

Doctors - התמודדות עם חרדה דנטלית

doctors.co.il/health-podcasts/272732



מאת: חיוך ראשון - המרכז לטיפול שיניים
בית רופאים

077-8052069 (מספר מקשר)

"מבוגרים רבים פוחדים מרופאי שיניים", פותח ואומר ד"ר עופר אלטברגר, רופא שיניים מומחה בטיפול בחרדה דנטלית. "יש המון אנשים בוגרים שיש להם חרדות שיניים וזה לגיטימי". לדבריו, הדרך להתחיל לטפל בפחד היא להכיר בו.

"יש חושים שמעורבים בפחד הזה. חוש המגע - פחד שזה יכאב, פחד מהכאב; חוש הריח - למרפאות שיניים יש ריח אופייני, חוש הראייה - האור הבהיר והמסנוור עלול לתת הרגשת אי נוחות; חוש השמיעה - המכשור הרפואי משמיע קולות שהם לא תמיד נעימים ואף יכולים להלחיץ", מפרט ד"ר אלטברגר את הסיבות לפחדים.

הוא עצמו מציע כמה טכניקות להפחתת החרדה, כולל שינוי האווירה במרפאה. "אפשר לעצב את המרפאה בצורה ביתית, משפחתית, עם צבעים חמים. אפשר בנוסף להשמיע מוזיקה מרגיעה ובעיקר לבטא אמפתיה למטופל. למשל, להגיד למטופל, 'אני מודע לזה שאתה מפחד', 'אני מטפל בכך בשיא הרגישות'. ברגע שאתה אומר את זה למטופל הוא כבר נרגע".

בנוסף, ד"ר אלטברגר מציין שהשימוש בגז צחוק או בהרדמה כללית יכול להוות פתרון למקרים מסוימים. "אם אני רואה שהפחד של המטופל הוא בלתי נשלט, אני מציע לו טשטוש או גז צחוק או טכניקות טשטוש עמוקות יותר. לפעמים פונים לתחום של הרדמה כללית".

במרפאת של ד"ר אלטברגר, "חיוך ראשון", אכן קיימת סביבה נעימה ומרגיעה למטופלים. עיצוב הקליניקה ביתי, חמים ונעים, שמעניק תחושת רוגע; יש בידוד מוחלט בין אזור ההמתנה לבין אזור הטיפולים ולאורך כל הטיפול מושמעת מוזיקה נעימה ומרגיעה.

אבל לא רק העיצוב מכוון להפחית את החרדה, אלא הצוות כולו. המטפלים בקליניקה - שמונה רופאי שיניים, ארבע סייעות ושלוש שינניות - נבחרו בקפידה יתרה, ממש ב"פינצטה", על ידי ד"ר אלטברגר, כאשר כולם מומחים בטיפול בחרדה דנטלית, וזו הסיבה שהקליניקה נחשבת לאחת הטובות בארץ.

בסופו של דבר, ד"ר אלטברגר מזכיר לנו שהחרדה הדנטלית היא משהו שניתן להתמודד איתו. עם הגישה הנכונה, החרדה יכולה להיות מנוהלת ואפילו להשתפר עד כדי היעלמות.

(צילום: שאטרסטוק)



צור קשר עם חיוך ראשון - המרכז לטיפול שיניים *

שדות שמסומנים בכוכבית הם חובה

חשוב לדעת: לאחר מילוי הטופס פרטיך יועברו למרכז השירות של Zap Doctors ומשם לרופאים. לעיתים רחוקות לא נוכל להעביר את הבקשה, או שהיא תועבר באיחור. לכן, בכל מקרה של בעיה דחופה אנו ממליצים להתייעץ עם רופאים בקופ"ח או בבי"ח ולהימנע ממילוי פרטים אישיים, רגישים או חסויים בטופס.

רוצה לדרג?

זה יעזור לכל מי שייחפש מידע רפואי על התחום

עוד בתחום
