

Zęby mleczne wymagają odpowiedniej higieny i kontroli dentystycznych. Należy je utrzymać w jak najlepszym stanie, aż do ich naturalnej wymiany. Jest to bardzo ważne dla dobra późniejszego, uzębienia stałego. Jeśli zastanawiasz się kiedy po raz pierwszy zabrać swoje dziecko do stomatologa podpowiadamy. Dr Kamila Wasiluk, ortodontka z warszawskiej kliniki L'experta, autorka bloga Mama Ortodonta tłumaczy, że podczas kontroli mały pacjent oswaja się z gabinetem i dentystą, a dla opiekunów jest to moment na rozmowę z lekarzem, który powinien wyjaśnić im kwestie związane z uzębieniem mlecznym.

Dziecko pierwszy raz u dentysty powinno pojawić się między 6 a 12 miesiącem życia kiedy pojawiają się u niego pierwsze zęby mleczne. Jest to tzw. wizyta adaptacyjna. Jak podkreśla dr Kamila Wasiluk, ortodontka z warszawskiej kliniki L'experta, autorka bloga Mama Ortodonta jest to odpowiedni moment, wcale nie za wczesny, aby skontrolować stan jamy ustnej malucha i nauczyć rodziców odpowiedniej profilaktyki. - *Niektórych może zdziwić tak wczesny okres, przecież dziecku wtedy zaczynają wyrzynąć się dopiero pierwsze ząbki. Jednak właściwe dbanie o zdrowie zębów mlecznych i unikanie ich przedwczesnej utraty jest niezbędne i kluczowe również dla zdrowia zębów stałych oraz prawidłowego rozwoju zgryzu. O higienę jamy ustnej dziecka powinniśmy dbać od jego narodzin, zęby myć pastą i szczoteczką już od pierwszego ząbka oraz zgłaszać się na wizyty kontrolne od momentu wyrzynania się pierwszych mleczaków – tłumaczy specjalistka.*

Dlaczego należy odbywać wczesne wizyty kontrolne u stomatologa

Stomatolog na pierwszych, wczesnych wizytach kontrolnych sprawdza, czy rozwój uzębienia mlecznego u dziecka przebiega prawidłowo, ocenia m.in. stan szkliwa, a przede wszystkim wyjaśnia rodzicom wszelkie kwestie dotyczące kolejności wyrzynania zębów, profilaktyki próchnicy i wad zgryzu, higieny a także diety sprzyjającej zębom malucha. Taka wizyta ma głównie na celu rozmowę rodzica z dentystą. To jest moment na to, aby uzyskać fachową wiedzę od specjalisty.

Badanie na pierwszej wizycie u stomatologa jest krótkie, ale jest również bardzo istotne. Dentysta jest w stanie wychwycić początki próchnicy na bardzo wczesnym etapie, kiedy rodzic sam może jeszcze jej nie zauważać. Dr Kamila Wasiluk tłumaczy, że u niemowląt może pojawić się tzw. próchnica butelkowa, która ma duży związek ze sposobem karmienia dziecka. - *Jeśli na przykład maluch zasypia z butelką w buzi lub wybudza się w nocy i pije modyfikowane mleko albo co gorsze słodkie herbatki, to takie zachowania mogą prowadzić do gwałtownego rozwoju próchnicy. W takim wypadku konieczne jest jak najszybsze leczenie ząbków objętych próchnicą – wyjaśnia lekarka.*

Stomatolożka podkreśla, że regularne wizyty kontrolne od wczesnego dzieciństwa u dentysty mają jeszcze inne bardzo ważne funkcje – adaptacyjną i wychowawczą. - *W ten sposób nie tylko dbamy o zdrowie zębów i jamy ustnej dziecka, ale również przyzwyczajamy je do wizyt w gabinecie stomatologicznym. Uczy się więc ono, że tak jak powinniśmy wykonywać regularne badania okresowe, tak samo profilaktycznie powinniśmy kontrolować stan jamy ustnej u stomatologa. Najgorsza sytuacja, jaka może się zdarzyć to pierwsza wizyta malucha u dentysty z powodu bólu zęba. Nietrudno sobie wyobrazić, jaką traumę może przeżyć dziecko, u którego lekarz będzie musiał leczyć lub co gorsze usuwać bolący ząb. Bardzo ważna jest również postawa opiekunów, którzy nawet jeśli mają własne negatywne doświadczenia i złe skojarzenia ze stomatologiem, nie powinni zrażać i straszyć nim dzieci. Nie powinni one nigdy usłyszeć pytań o to, czy boją się wizyty lub czy w jej trakcie ich coś bolało. Takie zwroty niepotrzebnie wzbudzają w dzieciach lęk i niepokój – przestrzega dr Kamila Wasiluk.*

Jak wygląda pierwsza wizyta u dentysty?

Ocena stanu zdrowia jamy ustnej u małego dziecka trwa chwilę. Dziecko może siedzieć na kolanach u rodzica. Lekarz zagląda do jego jamy ustnej, ogląda zęby, dziąsła, sprawdza wędzidełka wargowe i podjęzykowe.

Pierwsza wizyta powinna być głównie poświęcona na rozmowę. Stomatolog powinien poinstruować nas jak prawidłowo dbać o zęby dziecka, jakiej szczoteczki i pasty używać (dla wielu rodziców

zaskakujące jest to, że stosujemy je już od pierwszego ząbka.) Lekarz powinien również rozwiązać wątpliwości rodziców w kwestii stosowania past z fluorem. Polskie Towarzystwo Stomatologii Dziecięcej zaleca, aby pasta dla dzieci między 6. a 36. miesiącem życia zawierała 1000 ppm fluoru i powinna być ona stosowana w śladowej ilości. W trakcie pierwszej wizyty dentysta powinien więc pokazać rodzicowi, jaką dokładnie ilość pasty nakładamy.

Rozmowa powinna obejmować również temat diety dziecka. Stomatolog powinien wyjaśnić, co powinno ono jeść, i jakich produktów unikać, aby zęby malucha były zdrowe, a zgryz prawidłowo się rozwijał. W profilaktyce próchnicy wiele zależy od odpowiedniego żywienia. Dr Kamila Wasiluk twierdzi, że bardzo ważne jest to zwłaszcza u małych dzieci, u których dopiero pojawiają się pierwsze bardzo delikatne zęby mleczne. - *Kiedy zaczynamy rozszerzać niemowlakowi dietę, zupełnie niepotrzebne są mu słodkie soki czy herbatki, zwłaszcza podawane nocą. W wieku przedszkolnym, gdy dziecko już dobrze gryzie, bardzo dobre w ramach przekąski są twarde owoce i warzywa, które nie tylko są zdrowe, ale również wspomagają mechaniczne oczyszczanie zębów i wpływają na prawidłowy rozwój szczęk. Ograniczamy za to węglowodany proste, czyli słodyczne, białe pieczywo, soki oraz wszelkiego typu ciągnące i oblepiające zęby produkty, które zalegają na nich bardzo długo.* -

Rodzic może również porozmawiać z dentystą o wpływie długiego karmienia piersią na zdrowie zębów jej dziecka. - *Cześć stomatologów jest przeciwnych nocnemu karmieniu piersią po ukończeniu 1 r.ż. przez dziecko. Ja jednak uważam, że do każdego przypadku należy podejść indywidualnie. Jeśli maluch ma zdrowe zęby i ryzyko wystąpienia próchnicy oceniane jest, jako bardzo niskie moim zdaniem nie ma powodu do odstawiania dziecka od nocnego karmienia piersią pod warunkiem, że równocześnie dbamy o dobrą, zdrową dietę i perfekcyjną higienę jamy ustnej – przedstawia swoje stanowisko lekarka.*

Rozmowa na temat diety powinna obejmować również temat nauki gryzienia i prawidłowego połykania. Lekarz stomatolog podczas pierwszej wizyty powinien omówić z rodzicem, jeśli zachodzi taka potrzeba kwestię nawyków dziecka, a więc używania smoczka, czy też ssania palca. Te tematy są bardzo ważne z punktu widzenia profilaktyki wad zgryzu i nauki prawidłowej wymowy.

Jak często powinny odbywać się wizyty kontrolne?

Na pierwszej wizycie dentysta powinien wyznaczyć termin kolejnej wizyty kontrolnej, która zwykle odbywają się co 3-6 miesięcy.