



دکتر یاشار رضاعی
جراح - دندانپزشک استادیار دانشگاه

☎ ۰۴۱ ۳۵۵۴۹۴۷۲

📱 ۰۹۳۳۴۱۱۰۱۰۰

استرس کودکان در دندانپزشکی

بهتر است بدانیم بیش از یک سوم کودکان بالای سه سال در معرض فطر پوسیدگی دندان قرار دارند و گاهی اوقات این پوسیدگی دندان علاوه بر درد و آزردهگی که برای کودک ایجاد می کند در ظاهر دندان های کودک نیز تاثیر می گذارد. طبیعتاً در این شرایط والدین به فکر درمان می افتند و مراجعه به **دندانپزشک اطفال** اجتناب ناپذیر خواهد بود. اما چیزی که درمان را سخت و گاهی اوقات متی غیر ممکن می کند همکاری نکردن کودک به دلیل ترس و اضطرابی است که از دندانپزشک دارد.

گاهی اوقات ریشه این ترس در ترس و اضطراب خود والدین است. کودکی که هیچ درکی از دندانپزشکی و دنیای آن ندارد و تجربه ای در این زمینه نداشته به طور معمول نباید استرسی داشته باشد اما وقتی والدین کودک را قبل از آوردن نزد دندانپزشک توجیه کنند و از آمپولی که شاید سبب ترس گردد صحبت کنند و در مواقعی نیز با فریدن جایزه و یا وعده دادن، برای کودک ایجاد دلهره کنند، کودک متوجه می شود جایی که قرار است برود جایی نیست که به او فحش بگذرد و این امر سبب ترس و بروز استرس در کودک می شود.

تزریق آمپول اولین مرحله درمان است. کودکی که قبل از آن آمپول و یا سوزن را وسیله تهدید و تنبیه بزرگتر ها می دانسته طبیعی است از تزریق آمپول بترسد. والدین قبل از آوردن کودک به مطب نباید در مورد تزریق آمپول صحبتی کنند و اگر کودک سوالی در این زمینه داشت، جواب آن را به تعویق بیندازند و اظهار بی اطلاعی کنند که دقیقاً نمی دانند که تزریقی در کار هست یا نه، و یا می توانند برای او توضیح دهند که اگر هم تزریقی باشد با آمپول های که قبلاً برای بیماری های دیگر استفاد کرده فرق دارد.

نکات زیادی وجود دارد که والدین و دندانپزشک اطفال با رعایت آن ها می توانند به کودک کمک کنند تا علاوه بر درمان پوسیدگی دندان هایش فاطره فوبی از دندانپزشکی کودک و نوجوان داشته باشد. گاهی اوقات ممکن است این استرس کودکی در بزرگسالی نیز تأثیراتی داشته باشد از این رو کاهش آن اهمیت زیادی دارد.

استفاده از راهکار(های) زیر می تواند به کاهش ترس و استرس کودک کمک کند:

- تمیز کردن دندان های کودک از دوران طفولیت و متی زمانی که دندان ندارد تمیز کردن لثه های کودک ، کودک را به این کار عادت می دهد.
- وقتی کودک دندان درآورد ، در سنین پایین متی قبل از یک سالگی او را نزد دندانپزشک کودکان ببرید که هم جلو مشکلات دندانی او گرفته شود و هم به این محیط عادت کند.
- کشیدن نقاشی و یا بازی با خمیر دندان و مسواک کودک را علاقه مند می کند.
- به همراه کودک یکی از اسباب بازی های که دوست دارد به مطب ببرید تا جو آنجا برایش معمول تر به نظر بیاید.
- مراقب باشید که اگر اضطراب یا ترس دارید آن را مخفی کنید.
- در مکالمات دندانپزشک با کودک مدافله نکنید.
- قبل از مراجعات درمانی، مراجعه ای جهت آشنایی کودک با مطب دندانپزشکی داشته باشید.
- یادتان باشد که نقش دندانپزشک فیلی موثر است ،پس **دندانپزشک فوب** با موصله و با افلاقی برای کودک فود انتفاع کنید.
- مواظب ذهن مساس و ناآگاه کودک فود باشید و از به کار بردن واژه های تخصصی دندانپزشکی مثل کشیدن دندان و یا اینکه دندان عفونت کرده بپرهیزید.
- بعد از تمام شدن کار دندانپزشک برای کودک در مورد بی مسی دندانش توضیح داده و مراقب باشید که با جویدن آن قسمت، زخمی در دهانش ایجاد نشود.
- بعد از آمدن به فانه از او بخواهید مطب و یا متی مراحل کار دندانپزشک را نقاشی کند.