

为孩子接受牙齿护理 作准备

“(苏格兰)为病童作出行动”
和家长、照护者及专业人士合作
帮助有病的儿童及年轻人满足他们在健康照护上的需要

为孩子接受牙齿护理作准备

为什么要为孩子做准备？

如果儿童及年轻人在医疗及牙齿方面能够预知有关的护理程序及方法，他们在情绪上会应付得较好。因此“(苏格兰)为病童作出行动”[Action for Sick Children(Scotland)] 建议家长/照护者及健康照护的专业人士应该利用儿童容易明白的语言、玩具、书籍和其它资源 协助儿童了解及准备牙齿的检查程序及护理，记住要考虑儿童的年龄及理解程度。

家长/照护者可以做些什么？

- 告诉孩子预期的事情，如果孩子需要牙齿护理的话，问他们牙齿护理会做些什么，用孩子能够理解的方法和与他们分享信息，可计划在护理治疗后给他们一些特定的奖赏，让他们有所期待。
- 在护理治疗之前带孩子探访牙医诊所或医院，让他们提问问题。有些孩子可能从故事或电视节目里对牙医诊所或医院产生恐惧，预先亲身探访可以让他们在接受护理治疗之前消除恐惧的心理。
- 如果护理治疗可能有痛楚的话，如实告诉他们。如果不这样做，当他们感到惊讶或痛苦时，你可能失去孩子对你的信任。有几本非常好的书籍是关于看牙医或去医院的，孩子的学校、幼儿游戏组、幼儿园或地方的图书馆可以帮助你寻找或借阅这些书籍。
- 帮助孩子学习好好的护理他们的口腔及牙齿，不要用‘去见牙医’或‘拔牙’作为孩子不照顾好牙齿的惩罚，这会令孩子害怕牙医。
- 要积极正面，不要将以前牙齿护理不好的经验传递给孩子从而增加他们的焦虑，牙科医学及在理解如何照护牙齿方面已有更好的发展。在婴孩长出第一颗牙齿之前就带他们去看牙医，作为整体健康的一个正常部分，这会帮助孩子习惯去牙医诊所、张开嘴巴及建立信任。

从哪里可以取得更多的信息？

要知道更多有关孩子牙齿护理的具体信息，请咨询你的牙医、牙科护士或浏览下列任何一个网站：

- <http://www.dentalhealth.org.uk>
- <http://www.scottishdental.org>
- <http://www.child-smile.org>

要知道更多有关帮助孩子适应痛楚或注射针的具体信息，请登入“(苏格兰)为病童作出行动”[Action for Sick Children(Scotland)] 的网站 www.ascscotland.org.uk，参看其中“父母信息概要说明书” (parent information fact-sheet)，或索取一份家长/照护者的牙齿信息套。