



UŚMIECHNIJ
MI SIĘ® JUNIOR

TWOJA PIĘRWSZA WIZYTA

Witaj!

Słyszeliśmy, że przed Wami pierwsza wizyta u dentysty. Niezmiernie się cieszymy i przesyłamy kilka rad dla Ciebie rodzicu i Twojej pociechy, które pozwolą sprawić Wam wejść i wyjść z placówki z uśmiechem na twarzy!

Przygotuj się

Mamy dla Was kilka propozycji, które wdrożone przed wizytą sprawią, że będzie to spotkanie w trakcie którego uśmiech na twarzy nie zniknie:

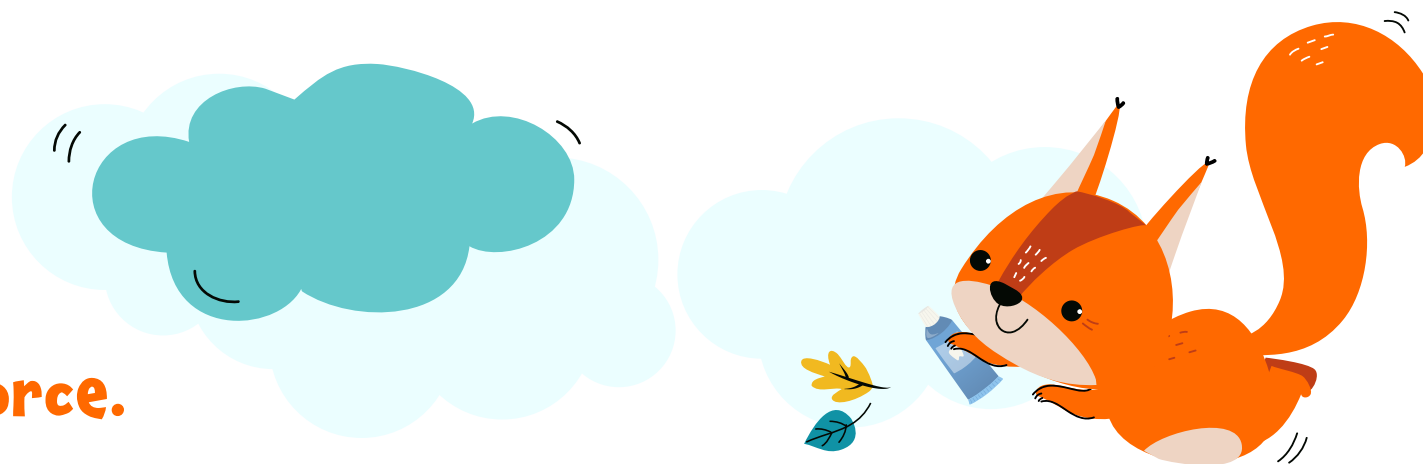
- 🌸 Opisz dziecku, na czym polega wizyta u dentysty, pobawcie się w „gabinet stomatologa” – **odgrywajcie rolę dentysty i pacjenta**, możecie wtedy poćwiczyć otwieranie buzi, sprawdzić, jakie to uczucie kiedy ktoś palcem w rękawiczce dotyka jamy ustnej, itp.
- 🌸 **Bawcie się** przy tym świetnie, pozytywne nastawienie to podstawa!
- 🌸 **Nigdy nie okłamuj dziecka**, nie ukrywaj przed dzieckiem wizyty, nie używaj zwrotów typu „nic nie będzie bolało”, „nic nie poczujesz”, „nie bój się” – jeśli okaże się inaczej, dziecko może być już nieufne. Co więcej, takie sformułowania wzbudzają w dziecku podejrzenia i skutkują jeszcze większym napięciem.



UŚMIECHNIJ
MI SIĘ® JUNIOR

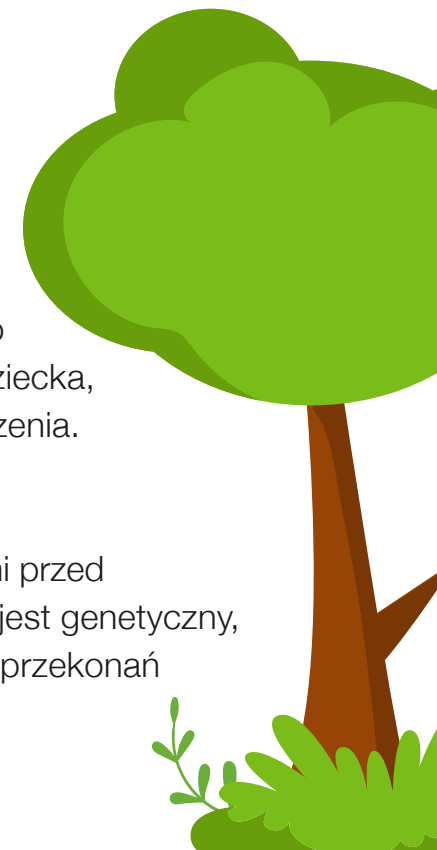
Buduj relacje i twórz dobre wzorce.

- 🌸 Pójdź z dzieckiem na wizytę adaptacyjną do stomatologa. Wówczas mały pacjent ma szansę zaznajomić się jak działa sprzęt medyczny. **Uczyńcie z tej wizyty przygodę**, nie gorszą niż wyjście do kina czy zoo.
- 🌸 Nie obiecuj prezentu w zamian za spokój podczas wizyty. **Dobrze jest chodzić do dentysty**, bo dobrze jest dbać o swoje zdrowie. Nie chcesz uczyć dziecka, że trzeba odwiedzać gabinet, by dostać nową zabawkę czy smakołyk. Po wizycie zaplanujcie razem coś przyjemnego – zagrajcie w planszówkę, idźcie razem na spacer lub poczytajcie książkę. Perspektywa miłego spędzania czasu sprzyja współpracy i pomaga w budowaniu dobrych skojarzeń.



Bądź wsparciem i dobrym przykładem

- 🌸 **Pamiętaj**, niedopuszczalne jest straszenie dziecka dentystą – „jak nie będziesz myć zębów to ci dentysta będzie musiał wiercić zęby albo go wyrwać”. W takim schemacie lekarzowi będzie ciężko zdobyć jakiegokolwiek zaufanie do dziecka, które jest kluczowe w procesie leczenia.
- 🌸 **Dawaj dobry przykład!** Nie zarażaj dziecka własnymi lękami przed leczeniem. Lęk przed dentystą nie jest genetyczny, buduje się na bazie doświadczeń i przekonań często zasłyszanych od dorosłych.





UŚMIECHNIJ
MI SIĘ® JUNIOR



Higiena jest ważna

WAŻNO PAMIĘTAĆ

- ✿ Spraw, aby Twoje dziecko miło kojarzyło wizytę u dentysty. Przed pierwszą wizytą warto puścić dziecku bajkę np. "Peppa Dentysta".
- ✿ Najważniejsze, aby pierwsza wizyta nie była związana z dolegliwościami bólowymi.
- ✿ Dotrzymujemy obietnic!
Jeśli obiecaliśmy dziecku, że będą tylko oglądane ząbki to tak robimy, a robaczka wygonimy na kolejnej wizycie.

- ✿ Pamiętaj, aby kontrolować i pomagać w higienie jamy ustnej dziecka do co najmniej 10 roku życia. Aby ułatwić proces nauki mycia zębów, zaleca się stosowanie środków wybarwiających płytkę dostosowanych do wieku (np. pasta edukacyjna czy płyn wybarwiający płytkę nazębną).
- ✿ Istotna w utrzymaniu prawidłowej higieny jamy ustnej jest dieta. Najważniejsze, aby po wieczornym myciu ząbków dziecko nie spożywało żadnych pokarmów, ani nie piło napojów słodzonych (dotyczy również wody smakowej, osładzania miodem, cukrem itp.).

Po myciu zębów dziecko w nocy może pić wyłącznie czystą wodę.





UŚMIECHNIJ
MI SIĘ® JUNIOR



Jak należy myć zęby:



- 🌸 Wyciśnij pastę na szczoteczkę.
- 🌸 Ruchem zmiatającym umyj zęby i dziąsła.
- 🌸 Okrężnymi ruchami delikatnie szczotkuj zęby.
- 🌸 Pamiętaj o języku!
- 🌸 Wypłucz dokładnie jamę ustną!

Harmonogram codziennego mycia zębów

	RANO	WIECZOREM
Poniedziałek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wtorek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Środa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Czwartek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Piątek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sobota	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Niedziela	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





UŚMIECHNIJ
MI SIĘ® JUNIOR

Drogi rodzicu

Przed Waszą wspólną pierwszą wizytą u ortodonta postaraj się jako rodzic wytłumaczyć swojemu dziecku, że wizyta ta będzie polegać na sprawdzeniu tego, czy jego języczek dobrze się rusza, czy ma taką dużą paszczę jak lew, który może pomieścić wszystkie ząbki i czy ma zawsze zamkniętą buzię jak w trakcie nurkowania na basenie.

Więcej informacji:

ul. Sadowa 67
32-600 Oświęcim
+48 33 476 00 00
oswiecim@usmiechnijmisie.pl

Twoje spotkanie z ortodontą

WAŻNE!

Proszę, abyś jako rodzic uszanował czas, który pragniemy poświęcić Twojemu dziecku. Na wszelkie pytania dotyczące wady i przebiegu leczenia odpowiemy przy biurku kiedy twoja pociecha może zająć się rysowaniem.

Pragniemy, aby na wizycie młody człowiek czuł, że jesteśmy cali dla niego a jego sprawy są dla NAS ważne. Z tego powodu, nie zwracaj mu uwagi jak mówi, co jadł dziś na obiad, że jedzie po wizycie do babci czy opowiada coś ze swojego dnia — dla nas jest to niezmiernie ważny aspekt umożliwiający zdobycie zaufania i wytworzenia więzi z dzieckiem, która jest nieoceniona w procesie leczenia!

ul. Piekarska 6
43-600 Jaworzno
+48 32 111 90 90
jaworzno@usmiechnijmisie.pl