

Informacja prasowa

dr Mirosława Huflejt-Łukasik – psycholog*

dr Katarzyna Mandalian – stomatolog**

PIERWSZA WIZYTA DZIECKA W GABINECIE STOMATOLOGICZNYM

Pierwsze spotkanie dziecka z dentystą jest wydarzeniem, które może mieć poważne konsekwencje dla jego późniejszego nastawienia do leczenia stomatologicznego. Negatywne doświadczenia z dzieciństwa, związane z kontaktem z dentystą, mogą być jedną z przyczyn dentofobii. W przypadku dzieci można mówić o dwóch głównych przyczynach strachu przed stomatologiem. Pierwszy powstaje na bazie własnych, bolesnych przeżyć podczas leczenia, drugi natomiast wynika z przekazania dziecku komunikatu, że leczenie dentystyczne wiąże się z bólem. Dziecko odbiera wówczas sygnał, że wizyta u stomatologa jest równoznaczna z odczuwaniem bólu.

Jedną z podstaw zapobiegania dentofobii u dzieci jest edukacja rodziców w tym zakresie, a zwłaszcza uświadomienie im znaczenia i konsekwencji pierwszej wizyty u dentysty. Poniżej znajdują się praktyczne wskazówki dla rodziców, które pomogą odpowiednio przygotować dziecko na pierwszą wizytę w gabinecie stomatologicznym oraz zmniejszyć jego strach przed nią.

RADY DLA RODZICÓW

- **Rozmowa z dzieckiem.** Przed wizytą u dentysty należy koniecznie porozmawiać z dzieckiem i szczegółowo wyjaśnić mu przebieg wizyty. Dziecko odczuwa lęk przed nieznanym, więc można powiedzieć mu, że idzie z mamą na spotkanie z nowym znajomym – dentystą, który np. sprawdzi, czy zęby są zdrowe.
- **Zabawa w dentystę.** Stwarzanie w domu atmosfery, że wizyta u stomatologa to coś strasznego, sprawi, że dziecko przejmie negatywne nastawienie rodziców i niepotrzebnie zacznie się bać. Jednym ze sposobów ograniczenia obaw jest wspólna zabawa w dentystę lub czytanie książeczek związanych z wizytą w gabinecie.
- **Wybór dentysty.** Przed decyzją o wyborze lekarza rodzice powinni osobiście odwiedzić gabinet i porozmawiać ze stomatologiem dziecięcym. Warto pamiętać, że przyjazny gabinet to nie tylko wystrój budzący pozytywne skojarzenia i specjalnie przygotowany kącik dla dziecka, ale przede wszystkim życzliwy personel, który potrafi odpowiednio postępować z dzieckiem w sytuacjach stresowych.

Dodatkowe informacje:

Ewelina Wasilewska, Spin Communications, tel. (22) 646 55 50 wew. 21, e-mail: wasilewska@spin.com.pl

- **Wizyta adaptacyjna.** Kontakt dziecka z dentystą najlepiej jest rozpocząć od wizyty kontrolnej, która pozwoli maluchowi zapoznać się z nowym miejscem. Stomatolodzy zalecają, aby miała ona miejsce nie później niż do 3. roku życia.
- **Pierwsze leczenie.** Nie zawsze jednak pierwsza wizyta u stomatologa może być wizytą adaptacyjną. Czasami już podczas pierwszej wizyty okazują się, że zęby dziecka wymagają leczenia. W takim przypadku ryzyko negatywnych skojarzeń z dentystą jest większe i tym baczniejszą uwagę należy przywiązywać do wyboru stomatologa dziecięcego. W przypadku strachu dziecka przed bólem lekarz może zastosować miejscowe znieczulenie, np. poprzez użycie bezigłowych strzykawek czy podanie podtlenku azotu.
- **Przebieg wizyty.** Rodzic powinien zwrócić uwagę, aby podczas wizyty stomatolog posługiwał się zrozumiałym dla dziecka językiem i unikał specjalistycznych, często budzących lęk sformułowań typu „ekstrakcja” czy „borowanie”. Lekarz może zaangażować dziecko w proces leczenia, np. przez wybór koloru materiału do wypełnień, tak aby czuło, że współuczestniczy w podejmowanych decyzjach.
- **Planowanie wizyty.** Najlepsza pora na wizytę u dentysty to ten moment w ciągu dnia, w którym dziecko ma zazwyczaj najlepszy humor, nie jest śpiące ani zmęczone. Dlatego warto umawiać się na konkretną godzinę. Jeżeli czas oczekiwania w kolejce się przedłuży można zainteresować dziecko książeczką lub zabawką.
- **Nagroda.** Zakończeniem wizyty powinna być nagroda, np. dyplom za odwagę czy wizyta w kinie. Stanowić ona będzie motywację do następnych wizyt w gabinecie stomatologicznym.

Odpowiednie przygotowanie dziecka do pierwszej wizyty u dentysty oraz prawidłowy jej przebieg to podstawowe czynniki mające wpływ na późniejsze nastawienie dziecka do leczenia stomatologicznego. Pierwsza wizyta u dentysty może wpłynąć na nasilenie się stanów lękowych u dziecka, a w konsekwencji doprowadzić do dentofobii. Warto pamiętać, że dzieci do 3. roku życia inaczej przekazują swoje odczucia, a kontakt słowny ze strony dziecka jest ograniczony i nastawiony na „mowę ciała”. Podstawową reakcją na stres jest płacz, dlatego rolą rodzica i lekarza jest zrozumienie obaw dziecka przed nowym, nieznanym mu miejscem.

Opracowanie:

dr Mirosława Huflejt-Łukasik – psycholog

dr Katarzyna Mandalian – stomatolog

Dodatkowe informacje:

Ewelina Wasilewska, Spin Communications, tel. (22) 646 55 50 wew. 21, e-mail: wasilewska@spin.com.pl

* **Mirosława Huflejt-Łukasik** – doktor nauk humanistycznych w zakresie psychologii, pracownik Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego (pracuje naukowo i jako psychoterapeuta w Akademickim Ośrodku Psychoterapii). Interesuje ją psychologia kliniczna, poznawcza i społeczna. Laureatka zespołowej nagrody Ministra Edukacji Narodowej za publikację naukową (podręcznik „Psychoterapia”). Autorka artykułów popularyzujących Neurolingwistyczne Programowanie.

** **Katarzyna Mandalian** – lekarz stomatolog, specjalista II stopnia w dziedzinie protetyki stomatologicznej. Przez wiele lat starszy asystent w Zakładzie Protetyki Centrum Kształcenia Podyplomowego w Warszawie. Od 1990 roku prowadzi prywatną praktykę stomatologiczną.

Dodatkowe informacje:

Ewelina Wasilewska, Spin Communications, tel. (22) 646 55 50 wew. 21, e-mail: wasilewska@spin.com.pl