**Дентофобия** – **боязнь стоматологов**, страх лечения зубов. Природа страха бывает совершенно разной, одни люди способные побороть страх, подавить и контролировать его, у других это чувство переходит в паническую атаку или даже обморочное состояние только при одной мысли, о походе к врачу.

Это происходит, несмотря на то, что сегодня стоматологические кабинеты оборудованы по последнему слову техники, а врачи применяют исключительно новые техники терапии и результативные медикаменты для **обезболивания**. **Статистика** свидетельствует, о том, что каждый третий пациент испытывает патологический **страх перед стоматологом**.

**Стоматофобия -** это проблема, которая можно решить как при помощи психолога или врача, так и самостоятельно, переубедив себя в рациональности терапии. Но для этого стоит копнуть глубже и понять причину страха, степень ее интенсивность и ряд манипуляций, при которых он возникает.

Отличия страха перед зубным врачом и дентофобией

Итак, для начала разберемся, чем же отличается обычный страх перед стоматологом от дентофобии. Стоит отметить, что к названному недугу нельзя относиться как к чему-то несерьезному. Ведь пациент, страдающий дентофобией, испытывает не просто **тревогу**, как страх перед стоматологом, а **паническое** состояние, возникающее только от мысли о походе в стоматологический кабинет. Больной может терпеть боль, избавляться от нее при помощи сильных анестетиков, заниматься самотерапией, не обращать внимание на **состояние зубов.** Из-за боязни **до ужаса стоматологов**, больной способен отказываться от визита к доктору, даже под натиском близких и родных.

Тут стоит установить главное различие между обычным страхом и фобией. Одно дело, когда человек понимает, что состояние зубов является необходимостью походу к врачу и способен **пересилить** свой страх. Другой вопрос, когда пациент, у которого есть **дентофобия** и он готов отрицать этот факт до последнего момента.

Случаи, когда дентофоб попадает к врачу зачастую редкость, но даже если больной попал в стоматологический кабинет, он не будет доверять врачу, не расслабиться, а простые манипуляции, **укол в десну** и прочее, способны вызвать крайне неадекватную реакцию.

Симптомы последствия

Тревогу больного дентофобией трудно поддать логическому объяснению. Среди характерных **симптомов боязни** **лечить зубы** - человек-дентофоб отлично понимает, что отказ от визита к врачу-стоматологу не поможет решить проблему больных зубов. Если запустить кариес на начальном этапе, он перейдет в пульпит, затем в пародонтоз и, в конце концов, проблема не вылеченного зуба приведет к его удалению. Вдобавок **больные зубы** – это одна из причин сердечных недугов, а также хронических заболеваний лор-органов. Но как не парадоксально, но **проблемы со здоровьем** не пугают больного так сильно как его **дентофобия.**

Причины возникновения фобии

Если вы понимаете, что у вас есть задатки подобного страха, то стоит не допустить ее обострения, ведь доведя свой организм до настоящей фобии, будьте готовы к тому, что он ее не так просто избавиться. Как взрослому человеку, вам предельно ясно, что само по себе ничего не пройдет, и хотите вы или нет, а врачу таки придется пойти и в данном случае, чем раньше, тем лучше и более приятной будет данная процедура.

Для, того чтобы понять природу страха и то как же все-таки побороть эту проблему, нужно копнуть глубже и понять причину почему страх возник.

Зачастую данная проблема имеет часто встречающиеся, причини возникновения:

• Ранее полученный негативный **опыт при лечении зубов**. Некомпетентность врача, его неаккуратные действие, использования устаревших инструментов и методик работы, банальное не использование анестезии или же **анафилактический шок**. Все это ведет к тому, что после неприятных ощущений у человека возникает чувство страха, и он просто-напросто боится повторять столько трудную и страшную процедуру.

• Боязнь неприятных разговоров о состоянии зубов и их запущенном состоянии. Именно ситуация когда врач-стоматолог начинает винить пациента, порицать его за недосмотр за своим здоровьем и состоянием зубов, для некоторых это более унизительно и болезненно, чем необходимые манипуляции.

• Перебои в выработке гормонов, серотонина и норадреналина, во время беременности и рождения малыша, становятся причиной того, что он всю жизнь будет с тревогой относиться ко всем новым и необычные манипуляциям, которые вызывают болевые или дискомфортные ощущения.

• Гиперчувствительность, низкий уровень болевого порога или же патология психики, также служат причиной возникновения подобного страха.

• Страшные истории родственников, друзей и окружения в целом еще в детском возрасте формируют у человека непреодолимый страх перед **стоматологическими кабинетами**.

• Непонимание, того что же конкретно происходит с твоими зубами, как именно манипуляции **дантиста** влияют на здоровье зубов, неизвестные наименования и новые технологии могут вызвать подозрение у человека.

• Эстетическая сторона проблем. К примеру, женщины стесняются оказаться перед врачом-мужчиной в нелепом состояния и позе, правда в этом случает решение проблемы совершенно простое – необходимо обратится к женщине-врачу и наладить с не дружеский контакт.

• У беременных женщин эта фобия сопоставима со страхом за малыша: боязнь того, что процедуры, препараты и обезболивающие будут вредны плоду. Но этот страх беспочвенный, ведь сегодня медицина готова предложить своим пациентам использование медикаментов и анестетиков, совершенно безопасных как для мамы, так и для малыша в ее утробе. Стоит подчеркнуть, что для женщины в положении будет гораздо опасней запустить больные зубы и игнорировать проблему. Ведь инфекция при распространении по организму, может оказать значительный вред малышу.

Дентофобия у детей

**Дентофобия** у детей – достаточно часто встречается в детской стоматологии, ведь ребенок испытывает страх даже перед самыми безобидными на первый взгляд манипуляциями. Еще больше **ребенок боится стоматолога**. Прививки, взятия анализов крови, лечение при помощи уколов – все это в голове ребенка подсознательно ассоциируется с врачом, а так как малыш не способен разобраться какой именно перед ним врач, то априори все врачи вызывают в нем неприятное чувство.

Уже в два года может возникнуть необходимость показать малыша стоматологу, но к тому времени дите может приобрести чувство страха перед врачом. Так как ребенок не контролирует сои эмоции на 100% как взрослый человек, то в данной ситуации многое зависит от родителей и лечащего-врача.

К причинам страха детей стоит отнести не только не приятные манипуляции, но и различные истории, услышанные от родителей, родственников и друзей. Вдобавок детки очень хорошо чувствуют неуверенность своих родителей, когда те просят их не бояться, а их поведение довольно напряженное и необычное. Все это выступает индикатором того, что произойдет что-то неприятное.

Как же **успокоить ребенка**

Среди **самых распространенных** способов решения проблемы:

1. Для начала необходимо отнестись к походу и **действиям врача** как к нормальному процессу. Родителям стоит научить ребенка с самого маленького ухаживать за своими зубами. Также не стоит преувеличивать серьезность происходящих в стоматологическом кабинете манипуляций.

2. Нужно понимать всю важность первого контакта со стоматологом. Для этого между врачом и маленьким пациентом должен установиться дружеский контакт, а врачу рекомендуется проявить чуточку терпения и добродушия.

3. Для установления доверительных отношений доктор может провести мини экскурсию и объяснить предназначения каждого инструмента, для чего и как они применяются, почему же так важно лечить зубы и как это сокращает количество будущих походов к стоматологу.

4. Отличным решение проблемы станет включения мультика или другие игровые моменты.

5. Если лечение вызывает неприятные, болевые ощущения стоит заранее позаботиться об обезболивание. В этом случае рекомендуется использовать не инъекционную анестезию, а любой другой доступный аналог.

Как не бояться стоматолога

Как же можно помочь человеку страдающему дентофобией. Уже на первом приеме после проведения диагностики врач-стоматолог при желании определяет необходимый подход к пациенту. Так как каждый случай индивидуальный, успех терапии зависит о профессионального подхода врача.

Первоначально стоматологу нужно настроить пациента на доброжелательный контакт. Затем стоматолог профессионально и максимально доступно объясняет все этапы терапии. При этом врачу стоит сделать акцент на безболезненности процесса. Если правильно изложить всю информацию, то больной с легкостью поборет страх стоматолога и посмотрит на процедуру совсем в другом ключе.

Пациенту очень важно знать, насколько важны его личные действия и настрой в процессе терапии.

У него должно возникнуть желания пойти навстречу врачу. Пациенты стараются акцентировать внимание на своих ощущениях и чувствах, однако они должны понимать, что все это не мешает им прислушиваться к советам врача. Именно в таком случае доверительная беседа приведет к тому, что больной поймет, что затягивать дальше некуда и к тому же сложность проведенных манипуляций влияет как на длительность самой процедуры, так и на формирование цены за оказанные услуги.

Врачу необходимо довести до больного, что терапия проводиться под **анестезией**, которая максимально обезболивает процесс. При этом пациентом будет ощущаться исключительно прикосновения врача. Вдобавок, стоит уведомить пациента о **методах обезболивания**, в медицине представлены специальные препараты-анестетики, которые наносятся, перед тем как ввести иглы и лекарство.

Также на данный момент во многих стоматологиях применяется анестезия «The Wand». По этой технологии анестезия вводиться посредством компьютеризированного устройства, в виде шприца. При этом человек совершенно ничего не чувствует, при этом терапия является безболезненной.

Есть также второй вариант лечения – медикаментозная терапия антидепрессивными **препаратами**. После исследований проведенных в области психологии, ученые получили информацию, что **дентофобия** достаточно хорошо лечится серотонинселективными антидепрессантами, к примеру ципрамилом. **Успокоительное средство** отличный способ устранения тревожного состояния, который нормализирует выработку серотонина в голове.

Стоит понимать, что сложность каждого индивидуального случая дентофобии, влияет на время терапии. Также результативность всецело зависит от сил приложенных с обеих сторон.

Больной дентофобией должен понять, что игнорировать зубную боль, отказываться от похода к врачу не ведет ни к чему другому, кроме плачевных последствий. Со стороны здоровья – усугубления воспалительных процессов. После пережевывания больными зубами инфицированная пища попадает в ЖКТ и становится возбудителем заболеваний пищевого тракта, эндокринных желез, астмы, ревматизма и других заболеваний. Также есть вариант, когда кариес переходит в пульпит и пародонтит и как результат пациент теряет изначально почти здоровый зуб.

Стоит учесть, что лечение более сложного случая зачастую требует больших капиталовложений

С психологической точки зрения, больной испытывает дискомфорт из-за эстетичного вида своих зубов. Как результат, он стесняется улыбаться, и открыто общаться с людьми, становиться замкнутым и в целом чувствует себя подавленным.

Так что если вы не видите граней между фобией и простым страхом стоматологических кабинетов, то вам необходимо в обязательном порядке немедля избавляться от нее.