

孩子看牙科害怕怎么办

最近新闻报道，一名 5 岁小孩在接受牙科治疗时意外死亡，推测其死亡原因是屏气综合征所致。专家表示，屏气主要发生在 6 个月至 6 岁的孩子，特别是 1~2 岁，大部分是由于儿童对强烈情感刺激(如生气、害怕、沮丧等)的无意识反应，此时可以用“笑气”帮助牙科恐惧症患者放松治疗，防止发生屏气综合征。“笑气”学名叫一氧化二氮，协同氧气吸入后可以轻微抑制患者的意识水平，但能保持患者的连续自主呼吸以及对物理刺激和语言指令做出相应反应的能力。

5 岁孩子治疗牙髓炎发生屏气死亡

今年 10 月 23 日上午，妈妈带着 5 岁的鹏鹏前往北京顺义区首儿李桥儿童医院口腔科看病，本以为只是一次普通换药，没想到鹏鹏竟在治疗中意外身亡。

鹏鹏家人介绍，两周前，鹏鹏感觉牙疼，妈妈便带他来到医院治疗，医生表示牙龈处有化脓，需要割开后将脓排出。于是鹏鹏分别于 10 月 9 日、10 月 16 日两次前往医院治疗。第二次治疗后，医生表示脓已经排出，只需 23 日来换药即可。23 日当天，妈妈带着鹏鹏来到口腔科，像前两次一样，因医生说孩子容易哭闹，需要家长回避，于是妈妈在门外等待。约 20 分钟后，妈妈听到有人议论，还看到医护人员从口腔科侧门抱出一个孩子。她询问护士后得知孩子已经被送到急救室。

11 时 10 分左右，医生告知家属，鹏鹏已经离世。医院负责处理此事的工作人员表示，鹏鹏因牙髓炎前往医院治疗，但过程中突然出现屏气。医生立即将其送往抢救室，院方已经进行了全力抢救，对此也十分遗憾。

用“笑气”镇静镇痛安全性高、应用广泛

一提起看牙，想起那钻心的疼，别说孩子，一些大人都难免有恐惧和焦虑的心理。专家指出，这种心情可能引起孩子发生屏气综合征。屏气主要发生在 6 个月至 6 岁的孩子，特别是 1~2 岁的孩子。大部分屏气是由于儿童对强烈情感刺激(如生气、害怕、沮丧等)的无意识反应，而癫痫症、心率失常、缺铁等疾病也会引发屏气。为了缓解紧张与恐惧、减轻疼痛，对治疗有恐惧的孩子时，其实可以用“笑气”口腔镇静镇痛。

专家介绍，“笑气”应用于临床患者的镇静已有 170 年的历史，1847 年在我院手术病人中使用“笑气”后开展手术也是中国的第一个麻醉病例，已载入医学史册。在整个“笑气”使用过程中，患者保持清醒，没有丧失意识，保护性反射活跃，并能配合治疗，十分安全。专家指出，目前超过 80% 的美国牙科医疗机构配备牙科“笑气”镇静镇痛系统，以求为患者减轻治疗过程中的焦虑和疼痛。

有必要时结合局麻可完成各种牙科治疗

专家进一步指出，不论是补牙、镶牙、洁牙、拔牙、种植牙等一般牙科治疗，还是口腔小手术，甚至心脑血管疾病患者的口腔风险治疗，“笑气”镇静镇痛系统都能很好地缓解患者的紧张与恐惧心情，再配合局部麻醉作用，能普遍实现无痛，使治疗过程更加舒适、安全，从而使牙科治疗不再令人恐惧和紧张，让病人能够在轻松愉悦的状态下完成各种牙科治疗。

据了解，“笑气”氧气吸入镇静镇痛系统中，“笑气”浓度不高于 70%，氧气浓度不低于 30%，能显著预防或减轻患者的牙科焦虑，尤其适合患有心血管疾病的老年人和牙科焦虑症的成人、儿童和孕妇，具有使用安全、可靠、简单、兼容性高等特点。

(梁瑜)



五招培养“社交小能手”

孩子在家调皮得不得了，但有外人在时，就躲在爸妈身后；看到其他小朋友玩耍时，即便自己很想玩却也不敢走近；还有一些孩子则像个小霸王，一出去不是跟小伙伴抢玩具就是欺负人，惹众怒……想要自己的孩子个性好、讨人喜欢，该如何培养呢？

1.教孩子学会控制情绪

专家表示，社交能力很重要的一个要素就是情绪控制力。在学龄前，父母就应该教孩子学会如何去表达情感、控制自己的情绪，让孩子知道，自己怎样的情绪或行为是讨人喜欢的，怎样的行为则是让别人不喜欢的。

当孩子一碰到不合自己心意的事情就大喊大叫或乱扔东西时，家长也不要完全无视或大声喝止，而是要教他们学会用语言来

表达自己的情绪和想法，以使他们逐渐学会有效地控制自己的情绪和行为，同时也认识他人的情绪，理解和配合他人。此外，父母还可以在家庭中多与孩子玩“角色扮演”的游戏，通过游戏来正确地引导孩子。

2.和睦、融洽的亲子关系

自信、开朗、有爱的孩子更容易融入集体中，而这些性格的形成，与家庭成员间的关系密切相关。一般在平等和谐的家庭环境下成长的孩子会性格开朗、正直，在充满爱、同情、理解的家庭环境中成长的孩子会更具有爱心和同情心，而在父母溺爱中成长的孩子则会养成任性、自我为中心的性格，在父母专断的家庭环境中成长的孩子则会逐渐形成自卑、敏感、退缩、逃避等性格，这种孩子在面对新环境或陌生人时，常表现出恐

惧、焦虑或回避的情绪，如缺乏自信、表达不清、害羞、不敢看对方、脸蛋发红、躯体紧张等，再严重一点的甚至还会形成社交恐惧。所以，家长要想培养孩子的好性格，一定要为孩子创造一个温馨、和谐、愉悦的家庭环境。

3.父母言传身教的正面影响

父母是孩子成长过程中的第一位老师，父母的一言一行，都会潜移默化地影响孩子。如果父母经常表现出负面的情绪，孩子的社交能力受到负面影响的可能性也是非常大的。所以，父母在处理情绪时，要保持积极乐观的态度，为孩子树立积极乐观的榜样，同时，当看到孩子在生活中碰到社交问题时，也要多鼓励他们以正面、积极的态度去面对。

4.为孩子创造更多社交机会

家长可让孩子多点与小伙伴们一起玩耍，也可以适当带孩子进入到长辈的社交圈中，让他多点接触外人，家里来客人时，也可以让孩子参与到接待中，帮忙倒倒茶，一起招呼客人，而不是一有客人到，就把孩子打发进房间“躲”起来。

5.让孩子慢慢学会分享

分享是小朋友建立社交关系很重要的一个要素，当孩子买了新玩具，或者有好吃的东西时，家长可以让孩子邀请小伙伴们一起来分享。有的孩子一开始抵触分享，这时家长不可强迫他们，可让孩子先从不那么喜欢的东西开始分享，可以先和父母分享，逐渐扩大范围。

(梁瑜)