

親子で学ぶ歯の絵本「むしばくん、ばいばーい」 別冊付録

保護者さまのてびき



小児歯科の先生が伝授する 泣いている子をおりこうに変える6つのコツ



■子供の理解を高めましょう

こわがって泣いているお子さん。

こわがる理由は、単に恐怖を感じるのではなく、よくわからないからこそこわい、といえます。

だからこそ、うまくごまかしたり、なだめたりするのではなく、歯医者さんとは何か？

治療とは何か？をできるだけ子どもに理解させることが必要です。

親子で学ぶ歯の絵本

～ここがポイント！

絵本では、大きなお口の中の様子が出てきたり、実際に道具を使って歯を治療するシーンが登場します。

歯医者さんで治療させる内容を、なるべく楽しい雰囲気です事前に疑似体験ができることを狙っています。

■プラス思考の言葉がけ

お子さんに対して話しかけてあげるのも有効です。

その際に、ネガティブな言葉をかけることはNG。

「じっとしていないと痛くなるよ」

こんなことを言ってしまうがちですね。これをプラス思考の言葉で言うなら、

＝じっとしているといいことがあるよ

つまり言葉としては、

「おりこうさんにしていればお医者さんに褒めてもらえるよ」 などとなるわけです。

■我慢する目標をつくりましょう

では、「じっとしているとすぐ終わるよ」。これはどうでしょうか？

お子さんにとって「すぐ」というのが、どの程度なのかがわかりません。

どのくらいじっとしていればいいのか、具体的な数を出してあげるのがコツです。

例えば、お子さんの歯をお母さんが磨いてあげる場合は、単に「歯をキレイキレイするからね」ではなく、「10数える間に歯をキレイキレイするからね」と言ってあげるのがポイントです。

■何かに置き換える

歯医者さんの小児治療のコツのひとつが、**比喩**を使うことです。

例えば、バキュームの器具を「掃除機さん」などと言うことでなるべく子供にも共感できるような呼び方をするというもの。

保護者の方も同様です。

例えば、

「もっと歯が痛くなるとだめだから」⇒「痛いのはムシバイキンが悪いから」
「歯医者さんに行こうね」⇒「先生にムシバイキンをやっつけてもらおうね」

と言うのが上手な表現です。

親子で学ぶ歯の絵本 ～ここがポイント！

男の子が歯に注射をすると、泣いていた虫歯が気持ちよさそうに歯が眠ってしまう、というくだりがあります。これはもちろん麻酔のこと。歯を眠らせるための注射である、という言い換えをしています。

■こどもの自発的な動きを引き出しましょう

上手に歯の治療を受けさせるコツのひとつに、子供の積極性、自発性を利用するというものがあります。

なんとかして歯医者さんに連れて行くことに労力を使うのではなく、子供が能動的に歯医者さんに行くように仕向ける、そのためのサポートをすることを意識する、というものです。

自分で歯医者さんに行くという選択肢を選ばせるようにすることが、治療への恐怖心の克服の第一歩です。

親子で学ぶ歯の絵本 ～ここがポイント！

この絵本は、自分自身が自分の口の中に入って、男の子と一緒に治療するという内容にしています。

歯医者さんは出てきません。

あえてプロによる施術を見せるのではなく、最初は歯医者さんを嫌がっていた主人公が、どうにかして自分の歯と向き合うような内容にすることで、お子さんが自主性を育む一助になればと思っています。

■治療が自分のためだとわからせましょう

大人が嫌でも歯医者さんに行くのは、自分のためだと理解ができるから。同様にお子さんも大人ほどではなくても、自分の歯に責任を持ってもらうという気持ちは貴重です。

また、歯医者さんは大事な歯を守ってくれる“大切な味方”だということも伝えてあげてください。

歯が大事だという気持ちが芽生えれば、大切な味方である歯医者さんへと足を運ぶ強力なモチベーションになります。

親子で学ぶ歯の絵本 ～ここがポイント！

物語の冒頭で、主人公のあゆちゃんが「虫歯でも抜けちゃうから大丈夫」というセリフが出てきます。

つまり最初は自分の歯が虫歯になるという事実に対して正面から向き合っていないわけです。

しかし、歯の中に入って治療を目にするという不思議な体験を通して、最後には、実は自分の虫歯が、歯医者さんに行かなければならないことを暗に訴えていた、というあらすじにすることで、自分の歯を虫歯から救ってあげなければならないことを伝えています。

ちなみに「乳歯が虫歯になっても抜けるから大丈夫」というのは大きな間違いで、保護者の方でも意外にこのように思っている人が多いのも事実。乳歯の虫歯は乳歯のうちに治療しておかないと永久歯にも影響が出るんですよ！

手引きの監修 ★こちらの先生にお聞きしました！

岡崎好秀 先生

愛知学院大学歯学部 卒業

大阪大学歯学部小児歯科を経て

現在、岡山大学 歯学部附属病院小児歯科 講師

専門は小児科・障害歯科

参考文献)「泣かずにすませる小児歯科診療」