Успех первого визита ребенка к стоматологу очень важен. И здесь многое зависит от поведения самих родителей. Мы дадим несколько советов, как подготовить ребенка к посещению детского стоматолога и как правильно вести себя самим.

 **Вы помните свой детский страх перед кабинетом стоматолога**, перед всеми этими страшными устройствами, перед врачами и, конечно, перед БОЛЬЮ? Знакомое чувство? **А теперь забудьте о нем!** Сделайте это ради своего ребенка, ведь дети могут почувствовать ваш страх и начнут бояться.

***Вы можете внушить ребенку, что посещение стоматолога - это не страшно и не больно, а весело и увлекательно. Чтобы все получилось, нужно самому поверить в это, тогда и ребенок поверит*!**

 **Не запускайте ситуацию с лечением**! *Лучше вылечить зубки до боли, чем доводить дело до страданий и слез.* Тогда кабинет врача перестанет ассоциироваться с болью и страхом.

**Заинтересуйте ребенка предстоящим мероприятием, но не обманывайте его**! Убедите малыша в том, что всё, что ему будут делать во рту, здорово и полезно! Можно «отрепетировать» предстоящее общение с врачом дома. Поиграйте с ним в доктора, покажите, как надо войти в кабинет, сесть в кресло, открыть рот и подержать его открытым. Возьмите на себя роль врача, поздоровайтесь, усадите в кресло, посмотрите зубки, почистите детской щеткой.

**Желательно организовать ребенку посещение клиники «для знакомства».** Врач лишь побеседует с ребенком, посмотрит «сколько зубиков выросло», установит доверительные дружеские отношения и договорится с ребенком, что он придет еще раз показать зубки. *Чем меньше непонятного и непривычного встретит ребенок при посещении кабинета, тем увереннее он будет себя чувствовать*.

Готовить ребенка к визиту нужно за 1-2 дня до приема, чтобы он не успел забеспокоиться или услышать «страшные истории» от сверстников. Собираясь к стоматологу, не акцентируйте на этом внимание. Визит к врачу должен быть обычным, ничем не выдающимся событием. Не говорите ребенку, чтобы он «не боялся», или что «будет не больно». Он еще не знает, что можно чего-то бояться у стоматолога, пока вы ему не сказали.

Перед лечением не стоит произносить такие напутственные слова, как «не бойся» - это значит «будет страшно», «немного потерпи» — придется терпеть, «тебе будет не больно» — значит, может быть больно!

Обойдитесь без подробных рассказов о том, что конкретно ему будут делать. Ребенок ничего не поймет, а только испугается.

Не говорите, что врач ничего не будет делать: ребенок поймет, что его обманули, и перестанет вам доверять. Можно сказать ребенку, что доктор «посмотрит, как ты почистил зубки, посчитает их, подкормит витаминами».

Если врач разрешил вам присутствовать на приеме, ведите себя правильно: во время беседы врача с ребенком не вмешивайтесь, не отвечайте на вопросы за ребенка, не комментируйте действия врача, станьте «невидимкой». Ребенок не может фиксировать внимание сразу на двух взрослых. Врач должен полностью переключить его внимание на себя, чтобы установить психологический контакт. Не мешайте!

 После каждого посещения стоматолога хвалите, поощряйте ребенка подарками. Так у него выработается положительная мотивация.

Соблюдая эти простые рекомендации, вы избавите себя от стресса, а ребенка от панического страха перед стоматологом, а походы к «зубному» превратятся и для ребенка и для вас в приятную обязанность.

Мы желаем вам и вашим

детям здоровых и

белоснежных улыбок!

**Учреждение здравоохранения**

**«17-я городская детская клиническая**

**поликлиника»**

**Первый визит**

**ребенка**

**к стоматологу**

**г. Минск**

**Автор: Шинкевич А.И., врач-стоматолог детский**

**Редактор: Палазник И.А.,**

**врач по медицинской профилактике**

**Компьютерная верстка и оформление: Палазник И.А.**

**Ответственный за выпуск:**

**Слайковская Л.А., главный врач**