

فهرست

- ۹.....مقدمه
- ۱۰.....چه کنیم تا کودکان از دندانپزشکی نترسد
- ۱۵.....جستجوی یک دندانپزشک خوب
- ۱۸.....انواع آرام‌بخشی در دندانپزشکی کودکان
- ۲۲.....بی‌هوشی عمومی
- ۲۴.....درمان دندانپزشکی تحت بی‌هوشی برای چه کودکانی توصیه می‌شود؟
- ۲۶.....آیا درمان دندانپزشکی، ارزش بی‌هوشی کودک را دارد؟
- ۲۸.....عوارض بی‌هوشی عمومی بر کودکان
- ۳۱.....اقدامات قبل از درمان تحت بی‌هوشی
- ۳۲.....دستورالعمل ناشتا بودن قبل از بی‌هوشی
- ۳۶.....ملاحظات لازم پس از درمان دندانپزشکی تحت بی‌هوشی
- ۳۸.....چگونه کودک خود را به مسواک زدن عادت دهیم؟

پیشگفتار

آخرین راه جایگزین برای درمان کودکانی که به دلایل مختلف توانایی همکاری لازم با دندانپزشک را ندارند، استفاده از شیوه درمان، تحت بی‌هوشی عمومی است. دندانپزشکی تحت بی‌هوشی، عبارتی است که برای والدین ایجاد نگرانی می‌کند. سوالات متعدد شما والدین عزیز، پیرامون این موضوع که ناشی از همین نگرانی است، موجب شد تا انگیزه نگارش این مجموعه پیش رو شکل بگیرد.

در این مجموعه تلاش شد تا مطالب علمی از دو کتاب مرجع دندانپزشکی کودکان از نوزادی تا نوجوانی (نواک ۲۰۱۹) و دندانپزشکی کودک و نوجوان (مک دونالد ۲۰۱۶) استخراج و به صورت ساده و با متنی روان و قابل فهم برای عموم نگاشته شود. به لطف پروردگار با گردآوری این مجموعه می‌توان امیدوار بود تا عمده کمبود آگاهی والدین پیرامون روش‌های درمانی دندانپزشکی کودکان رفع شده و راهنمای خوبی برای رفع سردرگمی، تصمیم‌گیری راحت‌تر و انتخاب بهتر ایشان باشد.

در پایان از زحمات و نظرات مفید و موثر دو استاد برجسته و گرانبمایه سرکار خانم **دکتر فاطمه مظهری** دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، متخصص دندانپزشکی کودکان و دارای مدرک فلوشیپ دندانپزشکی بیمارستانی و جناب آقای **دکتر علیرضا سبزواری** دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، متخصص بی‌هوشی و دارای مدرک فلوشیپ بی‌هوشی کودکان کمال تقدیر و تشکر را دارم.

دکتر سیده فاطمه محمودآبادی

پاییز ۱۴۰۰

مقدمه

از دیرباز تا کنون، ترس، یکی از اصلی ترین عوامل ممانعت از مراجعه به دندانپزشکی بخصوص برای کودکان بوده است. اغلب کودکان در مراجعه به دندانپزشکی دچار ترس و نگرانی شده و در محیط دندانپزشکی احساس ناامنی می کنند، همین امر می تواند موجب بروز مشکلاتی در روند معاینه و درمان شود.

به همین دلیل در دندانپزشکی کودکان، کنترل ترس و اضطراب و ایجاد یک محیط ایمن برای درمان، یکی از مهمترین نگرانی های والدین و چالش های دندانپزشکان است که طی سالها با پیشرفت علم و افزایش تجربه، راه حل های مختلفی برای آن اندیشیده شده است. برای یک درمان دندانپزشکی با کیفیت، ایمن و خوشایند برای کودکان علاوه بر صبر و حوصله، نیاز به بکارگیری یک سری روشهای هدایت رفتاری است. هدایت رفتاری، به هر سخن یا عملی گفته می شود که روی رفتار کودکان در یک ملاقات دندانپزشکی اثر مثبت بگذارد.

چه کنیم تا کودکان از دندانپزشکی نترسد



در این قسمت راهکارهایی را به شما معرفی می‌کنیم تا بر ترس کودکان از دندانپزشکی غلبه کنید.

■ **از زمانی که خیلی کوچک هستند، او را با محیط دندانپزشکی آشنا کنید**
 ■ وقتی که کودکان از همان سنین بسیار پایین به دندانپزشک مراجعه کند، کم‌کم به این قضیه عادت می‌کند و در نتیجه دندانپزشک و ابزارهای آن به نظرش چیز عجیب و غریبی نمی‌آیند.

■ **کودک را هر سه ماه یکبار نزد دندانپزشک ببرید**
 ■ بهتر است کودکان را هر سه ماه یکبار نزد دندانپزشک ببرید تا ارتباط مؤثری بین کودک و دندانپزشک برقرار شود و درمان‌های پیشگیرانه به موقع انجام شوند. همچنین در صورت مشاهده پوسیدگی، دندانپزشک در مراحل ابتدایی این مشکل را تشخیص دهد و با درمان ساده دندان کودک را درمان نماید؛ زیرا اگر کودک برای اولین بار به حالت اورژانسی (درد، تورم، آبسه و عفونت) به دندانپزشک مراجعه کند چون در این حال پزشک برای برطرف شدن مشکل مجبور است اقدامات درمانی را انجام دهد که معمولاً ناخوشایند هستند، کودک می‌ترسد و این برخورد اول در

نگرش او اثر گذاشته و او را تبدیل به کودکی ترسو و گریزان از دندانپزشکی می‌کند.



▪ مسئله را برای او ساده کنید

▪ زمانی که می‌خواهید برای اولین بار کودک خود را به دندان پزشکی ببرید، یک دید کلی به او بدهید و بیش از حد وارد جزئیات نشوید. همچنین از دندانپزشکتان بخواهید که در ملاقات اول، کار را طولانی نکند و یک معاینه کلی را انجام دهد، مثلاً

اقداماتی مثل پر کردن دندان نباید در اولین جلسه انجام شود زیرا باعث می‌شود که کودک شما برای همیشه از دندانپزشک بترسد.

■ مراقب حرف‌هایتان باشید

■ از کلماتی مثل آمپول، درد یا صدمه استفاده نکنید زیرا کلماتی که به کار می‌برید، باعث می‌شود کودک شما از چیزی بترسد یا نسبت به آن بی‌تفاوت باشد. به جای آن بهتر است که مسواک‌های زیبا برای او خریداری کنید و با کلام زیبا و مهربانانه، کار با مسواک را مثل یک بازی به او آموزش دهید و همیشه لبخند خود را با او حفظ کنید و از بهترین و شادترین لغات برای صحبت کردن با او استفاده کنید.

■ قبل از مراجعه واقعی، نقش دندانپزشک را ایفا کنید

■ قبل از این که برای اولین بار به دندانپزشک مراجعه کنید، خودتان را در نقش دندان‌پزشک قرار دهید و با مهربان‌ترین حالت ممکن با او رفتار کنید. صداهای ترسناک وسایل را تقلید نکنید. به او نشان دهید که دندانپزشک چگونه دندان شما را معاینه می‌کند. سپس از او بخواهید که جای دندانپزشک قرار بگیرد و مسواک زدن را به شما آموزش دهد.

■ سعی کنید که دندانپزشک‌های جداگانه‌ای داشته باشید

■ بعضی از والدین همیشه کودک خود را نزد دندانپزشک خودشان می‌برند اما این کار اشتباه است. همچنین نباید تجربیات خود را در مورد دندانپزشکی مثل خارج کردن دندان، پر کردن و یا عصب کشی برای او تعریف کنید. حتماً کودک خود را به یک دندانپزشکی معتبر ویژه کودکان ببرید.

■ خودتان را برای بهانه‌گیری کودک آماده کنید

■ هرچقدر که شرایط را آرام و بدون استرس فراهم کنید و کودک خود را به بهترین کلینیک مخصوص کودکان ببرید، باز هم ممکن است که با نق زدن و بهانه آوردن او مواجه شوید. خودتان را برای این موضوع آماده کنید تا برخورد خشن و شدیدی با کودک تان نداشته باشید؛ زیرا تمام زحماتتان برای فراهم کردن آرامش از بین می‌رود و باعث می‌شود که کودک برای همیشه خاطره بدی از دندانپزشکی داشته باشد.

■ به کودک خود رشوه ندهید

■ بسیاری از متخصصان توصیه می‌کنند که هرگز به کودکان وعده و وعید ندهید،

مثلا به او نگویند که اگر در دندانپزشکی آرام باشد، برای او خوراکی یا اسباب بازی می‌خرید؛ زیرا چنین اقداماتی باعث افزایش اضطراب و استرس در کودک می‌شود و او را بد عادت می‌کند. رشوه دادن باعث می‌شود زمان‌هایی که واقعا ترسی از کاری ندارد، این گونه نشان دهد و به نوعی از شما باج بگیرد تا به توصیه‌های پزشک عمل کند.

■ هیچگاه مفصل در مورد کار دندانپزشک صحبت نکنید

■ هیچگاه در مورد کاری که قرار است دندانپزشک انجام دهد با کودک مفصل صحبت نکنید. اجازه دهید پزشک با زبان کودکانه و به روش خاص خود با کودک صحبت کند و به تدریج او را با محیط و وسایل کار خود آشنا کند. بهتر است دندانپزشک از درمان‌های سبک شروع به کار کرده و درمان‌ها را پله پله سنگین‌تر کند.

■ خاطرات ناخوشایند خود را تعریف نکنید

■ در حضور کودک، خاطرات ناخوشایند و درمان‌های خود از دندانپزشکی را برای دیگران تعریف نکنید.

■ به صحبت‌های دندانپزشک گوش دهید

■ روش هر دندانپزشکی برای درمان متفاوت است بنابراین اگر دندانپزشک به شما توصیه کرد که حین درمان داخل یا خارج اتاق باشید، به او گوش کنید تا درمان با بهترین کیفیت انجام شود.

■ روی اهمیت بهداشت دهانی او تاکید کنید.

■ حتما برای کودک خود توضیح دهید که همه انسان‌ها در هر سنی باید برای تقویت دندان‌ها و بهتر غذا خوردن به پزشک مراجعه کنند و در نتیجه کار آن‌ها بسیار راحت‌تر از دیگران خواهد بود و بدن و دندان سالم‌تری خواهند داشت. حال برای این که بتوانند ملاقات‌های خود را به دندانپزشکی به حداقل برسانند، باید بهداشت لازم و کافی دهان و دندان خود را رعایت کنند.

■ به سوالات کودکان پاسخ دهید.

■ زمانی که کودک شما بزرگ شد، حتما آگاهی بیشتری نسبت به محیط دندانپزشکی پیدا می‌کند. در این شرایط می‌توانید به سوالات و ترس‌های او پاسخ داده و مسائل را برایش شرح دهید.

■ اسباب بازی را فراموش نکنید

■ حتماً او را نزد دندانپزشکی ببرید که لوازم کافی و عالی برای بچه‌ها از جمله اسباب بازی‌های جذاب داشته باشد و حتماً خودتان از قبل کلینیک را بررسی کنید تا مطمئن شوید که باب میل کودک شماست.



■ از قبل با پزشک هماهنگ کنید

■ اگر کودک حساسی دارید یا شرایطی برایتان پیش آمد که نتوانستید کودک را به کلینیک دندانپزشکی مخصوص کودکان ببرید، حتماً با پزشک صحبت کنید و شرایط کودک خود را برای او توضیح دهید.

■ کودکان را به مکالمه داشتن و صحبت کردن تشویق کنید

■ او را تشویق کنید تا با پزشک خود ارتباط برقرار کند، به سوالات او پاسخ بدهد و نسبت به او خوش بین باشد.

■ فضایی مثبت را در ذهن او بسازید

■ اگر اولین بار است که کودک خود را نزد دندانپزشکی می‌برید، حتماً با عبارات مثبت به شرح و توضیح در مورد دندانپزشکی، مهربان بودن دندانپزشک و آسان بودن اقدامات بپردازید.