

Не лечите все зубки за раз! Устав от процедуры, ребенок запомнит ее в негативном ключе.

Если зуб уже болит, убедите ребенка, что доктор обязательно поможет: зубик перестанет болеть – его помочут, почистят, выгонят червячков, которые кусаются. Только в случае острой боли возможно насильное удержание ребенка, когда отсутствие лечения может привести к усилению боли или отягощению ситуации.



Раскрась рисунок

Календарь чистки зубов

ДЕНЬ 1	ДЕНЬ 2	ДЕНЬ 3	ДЕНЬ 4	ДЕНЬ 5
<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙
ДЕНЬ 6	ДЕНЬ 7	ДЕНЬ 8	ДЕНЬ 9	ДЕНЬ 10
<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙
ДЕНЬ 11	ДЕНЬ 12	ДЕНЬ 13	ДЕНЬ 14	ДЕНЬ 15
<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙
ДЕНЬ 16	ДЕНЬ 17	ДЕНЬ 18	ДЕНЬ 19	ДЕНЬ 20
<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙
ДЕНЬ 21	ДЕНЬ 22	ДЕНЬ 23	ДЕНЬ 24	ДЕНЬ 25
<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙
ДЕНЬ 26	ДЕНЬ 27	ДЕНЬ 28	ДЕНЬ 29	ДЕНЬ 30
<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙	<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙
ДЕНЬ 31				
<input type="checkbox"/> ☀ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 🌙				

Ставь галочку каждый раз,
 когда чистишь зубы



БУ «Центр медицинской профилактики»
 Адрес: г. Ханты-Мансийск, ул. Карла Маркса, 34.
 Web-сайт: www.cmphmao.ru. Тел.: +7 (3467) 318-466
 2019 год

Как подготовить
 ребенка к приему
 врача-стоматолога

Советы родителям

Основное правило: ПОМНИТЕ, ЧТО РЕБЕНОК, ПЕРВЫЙ РАЗ ПРИШЕДШИЙ К СТОМАТОЛОГУ, НЕ БОИТСЯ ЛЕЧИТЬ ЗУБЫ!!! Он ещё ничего не знает о том, что его ожидает! В большинстве случаев свой страх ему передают родители, другие родственники и ровесники (если ребенок постарше).



Ни в коем случае не говорите ребенку «не бойся» (раз мама так говорит, значит, чего-то надо бояться), «болжно не будет» (мама так переживает - значит, может быть болжно), «будет не страшно», «ничего не будут делать, только посмотрят» (потом все-таки что-то делают — мама обманула).

Держите свои эмоции под контролем! Не передавайте свой страх ребенку — визит к стоматологу должен быть как само собой разумеющееся, необходимое.

Готовьте ребенка заранее, т. е. до похода в детскую стоматологическую поликлинику.

Так, малышу старше 4-х лет будет интересно послушать ваши истории из детства — как вы сами ходили лечить зубы, как мужественно сидели в кресле и не боялись ничего. Ведь вы хотели иметь здоровые и красивые зубки.

Игра в визит к стоматологу



С помощью игры научите ребенка не бояться процедуры. Например, если предстоит сверление, возьмите электрическую щетку и немного надавливайте на зубки — ребенок привыкнет к давлению. Наденьте при этом одноразовые перчатки — тогда дитя не испугается рук зубного врача, пусть сам наденет их. Поменяйтесь ролями, пусть ребенок станет врачом. Но игры такие заводите с его согласия.

Не употребляйте «страшных» слов: «укол» (лучше: тебе побрызгают водичку (лекарство), чтобы зуб замерз и не болел), «сверлить» (лучше: почистят грязь, уберут из зуба мусор, который оставил червячок), «бормашина» (лучше: специальная жужжащая щеточка с моторчиком).

Возможно, в клинике дарят детям подарки после лечения, уточните. Если нет, то заранее купите и незаметно для малыша передайте доктору или его ассистенту. Не нужен дорогой подарок, это может быть безделушка. Главное, что это ему подарит доктор и похвалит. Обязательно и сами похвалите малыша, расскажите дома родственникам: как он хорошо себя вел, помогал доктору лечить зубик.



Похвала

Говорите ребенку, что он так силен и смел, что вылечить зуб для него — легкое дело. Как бы он ни вел себя во время лечения или удаления, надо сказать хорошие слова в конце.



Тщательный выбор специалиста — от этого многое зависит. Из-за одного неудачного похода боязнь стоматолога может остаться навсегда! Возьмите с собой любимую игрушку. Пусть ребенок поиграет с персоналом.