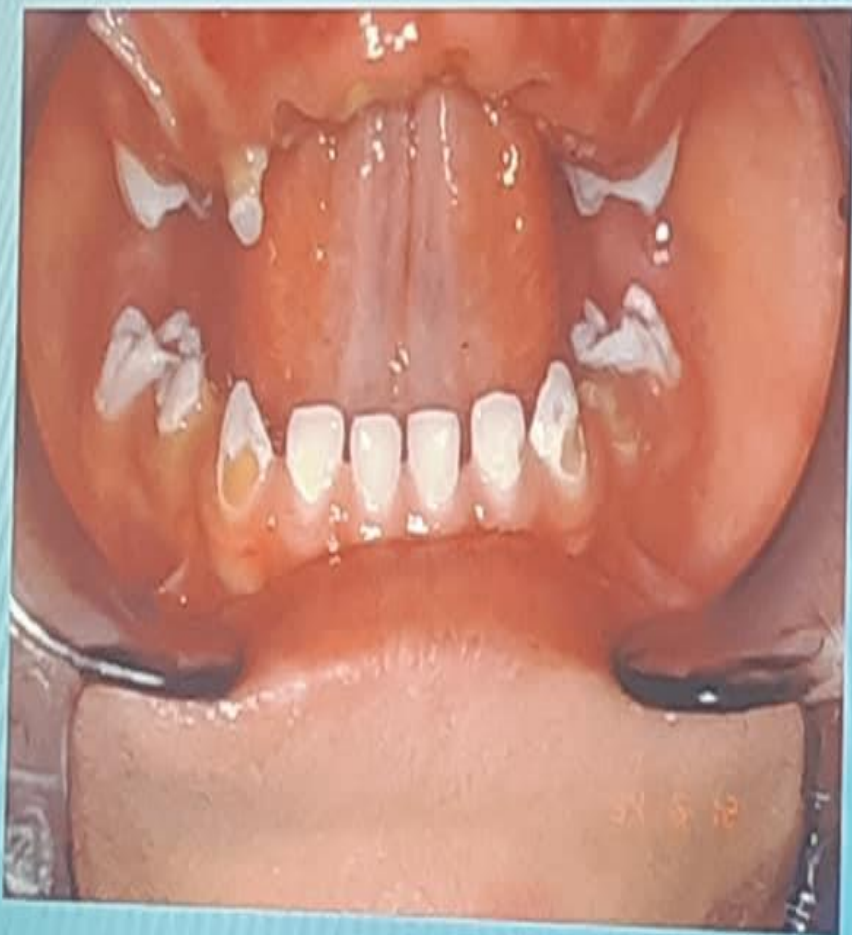
Breastfeeding



NON-nutritive suction



Active caries



Contribute to the training of professionals capable of diagnosing, preventing and controlling problems related to the oral health of children in the early childhood(0 to 3 years).



Unhealthy habits II

DIET with sweets and sugars



Pacifier with honey and
bottle with sweetened
drinks

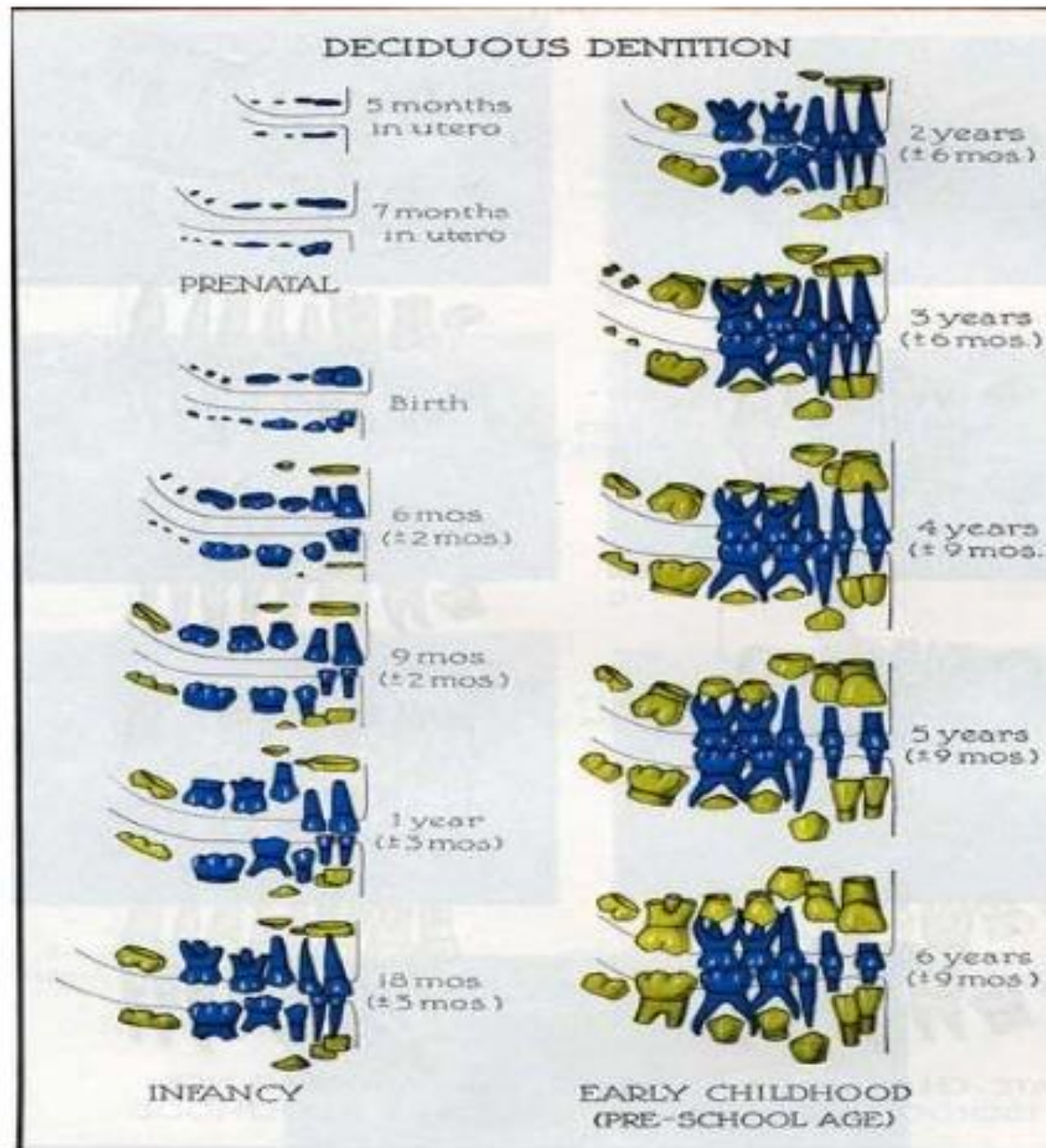


**The practice of dental
care for the Baby Clinic
has changed and
evolved in recent years**



Healthy habits !!

DECIDUOUS DENTITION

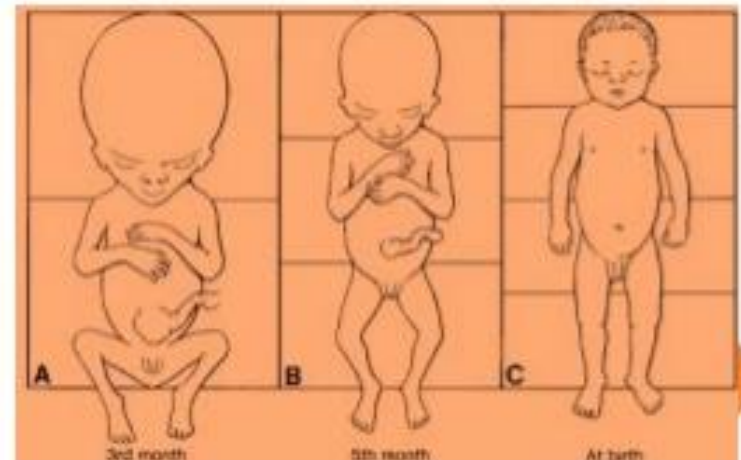




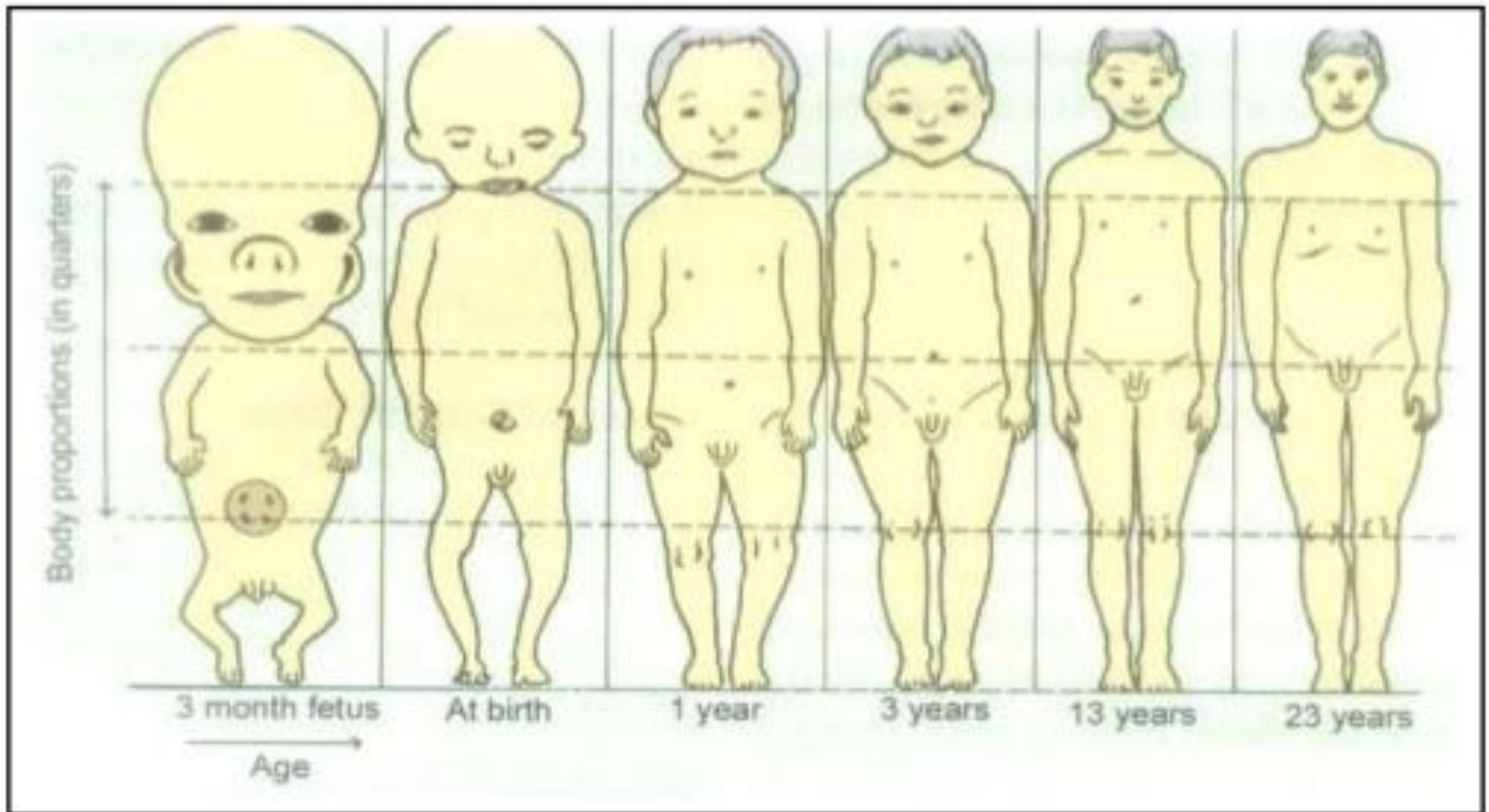
www.indiandentalacademy.com

FETAL PERIOD

- At the beginning of the 3rd month, the head constitutes half of overall length.
- Beginning of 5th month, head is one third of the total length and
- At birth it is one fourth of the total length.



CEPHALO-CAUDAL GRADIENT OF GROWTH



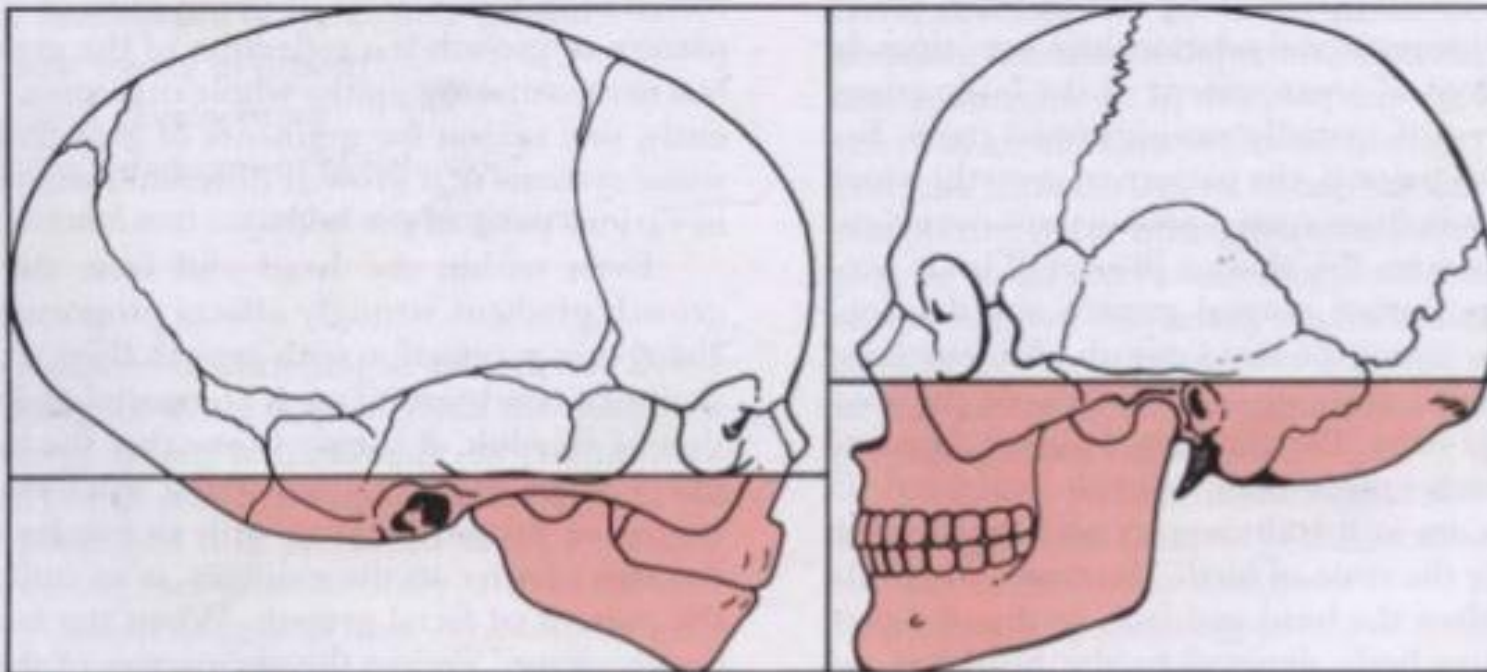


FIGURE 2-3 Changes in proportions of the head and face during growth. At birth, the face and jaws are relatively underdeveloped compared with their extent in the adult. As a result, there is much more growth of facial than cranial structures postnatally. (Redrawn from Lowery GH: *Growth and development of children*, ed 6, Chicago, 1973, Mosby.)





























တစ်နေ့နှစ်ကြိမ်သွားတိုက်ခြင်း...သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာခြင်း



စနစ်မှန်သွားတိုက်နည်း

- (၁) သွားပွတ်တံသုံး၍ ဖလိုရိုဒ်သွားတိုက်ဆေး နှင့် တစ်နေ့တစ်ကြိမ် သွားတိုက်ခြင်းဖြင့် သွားပိုးစားရောဂါနှင့် သွားဖုံးရောဂါများကို ထိရောက်စွာ ကာကွယ်နိုင်သည်။
- (၂) သွားတိုက်ရာတွင် သွားပွတ်တံအမျှင်များကို သွားဖုံးစပ်မှုနေ၍ သွားဖက်သို့ ဆွဲတိုက်၍ အပေါ်သွား၊ အောက်သွား၊ ရှေ့သွား၊ နောက်သွား၊ အတွင်းအပြင်၊ သွားမျက်နှာပြင်နှင့် သွားကြို သွားကြားမကျန် သွားတိုက်ဆေးနှင့် ထိစပ်ရန် အရေးကြီးသည်။
- (၃) သွားတိုက်လေ့မရှိသေးသူများ သွားစတိုက်သည့်အခါ သွေးထွက်လေ့ရှိသည်။ တစ်နေ့ (၂) ကြိမ်ဆက်၍ သွားတိုက်ခြင်းဖြင့် တစ်ပတ်အတွင်း သွားဖုံးမှ သွေးထွက်ခြင်း ပျောက်ကင်းနိုင်သည်။
- (၄) ဖလိုရိုဒ်သွားတိုက်ဆေး အာနိသင်လျော့မသွားစေရန် သွားတိုက်အပြီးရေနှင့် ပလုင်ကျင်းရန်မလိုပါ။ ပိုနေသောသွားတိုက်ဆေး အမြှုပ်များကို ဆေးပစ်ရန်သာ ဖြစ်သည်။
- (၅) အသက် (၆) နှစ်အောက်ကလေးများ သွားတိုက်ရာတွင် ဖလိုရိုဒ်သွားတိုက်ဆေးကို ကုလားပဲစေ့ တစ်ခြမ်းခန့်သာထည့်ပါ။
- (၆) အသက် (၃) နှစ်အောက်ကလေးများ တစ်နေ့တစ်ကြိမ်သွားတိုက်စေ၍ အသက် (၃) နှစ်ကျော်လျှင် တစ်နေ့ (၂) ကြိမ်သွားတိုက်ပါ။ အသက် (၆) နှစ်အောက်ကလေးများသွားတိုက်ခြင်းကို မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူများက ပြုလုပ်ပေးပါ။ (သို့မဟုတ်) ကြီးကြပ်ပေးပါ။

Save your smile with
twice - a - day fluoroide toothbrushing

သုတေသန - အခြေခံချုပ်ကိုင်မှု - အောင်ကျော်စိုး၊ စာတိပျံ - မင်းသိန်းကျော်၊ စီမံခန့်ခွဲမှု - မိမိတို့ကိုယ်တိုင်၊ စီမံခန့်ခွဲမှု - မိမိတို့ကိုယ်တိုင်



ကလေးများရဲ့သွားတိုက်နည်း သွားတိုက်ဖို့ ကတိ နော်



၁။ မနက် အိပ်ရာထတာနဲ့ သွားတိုက်ဖို့၊
မမေ့ကြနဲ့ နော်။

၂။ မနက်စာ၊ နေ့လည်စာ၊ ညစာ
စားပြီးတဲ့ အခါ မှာလည်း
သွားတိုက်ကြရအောင်။

၃။ ညဘက် မအိပ်ခင်မှာလည်း
သွားတိုက်ကြရအောင်။

၄။ အပေါ်သွား၊ အောက်သွား၊
အရှေ့သွား၊ အနောက်သွား
တစ်ချောင်းချင်းစီကို စနစ်တကျ
သေချာ တိုက်ကြရအောင်။

၅။ ပြီးတော့ သွားကို စနစ်တကျ
မတိုက်တတ်တဲ့ သားသားမီးမီးတွေ
ကိုတော့ မေမေတို့က ကူညီပြီး
သေချာ တိုက်ပေးပါနော်။

သွားသေချာတိုက်တတ်ရဲ့လား။
အပေါ်သွား.. တိုက်ကြမယ် ... အောက်သွား ..တိုက်ကြမယ် ...
အပြီးသတ် သေချာအောင် မေမေ က ကူညီမယ်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

ADVJ

HEALTHY BEHAVIOURS THAT START IN ADOLESCENCE MAKE HEALTHY ADULTS



HEALTHY DIET



NO TOBACCO AND
ALCOHOL USE



PHYSICAL ACTIVITY

Invest in adolescent health to
prevent noncommunicable diseases.

ADOLESCENTS ARE THE GREATEST RESOURCE FOR A SOCIETY TO THRIVE

Investments in adolescents
bring a triple benefit:



**HEALTHY
ADOLESCENTS
NOW**



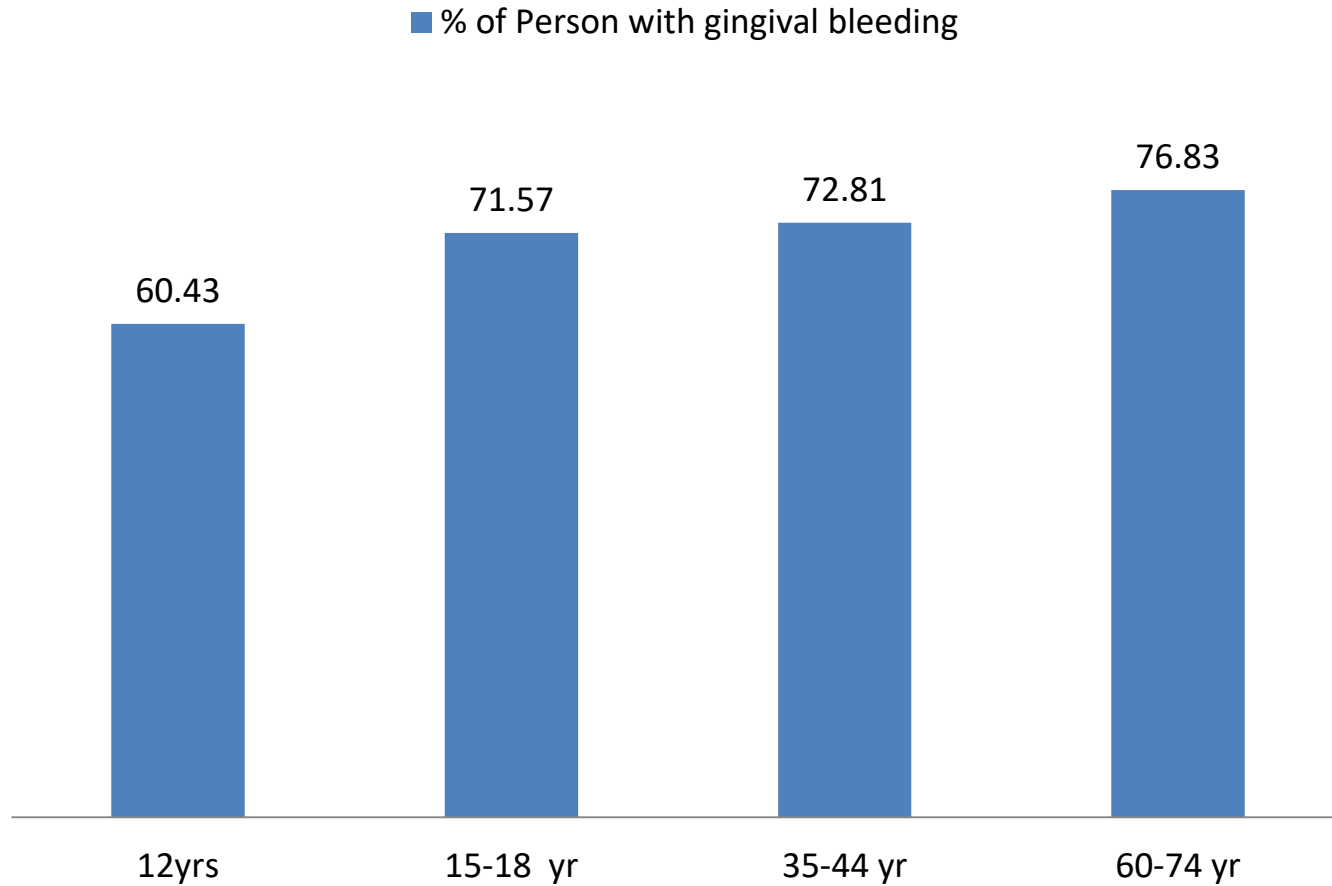
**HEALTHY ADULTS
IN THE FUTURE**



**HEALTHY FUTURE
GENERATIONS**



Fig 2 : % of Person with gingival bleeding























After Lunch Tooth Brushing.

- Roles of teachers.
- Proper tooth brushing.





Improved oral health and enhanced quality of life



- Oral disease (dental caries) need to be treated or prevented as to control pain and discomfort and enhance the quality of life.

10 Health Issues Caused by Bad Oral Health

- **1. Cardiovascular Disease**
- **2. Dementia**
- **3. Respiratory Infections**
- **4. Diabetes**
- **5. Pregnancy Complications**



Poor oral hygiene in pregnancy

- Preeclampsia
- Stillbirth
- Premature born
- Low birth weight
- Congenital heart disease
- Prone to abort



FIRST TRIMESTER



PREGNANCY AND CHILDBIRTH COMPLICATIONS ARE THE LEADING CAUSE OF DEATH AMONG 15 TO 19 YEARS OLD GIRLS

Take action now!

Ensure universal access to sexual and reproductive health services and rights



Stop child, early and forced marriage



Provide comprehensive sexuality education



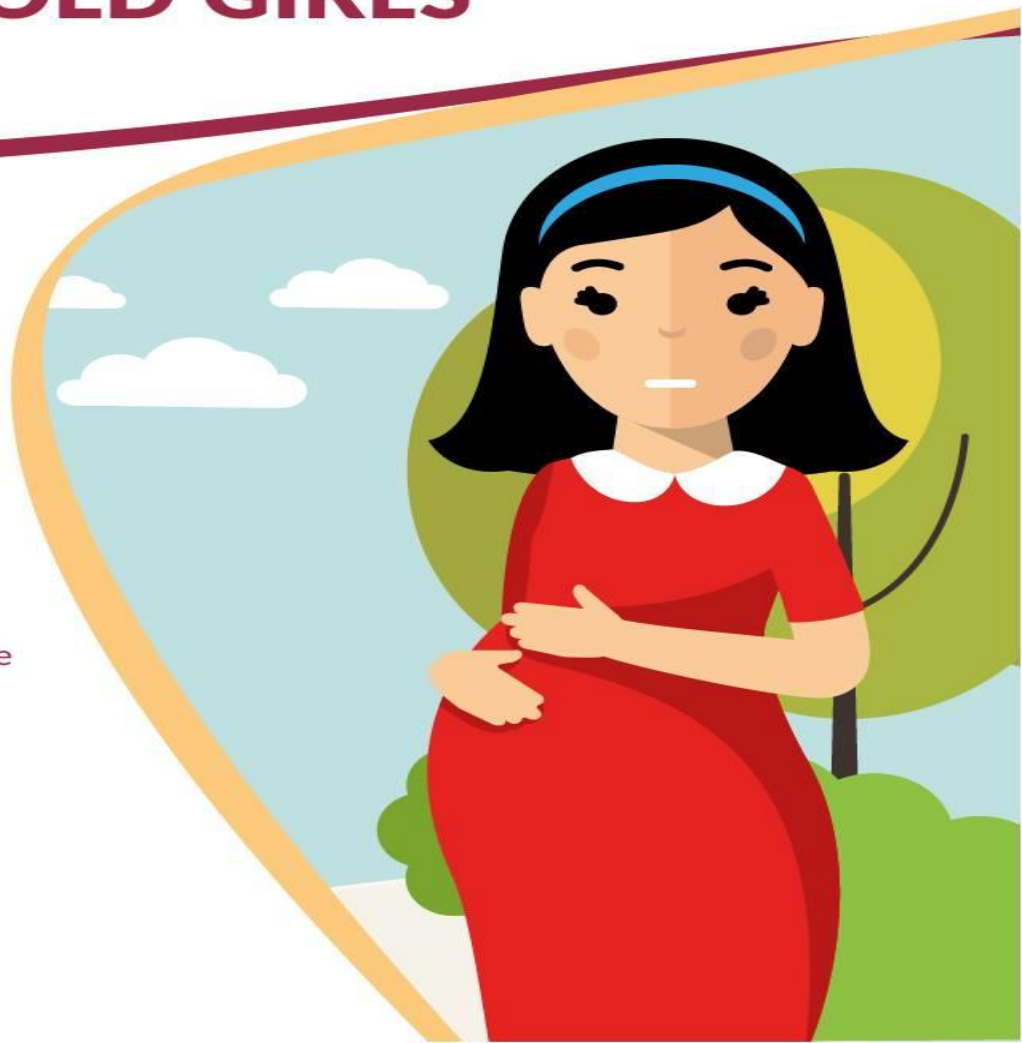
Information, counselling and services for the full range of safe, effective, accessible and affordable contraceptive methods



Pre-pregnancy, pregnancy, birth, post-pregnancy, safe abortion (where legal), and post-abortion care



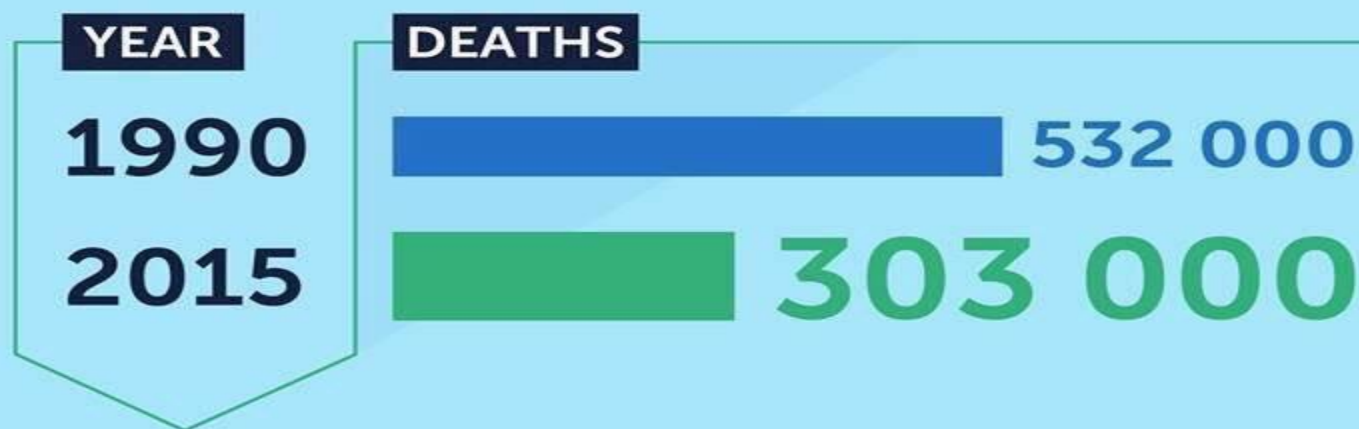
World Health Organization





ABOUT 830 WOMEN DIE EACH DAY
due to complications in pregnancy and
childbirth.

This is despite a **44%** reduction in
maternal deaths between 1990 and 2015:



**NO WOMAN SHOULD DIE IN
PREGNANCY AND CHILDBIRTH**

ENDING PREVENTABLE NEWBORN DEATHS & STILLBIRTHS

EVERY YEAR:

2.6 million babies die in the first 28 days of life. Most in the first week.

THE TOP CAUSES:

1. Prematurity
2. Complications during birth
3. Severe infections



AN ADDITIONAL:

2.6 million stillbirths occur each year



BUT:

75%

of newborn deaths CAN be prevented with high-quality care.
So can the majority of maternal deaths and stillbirths.



Healthy mother



Healthy birth



Good health in the first days of life



The start of a healthy childhood



World Health Organization

unicef



**According to the moment
of their pregnancy and
thus be able to transmit a
preventive orientation
and achieve that the baby
has a future of oral health**

(HEALTHY CHILD)

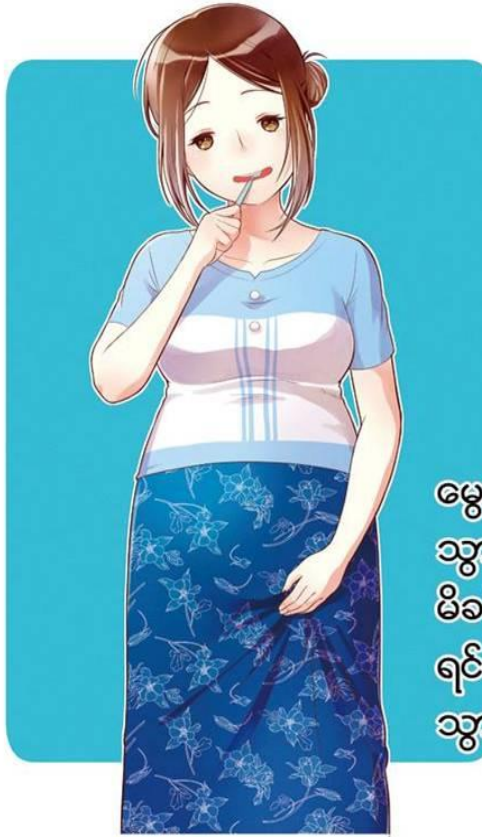
- **6. Infertility**
- **7. Erectile Dysfunction**
- **8. Cancer**
- **9. Kidney Disease**
- **10. Rheumatoid Arthritis**



- ***If you smoke, make a commitment to quit.*** Smoking both increases your risk of developing periodontal disease and harms fertility. This is true for **both men** and **women**.

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်

သားသားမီးမီးတို့ကိုယ်ဝန်လွယ်ထားရတဲ့ မေမေ
မွေးဖွားလာမယ့် မိမိရင်သွေးငယ် ကျန်းမာရေး အတွက်
သွား ကို စနစ်တကျ ပုံမှန် တိုက်ကြပါစို့။



မွေးဖွားပြီး ရင်သွေးငယ်လေးတွေ
သွားပေါက်လာပြီဆိုတာနဲ့
မိခင်ကိုယ်တိုင် မိမိတို့ရဲ့
ရင်သွေးတွေကို
သွားတိုက်ပေးကြပါနော်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

ADVJ 



HEALTHY SMILE
HEALTHY CHILD



To practice good oral hygiene

- **Brush the teeth and gums for two minutes at least twice a day.**
- **Floss the teeth daily.**
- **Avoid smoking cigarettes or chewing tobacco products.**
- **Use toothpaste and mouthwash products that contain fluoride.**
- **Limit sugary foods and drinks.**
- **Eat a well-balanced diet for optimum nutrition.**



**I would like to express special thanks to
Dr. Khin Maung (Director, Oral Health Division)
for supervision and advices**



**Warmly welcome for your
questions and comments**

