КАК НАУЧИТЬ ЧИСТИТЬ ЗУБЫ РЕБЕНКА С ТМНР?

Часто перед родителями, имеющими ребенка с ТМНР, встают вопросы, на которые другие не обращают внимание, т.к. они не вызывают затруднений и сложностей. Одной из острых трудностей являются правила личной гигиены. В данной статье мы раскроем вопрос о том, как правильно научить ребенка чистить зубы.

Почему важно учить ребенка данному навыку?

У детей с ТМНР часто встречаются заболевания зубов и десен. Это может быть связано, например, с проблемами артикуляционной моторики, из-за чего во рту может долгое время оставаться пища.

Нарушение носового дыхания и сниженный контроль за положением нижней челюсти приводят к тому, что ребенок дышит через рот. Вдыхаемый воздух недостаточно очищается и увлажняется, что приводит к пересыханию и потрескиванию слизистой оболочки, снижению местного иммунитета слизистой, инфекционно-воспалительным процессам ротовой полости и верхних дыхательных путей. Недостаток стимуляции ротовой области ведет к ослаблению десен и вызывает их кровоточивость.

Регулярная чистка зубов нужна не только для гигиены полости рта и профилактики многочисленных стоматологических проблем, но и для формирования навыков самообслуживания, снижения повышенной чувствительности в области рта, расширения двигательного и сенсорного опыта артикуляционного аппарата.

Какие подготовительные процедуры необходимо регулярно осуществлять?

Необходимо подготовить необходимые инструменты, например, зубная щетка с щетиной различной жесткости, мягкий напальчник, паста, настой ромашки, пенка для очищения полости рта.

Выбрать удобное положение в зависимости от возможностей ребенка удерживать позу: сидя на руках у взрослого, сидя в коляске, стоя у раковины.

Голова ребенка должна быть наклонена вперед под углом 20–25°. При нахождении ребенка в позе лежа при чистке зубов увеличивается риск попадания жидкости в дыхательные пути.

Установить контакт с ребенком, предупредить о том, что сейчас будет происходить. Если он испытывает трудности в понимании речи, помочь ему руками дотронуться до щетки, до своих щек, подбородка, губ.

Смочить щетку или бинт в теплой воде, так как прикосновение сухого материала раздражает слизистую ребенка.

Как научить чистить зубы?

1. Попросите ребенка показать Вам зубки (хорошо использовать метод моделирования, когда ребенок повторяет за Вами Ваши действия). Как только ребенок, скажите: «Отлично! Я вижу твои зубы».

2. Возьмите зубную щетку рукой ребенка (рука в руке). Поместите зубную щетку на внешнюю сторону зубов ребенка. Начните чистить их, двигая щетку вверх-вниз. Скажите: «Чисть вверх-вниз!» Продолжайте чистить внешнюю сторону зубов, двигая щетку вверх-вниз и переходя от центра рта влево и снова к центру.

3. Выньте щетку изо рта ребенка и разверните его кисть так, чтобы теперь щетка была обращена к правой стороне его рта. Поместите щетку на зубы и начните чистить правую сторону, двигая щетку вверх-вниз. Выньте щетку изо рта, дайте ребенку глоточек воды сполоснуть зубы и скажите: «Выплюни воду!» Покажите, как это делается, если он не знает.

4. Скажите: «Открой пошире рот!» Покажите ребенку в зеркале, как это нужно сделать. Почистите ему верхние зубы с внутренней стороны в левой половине рта. Делайте это движением щетки вперед-назад. Скажите: «Чисть вперед-назад!» Затем проделайте то же самое с правой верхней стороной рта. Выньте щетку изо рта и дайте ребенку глоток воды сполоснуть рот.

5. Скажите: «Открой рот пошире еще раз!» Почистите теперь внутреннюю сторону нижних зубов сначала слева, потом справа. Скажите при этом: «Чисть вперед-назад!» Выньте щетку и дайте ребенку глоток воды сполоснуть рот.

Когда ребенок, с вашей помощью спокойно чистит зубы, вы постепенно убираете свою руку, сначала держа своей рукой его кисть, затем локоть, предплечье.

В зависимости от уровня психофизических возможностей Вашего ребенка чистка зубов может быть в пассивной, пассивно-активной или активной форме.

- Пассивно. Взрослый чистит зубы ребенку, соблюдая одну и ту же последовательность: зубы ребенка сомкнуты (при таком положении можно одновременно почистить верхний и нижний ряды), щетка двигается из задней части рта вперед. Взрослый называет последовательность действий: снаружи, изнутри, жевательная поверхность зубов. Если ребенок позволяет, взрослый может почистить щетинкой спинку языка, а затем тыльной стороной щетки аккуратно подвигать язык из стороны в сторону, что является предпосылкой для формирования навыка жевания.

- Пассивно-активно. Ребенок удерживает щетку вместе со взрослым «рука в руке». Если ребенку не удается вычистить все до конца, взрослый может повторить чистку самостоятельно.
- Активно. Ребенок самостоятельно чистит зубы, взрослый оказывает минимальную помощь.

Уважаемые родители, помните! При осуществлении гигиены полости рта необходимо помнить, что лицо является особо чувствительной, личной зоной каждого человека, поэтому для осуществления этого процесса нужно установить хороший эмоциональный контакт с ребенком. Действия взрослого должны быть точными, аккуратными, спокойными и уверенными и неукоснительно сопровождаться речевыми комментариями.

© Сыресина Наталья Викторовна