

magazine

# HAPPY KIDS

(СЧАСТЛИВЫЕ ДЕТИ)  
ЗИМА 2018/19

*Лучшие*  
ФИЛЬМЫ О  
РОЖДЕСТВЕ

MOSCOW  
FASHION  
WEEK

*Топ*  
НОВОГОДНИХ  
ПОДАРКОВ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ

*Заряд* ПОЗИТИВА  
ОТ ВИТАМИНКИ

*Выбираем*  
СПОСОБ ЗАГАДАТЬ  
ЖЕЛАНИЕ

Секрет  
успеха ОТ  
*Марии*  
*Горячевой*

*Новый год*  
ГЛАВНАЯ НОЧЬ В ГОДУ



# Улыбка королевы

В НАШЕМ ЮБИЛЕЙНОМ ВЫПУСКЕ ЖУРНАЛА МЫ РЕШИЛИ ЗАТРОНУТЬ ОЧЕНЬ ВАЖНУЮ ТЕМУ – ЗДОРОВЬЕ ДЕТСКИХ ЗУБОВ И Поговорили с известным московским доктором – Юлией Селютиной. Юлия – победитель конкурса детских стоматологов России, автор книги для родителей «СТОМАТОЛОГ СЕЛЮТИНА, У МЕНЯ ВОПРОС: КАК ЗАБОТИТЬСЯ О ДЕТСКИХ ЗУБАХ», ВЕДУЩАЯ АВТОРСКОЙ ПЕРЕДАЧИ О ДЕТСКОЙ СТОМАТОЛОГИИ НА РАДИО.



Юлия Селютина  
стоматолог

## – Юлия, в каком возрасте ребёнку начать посещать стоматолога? И как часто это нужно делать?

– Это зависит не от возраста ребёнка, а от количества зубов у него во рту. У одного ребёнка первый зуб прорезается в 3 месяца и к году у него может быть 8, а то и 10-12 зубов. А у другого первый зуб появляется только к году. Поэтому одному ребёнку первый визит показан в полгода, а другому и в год ещё рано. Первый раз показать ребёнка детскому стоматологу требуется при появлении первых 4-8 зубов. Частота визитов зависит от состояния зубов и показаний для профилактических процедур у врача. В среднем это каждые 3-6 месяцев.



## – Дети до сих пор боятся стоматологов?

– Дети не боятся стоматолога. Они могут с недоверием отнестись к постороннему человеку, равно как и к врачам иных узких направлений (педиатр, ЛОР и другие). Большинство страхов прививают ребёнку родители, вспоминая негативный стоматологический опыт своего детства. Также не редкостью является запугивание ребёнка стоматологом, использование похода к врачу как наказания за плохое поведение и тому подобное, что категорически делать нельзя. Я же, со своей стороны, пытаюсь разрушить укоренившиеся стереотипы, пропагандируя уход и необходимость своевременного лечения детских зубов. Помогают мне в этом: приёмы игровой детской стоматологии, сказкотерапия, похвала, сочувствие, подарки, медали, грамоты за смелость. Это располагает детей на контакт и невероятно мотивирует их для последующих посещений.

## Каким должен быть, на ваш взгляд, детский стоматолог?

– Я не буду перечислять, что врач должен уметь грамотно ставить диагнозы и качественно проводить процедуры. Это само собой разумеющееся требование к каждому врачу. Остановлюсь на том, каким должен быть именно детский специалист:  
► **Добрый и искренний** (дети как никто чув-

ствуют эти человеческие качества)

► **Терпеливый.** Уговоры, адаптация детей, своего рода анимация на приеме без этого качества невозможны.

► **Шустрый.** Да, именно шустрый в плане скорости выполнения манипуляций. Лечение должно проводиться не только качественно, но и быстро. Мешкать некогда, дети быстро устают.

## – С какими проблемами чаще всего обращаются к вам маленькие пациенты?

– Проблем, на самом деле, огромное количество. Например, несчищаемый в домашних условиях налёт. Важно в ходе приёма выяснить причину его появления, провести профессиональную гигиену, дать рекомендации и прогнозы на будущее. Ведь именно налёт чаще всего становится причиной разрушения зубов. Большой процент малышей страдают кариесом раннего детского возраста и отсюда вытекающими серьёзными осложнениями и последствиями. Наша задача это предотвратить и, в случае необходимости, своевременно оказать помощь.

## – Какой зубной щёткой стоит пользоваться детям? Обычной или электрической? Как часто ее нужно менять?

– Менять щётку стоит каждые 3 месяца. Уверена в том, что мануальной (обычной) щёткой можно чистить так же хорошо, как электрической. Единственное уточнение, современной, электрической щёткой можно привлечь к процессу чистки зубов некоторых детей, которым он не нравится. Главное правило: детям вплоть до школьного возраста чистить зубы должен кто-то из взрослых.

## – Сегодня выбор зубных паст огромен.

### Какую нужно выбирать для детей?

– Я сторонник индивидуального подбора зубной пасты. Это касается как детей, так и взрослых. То, что подходит одному, будет противопоказано другому. Я своим пациентам всегда даю памятку с индивидуальным подбором средств гигиены.

## – Юлия, Вы стали победителем конкурса детских стоматологов России. Расскажите, пожалуйста, об этом конкурсе. Что для Вас значит эта победа?

– Это конкурс стоматологического мастерства. В его финале принимали участие детские стоматологи из разных городов страны, прошедшие предварительный отбор. Финал состоял из нескольких этапов. Члены жюри оценивали теоретическую подготовку специалистов, их мануальные навыки и умение общаться. По результатам всех этапов, я получила наивысшую оценку. Эта победа послужила

невероятным толчком на пути к совершенствованию себя как специалиста, придала мне больше уверенности в своих силах и способностях. Наряду с этим она прибавила мне ответственности. Прежде всего, перед самой собой. Ведь постоянно нужно соответствовать этому высокому званию.

## – На Ваш аккаунт в Instagram подписано 700 000 человек. Там Вы даёте советы родителям. Есть ли отклик от людей, обратная связь?

– Конечно. Я вижу его ежедневно в комментариях под моими постами, в личной переписке и, конечно, на приеме. Ведь многие стали моими очными пациентами, заочно полюбив и доверившись мне.

## – Мы просим Вас дать несколько главных советов нашим маленьким читателям и их родителям: как правильно ухаживать за полостью рта и зубами?

► Для начала забываем стереотипы о том, что молочные зубы временные и ухаживать за ними не нужно. Нужно. И очень тщательно. В некоторых случаях требуется маниакальный уход.

► Домашний уход за молочными зубами стартует с появления первого зуба.

► Запасаемся зубной щёткой и пастой. В идеале паста подбирается индивидуально врачом-стоматологом. Но до посещения можете отдать предпочтение любому детскому продукту.

► Приобретаем специальные салфетки для чистки зубов. Ими пользуемся после перекусов.

► Не забываем ежедневно питать зубки, применяя реминерализующие средства. Это специальные препараты богатые кальцием и фосфором.



## – Сложно быть именно детским врачом?

– Да, это порой сложно. Ведь помимо своих профессиональных качеств, именно детский врач должен быть тонким психологом, чувствовать ребенка. И еще, что бы не случилось, оставаться мягким и по-детски добрым. Тем не менее, дети – самые благодарные и искренние пациенты.