



La paura del dentista si può prevenire e curare.

Steven Goldberg, DDS da anni si occupa del problema e ha trattato l'argomento in un recente articolo su [Dentistry IQ](#).

Uno studio eseguito alla Columbia Dental School Washington, rivela che il 50% della popolazione americana evita le cure odontoiatriche per un problema di ansia.

Questi dati spiegano perché la trascuratezza dentale sia così diffusa. Troppe persone percepiscono la bocca come un apparato in qualche modo slegato dal resto dell'organismo ed assegnano meno importanza alla cura del cavo orale rispetto ad altri tipi di trattamento medico. L'odontofobia spesso deriva da una esperienza del passato, quando le procedure dentistiche erano effettivamente più invasive.

Altra fonte di ansia un passaparola negativo di parenti o amici. I media popolari purtroppo aggravano il problema, fornendo una rappresentazione dei dentisti come "medico del dolore" creando un falso mito, difficile da abbattere.

La corretta informazione è la chiave per vincere l'odontofobia. Quella che segue è una panoramica delle tecniche che i dentisti possono adottare con i pazienti a rischio consigliate dal dott. Goldberg.

1) Fai una o più sedute di "pretrattamento consapevole" ossia invita il paziente a sedersi sulla poltrona solo per chiacchierare con il personale, oppure per eseguire la diagnostica preliminare con fotografie, radiografie ed impronte studio oppure esegui lo screening del carcinoma orale. Queste manovre permettono al paziente di acquisire fiducia nel curante e svolgono un ruolo molto importante nella futura pratica clinica.

2) Permetti al paziente di mantenere il controllo della cura, introducendo sempre il "segnale di allarme" come alzare un braccio per fermare l'operatore in caso di fastidio.

3) La tecnica della "distrazione" è sempre efficace: far ascoltare musica al paziente con le cuffie, aiuta a isolarlo dai rumori della sala. Meglio utilizzare playlist sempre nuove per il paziente, per creare maggiore attenzione all'ascolto.

4) Il paziente fobico teme di essere giudicato negativamente e va rassicurato per questo ricordando che normalmente visitate migliaia di persone in un anno e siete abituati ad ogni tipo di personalità e problematica e che i suoi timori non sono affatto esclusivi ma molto diffusi tra i pazienti dello studio.

5) Utilizzare le nuove tecnologie aiuta a rendere i trattamenti più amichevoli.

6) Utilizza la farmacologia, le benzodiazepine sono utili, vanno usate già la sera prima dell'appuntamento, prescrivetele.

7) Per educare i bambini alla visita odontoiatrica è utile insegnare ai genitori a introdurre le dita nella bocca dei bambini per spazzolare i denti fin da piccoli, aiuterà tollerare meglio le manovre del dentista.

8) Educare invece i genitori a non proiettare le proprie ansie e il proprio vissuto del dentista sul bambino; questo per evitare di contagiare le nuove generazioni con gli stereotipi del passato.