

## Посещение стоматолога

---

### **Рекомендации при посещении стоматолога для детей с расстройствами аутистического спектра:**

Посещение стоматолога может вызвать сильный стресс и являться тяжёлым опытом как для ребёнка с расстройством аутистического спектра, так и для его родителя или опекуна. Ниже приведены некоторые рекомендации, которые помогут сделать визит к стоматологу минимально травматичным для всех сторон (как для ребёнка, так и для его родителей и врача). Соблюдая данные рекомендации следует исходить из индивидуальных особенностей конкретного ребёнка с расстройством аутистического спектра и его способности понимать, когда ему что-либо объясняют.

### **ПОЧЕМУ ДЕТЯМ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА НЕ НРАВИТСЯ У СТОМАТОЛОГА?**

- Они не понимают цель посещения стоматолога – важности сохранения здоровых зубов и дёсен. «Зачем нужно идти к человеку в белом халате, который положит меня в кресло, посмотрит мне в рот и будет использовать странные инструменты? А в это время большая и яркая лампа будет светить мне в лицо.» – думают они.
- У них присутствует сенсорная гиперчувствительность. Это, наверно, самая главная причина, почему детям не нравится у стоматолога, и она может вызвать очень сильное волнение ребёнка. Больше всего проблем вызывает тактильная чувствительность и чувствительность к звукам. Поскольку рот – это очень чувствительная область тела, то ощущение холодного стоматологического инструмента во рту может быть болезненным и мучительным. Жужжание стоматологического микромотора и шум слюноотсоса также могут стать причиной болезненных ощущений. Также дети могут тяжело переносить специфический запах стоматологического кабинета. Часто у детей не получается глотать, если палец стоматолога находится у них во рту. Из-за своей консистенции ватные тампоны за щекой тоже могут вызывать неприятные ощущения. Также обязательно необходимо заранее проверить, не вызывают ли стресс у ребёнка свойственные самому стоматологу черты (цвет одежды, духи, борода и прочее).

- Их личное пространство маленькое. Стоматологи – одни из тех специалистов, которые вторгаются в личное пространство пациента, и такая излишняя близость может вызвать беспокойство у ребёнка с аутизмом, особенно в том случае, если ребёнок не понимает, что такая «близость» необходима для лечения зубов.

### **Приготовления к посещению стоматолога**

Если у семьи раньше имелся негативный опыт посещения стоматолога, обычно взрослые оставляют подготовительную беседу с ребёнком на последнюю минуту (беседуют с ребёнком уже в день посещения стоматолога). Из-за этого поведение ребёнка с расстройством аутистического спектра может также измениться в негативную сторону. Лучше не оставлять разъяснительную беседу на последний момент, потому что детям с неполным представлением о течении времени может быть трудно сразу понять о чём была беседа. Во время подготовительной беседы можно использовать визуальные вспомогательные средства: например, календарь, план действий из пиктограмм и прочее. Перед первым визитом к стоматологу было бы полезно познакомиться с медицинским персоналом и кабинетом врача, показать ребёнку стоматологические инструменты и объяснить для чего они нужны. Несомненно очень важно объяснить стоматологу и его команде особенности конкретного ребёнка и те проблемы, которые могут возникнуть в связи с этим. Осведомлённый медицинский персонал мог бы внести соответствующие коррективы в свою работу. Посещение стоматолога желательно запланировать на начало или конец рабочего дня. Также можно зарезервировать время на два приёма подряд для того, чтобы у специалиста было достаточно времени и он не торопился.

### **Социальные истории**

Составление социальных историй и их использование на практике – очень действенный способ для того, чтобы объяснить детям с расстройствами аутистического спектра причины посещения стоматолога и то, как необходимо вести себя при этом. Такие истории можно составить самим исходя из способностей ребёнка.

### **Визуальные вспомогательные средства**

Полезно объяснить ребёнку с помощью пиктограмм, из каких действий состоит визит к стоматологу. С помощью пиктограмм вы сможете разъяснить, из каких

этапов состоит посещение стоматолога и какова их последовательность, таким образом ребёнок будет заранее знать, что за чем следует. При необходимости в конце плана действий можно добавить пиктограмму, обозначающую следующий визит к стоматологу.

## **Время**

Для того, чтобы ребёнок с расстройством аутистического спектра понимал границы времени при посещении стоматолога, можно использовать различные таймеры. Использование песочных часов, таймера на телефоне, обычного бытового таймера или других подобных устройств помогает ребёнку лучше понять опыт посещения стоматолога и справиться с ним.

## **Другие вспомогательные средства**

При необходимости используйте все те вспомогательные средства, которые помогут ребёнку справиться с опытом посещения стоматолога и помогут уменьшить стресс. Такими средствами могут быть прослушивание приятной музыки через наушники, наличие защитной вещи (игрушки) в руках и прочее. Попросите у стоматолога защитные очки, сегодня они имеются в наличии в каждом стоматологическом кабинете и предназначены для пациентов. Разъяснения и беседа с ребёнком, а также использование бонусов (поощрение) могут также являться полезными вспомогательными средствами, чтобы помочь ребёнку справиться с чувством неудобства и беспокойством. В подготовительной и разъяснительной работе можно задействовать самых близких и надёжных для ребёнка людей, например, учителей, руководителей, опорное лицо и других. Если ватные тампоны за щекой неприятны ребёнку, то чтобы потренироваться, можно попробовать подержать их за щекой заранее, в более спокойной обстановке. Индивидуальные особенности конкретного ребёнка с расстройством аутистического спектра можно также использовать, чтобы помочь ему преодолеть страхи и справиться со своей реакцией во время посещения стоматолога. Например, если стоматолог будет знать, что ребёнок интересуется футболом, то эту тему можно будет использовать для того, чтобы снять чувство страха. Если ребёнок возьмёт с собой личную зубную щётку к стоматологу, возможно это станет хорошей возможностью для того, чтобы он открыл рот и дал осмотреть свои зубы. Своя зубная щётка может дать ребёнку необходимое чувство защищённости.

### **Лечение зубов под общим наркозом**

Если посещение стоматолога вызывает у ребёнка очень сильное волнение, так что необходимое лечение зубов не представляется возможным, следует проконсультироваться с врачом и при необходимости произвести лечение зубов под общим наркозом.