

Działalność oświatowo-zdrowotna higienistki stomatologicznej w szkole podstawowej

(Higienistka Stomatologiczna 1998, 1, 9-11)

Podstawowymi zadaniami higienistek stomatologicznych jest działalność profilaktyczna i oświatowo-zdrowotna. Najczęstszym miejscem jej prowadzenia są szkoły podstawowe. Każda higienistka powinna zdawać sobie sprawę z faktu, że wszelkim jej działaniom, zarówno z zakresu profilaktyki fluorowej (szczotkowanie, lakierowanie), jak i lakowaniu oraz innym zabiegom wykonywanym u pacjentów (skaling, polerowanie amalgamatów, impregnacja itp.), powinna zawsze towarzyszyć edukacja zdrowotna podopiecznych. Powinna ona wspierać poczynania higienistki w każdej dziedzinie, być pierwszym elementem opieki stomatologicznej, a nawet wyprzedzać prowadzone przez lekarza zabiegi lecznicze. Chodzi o to, aby każda osoba zdobyła zasób niezbędnych informacji na temat chorób jamy ustnej i sposobów im zapobiegania, które zachęciłyby ją do czynnych działań na rzecz zdrowia jamy ustnej i przeciwdziałania chorobom.

W ostatnich latach daje się zauważyć ogromny postęp w stomatologii. Dotyczy on jednak przede wszystkim leczenia (nowoczesny sprzęt, wysokiej jakości materiały). Nicco w tyle pozostaje za nim działalność oświatowo-zdrowotna. Tymczasem każdy kontakt z pacjentem, nawet półprywatny, powinien być wykorzystany na przekazanie mu, w sposób pozornie niezamierzony, choćby drobnych informacji oświatowo-zdrowotnych. Największe znaczenie będą miały tu kontakty grupowe, ale i indywidualne spotkania nie mogą być pozbawione elementów oświatowych. Należy przy tym stosować nowoczesne, atrakcyjne metody pracy (np. slajdy, filmy wideo), ale też nie zaniedbywać tych tradycyjnych, dobrych i sprawdzonych. Niezastąpione pozostają nadal wszelkie formy werbalne - rozmowy, gawędy, pogadanki, prelekcje, formy wizualne - plakaty, wywieszki, gazetki ścienne i wiele innych.

Doskonałą okazję do prowadzenia zorganizowanej edukacji zdrowotnej stwarzają akcje fluoryzacji w szkołach. Pięciokrotne (co 2 tygodnie) spotkania, pozwalają na przeprowadzenie kolejno: praktycznego instruktażu prawidłowego szczotkowania zębów, przekazanie wiadomości na temat metod i znaczenia profilaktyki fluorowej, płytki nazębnej i powstawania próchnicy, wpływu cukru na uzębienie i racjonalnego odżywiania. Ostatni seans fluoryzacji można wykorzystać na podsumowanie, powtórzenie lub przeprowadzenie drobnego konkursu. Za każdym razem jest możliwość kontroli sposobu szczotkowania, jakości szczoteczek, skorygowania błędów i niedociągnięć.

Od kilku już lat prowadzone są w szkołach zajęcia z zakresu wychowania zdrowotnego. Realizowane są przede wszystkim na przedmiotach: godzina do dyspozycji wycho-

wawcy, biologia, środowisko, język polski. Odbywają się one raz w miesiącu. Podstawowe zagadnienia programu obejmują: definiowanie zdrowia, istotę promocji zdrowia oraz związku zdrowia z różnymi czynnikami. Problemy te zgrupowane są w bloki tematyczne dotyczące: promocji zdrowia, higieny osobistej i otoczenia, zdrowia psychicznego, ruchu w życiu człowieka, zdrowego stylu odżywiania, życia w rodzinie, bezpieczeństwa na co dzień oraz życia bez nałogów. Prowadzone są one przez nauczycieli lub pielęgniarki szkolne. Wydaje się bardzo wskazane, aby w prowadzeniu tych zajęć pomagały również higienistki, co gwarantowałoby większy udział w przedstawianych tematach problematyki stomatologicznej.

Ostatnie lata zaowocowały też wprowadzeniem profesjonalnych programów edukacyjnych dla dzieci z najmłodszych klas. W roku szkolnym 1993/94 zainicjowano przygotowany i sponsorowany przez firmę Blend-a-med program "Śnieżnobiały uśmiech", prowadzony jest też program "Pokolenie bez próchnicy" (firmy Colgate), natomiast w styczniu 1997 roku Colgate rozpoczęła realizację programu edukacji prozdrowotnej "Radosny uśmiech, radosna przyszłość" dla uczniów klas II i III. Programy te, opracowane przez międzynarodowy zespół specjalistów z zakresu stomatologii, edukacji i psychologii, koordynowane są przez Departament Zdrowia Publicznego MZiOS przy współudziale pracowników wojewódzkich stacji sanitarno-epidemiologicznych. Zyskały one poparcie Ministerstwa Edukacji Narodowej oraz Polskiego Towarzystwa Stomatologicznego. Stanowią one przede wszystkim zadanie dla nauczycieli i wychowawców. Dla wielu z nich jest to jednak działalność zupełnie nowa i do tej pory obca. Dlatego konieczne jest tu również zaangażowanie higienistek stomatologicznych, których pomoc może okazać się nieoceniona. Higienistki powinny współdziałać w realizacji tych programów i być dobrze zorientowane w ich założeniach i celach, tak aby, prowadząc własną działalność oświatowo-zdrowotną, nie powielać już niektórych zagadnień a uzupełniać je, nie wprowadzać pewnej dezorientacji wśród dzieci lub przeładowania treści.

Współpraca higienistek z nauczycielami powinna opierać się też na wielu innych płaszczyznach. Zagadnienia stomatologiczne można wplatać do programu nauczania różnych przedmiotów. Najbardziej sprzyjają temu oczywiście lekcje biologii, ale także - przy odrobinie inwencji i sprytu - języka polskiego (np. ortograficzne dyktando stomatologiczne), geografii (intensywność próchnicy w egzotycznych rejonach świata), historii (stomatologia na przestrzeni wieków), języków obcych (słownictwo związane z zębami i wizytą u dentysty), chemii (budowa chemiczna kości szczęk i zębów, pierwiastki śladowe a próchnica), religii (św. Apollonia - patronka dentystów i cierpiących na ból zębów), matematyki (różne zadania np. dotyczące przyrostu próchnicy w danej populacji i możliwości wyleczenia nowych

ubytków przez grupę stomatologów), plastyki (rysunki na temat zębów), muzyki (piosenki o tematyce stomatologicznej).

Pracując w szkołach, trzeba jednak pamiętać, że środowisko to obejmuje nie tylko dzieci i nauczycieli. Bardzo ważne jest także pozyskanie do współpracy rodziców. Niezwykle istotne jest, aby treści przekazane uczniom w szkole, realizowane były praktycznie w domu. Dlatego rodzice powinni być informowani i włączani do działalności oświatowo-zdrowotnej inicjowanej przez higienistki. Na jednym z pierwszych zorganizowanych w szkole spotkań z rodzicami, powinna wziąć udział również higienistka stomatologiczna (być może wspólnie z lekarzem). W prelekcji dla nich należałoby poinformować ogólnie o stanie uzębienia uczniów (bardziej szczegółowe informacje na ten temat powinien każdy rodzic otrzymać na piśmie, m. in. po to, aby wyrazić ewentualną zgodę na leczenie dziecka w szkole), zakresie działalności szkolnego gabinetu stomatologicznego (klasy objęte opieką planową) i problemach z tym związanych, programie działań profilaktycznych (terminy fluoryzacji) i planowanych formach oświaty zdrowotnej. Na spotkaniu takim, rodzice powinni być też poinformowani o głównych założeniach profilaktyki stomatologicznej i roli jaką odgrywają w edukacji zdrowotnej swoich dzieci. Prowadzone później w ciągu całego roku szkolnego różne formy pracy oświatowo-zdrowotnej z dziećmi powinny być tak dobierane, aby aktywizowały rodziców do współdziałania.

Możliwości pracy oświatowo-zdrowotnej w szkole jest bardzo dużo. Sprzyjają temu różne cykliczne akcje. Są wśród nich: Tydzień Higieny Jamy Ustnej (koniec października), Tydzień Uśmiechu (połowa maja), Święto Zęba, Święto Wiewiórki, Miesiąc Kultury Zdrowotnej (kwiecień), Światowy Dzień Zdrowia (7 kwietnia). Większe imprezy, podsumowania, uroczyste apele z tych okazji pozwalają na sięgnięcie po bardziej wyszukane formy pracy - inscenizacje, konkursy, quizy, teatrzyki, wiersze, piosenki, zagadki itp. Podobnie duże pole do popisu stwarza istnienie klubów "Wiewiórka" lub klubów Colgate, dla których higienistki stomatologiczne mogą być opiekunami i faktycznymi animatorami całej ich działalności.

Znam kilka higienistek stomatologicznych zatrudnionych w przedszkolach i szkołach podstawowych. Wszystkie one świetnie się bawią, pracując wśród dzieci i z dziećmi. Wymyślają coraz to nowe formy działania, przez co ich praca nie jest nigdy ani nudna, ani monotonna, i nie chcą zamienić jej na żadną inną.

Przykre przeżycie małego Józia

(Dyktando stomatologiczne dla uczniów klas VII-VIII)

We wtorek do gabinetu dentystycznego, który znajduje się nieopodal windy na pierwszym piętrze przychodni rejonowej, przyszedł przestraszony co nieco pacjent - ponaddwunastoletni Józio. Powodem wizyty był niesamowity ból zęba trzonowego górnego. W poczekalni panował nieopisany harmider i w ogóle nieszczęśliwa atmosfera. Każdy kręcił się w tę i w tę, a zza ściany słychać było bliżej nieokreślone, mrozące krew w żyłach odgłosy. Józio czuł się nie najlepiej, tym niemniej nie tracił nadziei na cudowne wyleczenie zęba. Po chwili oczekiwania, na wpół omdlały, wszedł do gabinetu. Niestety, okazało się, że zżarty przez nie leczoną próchnicę zęb nadaje się już tylko do usunięcia. Józek, choć dotychczas zachowywał się jak bohater, nagle poczuł przypływ niesamowitego strachu. W pewnej chwili chciał nawet po tchórzowsku uciec. Opamiętał się jednak zawczasu i poddał woli doktora. Ten wstrzyknął czym prędzej niesfornemu pacjentowi podwójną dawkę znieczulenia, po czym zręcznie usunął spróchniałe resztki korzenia. Ból minął w okamgnieniu, a z zębodołu popłynęła brązowoszara treść ropna. Pacjent odetchnął z ulgą. Doktor półżartem, ni stąd ni zowąd poklepał Józia po ramieniu, a poważnie powiedział: "Póki co, zażywaj ampicylinę w drażetkach, a na przyszłość radzę ci więcej dbać o higienę jamy ustnej, używać często szczotki i pasty, ponadto chodzić na przeglądy uzębienia co pół roku oraz wykreślić ze swego jadłospisu wszelkie cukierki (szczególnie toffi i krówki), gumy do żucia z cukrem, herbatniki np. katarzynki, ciasta i ciasteczka takie jak napoleonki czy wuzetki, a nawet chipsy lub popcorn. Niezastosowanie się do moich zaleceń może się źle skończyć. Pamiętaj!" Józio podziękował za fachową pomoc i poradę oraz obiecał poprawę na przyszłość.

Zadanie matematyczne

(Na poziomie klas V)

Jeden lekarz dentysta może w ciągu roku wykonać 1500 wypełnień. Higienistka stomatologiczna obejmująca swą opieką 3000 dzieci może poprzez działania profilaktyczne zapobiec powstaniu 40% nowych ubytków próchnicowych. Przyjmując, że gdyby nie była prowadzona profilaktyka, średni roczny przyrost próchnicy wyniósłby 1,5 ubytku na osobę, odpowiedz czyja praca może przynieść większe efekty.

Rozwiązanie:

liczba nowych ubytków bez profilaktyki:

$$300 \times 1,5 = 4500 \text{ ubytków}$$

redukcja próchnicy w wyniku profilaktyki:

$$4500 \times 0,4 = 1800 \text{ ubytków.}$$

Odpowiedź: Ważniejsza jest praca higienistki, bo może ona zapobiec powstaniu większej liczby ubytków niż lekarz stomatolog jest w stanie wyleczyć.

Piśmiennictwo

1. Czarnocka K.: Oświata zdrowotna w opiece stomatologicznej nad dziećmi i młodzieżą. Czas. Stom. 1973, 11, 1259;
2. Gajda Z.: Mały traktat o św. Apolonii. Mag. Stom. 1997, 1, 37; 1997, 2, 46; 1997, 3, 46;
3. Jakubowska A.: Uwagi o działalności oświatowo-zdrowotnej w szkole podstawowej. Czas. Stom. 1993, 5, 401;
4. Jańczuk K.: Stomatologiczna oświata zdrowotna. CDNiSKM, Warszawa 1986;
5. Jańczuk Z. (red.): Oświata zdrowotna w stomatologii. Bibl. Met. Ośw. Zdr. Nr 51, PZWL, Warszawa 1985;
6. Jańczuk Z. (red.): Wytyczne w sprawie stomatologicznej oświaty zdrowotnej. MZiOS, Warszawa 1981;
7. Kowalczyk D. (oprac.): Materiały pomocnicze dla opiekunów klubów "Wiewiórka" PCK. PZWL, Warszawa 1989;
8. Krajewski W.: Wybrane zagadnienia z zakresu propagowania mniej popularnych form oświaty zdrowotnej w praktyce stomatologicznej. Przegl. Stom. Wiek. Rozw. 1994, 6-7, 58;
9. Krajewski W. i in.: Zagadki o zębach. PCK, Warszawa 1992;
10. Minakowski J., Wagner L.: Zakończenie programu edukacyjnego "Śnieżnobiały Uśmiech". Stom. Wsp. 1995, 4, 384;
11. Wentlandtowa H. (red.): Oświata zdrowotna w szkole. Bibl. Metod. Ośw. Zdr. Nr 31, PZWL, Warszawa 1968;
12. Wentlandtowa H. (red.): Żywe słowo i pomoce naukowe w oświacie zdrowotnej. Bibl. Metod. Ośw. Zdr. Nr 35, PZWL, Warszawa 1970;
13. Wierzbicka M.: Śnieżnobiały uśmiech pierwszoklasisty. Mag. Stom. 1995, 10, 59;
14. Więckowska M.: I urodziny klubów Colgate. Mag. Stom. 1996, 9, 66;
15. Więckowska M.: Program "Radosny Uśmiech, Radosna Przyszłość" - szansa na zdrowe zęby naszych dzieci. Mag. Stom. 1997, 2, 52;
16. Radosny Uśmiech, Radosna Przyszłość. Przewodnik dla nauczyciela. Colgate-Palmolive Poland;
17. Start! Cel - Śnieżnobiały uśmiech. Poradnik dla nauczycieli. Instytut Badawczy Blend-a-med, Warszawa;
18. Tydzień Uśmiechu. Stom. Wsp. 1994, 1, 71.