Kaip padėti vaikams įveikti odontologų baimę

Odontologų baimė nėra svetima įvairaus amžiaus žmonėms, tačiau vaikams apsilankymas pas dantų gydytoją kartais atrodo kaip didžiausias siaubas. Baimę gali lemti įvairios priežastys: galbūt jam draugai pripasakojo siaubo istorijų, galbūt patys tėvai nesąmoningai įskiepijo šią baimę, o galbūt baimė kyla dėl praeities prisiminimų. Šiuo metu odontologijos klinikose yra taikoma labai moderni įranga, o procedūrų metu yra taikomas nuskausminimas, tad bijoti tikrai nereikėtų, tačiau kartais nugalėti baimę gali būti labai sudėtinga. Taigi, ką daryti, jei vaikas bijo lankytis pas odontologą?

Gana dažnai daroma klaida yra tai, kad vaikas į odontologijos kliniką atvežamas tik tada, kai jau yra kenčiama nuo dantų skausmo. Vis dėlto, pirmasis vizitas turėtų būti planuojamas kur kas anksčiau, nes tokiu atveju vaikas pripras prie atliekamų procedūrų, ir nebijos.

- Įprastai pirmas apsilankymas odontologijos klinikoje rekomenduojamas tada, kai vaikui išdygsta pirmasis dantukas – tėveliai yra mokomi, kaip tinkamai prižiūrėti išdygusius vaiko dantis, ir tai gali padėti išvengti ankstyvų dantų problemų.
- 2-3 metų sulaukę vaikai turėtų būti atvedami profilaktiniam dantų patikrinimui – net ir tada, jei jokių dantų problemų nėra pastebima.



Kaip padėti vaikams įveikti odontologų baimę

PIRMASIS APSILANKYMAS PAS ODONTOLOGĄ

- Kuo anksčiau vaikas apsilankys pas gydytoją odontologą, tuo geriau.
- Pirmasis vizitas turėtų būti vos išdygus pirmajam pieniniam dantukui.
- Vaikas susipažįsta su gydytoju ir aplinka.



PAAIŠKINKITE, KODĖL VIZITAS YRA NAUDINGAS

Jei vaikui jau skauda dantį, sopa net naktį, galite pasakyti: „Gydytojas pagydys dantuką ir nebeskaudės, tu nebesikankinsi. Prieš taisydamas, nuskausmins“. Kai dantį sutaisys, vaikas supras, kad pas gydytoją nueiti yra gerai.

PAPASAKOKITE APIE APSILANKYMĄ

- Papasakokite savo vaikui apie apsilankymą, tačiau nedetalizuokite.
- Nepasakokite apie savo negatyvią patirtį pas gydytoją odontologą.
- Venkite vartoti tokius žodžius kaip „skausmas“, „baimė“ – šie žodžiai įsirėžia vaiko sąmonėje ir jis laukia kažko gąsdinančio ar skausmingo. Vartokite tokius žodžius „stiprus“, „sveikas“, „gražus“.

Kaip padėti vaikams įveikti odontologų baimę

NEMELUOKITE

- Jei suplanuotas apsilankymas pas gydytoją, nebandykite apgauti vaiko, kad dantims nieko nebus daroma ir gydytojas tik apžiūrės – galite prarasti vaiko pasitikėjimą Jumis.

PASIRUOŠKITE

- Įprasta, jei vaikas vizito metu verkia, yra neramus, kai nepažįstamas žmogus apžiūri jo dantis.
- Išlikite ramūs, leiskite gydytojui odontologui bei personalui nukreipti Jus tinkamai. Gydytojas gali paprašyti Jūsų laikytis atstumo, luktelti kitoje patalpoje arba būti šalia ir laikyti vaiką už rankos.
- Pasitikėkite gydytoju, neaiškinkite jam, ką daryti, kai vaikas jau sėdi kėdėje. Leiskite gydytojui bendrauti su vaiku, dirbti savo darbą. Nekalbinkite vaiko, neklausinėkite, ar skauda.

AKCENTUOKITE BURNOS SVEIKATOS SVARBĄ

- Mokykite, kad apsilankymas pas gydytoją odontologą yra būtinybė – ne pasirinkimas.
- Gydytojas prižiūri, rūpinasi ir saugo vaikų dantis, norėdamas kuo ilgiau išlaikyti juos sveikus, stiprius ir gražius.

