

## **Tipps für Eltern: Wie Sie den Zahnarztbesuch Ihres Kindes schon zu Hause gut vorbereiten können**

Liebe Eltern,

nicht jeder Erwachsene hat in der Vergangenheit gute Erfahrungen mit Zahnarztbesuchen gemacht. Um Ihrem Kind den Besuch in unserer Praxis so angenehm wie möglich zu gestalten, bitte wir Sie, folgende Tipps zu beachten:

### **Versprechen Sie Ihrem Kind keine Belohnungsgeschenke.**

- Die Situation beim Zahnarzt ist sowieso schon ungewohnt. Wenn sich Ihr Kind noch etwas verdienen muss, entsteht der Eindruck, es muss etwas außergewöhnlich Schwieriges tun, weil es ja auch ein großes Geschenk bekommt. Der Zahnarztbesuch sollte aber etwas Normales sein. Wir belohnen Ihr Kind mit einem kleinen Geschenk aus unserer Schatzkiste.

### **Vermeiden Sie Negationen.**

- Äußern Sie sich selbst nur positiv über eigene Zahnarterfahrungen. Fehlen Ihnen die positiven Erfahrungen, sollten Sie lieber nichts sagen.
- Negative Erzählungen anderer sollte Ihr Kind nicht ernst nehmen, sprechen Sie deshalb in Ruhe zu Hause darüber mit Ihm.
- Vermeiden Sie auch zu Hause angstbesetzte Worte wie Spritze, Schmerz, Bohrer usw. Verwenden Sie stattdessen Umschreibungen wie: Schlaftropfen statt Spritze, Zahndusche Rillenputzer statt Bohrer, kitzeln statt Schmerz, usw.
- Vermeiden Sie Verneinungen:

#### **Sie sagen:**

Das tut nicht weh.

**Besser:** Wenn dein Zahn geduscht wird, kitzelt es vielleicht ein bisschen.

Du brauchst keine Angst haben.

**Besser:** Denk an etwas Schönes, vielleicht an ... (Vorschlag für das Kind)

Es wird nicht so schlimm.

**Besser:** Wenn du ganz entspannt bist und den Mund weit aufmachst, werden die Zähne ganz schnell sauber gemacht und die Zahnteufel weggejagt.

#### **Das Kind versteht:**

Es tut weh.

Du wirst Angst haben.

Es wird schlimm.

### **Während der Behandlung:**

- Überlassen Sie dem Praxisteam die Führung Ihres Kindes. Im Behandlungszimmer wird der Zahnarzt/die Zahnärztin direkt mit Ihrem Kind und nur mit Ihrem Kind reden. Die Aufmerksamkeit gilt uneingeschränkt dem Kind. Haben Sie dafür Verständnis, dass dort wenig auf Sie selber eingegangen werden kann.

- Versuchen Sie selbst so entspannt wie möglich zu sein. Nur wenn Sie entspannt sind, ist Ihr Kind auch entspannt.
- Lassen Sie Ihr Kind antworten, denn es soll im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stehen.
- Wir arbeiten während der Behandlung mit Entspannungs- und Kinderhypnosetechniken. Daraus soll sich Ihr Kind voll konzentrieren können. Jeder Kommentar von Seiten der Begleitperson, und sei es nur gut gemeinte Unterstützung, lenkt Ihr Kind ab und kann den Behandlungserfolg gefährden.

#### **Nach der Behandlung:**

- Reden Sie erst nach Abschluss der Behandlung wieder mit Ihrem Kind und loben Sie es für die tolle Leistung. Lob stärkt das Selbstvertrauen und es macht mutiger. Nach der Behandlung können alle weiteren bzw. offenen Fragen mit dem Zahnarzt/der Zahnärztin geklärt werden.
- Vergessen Sie alle Unmutsäußerungen Ihres Kindes. (Trotzen, Weinen) Darüber soll nicht mehr gesprochen werden.
- Stimmen Sie Ihr Kind positiv auf den nächsten Zahnarztbesuch ein.

Nur durch eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern und Zahnarzt ist eine erfolgsversprechende und angenehme Behandlung möglich!

Wir hoffen, Ihnen hiermit einige Informationen gegeben zu haben, damit Sie die Zahnbehandlung Ihres Kindes bestmöglich unterstützen können.

Ihr Team der berliner MundArt