

Strach dziecka przed dentystą



O tym, kiedy po raz pierwszy udać się z dzieckiem do dentysty, jak pokonać lęk swojej pociechy przed wizytą dentysty, co zrobić, by zapobiec próchnicy i jak zadbać o przyszłe stałe uzębienie dziecka ze stomatologiem Centrum Medycznego Puławska – Anną Biegaj rozmawia Tomira Chmielewska - Ignatowicz

Kiedy pierwszy raz ze swoim dzieckiem udać się do stomatologa?

W trosce o zdrowie i piękny uśmiech naszego dziecka, pamiętajmy, że pierwsza wizyta w gabinecie stomatologicznym powinna nastąpić przed ukończeniem pierwszego roku życia małego pacjenta. Niektórzy rodzice są zdania, że wizyta taka jest konieczna dopiero w chwili obecności w jamie ustnej dziecka wszystkich zębów mlecznych. Według specjalistów to jednak za późno. Ma to ogromne znaczenie w późniejszym nastawieniu dziecka do leczenia stomatologicznego. W trakcie wizyty adaptacyjnej dziecko nabiera zaufania, oswaja się z obecnym personelem. Ważne jest aby pierwsza wizyta nie wywoływała przykrych skojarzeń. Trzeba się więc na nią zgłosić jak najwcześniej, zanim zajdzie potrzeba leczenia zęba.

Czy leczyć zęby mleczne dziecka? Jak zapobiegać próchnicy?

Zęby mleczne, tak jak i zęby stałe wymagają troski. Leczenie ubytków zębów mlecznych jest jak najbardziej uzasadnione, ze względu na ich ogromne znaczenie w prawidłowym rozwoju jamy ustnej dziecka i zapobieganie wadom zgryzu. Zęby mleczne służą nie tylko do żucia pokarmów i umożliwiają prawidłowe odżywianie. Mają wpływ na rozwój kości, mięśni twarzy, pomagają w uczeniu się mowy, pozwalają na swobodny uśmiech, nadają twarzy ładny wygląd, zapewniają prawidłową przestrzeń łuków zębowych aż do okresu obecności zębów stałych.

Zdrowe i wyleczone zęby mleczne nie staną się przyczyną wystąpienia bólu u naszej pociechy. Aby dziecko

miało piękny uśmiech, wiele zależy od nas- rodziców. Pamiętać należy o regularnych wizytach u stomatologa, co 3-6 m-cy. Pozwolą one na wczesne wykrycie zmian próchnicowych i innych nieprawidłowości. Bardzo ważna jest odpowiednia higiena, dokładne mycie zębów po każdym posiłku, płukanie jamy ustnej płynami z fluorem (u starszych dzieci i u dorosłych). Znaczenie w zapobieganiu próchnicy ma odżywianie. Bardzo niebezpieczne są małe, częste dawki słodczy spożywanych pomiędzy głównymi posiłkami. Cukry o dużej przylepności do tkanek zęba działają przez znacznie dłuższy czas. Pokarmy miękkie, kleiste, długo zalegające, szczególnie z dużą zawartością węglowodanów sprzyjają szybkiemu odkładaniu płytki nazębnej, co prowadzi do powstania ubytków próchnicowych. Kobiety w ciąży i matki karmiące powinny pamiętać, że od tego co jedzą i jak odżywiają dzieci zależy budowa zębów i ich skład chemiczny. W diecie kobiety ciężarnej nie może zabraknąć składników takich jak: wapń, żelazo, fluor, pełnowartościowe białka oraz witaminy (głównie A, C i D). W celu zapobiegania rozwojowi próchnicy wykonuje się zabiegi lakierowania zębów, fluoryzację oraz lakowanie bruzd w zębach stałych. Wszyscy wiemy, że lepiej jest zapobiegać niż leczyć.

Czy ruszające się zęby mleczne u dziecka należy usuwać?

Nie zawsze korzenie zębów mlecznych ulegają fizjologicznej resorpcji w odpowiednim czasie. Niekiedy lekarz taki ząb mleczny musi usunąć, aby nie blokował on prawidłowego wzrostu swojego stałego następcy. W ten sposób zapobiegnie się późniejszemu nieprawidłowemu położeniu zębów stałych. By nie dopuścić do powstania wad zgryzu u dzieci, musimy zwrócić uwagę:

- czy dziecko nie oddycha przez usta
- czy nie ssie palca
- czy nie obgryza paznokci
- czy nie zgrzyta zębami

Wielu rodziców zastanawia się, jak pokonać lęk dziecka przed dentystą?

Otóż ogromny jest wpływ samych rodziców w przygotowaniu dziecka do zabiegów w gabinecie stomatologicznym. Pragniemy pouczyć ich, aby nie straszili dziecka przed zabiegiem oraz nieświadomie nie przekazywali im negatywnej postawy wobec leczenia stomatologicznego! Musimy nasze dziecko stopniowo przyzwyczajać do współpracy ze stomatologiem. Dlatego tak duże znaczenie mają częste wizyty kontrolne, podczas których nie są wykonywane zabiegi lecznicze, a jedynie profilaktyczne. Wizytę w gabinecie może uprzyjemnić dziecku fakt, iż będzie ono mogło samo decydować o kolorze wypełnienia w leczonym zębie oraz,

że czeka na nie nagroda w postaci medalu, jeżeli będzie dzielne!