

Informacja dla rodziców udających się na wizytę do stomatologa ze swoimi dziećmi.

Pragniemy aby wizyta Twojego dziecka u dentysty była jak najbardziej pozytywna, dlatego potrzebujemy Twojej pomocy.

Przed wizytą:

- Wyjaśnij swojemu dziecku, że wizyta u stomatologa to coś zupełnie naturalnego, dokładnie tak jak pójście do przedszkola/szkoły czy fryzjera.
- **Powiedz swojemu dziecku: «Dentysta naprawi ząbka, tak żebyś mógł/mogła jeść», albo: «Dentysta pomoże ci usunąć ząbka, którego już nie potrzebujesz».**
- Możesz również powiedzieć: «Dentysta ma specjalne lekarstwo, które sprawi, że ząbek będzie spał podczas wizyty».
- Poczytaj dziecku książeczki opisujące w sposób pozytywny wizytę u dentysty.
- Nie mów: «Nie trzeba się bać dentysty», «To nic strasznego borować ząbka» czy «Strzykawka ze znieczuleniem nic nie boli». Dziecko będzie się bowiem zastanawiało co go czeka i może mieć negatywne skojarzenia związane z wizytą.
- Unikaj zabierania dziecka ze sobą na Twoją wizytę u stomatologa, szczególnie wtedy gdy wiesz, że będziesz poddany zabiegowi, który może przestraszyć dziecko.
- Jeśli dziecko ma towarzyszyć rodzeństwu podczas wizyty u stomatologa, (rodzeństwo jako wzór), powinno to zostać wcześniej uzgodnione ze stomatologiem, tak abyśmy mogli dopasować wizytę do tego celu.
- Jeśli sam /sama obawiasz się wizyty u stomatologa, pozwól aby dziecku towarzyszył inny członek rodziny: dziadkowie/ znajomi rodziny, o których wiesz, że dziecko ma do nich zaufanie.

Podczas wizyty:

- Zarezerwuj odpowiednią ilość czasu na wizytę.
- **W celu uzyskania jak najlepszych rezultatów ważne jest uzyskanie dobrego kontaktu między dzieckiem a stomatologiem. Pozwól wyszkolonemu personelowi kierować przebiegiem wizyty.**
- **Stomatolog powinien zwracać się bezpośrednio do dziecka i ono samo, swoimi słowami, powinno odpowiadać na pytania.**
- Jeśli Ty jesteś zrelaksowany/zrelaksowana to i Twoje dziecko łatwiej się relaksuje.
- Stomatolog używa słownictwa dopasowanego do wieku dziecka, aby wyjaśnić co się będzie działo w gabinecie dentystycznym i normalne jest «oswajanie» dziecka z przyrządami i narzędziami poprzez pokazywanie i dotyk, aby przełamać w dzieciach strach przed badaniem. Dziecko które wie czego się spodziewać w gabinecie dentystycznym, będzie się tam czuło pewniej.

- Jeśli dentysta nazywa znieczulenie «lekarstwem nasennym dla ząbka», to nie ma potrzeby wspominać głośno o strzykawkach, ukłuciach i igłach .
- Dziecko, zwłaszcza kiedy leży w fotelu u stomatologa, nie powinno być narażone na słuchanie przerażających historii z dzieciństwa rodziców lub opiekunów , dotyczących ich własnej wizyty u dentysty, gdyż w ten sposób przekazujemy dziecku nasze negatywne doświadczenia.
- Wizyta u stomatologa często musi być podzielona na kilka seansów po to, by dziecko czuło się w gabinecie bezpiecznie i komfortowo.
- Jeśli wizyta u stomatologa jest mimo wszystko zbyt dużym obciążeniem dla dziecka, to trzeba poświęcić więcej czasu na oswojenie go z tym co ona ze sobą niesie, ewentualnie zastosować środki uspokajające (uzgadniane ze stomatologiem przed kolejną wizytą).
- Jest rzeczą istotną, aby dziecko wspominało pobyt w gabinecie dentystycznym jako coś pozytywnego; aby po zakończonej wizycie miało poczucie , że poradziło sobie z czymś nowym i postrzegało ją jako świetną zabawę i przygodę.

Po wizycie:

- Pochwal swoje dziecko.
- Po powrocie do domu podsumuj w sposób pozytywny całą wizytę.

Zapraszamy!