

Πως θα ξεπεράσουμε το φόβο για τον οδοντίατρο

Χωρίς υπερβολή ο βασικότερος λόγος που στις μέρες μας χαλάνε τα δόντια μας δεν είναι η τερηδόνα ή η ουλίτιδα αλλά ο φόβος για τον οδοντίατρο, που είναι πλέον αδικαιολόγητος. Οι περισσότεροι οδοντιατρικοί ασθενείς που προσέρχονται στο ιατρείο με έντονα οδοντοστοματολογικά προβλήματα παραδέχονται ότι έφτασαν σε αυτή την δυσάρεστη κατάσταση διότι κατά βάθος φοβόντουσαν να επισκεφτούν τον οδοντίατρο. Άλλοι ισχυρίζονται ότι απλώς ήταν θέμα αμέλειας, έλλειψης χρόνου ή οικονομικής δυσχέρειας, που του απέτρεπαν να επισκεφτούν τον οδοντίατρο. Μετά όμως από μια σύντομη συζήτηση μαζί τους και αυτοί παραδέχονται ότι μια δυσάρεστη οδοντιατρική εμπειρία που είχαν στο παρελθόν, πιθανότατα σε πολύ μικρή ηλικία, τους έκανε να φοβούνται να επισκεφτούν τον οδοντίατρο, μέχρι που ο πόνος τους ανάγκασε, να ζητήσουν την συνδρομή οδοντιάτρου. Αλλά ακόμα και όσοι δεν είχαν μια ιδιαίτερα επώδυνη εμπειρία στο παρελθόν στον οδοντίατρο, σίγουρα μπορούν να μεταφέρουν άλλες δυσάρεστες ιστορίες που έχουν ακούσει από γνωστούς και φίλους.

Είναι αλήθεια, ότι έως πρόσφατα οι οδοντιατρικές θεραπείες ήταν συχνά επώδυνες, διότι δεν χρησιμοποιούσαμε αναισθησία ή όταν γινόταν ήταν επώδυνη και συχνά δεν προκαλούσε πλήρη αναλγησία. Ο οδοντιατρικός τροχός ήταν τεράστιος και τράνταζε όλο το σώμα, οι περισσότερες θεραπείες ήταν αιματηρές και βίαιες και ο οδοντίατρος δεν είχε εκπαιδευτεί ώστε να προσεγγίσει και να βοηθήσει ψυχολογικά τον ασθενή. Στις μέρες μας όλα αυτά πλέον έχουν αλλάξει.

Ένα σύγχρονο οδοντιατρείο είναι κατάλληλα διαμορφωμένο ώστε από την πρώτη στιγμή να αισθάνεται πολύ άνετα ο ασθενής. **Σε όλες τις θεραπείες γίνεται αναισθησία** με εντελώς ανώδυνο τρόπο. Τα σύγχρονα οδοντιατρικά εργαλεία μας επιτρέπουν σε πολύ σύντομο χρόνο να ολοκληρώσουμε κάθε οδοντιατρική εργασία χωρίς να ενοχλείται καθόλου ο ασθενής. Οι οδοντίατροι πλέον κατά τη διάρκεια των σπουδών τους, έχουν εκπαιδευτεί να προσεγγίζουν σωστά ένα φοβισμένο οδοντιατρικό ασθενή και ειδικότερα τα παιδιά. Αν ένα παιδί προσέρχεται από πολύ μικρή, νηπιακή, ηλικία στον οδοντίατρο, με κατάλληλες προληπτικές και μόνο μεθόδους, μπορούμε να διατηρήσουμε σε άριστη κατάσταση την στοματική υγεία του παιδιού με προφανές διπλό όφελος. όταν θα μεγαλώσει θα έχουμε έναν ενήλικα με υγιή δόντια που δεν θα φοβάται καθόλου τον οδοντίατρο και με μεγάλη χαρά θα τον επισκέπτεται τακτικά, χωρίς να χρειάζεται να οδηγηθεί σε αυτόν από κάποιον έντονο οδοντικό πόνο.

Πέρα όμως από τον σύγχρονο οδοντιατρικό τεχνολογικό εξοπλισμό που στις μέρες μας διαθέτουμε, έχει αλλάξει ριζικά και η φιλοσοφία της οδοντιατρικής. Το πασίγνωστο δόγμα «πονάει δόντι βγάζει δόντι» έχει ξεπεραστεί οριστικά. **Στις μέρες μας η οδοντιατρική τόσο στα παιδιά όσο και στους ενήλικες κινείται καθαρά σε προληπτικό επίπεδο.** Κάνοντας συχνούς εξαμηνιαίους προληπτικούς ελέγχους και με τα σύγχρονα διαγνωστικά μέσα που έχουμε, μπορούμε πολύ έγκαιρα να εντοπίσουμε ένα οδοντοστοματολογικό πρόβλημα και πολύ εύκολα, γρήγορα, οικονομικά και χωρίς τον παραμικρό πόνο, να το αντιμετωπίσουμε.

Ας κάνουμε λοιπόν το πρώτο βήμα. **Ας εμπιστευτούμε τις δυνατότητες της σύγχρονης οδοντιατρικής** και ας βάλουμε στην άκρη τις αρνητικές εμπειρίες που είχαμε παλαιότερα ή μας έχουν από άλλους μεταφερθεί. Ας επισκεφτούμε τον οδοντίατρο μας για προληπτικό έλεγχο και όχι μόνο όταν πονάμε, για να διαπιστώσουμε και μόνοι μας πως όντως έχουν αλλάξει τα δεδομένα στην οδοντιατρική πρακτική και ότι **ο φόβος για τον οδοντίατρο ανήκει πλέον στο παρελθόν** .