

Если ребёнок боится стоматолога

Есть опасность опоздать!

Нет ничего хуже, если ребенок впервые попадет к зубному врачу, когда у него возникли какие-то проблемы – зубная боль, воспаление или травма. В идеале его первая встреча с этим доктором должна произойти в год: врач проверит, как развиваются прорезавшиеся зубки, состояние эмали, десен и т.д. Сейчас нередко кариес у малышей начинает развиваться с 8–10 месяцев. Причем по самым разным причинам – сказывается наследственность, неправильное питание мамы во время беременности, искусственное вскармливание и, конечно, неумение взрослых правильно ухаживать за первыми зубками ребенка.

У маленьких детей кариес развивается очень быстро и часто не вызывает боли. Разрушающиеся молочные зубы – большая опасность для зачатков зубов постоянных, и, кроме того, горячий воспалительный очаг в организме – стоматологическая инфекция – может проникнуть в разные органы. Поэтому в идеале, чтобы предотвратить наступление кариеса, ребенка нужно показывать стоматологу раз в полгода.

Почему он боится?

Маленькие дети, как правило, испытывают страх не перед доктором. Их пугают манипуляции стоматолога в ходе осмотра. Поэтому важно приучать к ним ребенка с самого раннего возраста. Каким образом? Пока вы кормите ребенка только грудным молоком, полость его рта защищена от бактерий, но после введения прикорма необходим уход за полостью рта.

После каждого кормления младенцу нужно протирать десны, язык, а потом и первые зубки специальной стоматологической салфеткой (их продают в аптеках) или использовать бинт, смоченный в настое ромашки. С года и до 2–2,5 лет, когда вы начнете приучать малыша к зубной щетке, такие процедуры очистки полости рта проводите один-два раза в неделю.

Начнем с игры

Проще всего приучать малыша к уходу за зубками, играя с ним. Например, предложите ему поиграть в крокодильчика: давай-ка, открывай ротик! Шире-шире, ведь у крокодила такая большая пасть! Расскажите ребенку, что настоящему крокодилу в природе зубы

чистят маленькие птички и тому это даже очень нравится. А у вас роль птички будет играть маленькая зубная щетка.

После трех лет ребенок все чаще заявляет: я сам! Используйте этот момент. Предложите ему почистить зубки кукле, потом – маме, а потом – себе. Когда ребенок будет готов к ролевым играм, поиграйте с ним в стоматолога: можно посчитать зубки, дотрагиваясь до них кофейной ложечкой, пусть ребенок осмотрит свои зубы в ручном зеркале, посветите ему маленьким фонариком.

А еще можно сфотографировать зубки, нарисовать их, слепить из пластилина. И заодно объяснить малышу, что такое кариес, разыграв настоящее представление в форме сказки: «В царстве-государстве дружно жили белые и красивые зубки. Но однажды на них напал злой Кариес со своим войском – хитрыми бактериями и микробами. Зубки никак не могли победить коварных врагов. К счастью, в царстве появился Добрый Доктор...» Ну и так далее. И конечно, вы расскажете ребенку, как важно в обычной жизни ходить к стоматологу, чтобы тот защищал его зубки от кариеса.

Подобные игры помогают ребенку абсолютно без боязни воспринимать различные манипуляции во рту, он начинает адекватно оценивать происходящее, и его уже не пугает неизвестность, ожидающая в кабинете зубного врача.

Особый случай

А как быть, если у ребенка болит зуб или десна и он панически боится идти к врачу? Объясните ему в доступной форме, что стоматолог спасет его от злых микробов, которые грызут зубки, не надо бояться доктора: вместе с ним вы поймаете злого Кариеса, накажете его, и зубы больше болеть не будут.

Страх можно преодолеть только через детское любопытство: хороший врач всегда сумеет заинтересовать малыша – покажет инструменты, позволит ребенку с ними поиграть, самому выбрать понравившийся цвет пломбочек и т.д. И конечно, сумеет убедить его в том, что обязательно нужно прийти снова и довести лечение до конца.

Кстати, сейчас даже в запущенных случаях лечить зубы можно без боли. Врач подбирает скорость сверления, систему охлаждения зубной ткани, местные обезболивающие средства. А еще есть смысл купить заранее какую-то маленькую интересную игрушку, которую доктор подарит ребенку, закончив сеанс лечения.

И тем не менее есть дети, которых трудно «поймать» на всякие уловки. Ребенок может кусаться, брыкаться – в общем, всячески

сопротивляться осмотру, даже если у него ничего не болит. В такой ситуации требуется помощь психолога – в специализированных детских стоматологических клиниках обязательно есть такой специалист. Желательно, чтобы сначала вы переговорили с ним без ребенка, рассказали, чем малыш интересуется, во что любит играть, как реагирует на незнакомых людей, непривычную обстановку, быстро ли адаптируется в новом месте и т.д. Как правило, после одной-двух бесед с психологом маленький строптивый пациент становится более покладистым.

Бывает и так, что у малыша повышен рвотный рефлекс, из-за этого родители ведут его к стоматологу, лишь когда наступает аварийная ситуация. Естественно, лечение кариеса становится в этом случае делом долгим и сложным. Но рвотный рефлекс можно снять, используя специальные аэрозоли, местные аппликации. Однако стоит знать, что подобная неприятность может быть вызвана не только испугом перед стоматологом. Ребенка стоит показать неврологу и гастроэнтерологу, а также обязательно проверить, нет ли у него глистов.

Рекомендация

- 1.** Собираясь с ребенком к стоматологу, не акцентируйте на этом внимания: не подчеркивайте исключительность и уж тем более неприятность события. И никогда не говорите ребенку, что доктор ничего не будет делать, – это обман.
- 2.** Постарайтесь договориться с врачом, что первый визит к нему будет просто экскурсией: познакомьте малыша с доктором, покажите его кабинет.
- 3.** Обязательно хорошенько накормите малыша перед визитом к доктору. В порядке исключения можно даже сводить его в какое-то заведение фастфуда или в детское кафе.
- 4.** Очень важно, чтобы ребенок не устал от дороги в клинику. Выбирайте лечебное учреждение поближе к дому.
- 5.** Не стремитесь к тому, чтобы за один визит вылечить два и более зуба: ребенок не усидит в кресле более 10–15 минут и, устав, начнет капризничать.
- 6.** Обязательно поддерживайте ребенка психологически. Говорите, что будете сидеть с ним рядом в кабинете доктора и поможете, если это будет нужно.
- 7.** Постарайтесь выбрать хорошую детскую специализированную клинику. Самый надежный способ избежать ошибок – сарафанное радио: опросите своих знакомых и друзей, где они лечат детей. Выбирать врача лучше всего по рекомендации.