



Erasmus + 2019-1-R001-KA202-063820 Project
Oral Special Care Academic Resources



ilustrații

Aberu
Mara



Cu sprijinul



Parteneri:



Un zâmbet special, un zâmbet sănătos
ÎNGRIJIREA ORO-DENTARĂ A COPIILOR CU NEVOI SPECIALE
ghid practic pentru părinți

Un zâmbet special, un zâmbet sănătos
**ÎNGRIJIREA ORO-DENTARĂ
A COPIILOR CU NEVOI SPECIALE**
-ghid practic pentru părinți -

Tratamentul stomatologic poate fi dificil și, în unele cazuri, cu riscuri, mai ales în cazul copiilor cu nevoi speciale, ceea ce face ca pentru aceștia menținerea sănătății oro-dentare să fie încă și mai importantă.

Regulile generale pentru sănătatea oro-dentară se aplică la toți copiii - și la cei speciali. Pentru că printre nevoile speciale ale tuturor copiilor se numără și aceea de a avea dinți și gingii sănătoase.



Aceste reguli se axează pe PREVENIREA cariei și a îmbolnăvirilor parodontale prin:

- A.** Igiena orală zilnică;
- B. Alimentație** echilibrată;
- C.** Vizite regulate la **medicul dentist**.



A. IGIENA ORALĂ ZILNICĂ

Primul lucru care trebuie cunoscut referitor la igiena oro-dentară este că aceasta este **OBLIGATORIE** pentru noi toți, implicit și pentru copilul cu nevoi speciale sau chiar mai ales pentru această categorie de copii.

În ideea că acești copii au oricum mai multe probleme decât alții, am putea fi tentați uneori să facem concesii din dorința de a proteja și alina copilul și de a-l scuti de potențialul disconfort pe care periajul i l-ar putea cauza. Trebuie să fim însă conștienți că făcând rabat de la regulile de igienă nu îi facem un serviciu, ci dimpotrivă: îl expunem unui risc crescut de carie și îmbolnăviri ale țesuturilor de susținere ale dinților (gingii și oase maxilare), probleme ce se vor traduce negreșit la un moment dat prin **DURERE**. Este aceasta ceea ce îi dorim? Sigur că **NU**.

CÂND este momentul potrivit să introducem igienizarea cavității orale în rutina zilnică?



3



Chiar dacă ar putea părea exagerat, momentul cel mai bun pentru a începe să spălăm copilul pe dinți este acela **când primul dinte a apărut în cavitatea orală**. De ce?

Pentru că:

1. Vom îndepărta prompt resturile de lapte, împiedicând formarea plăcii dentare bacteriene și protejând astfel copilul de așa-numita „carie de biberon”. Caria de biberon, numită și caria severă precoce a copilăriei, nu are neapărat legătură cu utilizarea biberonului în sine. Laptele matern, formula pentru bebeluși, ceaiul îndulcit – chiar și cu miere – și administrat chiar și cu cănița specială, supele sau piureurile mâncate cu lingurița - toate sunt medii de cultură perfecte pentru microbii ce vor provoca mai

întâi o demineralizare a dintelui, eventual cu modificarea culorii, apoi o lipsă de substanță (cavitate). Din acest moment, apariția complicațiilor precum DUREREA, inflamațiile și hrănirea dificilă va fi doar o chestiune de timp.



2. Vom crea o rutină, **un reflex condiționat**: copilul se va obișnui să asocieze încheierea mesei cu spălătul dinților și va ști că seara, după „baie și lăptic” urmează neapărat, înainte de „nani”, igienizarea gurii. Cu puțin noroc și multă consecvență, acest reflex se va menține în timp. IMPORTANT: Toți copiii iubesc rutina și au nevoie de ea. Iar **rutina este mai ușor de introdus la vârste fragede.**

CUM și **CU CE** curățăm dinții copilului mic cu nevoi speciale?
Avem câteva opțiuni:

- Peria de dinți - adecvată vârstei copilului, cu o cantitate foarte mică de pastă cu fluor (cât o grăunță sau cât un bob de mazăre dacă copilul nu poate să scuibe);

- „degetarele-perie” din silicon, cu o cantitate foarte mică (bob de grâu) de pastă cu fluor;



- Comprese înmuiate într-o soluție slab antiseptică – ceai de mușețel sau apă de gură, aceasta din urmă pentru copiii mai mari sau pentru adulți; există și comprese preimpregnate, speciale pentru igiena orală, disponibile prin firmele specializate în comercializarea de produse stomatologice, dar și cele obișnuite sunt la fel de bune.



Pe măsură ce copilul crește, în funcție de abilitățile pe care le dobândește, el poate prelua treptat, de obicei parțial, responsabilitatea spălatului pe dinți.



Totuși, supravegherea și ajutorul părintelui sau al unui alt adult din anturaj sunt necesare pentru a obține un rezultat cât mai mulțumitor. Mulți copii, adolescenți și chiar adulți cu nevoi speciale nu pot realiza singuri un periaj corect. Ei au nevoie de asistență din partea părinților sau a persoanelor în îngrijirea cărora se află.



IMPORTANT: Gingiile sănătoase nu sângerează. De aceea, dacă remarcați o nuanță roz în timpul periajului sau când copilul scuipă excesul de pastă, încercați să identificați zona de unde provine sângerarea și să o curățați cu mai multă atenție. **Evitarea periajului** zonei respective **NU este o idee bună**, tot ce vom obține va fi o agravare a inflamației gingivale și implicit a sângerării.

Respirația neplăcut mirositoare se poate datora igienei necorespunzătoare, dar și unor probleme digestive sau respiratorii. Când copilul este bolnav (stări febrile), limba poate avea un aspect „încărcat”, iar curățarea ei cu peria poate fi de ajutor. Odată depășit episodul respectiv, este de dorit ca peria de dinți să fie înlocuită cu una nouă.



Nu e deloc ușor să speli dinții altcuiva, mai ales dacă persoana se opune ajutorului acordat. În anumite situații, e posibil să fie nevoie de mai mult de o persoană pentru efectuarea îngrijirii oro-dentare zilnice. Mai multe mijloace pot ajuta:

PERIA ELECTRICĂ

De multe ori pentru copiii cu deficit de coordonare neuro-musculară periajul este o adevărată provocare. O perie electrică poate ajuta mult. Capul periei electrice are mișcări proprii și astfel poate curăța dinții mai bine decât peria manuală în cazul acestor copii. Dar, chiar și așa, **ajutorul părinților este obligatoriu.**



MÂNERE MAI VOLUMINOASE PENTRU PERIILE DE DINȚI (manuale sau electrice)

Altă metodă de a ușura periajul pentru copiii cu probleme de coordonare neuro-musculară este confecționarea de mânere mai voluminoase pentru o prindere mai ușoară. Astfel, puteți umple o minge mică sau un cauciuc de la ghidonul bicicletei cu material plastic, ghips sau material de tip „fimo” (un fel de plastilina care se întărește) și introduce perișța înainte ca materialul respectiv să facă priză. Medicul pedodont v-ar putea ajuta să confecționați astfel de mânere.



PENELE DE CAUCIUC



Unii copii cu nevoi speciale pot opune rezistență la periaj prin mușcarea periutei. În mod similar, copiii cu probleme neuromusculare pot reacționa la periaj prin închiderea gurii în mod voit sau din cauza coordonării deficitare. Pentru a proteja copilul respectiv - dar și degetele celui care efectuează periajul - se poate utiliza o „pană de cauciuc”.

Penele de cauciuc se găsesc în diferite mărimi și sunt comercializate de către firmele specializate în produse stomatologice, iar medicul stomatolog vă poate ajuta să le procurați. Dacă nu se găsesc de cumpărat, puteți ține gura copilului deschisă utilizând, de exemplu, o seringă de unică folosință cu pistonul împins (pentru a asigura o mai mare rigiditate). Dispozitivele metalice sunt mai puțin recomandate, riscul de fracturi dentare fiind mai mare.

PASTA DE DINȚI

Este deja dovedit că fluorizarea zilnică prin folosirea pastei de dinți cu fluor este metoda cea mai eficientă de prevenire a cariei dentare.

Conform recomandărilor Academiei Europene de Stomatologie Pediatrică (EAPD) (2019), o concentrație mare de fluor (1000-1500 ppm) este obligatorie chiar și pentru copiii foarte mici sau pentru cei care nu știu să scuie. Pentru aceștia trebuie folosită o cantitate mai mică de pastă, iar excesul poate fi îndepărtat (la nevoie) cu o compresă umedă.

Este preferabil să NU LĂSAȚI copilul să CLĂTEASCĂ după periaj (chiar dacă poate) – clătitul gurii va îndepărta o parte din stratul protector de fluoruri.

NU spălați dinții imediat după consumul alimentelor acide (precum fructele sau sucul de fructe) sau după consumul dulciurilor. Lăsați saliva să acționeze cca 30 minute pentru neutralizarea acizilor, apoi periați.



AȚA DENTARĂ

Spațiile interdentare nu pot fi curățate în mod adecvat doar prin periaj. Resturile alimentare pot rămâne între dinți, exercitând un atac acid continuu asupra smalțului. Este foarte important să prevenim acest lucru prin folosirea aței dentare cel puțin o dată pe zi, înainte de periajul de seară.

Pentru o utilizare mai facilă a aței dentare, producătorii au realizat dispozitive cu mânere de diferite forme și culori, chiar parfumate, pentru a ușura utilizarea aței dentare atât pentru copil, cât și pentru persoana care îl ajută.



MENTINE HIDRATAREA MUCOASEI BUCALE

La copiii cu flux salivar scăzut (din cauza maladiei generale sau din cauza medicației) și la respiratorii orali, mucoasa orală este mai uscată decât este normal. În absența sistemului-tampon salivar, se formează un mediu favorabil pentru dezvoltarea bacteriilor. Este deci important să îi dăm copilului să bea multă apă și să menținem hidratată mucoasa orală.

IMPORTANT:

Laptele, sucurile sau ceaiul îndulcit NU pot înlocui apa

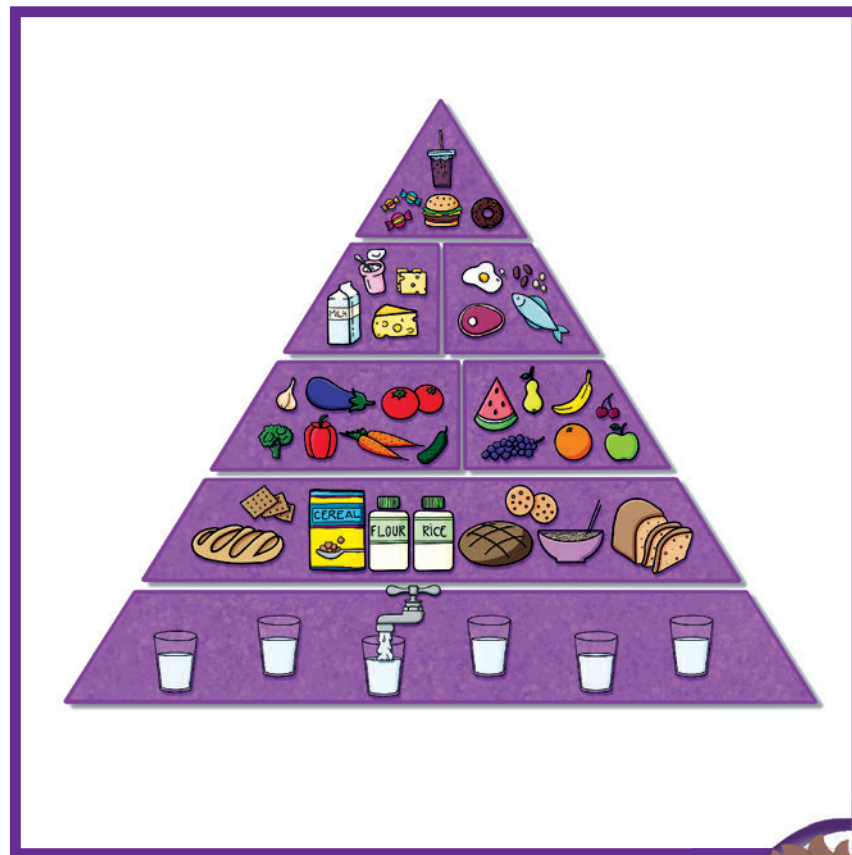


B. ALIMENTAȚIA ECHILIBRATĂ

are un rol esențial în prevenirea afecțiunilor dinților și țesuturilor de susținere. Ea presupune nu doar consumul de alimente „sănătoase”, ci și administrarea acestora conform unui orar, cu limitarea, pe cât posibil, a gustărilor dintre mese.

Este simplu să recomandăm o dietă „fără dulciuri”. În practică însă, acest lucru este foarte dificil de aplicat și poate fi extrem de frustrant pentru copil și părinte, mai ales că numeroase terapii includ recompense.

Dulciurile nu trebuie neapărat excluse, dar este de dorit să fie administrate cu măsură, de exemplu ca desert, nu ca gustare. Sunt de preferat fructele, gemurile sau prăjiturile de casă. Napolitanele, pufarinele, pufuleții, chipsurile și alte gustări extrem de apreciate de copii dar care se lipesc pe dinți sunt de evitat.



DULCIURILE CU XYLITOL

pot fi folosite ca recompense. Ele sunt din ce in ce mai ușor de găsit în farmacii și magazinele alimentare. Citește cu atenție etichetele!

Până la urmă, este vorba de obiceiuri, **iar obiceiurile sănătoase trebuie construite treptat.**



C. VIZITE REGULATE LA STOMATOLOG. CONCEPTUL DENTAL HOME.



Controalele stomatologice regulate ar trebui să facă parte din rutina fiecăruia dintre noi, cu atât mai mult atunci când este vorba de pacienți cu nevoi speciale. În funcție de situația oro-dentară a fiecărui pacient și de nivelul de cooperare medicul va stabili care ar fi intervalul de timp potrivit între două vizite. În orice caz, motivul prezentării la medic NU trebuie să fie durerea. În caz contrar, pacientul va asocia stimulul neplăcut (durerea) cu vizita la cabinet, ceea ce desigur nu este de dorit.

BINE DE ȘTIUT: odată ce durerea s-a instalat, tratamentul necesar va fi mai complex și va necesita mai multă cooperare din partea copilului. Iar la copii cooperarea poate fi dificil de obținut chiar și în condiții normale, fără stres.



În ce măsură este dispus să coopereze un copil pe care îl doare un dinte? Dar dacă acel copil are și probleme de comunicare ? Sau un copil care, din cauza problemelor medicale generale, a fost expus în mod repetat la manevre medicale neplăcute?

Pentru a păstra nevoia de tratament la un nivel minim, pentru a reduce disconfortul și a spori cooperarea, părinții trebuie să țină strâns legătura cu medicul stomatolog, să urmeze sfaturile profesioniștilor și să aplice riguros mijloacele de prevenție recomandate.

Copiii speciali au nevoie de îngrijire dentară profesională suplimentară

Uneori, programarea la stomatologul pediatru nu reprezintă chiar o prioritate pentru părinții copiilor cu patologii generale complexe. Deși întrucâtva explicabilă în contextul problemelor generale de sănătate ale copilului, această atitudine este greșită.

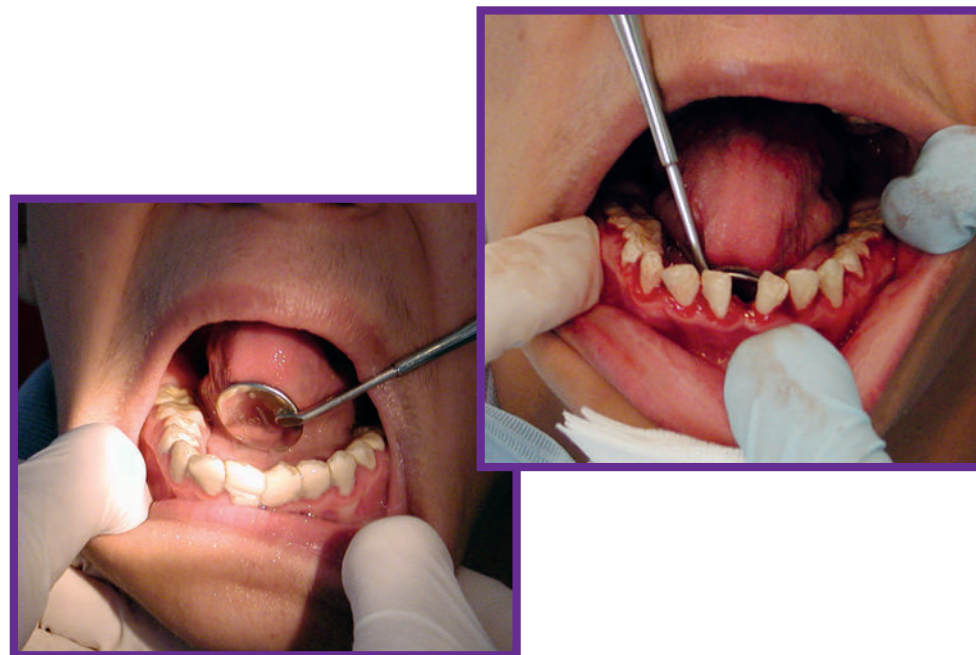
Sănătatea orală reprezintă o parte importantă a sănătății generale, iar afecțiunile oro-dentare pot duce la probleme importante pentru copil, dar și pentru familia acestuia - de la nopți nedormite chiar până la malnutriție.

Vizitele la stomatologul pediatru trebuie să înceapă încă de la vârsta de un an și să continue cu o frecvență pe care medicul o stabilește în funcție de situația particulară a fiecărui copilul. Acest tip de management continuu, început de timpuriu, este cunoscut sub denumirea de DENTAL HOME. Conceptul DENTAL HOME oferă ocazia de a identifica precoce factorii de risc și de a aplica metode eficiente, personalizate de prevenire a îmbolnăvirilor. Medicul stomatolog are astfel posibilitatea să remarce și să rezolve problemele înainte ca ele să devină grave (ceea ce se numește INTERCEPȚIE), iar părinții și familiile au la dispoziție un număr de telefon la care să apeleze și o persoană calificată care să le răspundă în caz de urgență.



În același context al managementului preventiv este foarte importantă **extracția la timp a dinților de lapte** și supravegherea erupției celor permanenți. Când dinții de lapte s-au exfoliat/extras la timp, dinții permanenți vor avea șanse mai bune să erupă pe poziția corectă. Se vor reduce, în acest fel, anomaliile de poziție dentară, ceea ce va fi de folos nu doar pentru estetică sau masticație, ci și pentru igienă, malpozițiile dentare favorizând retenția de alimente. În plus, mulți copii cu nevoi speciale au la nivelul dinților și maxilarelor particularități de dezvoltare derivate din boala generală și, de multe ori, anomaliile pot fi dacă nu evitate cel puțin atenuate dacă sunt remarcate din timp și gestionate corespunzător.

Vizitele periodice la dentist sunt utile și pentru efectuarea regulată a **igienizării profesionale**. Acest aspect poate fi de o importanță deosebită, mai ales -de exemplu- în cazul copiilor cu respirație orală, la care placa bacteriană și tartrul se depun mai ușor.



Un alt beneficiu esențial al controalelor stomatologice regulate este dezvoltarea **obișnuinței** cu mediul respectiv, lucru important pentru orice copil, dar mai ales mai ales pentru copilul cu nevoi speciale, care cooperează în general mai greu. Copiii ajung să se familiarizeze cu medicul dentist, cu colectivul cabinetului și cu incinta acestuia și să câștige încredere, ceea ce poate ușura cu mult tratamentul, mai ales când acesta nu este foarte complex - și nu ar trebui să fie niciodată dacă sunt respectate principiile DENTAL HOME.

Unele cabinete publică pe site-ul propriu fotografii cu echipa medicală, respectiv cu cabinetul. Utilizarea acestora poate fi utilă pentru a pregăti copilul înainte de vizita la medicul pedodont, mai ales pentru acei copii cu nevoi speciale care sunt orientați vizual.



Unii copii au nevoie de precauții sau **condiții speciale** pentru efectuarea tratamentelor stomatologice. Spre exemplu, copiii cu unele probleme cardiace pot necesita administrarea de antibiotice înainte de anumite proceduri stomatologice, în timp ce copiii care nu se pot relaxa și nu pot coopera pot avea nevoie de sedare sau anestezie generală. Uneori, medicamentele pot fi prescrise de către medicul stomatolog, alteleori e nevoie de ajutorul unui medic anestezist, iar câteodată e nevoie ca tratamentul stomatologic să fie realizat în spital, sub sedare profundă sau anestezie generală. Pentru a evita potențiale probleme sau accidente, este foarte IMPORTANT să furnizați medicului stomatolog **informații corecte și complete asupra stării de sănătate a copilului și tratamentelor curente/ anterioare.**

Echipa medicală poate solicita copii ale documentelor medicale. În plus, uneori este necesară comunicarea directă între stomatolog și medicii de alte specialități (neurolog, pediatru, medic de familie etc) care se ocupă de sănătatea copilului dumneavoastră.



FOARTE IMPORTANT:

În cazul în care copilul dumneavoastră a beneficiat de tratamente stomatologice sub anestezie generală, aceasta nu înseamnă că problemele sunt definitiv rezolvate și copilul nu mai poate avea probleme de sănătate oro-dentară. Este esențial ca rezultatul obținut prin tratamentele efectuate să fie menținut și întreținut prin toate mijloacele care au fost prezentate în acest material. **Făcând echipă cu medicii vă ajutați cel mai bine copilul!**



NOTES

