



# Czego **boją się** Polacy

**Dentofobia**, czyli strach przed dentystą, zajmuje 10 miejsce na liście najpopularniejszych fobii, tuż za najpopularniejszym lękiem przed pajakami, ludźmi i lękiem wysokości. Dziś 9 na 20 osób myśli o dentyście przyprawia o panikę – podaje amerykański portal Livescience.com. Nie tylko ból podczas leczenia jest przyczyną dentofobii, ale także wspomnienia i zastrzyk znieczulający. **W walce z lękiem przed dentystą coraz częściej pomaga nowoczesna technologia.**



≈ Na fotografii: Dr n.med. Magdalena Stupka, Prywatna Praktyka Stomatologiczna M&M Stupka, Kraków

To nie **borowania** najbardziej boimy się u dentysty, ale równie często **znieczulenia**, które ma nas uchronić od bólu – wynika z badań amerykańskiego stomatologa prof. Stanleya Malameda. Wyliczył on, że blisko 20–25% wizyt odwoływanych jest w ostatniej chwili, z czego 90% z powodu strachu przed zastrzykiem znieczulającym. Informacje te potwierdzają także polskie statystyki.

Z danych firmy FM Dental wynika, że aż 75% Polaków ma negatywne wspomnienia z gabinetu stomatologicznego związane właśnie z bólem podczas aplikacji znieczulenia. Boimy się zarówno strzykawki, bólu, który towarzyszy podaniu znieczulenia, jak również igły, a dopiero później leczenia.

### **Trauma i 99% Polaków z próchnicą**

Polacy wciąż boją się dentysty! Paradoksalnie samo znieczulenie, a właściwie jego aplikacja za pomocą strzykawki, przez lata były tym, co trzymało wielu z nas z daleka od dentysty. Efekt? Aż 99% dorosłych Polaków ma dzisiaj próchnicę. Regularnie dentystę odwiedza tylko 15% rodaków. W 85% przypadków do dentysty przychodzimy w ostateczności, kiedy ból staje się już nie do wytrzymania. Jak zapewniają stomatolodzy, jedną z najważniejszych z przyczyn złego stanu uzębienia Polaków jest strach przed dentystą i niewiedza na temat nowoczesnego i bezbolesnego leczenia.

– Pacjent idąc do dentysty wciąż ma w głowie stereotypowy obraz. Widzi strzykawki, karpule i wiertła. Nie wie, że dziś próchnicę usuwa się ozonem, blizny zalecza laserem, a podczas

zabiegu można mieć na uszach słuchawki z ulubioną muzyką – mówi lek. stom. Wojciech Fąferko z *Dentim clinic*. Sytuacja jednak ulega zmianie. Jednym z przykładów jest coraz powszechniejsze stosowanie w polskich gabinetach i klinikach stomatologicznych komputerowego znieczulenia The Wand, które nie tylko nie zadaje pacjentowi bólu, ale także spełnia ważną, psychologiczną rolę.

Zdaniem dr n. med. Lidii Jamróz-Wilkońskiej ze *Stomatologii Estetycznej* w Wadowicach winny jest także stereotyp gabinetu, który w nas pokutuje. – Przez wiele lat w świadomości pacjentów utrwalił się stereotyp znieczulenia strzykawką, które wiązało się z bólem i było nieprzyjemne, jeszcze przed wykonaniem właściwego zabiegu stomatologicznego. Teraz to wszystko się zmienia – mówi.

### **Od XIX w. do XXI w.**

– Kiedyś znieczulano się pacjentów jednorazową strzykawką, do której naciągało się płyn. Wadą tej metody było to, że głęboko w tkankach pacjenta, w jamie ustnej igła mogła się zsunąć ze strzykawki. Dlatego chcąc poprawić bezpieczeństwo wprowadzo-



*Przy pomocy The Wand™, każde znieczulenie podawane jest w ten sam sposób, pod stałym, kontrolowanym ciśnieniem, które nie rozpieiera tkanki. To tak jak w sporcie, dwa powtarzalne skoki mogą dać medal na olimpiadzie. Tutaj powtarzalność zabiegu daje **bezbolesne leczenie**.*

*Dr n. med. Maciej Stupka, M&M Stupka, Kraków*

no karpule z przykręcaną igłą. I wielu stomatologom wydawało się, że są rzeczywiście w stanie podać bezbolesnie znieczulenie. Wadą urządzenia było to, że wymagało ono sterylizacji, a co za tym idzie urządzenie ulegało zużyciu – wyjaśnia lek. stom. Danuta Borczyk z gabinetu *Stomatologia Danuta Borczyk* w Katowicach. – We współczesnej stomatologii urządzenie The Wand, które często zastępuje strzykawkę i karpule, rzeczywiście umożliwia podanie znieczulenia w sposób bezbolesny – mówi Borczyk. I dodaje: bardzo wielu pacjentów jest zaskoczonych, że dziś znieczulenie naprawdę nie boli, że nie ma wrażenia rozpieierania tkanek czy opadającej wargi. Kiedy 10 lat temu znieczuliłam pierwszego pacjenta The Wand ustyszałam, że on już nigdy nie da się inaczej znieczulić – mówi.

### **Strzykawka to eksponat z muzeum?**

Dziś nowoczesna stomatologia coraz częściej rezygnuje ze znieczulenia przy pomocy strzykawki, na rzecz komputera. The Wand, urządzenie, które znieczulenie podaje przy pomocy mikroprocesora dostępne jest już w ponad 600 gabinetach. W sumie w Polsce pracuje prawie 700 tego typu urządzeń od Gdańska po Zakopane. – To prawdziwy przełom w podejściu do leczenia pacjenta, zwłaszcza bojącego się dentyści. Dziś idąc do dentyści nie widzimy strzykawki, która przez lata kojarzyła nam się z bólem. Znieczula nas natomiast urządzenie, które stopniowo dozjuje płyn, nie powodując ani odrętwienia, ani bólu – mówi lek. stom. Jarosław Dziedzic z warszawskiego gabinetu *Dental House*. – To wpływa również na psychikę pacjenta. Pacjent zaczyna kojarzyć znieczulenie z czymś przyjemnym, bezbolesnym, nie odczuwa strachu na samą myśl o zabiegu – mówi.

Potwierdzają to statystyki i badania kliniczne. Wśród pacjentów znieczulanych komputerowo obawy przed leczeniem zmniejszają się o 75–80%. Dlatego też stomatolodzy coraz częściej wypowiadają wojnę nie tylko próchnicy, ale także karpulom i strzykawkom, które odstraszały pacjentów od leczenia. Standardem staje się podawanie znieczulenia The Wand, już podczas pierwszej wizyty.

Zdaniem Wojciecha Fečia z firmy FM Dental, pierwsza wizyta jest kluczowa, także dla dalszego leczenia, dlatego musi być bezbolesna. – Każdy idąc do dentyści odczuwa stres, zarówno osoba dorosła, jak również dziecko. Jeśli podczas pierwszej wizyty

i podczas pierwszego zabiegu, którym jest właśnie znieczulenie, pacjent nie będzie odczuwał bólu i dyskomfortu, kolejne wizyty będą dla niego mniej stresujące – wyjaśnia Feć. – Dotyczy to zwłaszcza najmłodszych pacjentów, których bardzo łatwo zrazić do dentyści. Dziś w wielu gabinetach dzieci znieczulane są komputerowo, dzięki czemu wychowujemy pokolenie, w którym ten strach przed dentyścią jest o wiele mniejszy – dodaje.

### **Znieczulenie jak Małysz**

A strach pacjenta, znieczulanego The Wand, naprawdę maleje – przekonują dentyści. Dzisiaj to nowoczesne urządzenie, a nie tylko umiejętności i wprawna ręka dentyści decyduje o bezbolesności znieczulenia. Zdaniem dr n. med. Macieja Stupki z *M&M Stupka* w Krakowie, który już od ponad 10 lat znieczula wyłącznie komputerowo, najważniejszą zaletą nowej metody znieczulenia jest jej powtarzalność, a samo podanie znieczulenia porównuje do skoków Małysza.

Znieczuleń tradycją strzykawką nie da się wykonywać w sposób jednakowy i powtarzalny za każdym razem, a co za tym idzie za każdym razem zapewnić pacjenta, że będzie znieczulony bezbolesnie. W The Wand, każde znieczulenie podawane jest w ten sam sposób, pod stałym, kontrolowanym ciśnieniem, które nie rozpieiera tkanki. To tak jak w sporcie, dwa powtarzalne skoki mogą dać medal na olimpiadzie. Tutaj powtarzalność zabiegu daje bezbolesne leczenie - porównuje dr Stupka.

### **Dentofobia, strach przed dentyścią czy bólem**

Brak widoku strzykawki czy karpuli, z którym wielu pacjentów utożsamia ból, może być w najbliższych latach jednym z najważniejszych elementów w walce z dentofobią. Strach przed dentyścią jest dziś jedną z najpowszechniejszych fobii na świecie. Przyznaje się do niej blisko 50% osób badanych pod kątem fobii – podaje *Livescience.com*.

– Żeby walczyć z lękiem musimy walczyć z jego przyczyną. Wyeliminowanie pewnych czynników powodujących lęk, np. strzykawek, czy coraz powszechniejsze stosowanie sedacji w leczeniu dzieci w połączeniu z podejściem gabinetów do leczenia pacjentów, które coraz częściej wykorzystują muzykę relaksacyjną jest krokiem milowym w stomatologii, a także w tym jak pacjenci postrzegają samo leczenie – przekonuje Feć. ■