

TIPS VOOR EEN VLOT TANDARTSBEZOEK

Wat zeer belangrijk is dat je altijd positief bent over de tandarts! Wanneer je zelf bang en angstig bent voor een tandartsbezoek raden we je af om je kind mee te brengen tijdens je eigen behandeling. Kinderen zijn erg gevoelig voor spanning en kopiëren immers het gedrag van hun ouders. Met andere woorden als je zelf niet ontspannen bent bij de tandarts breng dan zeker je kind niet mee tijdens een van uw behandelingen en laat iemand anders je kind begeleiden bij zijn of haar tandartsbezoek.

Om een controle vlot te laten verlopen helpt het bij veel kinderen om al van te voren te vertellen over wat het mag verwachten zonder al te veel in detail te gaan. We zetten enkele handige tips op een rijtje:

1. Ga naar de bibliotheek en bekijk samen boekjes over de tandarts. Vertel de verhaaltjes altijd op een enthousiaste manier, zo prikkel je de nieuwsgierigheid van je kind en kijkt het uit naar het bezoek.

Voorbeelden van boekjes die je in de bib van Londerzeel kan vinden:



Jaap de Krokodil



Bang voor de tandarts



De kiezenkrakers

Meer boekjes kan je terugvinden in de catalogus van de bib.

2. Je kan je kindjes vertellen dat een tandarts een heel goede vriend(in) is van de tandenfee.



3. Een tandarts ziet er misschien een beetje gek uit met dat mondmasker, de vergrootbril en de handschoenen. Op onze website kan je een foto van Isabelle zien met haar mondmasker en bril. Laat je kind de foto al eens bekijken zo weet hij of zij hoe de tandarts er in het echt uitziet.
4. Vertel ook over de stoel van de tandarts. Die speciale stoel die omhoog, omlaag en helemaal plat kan.
5. Wat je ook kan vertellen is dat de tandarts een lamp gebruikt om alles beter te kunnen zien. Om het nog leuker te maken kan je je kind thuis een zonnebril laten kiezen om op te zetten.
6. Oefen thuis al op het goed openen van de mond. Om alles goed te kunnen bekijken en te reinigen moet je kind even zijn of haar mond goed ver kunnen openhouden. Zeg maar dat er een hele dikke olifant in moet...
7. Vertel zeker ook over de instrumenten van de tandarts. Zo zal er gekeken worden met een spiegeltje. Spreek zeker niet over de boren maar vertel dat de tandarts muziek uit je tandjes kan laten komen. De speekselzuiger kan je benoemen als een stofzuiger die al het speeksel opzuigt.
8. De tandarts moet soms tandjes nat maken en weer drogen. Vertel je kind over de wind en de regen in de mond.
9. Laat je kind iets vertrouwd van thuis meebrengen zoals bijvoorbeeld zijn of haar lievelingsknuffel.
10. Wanneer oudere broertjes of zusjes ook naar de tandarts moeten kan je hen als eerste laten gaan. Zo ziet het jongere kind dat het helemaal niet erg is om in die stoel te zitten en dat is vaak geruststellend.
11. Beloon je kind na het bezoek! Laat hem of haar nog navertellen over het bezoek en beloon enthousiast. Belonen doe je natuurlijk beter niet met snoep ;-)

Bron: mamabaas.be

