



Γράφει
ο ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ
ΤΣΙΛΙΓΩΝΕΑΣ
Οδοντίατρος

Και ο φόβος σκοτώνει τα δόντια

Ανατριχιάζουμε και μόνο στην ιδέα της οδοντιατρικής καρέκλας. Ο φόβος του οδοντίατρου δεν είναι άγνωστος στους περισσότερους και αυτός ο φόβος είναι, πολλές φορές, πιο επικίνδυνος και από τις ίδιες τις παθήσεις των δοντιών μας και του στόματός μας. Από παιδιά, άλλωστε, ζούμε και μεγαλώνουμε με το φόβο αυτόν. Είναι όμως έτσι; Τα οδοντιατρεία δεν είναι πλέον αυτά που είχαμε γνωρίσει προ ετών και προκαλούσαν τον πόνο πριν ακόμη μπούμε. Σήμερα τα πράγματα έχουν αλλάξει ριζικά και επομένως η τακτική επίσκεψη στον οδοντίατρο σώζει.

Μπορεί να φαίνεται εκ πρώτης όψεως υπερβολικό, αλλά η βασικότερη αιτία που χαλάνε τα δόντια των περισσότερων συνανθρώπων μας δεν είναι η τερηδόνα και η ουλίτιδα, αλλά ο φόβος για τον οδοντίατρο. Εδώ και πολλές δεκαετίες η πιθανότητα και μόνο μιας επίσκεψης στον οδοντίατρο προκαλεί τρόμο και πανικό, «κόβει κυριολεκτικά τα γόνατα».

Καθημερινά, οι πιο πολλοί οδοντιατρικοί ασθενείς μας που αντιμετωπίζουν έντονα προβλήματα με τα δόντια τους, μας λένε

ότι εδώ και χρόνια ήθελαν να επισκεφθούν έναν οδοντίατρο, αλλά φοβούνται.

Δικαιοδογημένα ως ένα σημείο. Είναι αλήθεια ότι τα προηγούμενα χρόνια η επίσκεψη στον οδοντίατρο ήταν μια οδυνηρή εμπειρία. Αναισθησία συνήθως δεν γινόταν ή όταν γινόταν, ήταν επώδυνη, οπότε και η οδοντιατρική θεραπεία είχε ταυτιστεί με τον πόνο, ο τροχός ήταν ογκώδης και βαρύς, τράνταζε όλο το κεφάλι και οι επεμβάσεις ήταν αιματηρές και βάρβαρες σε μια άβοηθη οδοντιατρική καρέκλα.



τον ασθενή, χωρίς τις δυσάρεστες συνέπειες παλαιότερων δεκαετιών.

Ο φόβος όμως παραμένει. Οι οδυνηρές εμπειρίες που είχαμε αντιμετωπίσει τα παλαιότερα χρόνια από κάποια επίσκεψη στον οδοντίατρο έχουν φωλιάσει βαθιά μέσα μας και χωρίς να το αντιληφθούμε, τις μεταφέρουμε ακούσια και στους γύρω μας. Επιφωνήματα αναστεναγμού, λύπης και πόνου βγαίνουν απ' τα χείλη μας όταν κάποιος γνωστός μάς αναφέρει ότι μόλις επισκέφτηκε τον οδοντίατρό του.

Αλλες φορές πάλη, η επίσκεψη στον οδοντίατρο χρησιμοποιείται και σαν απειλή για τα μικρά παιδιά, ώστε να καθήσουν φρόνιμα ή να φάνε όλο τους το φαγητό! Οπότε και τα παιδιά που δεν έχουν αρνητικές εμπειρίες από τον οδοντίατρο, επηρεάζονται από τους οικείους τους, σχηματίζουν αρνητική εικόνα γι' αυτόν και δικαιολογημένα φοβούνται.

Πώς μπορεί να ξεπεραστεί αυτός ο φόβος; Μόνο με έναν και μόνο τρόπο: με την επίσκεψη σ' ένα σύγχρονο οδοντιατρείο. Ο γιατρός θα μας εξηγήσει τι εργασίες πρέπει να γίνουν στο στόμα μας, θα τις πραγματοποιήσει εύκολα, χρησιμοποιώντας σύγχρονα οδοντιατρικά εργαλεία και υλικά, και θα διαπιστώσουμε από πρώτο χέρι ότι όλη όσα μας τρόμαζαν έχουν πια αηλιάξει.

Θα διαπιστώσουμε και οι ίδιοι ότι όντως όλες οι εργασίες γίνονται πλέον γρήγορα και ανώδυνα. Και αυτή τη διαπίστωση είναι πολύ σημαντικό να την κάνουν από πολύ νωρίς τα παιδιά. Από μικρή ηλικία θα πρέπει να γνωρίζουν τον οδοντίατρο και να έρχονται σε επαφή μαζί του. Ο οδοντίατρος θα τους μιλήσει για τα δοντάκια τους, θα τα μάθει να βουρτσίζουν και να προσέχουν τα ίδια το στόμα τους και όποια βλάβη παρουσιάζεται στα ευαίσθητα παιδικά δόντια θα αντιμετωπίζεται άμεσα, γρήγορα και όταν είναι ακόμα σε αρχικό στάδιο.

Η Οδοντιατρική επιστήμη δίνει πλέον μεγάλη έμφαση στην πρόληψη σε μικρούς και μεγάλους. Γι' αυτό απαιτείται να γίνονται τακτικές επισκέψεις στον οδοντίατρο, ώστε με τη φροντίδα του, αηλιά και τη στοματική υγιεινή που θα κάνουμε εμείς στο σπίτι, τα δόντια μας να μένουν σε καλή κατάσταση. Αποφεύγουμε έτσι την πιθανότητα να συμβεί μια μεγάλη βλάβη στο στόμα μας (σε δόντια ή ούλη), η οποία θα απαιτούσε μια χρονοβόρα και κουραστική θεραπεία στο οδοντιατρείο.

As κάνουμε λοιπόν το πρώτο βήμα. As εμπιστευτούμε τις δυνατότητες της σύγχρονης Οδοντιατρικής και as βάλουμε στην άκρη τις αρνητικές εμπειρίες που είχαμε παλαιότερα ή μας έχουν από άλλους μεταφερθεί. As επισκεφτούμε τον οδοντίατρό μας για προληπτικό έλεγχο και όχι μόνον όταν πονάμε, για να διαπιστώσουμε και μόνοι μας πως όντως έχουν αηλιάξει τα δεδομένα στην οδοντιατρική πρακτική.

Αηλιάστε, as μην ξεχνάμε ότι δεν υπάρχει αυτοϊαση για τις νόσους του στόματος. Ούτε η τερηδόνα ούτε η ουλίτιδα γιαιρεύονται μαγικά από μόνες τους. Αντιθέτως, επεκτείνονται και χειροτερεύουν. Οσο πιο γρήγορα λοιπόν γίνει η θεραπεία σε κάποια βλάβη την οποία ίσως ούτε εμείς γνωρίζουμε, τόσο πιο βέβαιο είναι ότι θα αποφευχθούν επίπονες και δυσάρεστες καταστάσεις στο μέλλον. +

Στις μέρες μας όλα αυτά ανήκουν στο παρελθόν. Όλες οι επεμβάσεις που χρειάζονται να γίνουν στο στόμα πραγματοποιούνται γρήγορα, εύκολα και προπαντός ανώδυνα. Σε όλες τις οδοντιατρικές εργασίες, και στις πιο απλές (π.χ. σφραγίσματα), γίνεται αναισθησία με ανώδυνο πια τρόπο, τα σύγχρονα κοπτικά εργαλεία είναι κομψά, υψίστροφα και τελειώνουν την εργασία σε σύντομο χρονικό διάστημα, ενώ ο ασθενής είναι αναπαυτικά ξαπλωμένος στην οδοντιατρική καρέκλα.

Με τη βοήθεια σύγχρονων οδοντιατρικών εργαλείων, υλικών και φαρμάκων, η οδοντιατρική θεραπευτική έχει αηλιάξει ριζικά, σε σχέση με το πρόσφατο παρελθόν. Κάθε οδοντοστοματολογικό πρόβλημα αντιμετωπίζεται εύκολα και ανώδυνα για

Κάθε οδοντοστοματολογικό πρόβλημα αντιμετωπίζεται εύκολα και ανώδυνα, χωρίς τις δυσάρεστες συνέπειες παλαιότερων δεκαετιών