

HAMBAARSTI KÜLASTAMINE

Soovitused autismispektri häirega lastega hambaarsti külastamiseks

Hambaarsti külastamine võib olla väga stressirohke ja keeruline kogemus nii autismispektri häirega lapsele kui ka tema vanemale või hooldajale. Alljärgnevast materjalist leiata mõningaid soovitusi, et see kogemus oleks võimalikult vähem traumeeriv kõigile osapooltele.

Juhendmaterjalide kasutamisel tuleks lähtuda autismispektri häirega lapse individuaalsetest eripäradest ja võimest aru saada selgitustest.

MIKS EI MEELDI AUTISMISPEKTRI HÄIREGA LASTELE HAMBAARSTI JUURES?

- Nad ei saa aru külastuse eesmärgist – tervete hammaste ja igemete tähtsusest.

Miks peaks minema valge kitliga inimese juurde, kes paneb mind lamama toolile, vaatab minu suhu ja kasutab imelikke instrumente? Samal ajal paistab mu näkku suur ja hele lamp.

- Nad on sensoorselt ülitundlikud.

Tõenäoliselt kõige olulisem põhjus ja võib kutsuda esile väga tugevat ärevust. Kõige rohkem probleeme põhjustavad puuetundlikkus ja kuulmistundlikkus. Kuna suu on väga tundlik piirkond, siis võib külma instrumendi suhupanemine olla valulik ja piinav. Hambapuuri ja süljeimuri surin ja puhastusinstrumentide hääled võivad samuti põhjustada valutunnet. Ka hambaravikabineti spetsiifiline lõhn võib olla väga raske taluda. Tihti ei saa nad hakkama neelamisega, kui samal ajal on hambaarsti sõrm nende suus. Ka vatitampoonid põses võivad olla konsistentsilt ebameeldivad.

Kindlasti peaks eelnevalt kontrollima ka, et hambaarstile endale iseloomulikud tunnused ei oleks stressi tekitavad (riiete värv, lõhnaõli, habe jms)

- Nende isiklik ruum on väike.

Kuna hambaarstid on ühed neist spetsialistidest, kes tungivad igaühe isiklikku ruumi, siis võib see liigne lähedus tekitada ärevust. Eriti kui ei saa aru, et selline lähedus on vajalik hammaste ravimiseks.

Ettevalmistus

Kui perel on varem olnud negatiivseid kogemusi, siis jäetakse selgitustööd kas viimasele minutile või isegi hambaarsti külastuspäevale. Ka sellisel juhul võib muutuda autismispektri häirega lapse käitumine. Parem on mitte jätta selgitustööd viimasele hetkele, sest sellest arusaamine võib olla raske nende laste puhul, kelle

arusaam ajast on puudulik. Tegevuse selgitamiseks võib kasutada ka visuaalseid abivahendeid, nt kalender, piktogrammidest tegevuskava vms.

Enne esimest hambaarsti külastust võib olla kasulik, kui saate käia tutvumas tema meeskonna ja ruumidega ning näidata töövahendeid ja selgitada nende ülesandeid.

Kindlasti on oluline selgitada ka hambaarstile ja tema meeskonnale konkreetse lapse eripärasid ning milliseid probleeme võib tema puhul ette tulla, et ka nemad oleksid teadlikud ja saaksid teha kohandusi oma töös.

Hambaarsti külastus võiks olla päeva esimene või viimane tegevus ja samuti võiks reserveerida kahekordse külastusaja, et jätta hambaarstile piisavalt aega ning mitte kiirustada.

Hammaste regulaarne kontrollimine ja hambaarsti külastamine on vajalikud kõigile lastele. Autismispektri häirega lastega on regulaarne külastus oluline ka harjutamise mõttes, et hilisema hambaravi vajaduse korral oleks lapsega vajalik eeltöö tehtud.

Sotsiaalsed lood

Sotsiaalsete lugude koostamine ja kasutamine on väga tõhus viis hambaarsti külastamise ja selle põhjuste selgitamiseks autismispektri häirega lastele. Neid lugusid võib ise koostada vastavalt lapse võimekusele.

Visuaalsed abivahendid

Kasulik võib olla piktogrammide abil selgitamine, millistest tegevustest koosneb hambaarsti juures käimine. Piktogrammide abil saate selgitada, millistest etappidest see koosneb ja mis tuleb järgmisena, et tegevused oleksid ette teada. Vajadusel võite lisada lõppu piktogrammi järgmise hambaarsti külastuse kohta.

Aeg

Võib kasutada erinevaid taimereid, et autismispektri häirega laps teadvustaks külastuse ajapiire. Liivakella, telefonitimeri, ajatimeri jms kasutamine aitavad lapsel aru saada kogemusest ja sellega paremini toime tulla.

Muud abivahendid

Kasutage vajadusel neid vahendeid, mis aitavad lapsel toime tulla ja stressi vähendada. Nendeks võivad olla meeldiva muusika kuulamine läbi kõrvaklappide, oma turvaeseme hoidmine vms.

Küsige hambaarsti juures kaitseprille, tänapäeval on need igas hambaravikabinetis olemas ka patsiendi jaoks.

Selgitamine ja rääkimine ning boonuste kasutamine (premeerimine) võivad olla samuti kasulikeks abivahenditeks, et aidata ebamugavustunde ja ärevusega toime tulla.

Ettevalmistus- ja selgitustöösse võiks kaasata ka lapsele kõige lähemaid ja turvalisemaid inimesi, nt õpetajad, tegevusjuhendajad, tugiisikud jne.

Kui vatitampoonid põses on lapsele ebameeldivad, siis võiks nende suus hoidmist proovida varem lapse jaoks rahulikus situatsioonis, et teda sellega harjutada.

Ka autismspektri häirega lapse erihuvide kasutamine võib olla abiks, et aidata ületada hirme ja toime tulla reaktsioonidega. Kui hambaarst on teadlik lapse huvist nt jalgpalli vastu, siis saab seda teemat kasutada, et hirme maha võtta.

Lapse isikliku hambaharja kaasavõtmine hambaarsti juurde võib olla heaks võimaluseks, et ta avaks suus ja laseks kontrollida hambaid, see võib anda vajaliku turvatunde.

Hambaravi narkoosiga

Kui hambaarsti külastamine on niivõrd ärevusttekitav, et pole võimalik vajalikku ravi ette võtta, siis tuleks arstiga konsulteerida ja vajadusel teostada hambaravi üldnarkoosiga.

Hambaarsti soovitus lapsevanemale:

Ärge hoiatage last ette, et ega arst haiget ei tee või ega ta ei tee eriti midagi – tegelikult teeb ju paratamatult veidi (või ka rohkem) haiget. Hiljem on lapsele väga raske selgitada ja teda uuesti arsti juurde saada.