**Leczenie poprzez zabawę, czyli jak oswoić dziecko z gabinetem stomatologicznym**

**Niemiłe wspomnienie pierwszej wizyty u dentysty może zaważyć na bardzo długo na naszym podejściu do leczenia stomatologicznego. Warto jednak pamiętać, że stare metody, nieatrakcyjne wnętrza, a przede wszystkim ból to przeszłość. Nasze pociechy nie mają powodów, by obawiać się dentysty. O ile dobrze je do tego przygotujemy. Jak to zrobić? Oto kilka niezbędnych wskazówek.**

**Wizyta zapoznawcza**

– *Pierwsza wizyta z dzieckiem w gabinecie stomatologicznym powinna się odbyć, kiedy dziecko zaczyna cokolwiek rozumieć, ale wtedy, kiedy jest zdrowe* – mówi doktor Urszula Jarosz, stomatolog Varsovia Dental w Warszawie. Zdarza się, że rodzice popełniają błąd i przyprowadzają dziecko dopiero wtedy, gdy zaczynają się negatywne zmiany w jamie ustnej. Wtedy taka wizyta może zakończyć się urazem do stomatologa na całe życie. Zwłaszcza, że często straszymy dzieci dentystą, mówiąc na przykład, że jeśli będzie jeść dużo słodyczy albo nie będzie myć zębów, to trzeba będzie pójść do dentysty. Zapominamy przy tym, że sami doprowadzamy do sytuacji, w której wizyta u stomatologa kończy się często długotrwałym leczeniem, ponieważ traktujemy ją jako ostateczność. Stosując się do zasad profilaktyki i regularnych wizyt kontrolnych uniknęlibyśmy tego. Dlatego tak istotne jest to, aby najmłodsi pacjenci mieli szansę poznać gabinet stomatologiczny nie od razu z perspektywy fotela.

– *Uważam, że już od drugiego roku życia można przychodzić z dziećmi do dentysty i nawet niekoniecznie z dentystą rozmawiać* – mówi doktor Jarosz – *Mamy wielu pacjentów, którzy przychodzą z dziećmi do naszego kącika zabaw, w ogóle nie wchodząc do gabinetu.* Stopniowe oswajanie i pokazanie dziecku nowego miejsca to z pewnością dobra praktyka, a przy tym może być również dobrze spożytkowana. – *Podczas takiej wizyty dziecko może pokazać swoje zęby wcale nie siadając na fotelu, a my mamy już pierwsze, bardzo ważne informacje o stanie jamy ustnej, ale również o ewentualnych wadach zgryzu* – wyjaśnia dentystka.

**Pierwszy raz w gabinecie**

Kiedy dziecko jest już oswojone z nowym miejscem i nawiązało pierwszy kontakt z personelem możemy wejść z nim do gabinetu. – *Mali pacjenci mogą usiąść na fotelu i wtedy pokazujemy im, jakie mamy możliwości. Najczęściej robimy to w formie zabawy. Pokazujemy narzędzia stomatologiczne i wyjaśniamy do czego służą, oglądamy wspólnie w lusterkach zęby, dziecko może pojeździć na fotelu w górę i w dół, zobaczyć działanie niektórych przycisków na konsoli stomatologicznej. Wszystko oczywiście pod czujnym okiem personelu i zgodnie z zasadami bezpieczeństwa* – tłumaczy specjalistka. Dzięki takiej wizycie najmłodsi mogą zobaczyć, że w gabinecie stomatologicznym może dziać się coś interesującego i chętnie będą wracać do dentysty w przyszłości. Dodatkowo można podczas takich wizyt wykonać proste zabiegi profilaktyczne, takie jak lakierowanie zębów, a na koniec nagrodzić pacjenta drobnym upominkiem, by miło kojarzył to miejsce.

**Codzienna profilaktyka**

Niemniej istotne jak pierwsze wizyty z dzieckiem u dentysty jest również to, a może przede wszystkim, jak dbamy razem z pociechą o codzienną higienę i profilaktykę zdrowia jamy ustnej. Dziecko można zainteresować własną buzią na wiele sposobów, na przykład wspólnie licząc zęby czy pokazując różne szczotki do zębów, które bywają dla najmłodszych czasem bardzo zabawne.

W żadnym wypadku nie wolno bagatelizować niepokojących zmian, które obserwujemy na zębach mlecznych. Wychodzenie z założenia, że mleczny i tak zostanie zastąpiony stałym, może mieć negatywne konsekwencje. – *To trochę tak jak w życiu: kiedy ktoś zostawi puste krzesło, to ktoś inny na nim natychmiast siada. Podobnie z zębami: jeśli mleczny ząb wypadnie, to pozostałe przesuną się na jego miejsce. Zrobi się ciasno i nie będzie miejsca dla wyrzynających się w swoim czasie zębów stałych. Dlatego najlepiej jeśli zęby wypadają w takiej kolejności, jaką przewidziała natura i wtedy, kiedy jest na nie czas, a nie kiedy spowoduje to próchnica* – mówi dr Urszula Jarosz.

Pierwszą wizytę z dzieckiem u dentysty można, a nawet wskazane jest zaplanować. Tak, aby pociecha miała szansę poznać gabinet stomatologiczny i niesłusznie nie kojarzyć go negatywnie. Bardzo dużo rola w tym oczywiście rodziców, jak i w codziennej higienie i profilaktyce zdrowia jamy ustnej dziecka. By były one w pełni skuteczne, warto nasze własne nieprzyjemne doświadczenia zachować dla siebie, a dziecku pokazać, że dbanie o zęby może być ciekawe, a w przyszłości zaowocować pięknym i zdrowym uśmiechem.

[www.varsoviadental.pl](http://www.varsoviadental.pl)