

دندان‌پزشکی و ترس کودکان



پرسش:

فرزندم از دندان‌پزشکی وحشت دارد و به هیچ‌وجه حاضر نیست نزد دکتر بیاید. چه‌طور می‌توانم به او کمک کنم تا بر ترس خود غلبه کند؟

پاسخ:

وقتی بچه‌ای در کودکی به‌زور و به‌دنبال دندان‌درد، به مطب دندان‌پزشکی می‌رود و او را مجبور می‌کنند تا روی یونیت دندان‌پزشکی بنشینند، حتی اگر درمان درنهایت نتیجه مثبتی هم داشته باشد، خاطره‌ی بد این درمان، برای او باقی می‌ماند و می‌تواند در آینده به‌شدت دردرساز شود. یعنی این ترس باقی بماند و در بزرگسالی هم آن فرد از دندان‌پزشکی بترسد. در چنین مواقعی، یک اصل کلی را فراموش نکنید که «چاره‌ای نیست مگر این‌که وضعیت‌های ناخوشایند را با شرایط خوشایندتری همراه کنید تا در این‌صورت، تحمل موقعیت دشوار برای فرزندتان آسان‌تر شود.»

گاهی پیش می‌آید که متخصصان اطفال، یک یا دو جلسه بدون انجام هیچ کار دندان‌پزشکی، فقط با کودک صحبت کرده و با او ارتباط برقرار می‌کنند. در این موارد اگر ارتباط صحیح و مناسبی با کودک برقرار شود، او بسیار ساده‌تر درمان را می‌پذیرد و دیگر خاطره‌ی بدی در ذهنش باقی نخواهد ماند. بهترین راه برقراری این ارتباط، صحبت کردن با کودک و گوش دادن به مشکل‌های اوست. باید درمان را برای او تشریح کرده و تا وقتی به‌طور کامل بی‌حس نشده، نباید برایش کار کرد. اما پیشنهاد من این است که در این مورد خاص، به‌عنوان مثال می‌توانید او را با یکی از دوستانش که بیشتر با او صمیمی است، به مطب دکتر ببرید؛ ضمن آن‌که به‌نحوی برنامه‌ریزی کنید که پس از دیدار با پزشک، آنان را به مکانی که دوست دارند برای تفریح و بازی به آن‌جا برونند، ببرید.

ابتکار دیگری که می‌توانید در این‌باره انجام دهید، همراه بردن یک موسیقی مورد علاقه‌ی اوست تا بتواند هنگامی که پزشک مشغول معالجه است با هدفون به آن گوش دهد.

به این ترتیب، لذت موسیقی و احساس خوشایند همراه بودن با یک دوست مورد علاقه و نیز فکر رفتن به یک مکان جالب باعث می‌شود که به فرزندتان احساس بهتری ببخشید و خاطره‌ی بد رفتن به دندان‌پزشکی برای او با خاطره‌های خوب همراه شود. درضمن فراموش نکنید که او را به‌طور حتم برای شجاعتش و غلبه بر ترس، ستایش کنید. در این‌صورت، مطمئن هستیم که جلسه‌های بعدی را با رغبت بیشتری خواهد پذیرفت.