Страх – это естественная реакция организма. Замечу, что мы говорим сейчас о взрослом разумном человеке, который умеет справляться со своими эмоциями и отдает себе отчет в необходимости лечения. А что же говорить про ребенка? Представьте, что чувствует кроха, когда ему предстоит лечение зубов? Конечно, страх. Мы поговорим о разных ситуациях. В зависимости от того, был ли у ребенка опыт общения с зубным врачом или ему только предстоит первое знакомство с доктором, тактика поведения родителей должна несколько отличаться.

Совет №1. Пожалуйста, дорогие родители, если ребенку необходим стандартный профилактический осмотр или же он жалуется на боль в зубе, сначала успокойтесь сами. Не нужно нагнетать ситуацию фразами о боли, уколах с тоненькими иглами, крови и сверлении зубов. Меньше слов, особенно с негативной окраской. Теперь логично перейти к следующему пункту.

Совет №2. Ответственно отнеситесь к выбору детского стоматолога. Посоветуйтесь с коллегами на работе, соседкой по лестничной площадке или такими же мамочками на улице, у которых уже был опыт лечения зубов. Отзывы пациентов иногда важнее любых сертификатов и званий самого врача. Выберите клинику и запишитесь сначала сами на консультацию к стоматологу с целью посмотреть на доктора, обсудить с ним заранее методику возможного лечения, узнать, как проще всего и доступнее объяснить крохе предстоящие процедуры. Даже то, какими словами и фразами вы при этом будете пользоваться. Лично я никогда не употребляю слова боль, укол, сверлить. Их с легкостью можно заменить словами заморозка, чистка, вымывание из зуба остатков конфет, поиск в зубе застрявшей косточки от ягод и т.д. Мы говорим, конечно, не о случаях острой боли у ребенка, когда необходимо оперативное вмешательство. В таком случае, лучше говорить меньше и спокойнее, используя отвлеченные фразы и слова, а не повторять без конца, что больно не будет, что укол ребенок совсем не почувствует и бояться не надо. Если мама говорит, что бояться не надо, значит, есть что-то, чего другие боятся. Логично? По моему, да.

Совет №3. Предположим, что малышу предстоит первая встреча со стоматологом. В зависимости от биоритмов ребенка, подберите наиболее подходящее время для этого. Если ваш ребенок просыпается рано утром, приходите к доктору пораньше. Если малыш еще спит днем, то не записывайтесь на осмотр в обед, когда силы крохи уже на исходе и он начинает капризничать. Поверьте, многие родители об этом даже не задумываются.

Совет №4. Чем раньше вы начнете ухаживать за зубками своего ребенка, приучите его чистить их дважды в день, будете следить за количеством сладостей в рационе, тем позже будет его опыт лечения зубов. Когда мама на приеме с трехлетним сыном говорит, что даже не заметила, как зубки испортились, а доктор понимает, что при ежедневном осмотре мама могла бы заметить начавшийся кариес еще год назад, кого винить? Если вы сами не заботитесь о здоровье своего ребенка, ссылаясь на то, что он сам не хочет чистить зубы, что ему это категорически не нравится и что от сладкой водички перед сном он никогда не откажется, то стоит только развести руками в ответ. Поэтому, дорогие мамы, не ленитесь и ухаживайте за зубками своего чада.

Совет №5. На первый прием к стоматологу возьмите с собой любимую игрушку ребенка, которой тоже необходимо показать свои зубки. Сочините сказку на эту тему. Пусть малыш не чувствует себя одиноко перед лицом неизвестности. Пусть с ним будет друг, которого он крепко сожмет в момент пусть и небольшого страха.

Совет №6. Не нужно приходить к стоматологу всем составом семьи. Когда ребенок видит, с какими озабоченными лицами все родственники собираются к стоматологу вместе с ним для поддержки, это насторожит любого. Что же там такого страшного должно быть, что и мама, и папа, и бабушка с дедушкой, а еще и крестная, мамина сестра и папин брат идут с ним все вместе к врачу? Спокойнее, одного члена семьи вполне достаточно. Вы же не собираетесь держать ребенка всеми силами? Если да, то это уже другая история.

Совет №7 Если у вашего ребенка уже есть негативный опыт лечения зубов, попробуйте сменить доктора, клинику, посоветоваться с педиатром на предмет медикаментозной подготовки ребенка перед посещением стоматолога. Возможно, при повышенной тревожности, ранимости или чувствительности ребенка не будет лишним заварить ему на ночь и перед приемом успокоительные травки? Если получится, заранее предупредите доктора о том, что у ребенка уже был опыт лечения зубов и чем это закончилось. Не кормите малыша непосредственно перед процедурами, ограничьтесь приемом еды не позднее, чем за час до визита. Рвотный рефлекс еще никто не отменял.

Совет №8 Если вы уже однажды полечили зубы, удерживая кричащего и вырывающего ребенка, то не ждите, что в следующие разы все будет по-другому. Приготовьтесь таким же образом лечить все остальные зубы. Уговоры в таких случаях не действуют. Хотя бы до тех пор, пока ребенок не повзрослеет. Да и страх перед визитом к стоматологу останется надолго. Поэтому, если это возможно, прибегайте к фиксации ребенка только в крайних случаях. Во-первых, это опасно, во-вторых, такое лечение вряд ли будет качественным, в–третьих, данный опыт останется в памяти ребенка.

Совет №9 Если ваш малыш страдает повышенной двигательной активностью, частой сменой настроения, капризен и излишне эмоционален, если у него повышенная тревожность и сильнейший страх перед лечением зубов, то вам стоит задуматься над применением азото-кислородной смеси для успокоения маленького пациента. Ребенок вначале приема дышит через маску несколько минут «конфетным» воздухом, успокаивается, расслабляется, при этом во время всего лечения он остается в сознании, что немаловажно для большинства родителей. Последние 5 минут лечения ребенок дышит чистым кислородом, после чего остатки седативной смеси окончательно выветриваются из легких. Вы можете заранее подобрать клинику, где применяется данный вид обезболивания и обсудить все нюансы на консультации непосредственно с лечащим доктором.

Совет№10 Дорогие родители, ваш ребенок полностью зависит от вас до определенного возраста. Уход за его здоровьем, за состоянием зубов и всей полости рта – тоже ваша обязанность. Не ленитесь чистить ребенку зубы сами утром и на ночь, следите за тем, какие сладости и в каких количествах потребляет ваш малыш, приучайте его с самого раннего возраста полоскать рот водой после еды. И не оттягивайте посещение стоматолога до того момента, когда ребенок начнет жаловаться на боль. А еще хуже, если на момент приема зуб будет сильно болеть несколько дней. Это осложнит работу доктору и резко повысит страх ребенка перед лечением. Не нужно требовать от врача и от ребенка чуда. Дорогие родители, будьте внимательны, чаще сами оценивайте состояние зубов вашего малыша, не ленитесь ухаживать за ними, готовьтесь заранее к стоматологическим визитам. Если все сложится наилучшим образом, ваш доктор станет на много лет хорошим другом ребенку, а через какое-то время подрастающий сын или дочка объявит, что хочет в будущем стать стоматологом. По-моему, неплохая перспектива.