



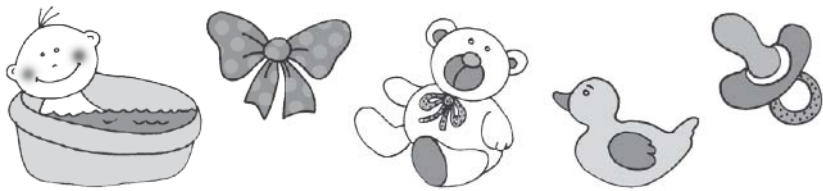
Дні 48–50

У стоматолога. Як навчити малюка не боятися лікаря

Про здоров'я зубів малюка мамі необхідно починати піклуватися ще в період вагітності. Відомо, що на п'ятому — шостому тижні вагітності в зародка починають з'являтися й розвиватися «молочні» зубки. У період між третім і шостим місяцями на «молочних» зубах формується емаль. Таким чином, у момент народження дитина вже має повністю сформований набір первинних зубів, які захищені під яснами. У цей час у малюка також присутні зачатки постійних зубів, що перебувають у глибині щелепної кістки. Тому для майбутніх мам дуже важливе дотримання збалансованої дієти, багатой на вітаміни А, С, D, а також протеїн, фосфор і кальцій. Окрім того, варто звернути особливу увагу на ретельне дотримання гігієни власної порожнини рота.

На сьогодні у стоматологів, батьків і педіатрів не існує єдиної думки щодо дати першого візиту малюка до зубного лікаря. Багато «сімейних» стоматологів рекомендують батькам не приводити маленьких пацієнтів, поки в них не з'являться всі «молочні» зуби (тобто приблизно до двох-трьох років), деякі фахівці й зовсім радять почекати до шести років. Батькам нетовариського або полохливого малюка можуть сказати, що необхідно дочекатися того часу, коли їхнє маля стане досить дорослим для того, щоб спокійно сидіти в кріслі під час огляду. Частина ж фахівців переконана, що вперше маля має відвідати стоматолога у свій перший день народження, звичайно, у присутності батьків.

Багато батьків думають, що немає ніякого сенсу доглядати за молочними зубами, тому що вони однаково рано чи пізно випадають. Це омана. Молочний зуб, що руйнується, теж буде боліти, до того ж через нього інфекція може поширитися на всю щелепу. Якщо хворий зуб доведеться видалити, порожній простір від нього перешкодить сусіднім зубам вирости правильно, в наслідок чого



пізніше вони не дадуть сформуватися правильному прикусу кутніх зубів. Тому, дорогі батьки, «молочні» зубки вашого малюка мають потребу в настільки ж ретельному догляді, як і постійні.

У якому б віці не відбувся ваш перший візит до стоматолога, постарайтеся підготувати малюка до відвідування лікаря. Використовуючи деякі рекомендації, ви зможете надалі уникнути остраху дитини й подати все так, щоб маля вважало відвідування зубного лікаря необхідністю.

- Ніколи не лякайте дитину майбутнім візитом до лікаря, наприклад, фраза: «Якщо не будеш чистити зуби, відведу тебе до стоматолога!» зовсім неприпустима. Вона не тільки не змусить маля виконувати ваші вимоги, але й збільшить страх
- Не варто згадувати про жодні неприємні випадки з вашого досвіду спілкування зі стоматологами — подібні розповіді відлякують дитину.
- Намагайтеся бути спокійними й упевненими — ваш стан надзвичайний важливий для малюка. Зайво тривожна мати може передати свої почуття дитині, а та, «заражаючись страхом», навряд чи коли-небудь зможе позбутися безпричинного остраху медичних процедур. І навпаки, мама, яке випромінює спокій, легко впорається з побоюваннями малюка, розвіюючи їх однією своєю присутністю й підбадьорливою усмішкою. Якщо ви надзвичайно боязкі і не можете це приховати від малюка, відправте його з кимось іншим до лікаря.
- Перед походом до зубного лікаря пограйте в рольову гру, використовуючи ігровий набір стоматолога або підручні засоби. На прикладі іграшок або близького дорослих, наприклад татка, покажіть дитині, як буде відбуватися огляд у лікаря, як він буде просити відкрити ротик, подивиться зуби, що буде запитувати тощо. Пам'ятайте, що змодельована ситуація має бути повністю позитивною й не викликати в дитини неприємних емоцій.
- Візьміть якоесь малюка із собою, коли підете до лікаря. Дане відвідування не буде складатися з яких-небудь лікувальних

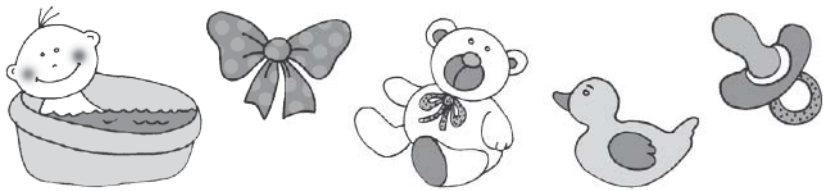


ПАМ'ЯТЬ | МОТОРИКА | МЕТОДИКИ | ІГРИ | НАВЧАННЯ

процедур (попередьте про це лікаря). Відвідування має бути недовгим, окрім того виключіть можливість яких-небудь негативних для дитини вражень. Попросіть лікаря, щоб він допоміг вам створити атмосферу, яка б виключила виникнення в дитини страхів. Наприклад, щоб освітлення не було надто яскравим, не було голосних неприємних звуків тощо. Ідеально було б, якби лікар трохи часу виділив для спілкування з малям, показав йому інструменти й розповів, що він ними робить. Таким чином, відведіть дитину до лікаря, поки ваше маля не дозволить оглянути свої зубки без примусу.

- Не варто водити маленьку дитину до свого, дорослого стоматолога, адже дитячий лікар — це особлива спеціалізація, що припускає не тільки деякі нюанси лікування, але й особливий підхід до маленького пацієнта. Окрім того, дитячі стоматологічні клініки, як правило, оснащені дитячими куточками, де ваше маля, не замислюючись про майбутню процедуру й не нудьгуючи, могло би пограти, поки його прийме лікар. Якщо у вашій клініці немає подібного куточка, обов'язково прихопіть із собою з дому книжки або іграшки.
- По можливості сеанс лікування має бути коротким. Якщо ж загальний курс лікування виявиться досить тривалим, постарайтеся домовитися з лікарем про проведення лікування в кількa заходів, навіть якщо це потребуватиме від вас додаткових витрат. Пам'ятайте, що для дітей час перебування в лікарському кабінеті є не тільки «страшним», але й надзвичайно нудним.

Якщо ж ваше маля, попри всі хитрощі, ніяк не погоджується на візит до стоматолога, цілком імовірно, що лікар випише йому якийсь заспокійливий засіб, що відповідає віку, який необхідно буде прийняти перед відвідуванням. Необхідно бути готовим до того, що процес рятування від страхів перед лікарями може істотно розтягтися в часі, тому наберіться терпіння і витримки, не намагайтеся форсувати події, пройдіть послідовно всі етапи. Тільки в такий спосіб ви зможете прищепити вашому малюку спокійне ставлення до всього, що безпосередньо пов'язане з лікарями.



Дні 51–52

*Розвиваємо лінгвістичне мислення.
Розширюємо словниковий запас дитини*

Розвиток лінгвістичного мислення складається з таких етапів:

- Базове лінгвістичне мислення: маля розуміє прості слова, виражає свої думки за допомогою простих речень, має всі основні навички спілкування з людьми.
- Розвиток лінгвістичного мислення: постійне поповнення словникового запасу, дитина може пожартувати, розповісти казку, в неї закладені підвалини навчання писанню й читанню.
- Добре розвинене лінгвістичне мислення: маля читає заради як задоволення, так і навчання, пише на різні теми різним людям, упевнено спілкується в різних ситуаціях.

Швидше за все лінгвістичне мислення розвивається в ранньому віці. Відмінною стимуляцією для його розвитку стануть прості запитання, які є запрошенням до спілкування: «Тобі сподобався мультик?», «Що сьогодні цікавого трапилось?». Сприяють розвитку лінгвістичного мислення й надання малюку часу й можливості виражати свої думки словами. Зрідка, якщо дитині важко висловитися, ненав'язливо допоможіть їй. Наприклад, поставте їй навідне запитання, «розговоріть» її, нехай дитина розповість, що відбувається в неї в голові, дозвольте їй самостійно вирішувати, мало чи багато сказати.

Дитина має слухати живе мовлення, обговорення того, як пройшов день, розмови про щось нове й цікаве, різні розповіді про минуле й сьогодення.

Необхідно не просто розмовляти з дитиною, а вимовляти зв'язні виразні висловлювання. Тоді в малюка з'являється значно більше



ПАМ'ЯТЬ | МОТОРИКА | МЕТОДИКИ | ІГРИ | НАВЧАННЯ

можливостей для того, щоб учитися створювати свою мову за моделлю, доступною його розумінню. Допоможіть своїй дитині, розширюючи її фрази. Наприклад.

Дитина: Хочу гуляти!

Мама: Ти хочеш гуляти з мамою на дитячому майданчику?

Дитина: Собачка утомився.

Мама: Собачка утомився й ліг відпочити на своє місце.

Підтримуйте осмислену розмову з малям. Бесіди на теми, які для дитини становлять інтерес, необхідні для її інтелектуального розвитку. Не слід квапитися й самим давати відповіді на запитання, які щойно озвучили малюку. Дайте йому якийсь час на міркування.

Часом не в усіх вистачає терпіння на розмови з дитиною. Проте не намагайтеся захоплювати провідну роль, нехай маля бере участь у розмові з вами нарівні.

Ставлячись до дитини з такою ж повагою, як і до інших дорослих людей, ви станете краще чути й розуміти малюка. Ви маєте величезну перевагу перед дитиною — це ваш багатий життєвий досвід. У вас в арсеналі безліч тем для розмов, безліч відповідей на будь-які запитання. У малюка теж є особистий життєвий досвід, правда, поки зовсім невеликий. У вас може вийти чудовий діалог, якщо ви вирішите поділитися одне з одним враженнями від побаченого за день.

Цей діалог можна перетворити на захопливу гру. Наприклад, якщо ви разом ідете до парку або магазину, намагайтеся бути уважними, обговорюйте все те, що ви бачите чи чуєте. Спонукуйте маля говорити. Можна це зробити за допомогою таких нескладних запитань: «Будь ласка, розкажи мені про твого друга Мишка більше», «Не розумію, чому ця дівчинка так зробила?», «І як таке вийшло?», «Правда?», «Зрозуміло...», «А ти?», «Так, а далі?», «Чим вони схожі?», «І як це було?», «Поясни мені, чому...», «Чим відрізняються?», «Що це значить?» тощо. Важливо говорити з малям ясно й чітко, добре вимовляючи слова. Якщо ви говорите невиразно, нерозбірливо, вашій дитині буде складно вчитися на вашому прикладі. Допомагайте малюку поповнювати його словниковий запас