

**LBRIS**

We know  
books

Dr. EVELYN MAIER

# PRIETEN CU DENTISTUL

GHIDUL PĂRINȚILOR CARE  
VOR SĂ FIE MEREU CU UN  
PAS ÎNAINTE

  
EDITURA  
**CREATOR**  
BRAȘOV, 2026



## CUPRINS

<b>PREFAȚĂ</b> de Prof. dr. Mariana Păcurar.....	7
GHIDUL PĂRINȚILOR CARE VOR SĂ FIE MEREU CU UN PAS ÎNAINTE.....	9
1. INTRODUCERE.....	11
2. PREGĂTIREA PĂRINȚILOR PENTRU POSIBILE PROBLEME DENTARE ALE COPIILOR.....	13
3. PREGĂTIREA EMOȚIONALĂ A COPIILOR PENTRU VIZITELE LA DENTIST .....	19
4. ÎNCEPEREA ÎNGRIJIRII CAVITĂȚII ORALE ȘI PAȘII CORECȚI.....	23
5. PRIMA VIZITĂ LA MEDICUL DENTIST.....	27
6. MONITORIZAREA DINȚILOR COPIILOR ACASĂ .....	31
7. DEMINERALIZAREA – SEMNE, CAUZE ȘI SOLUȚII .....	35
8. CARIA DE BIBERON – PREVENȚIE ȘI TRATAMENT .....	39
9. SIGILAREA ȘI FLUORIZAREA DENTARĂ .....	43

10. SINDROMUL MIH (HIPOMINERALIZAREA MOLAR-INCISIV) – RECUNOAȘTERE ȘI ÎNGRIJIRE.....	47
11. SUZETA – BENEFICII ȘI RISCURI PENTRU SĂNĂTATEA DENTARĂ.....	51
12. SCRÂȘNITUL DINȚILOR ȘI IMPACTUL EMOȚIONAL.....	55
13. ALIMENTAȚIA CA FACTOR ESENȚIAL PENTRU SĂNĂTATEA ORALĂ.....	61
14. INFLUENȚA ECRANELOR ASUPRA SĂNĂȚĂȚII ORALE A COPIILOR.....	65
15. ERUPȚIA PRIMILOR DINȚI PERMANENȚI.....	69
16. PERIOADA DENTIȚIEI MIXTE.....	73
17. IMPORTANȚA APARATULUI ORTODONTIC ÎN DEZVOLTAREA DENTARĂ.....	77
18. ABCESELE ȘI INFECȚIILE DENTARE – TRATAMENTE ȘI ROLUL ANTIBIOTICELOR.....	81
19. ACCIDENTELE DENTARE LA COPII ȘI CONDUITA PĂRINȚILOR.....	85
20. RUTINA ZILNICĂ DE ÎNGRIJIRE A DINȚILOR, PAS CU PAS.....	89
21. SEDAREA ȘI ANESTEZIA GENERALĂ ÎN STOMATOLOGIE.....	93
22. MEDICUL DENTIST - PRIETENUL NOSTRU.....	101
23. CONCLUZII.....	103
BIBLIOGRAFIE:.....	105

## PREFAȚĂ

O carte este un dar, o carte pentru copii este o lumină, un cântec, iar o carte despre stomatologia pediatrică este deopotrivă dar, bucurie și emoție, de la titlu până la ultimele rânduri. „*Prieten cu dentistul*” este un ghid pentru părinții care vor să fie cu un pas înainte în îngrijirea cavității bucale de la vârste mici, dar, în același timp, și un ghid în gestionarea fricii de stomatolog.

Profesorul Melroy afirma: „*Dacă un copil iese în lacrimi din cabinetul stomatologic, tratamentul a fost un eșec, chiar dacă procedura a fost corectă din punct de vedere tehnic*”, iar această lucrare aduce în prim-plan, prin sfaturi utile, încrederea în actul medical, siguranța și grija pentru sănătatea copilului.

Tulburătoare și tentantă prin menirea sa, stomatologia pediatrică a cunoscut în ultimii ani o dinamică permanentă, atât datorită progreselor în metodele de diagnostic, cât și lansării pe piață a unor materiale tot mai performante (MTA, compomeri, giomeri), care au dus la concepte noi în terapia afecțiunilor dentare.

În societatea de astăzi, sub influența mass-mediei, părinții se preocupă mai mult ca oricând de aspectul estetic al cavității bucale al copiilor și se implică în sănătatea orală a copilului, de la apariția primilor dinți până la erupția celor permanenți, căutând atât explicații științifice, cât și sfaturi de igienă, nutriție sau profilaxie.

În colaborarea medic-pacient este esențială pregătirea emoțională a copilului și empatia medicului față de micul pacient. Un copil este o ființă pe care ne-a împrumutat-o Dumnezeu ca să facem un curs intensiv despre cum să iubim pe cineva mai mult decât pe noi înșine, despre cum să dăm cele mai bune exemple, inclusiv în modul de a-și îngriji și spăla dințișorii, eliminând frica, teama și angoasa din cabinetul stomatologic.

Cartea „*Prieten cu dentistul*” este structurată în 22 de capitole și abordează câteva dintre aspectele esențiale ale afecțiunilor mai frecvente întâlnite în practica pedodontică: demineralizarea, caria de biberon și sindromul MIH (hipomineralizare molar–incisiv), fiind totodată un sprijin concret pentru părinții responsabili, curioși și deschiși la informații corecte, inclusiv cele de sedare și anestezie generală, care prezintă și unele riscuri.

Recomand cu căldură această carte din peisajul publicistic medical, lucrarea reprezentând un ghid al părinților în familiarizarea cu noțiunile de prevenție și terapie a afecțiunilor dentare la copil și un real ajutor în pregătirea pacientului copil pentru o viață cu zâmbete, fără dureri dentare.

**Prof. dr. Mariana Păcurar,**

*Facultatea de Medicină Dentară, UMFST „G. E. Palade”, Târgu Mureș*

*Medic primar Pedodonție*

*Medic primar Ortodonție și Ortopedie dento-facială*

# GHIDUL PĂRINȚILOR CARE VOR SĂ FIE MEREU CU UN PAS ÎNAINTE

**E**ducația dentară este esențială pentru sănătatea copiilor, dar, din păcate, este adesea neglijată. Ca medic dentist, cu experiență în stomatologia pediatrică, am constatat cu tristețe că informațiile corecte și complete lipsesc aproape cu desăvârșire pentru părinți. În școli există diverse programe de educație dentară, în săptămâni speciale, în activități extrașcolare sau în proiecte punctuale, dar nimeni nu se preocupă, direct, de părinți. Și totuși, părintele este cel care ia deciziile, care stabilește obiceiurile zilnice și care poate preveni problemele înainte ca ele să apară.

În lumea modernă „pe repede înainte”, în care oamenii sunt tot mai grăbiți și nerăbdători, responsabilitatea informării revine, adesea, specialistului. Însă, între consultații și programe încărcate, numeroase informații esențiale se pierd sau nu sunt transmise așa cum trebuie. Astfel, părinții rămân, uneori, fără repere clare, fără instrumente practice și eficiente pentru a-și proteja copiii.

Această carte este pionierul inițiativei „Răspândim educație dentară” și își propune să fie un sprijin concret pentru părinții responsabili, curioși și deschiși la informații corecte. Mi-am dorit să ofer un ghid clar, concis și prietenos, care să răspundă întrebărilor esențiale și să transforme grijile zilnice în acțiuni simple, preventive și eficiente.

Ghidul nu se adresează doar celor care se află la început de drum, ci tuturor adulților care doresc să fie cu un pas înaintea provocărilor dentare ale copiilor lor. Este un instrument de încredere, o punte între medicul specialist și părintele informat, care poate face diferența între vizite stresante la cabinet și o copilărie sănătoasă, plină de zâmbete încrezătoare.

Sper ca această carte să devină pentru dumneavoastră un ghid practic, un prieten de nădejde și o sursă de inspirație pentru a transforma educația dentară într-o experiență pozitivă și ușor de integrat în viața de zi cu zi.

Nu mai putem aștepta ca schimbarea să vină doar „de sus”. Este momentul ca noi, oamenii, părinții, educatorii, profesioniștii din orice domeniu, să luăm inițiativa și să acționăm pentru ceea ce contează cu adevărat: educația dentară a copiilor noștri și a comunității în care trăim.

Inițiativa „Răspândim educație dentară” nu este doar un proiect, ci un apel la responsabilitate, colaborare și implicare. Este o invitație deschisă către toți cei care doresc să contribuie, indiferent de domeniul în care activează, pentru a aduce informații clare, accesibile și utile în viața părinților și copiilor.

Vă invit să vă alăturați acestui demers, să împărtășiți idei, resurse și pasiune, pentru că fiecare gest contează și fiecare contribuție poate face diferența. Împreună putem transforma deficitul de informare într-o oportunitate de schimbare reală, iar informația corectă într-un drept al fiecărui copil.

Haideți să nu mai așteptăm schimbarea de la alții! Să fim noi schimbarea! Pentru că, la finalul zilei, noi suntem cei care resimțim lipsa de conștientizare, iar acum avem șansa să acționăm, să informăm și să inspirăm.

## INTRODUCERE

**S**ănătatea dinților copilului tău este mai mult decât o simplă rutină zilnică, este un pas esențial în dezvoltarea lor armonioasă, încrezătoare și sănătoasă. Primesc frecvent întrebări legate de îngrijirea dinților, despre situații dureroase și neplăcute care apar de-a lungul timpului în viața copiilor, însă am constatat că nu este suficient să ofer verbal răspunsurile, întrucât informația primită este uitată sau, uneori, interpretată greșit. Acest ghid vine în ajutorul tuturor părinților și viitorilor părinți, tocmai pentru a aduce claritate și încredere în procesul de îngrijire a cavității orale.

Scopul acestei cărți este să ofere părinților informații practice și ușor de aplicat despre cum să prevină problemele dentare, să recunoască semnalele de alarmă și să transforme vizita la medicul den-

tist într-o experiență pozitivă pentru copil. Veți descoperi sfaturi despre igiena orală, alimentație, obiceiuri și temeri frecvente, toate prezentate într-un limbaj prietenos, bazat pe cunoștințe medicale dobândite de-a lungul anilor de studiu și al experienței practice în cabinetul dentar.

„Ghidul părinților care vor să fie cu un pas înaintea” urmează parcursul copilului, de la apariția primilor dinți până la erupția celor permanenți, explicând clar fiecare etapă și aspect de urmărit.

Pe parcursul lecturii, veți înțelege cât de importantă este prevenția, cum să recunoașteți problemele înainte să devină serioase și cum să transformați rutina zilnică de igienă orală într-un obicei plăcut pentru copii. De asemenea, veți descoperi cum să colaborați eficient cu medicul dentist, astfel încât vizitele să fie pline de încredere și calm.

Această carte nu se limitează doar la dinți, ci aduce în prim-plan încrederea, siguranța și grija pentru sănătatea copilului. Sfaturile și explicațiile oferite vă vor ajuta să puneți bazele unei vieți sănătoase și pline de zâmbete.



## PREGĂTIREA PĂRINȚILOR PENTRU POSIBILE PROBLEME DENTARE ALE COPIILOR

**F**iecare părinte își dorește să își vadă copiii sănătoși și fericiți, iar sănătatea dentară este o componentă esențială a bunăstării generale. Totuși, multe probleme dentare apar chiar înainte ca părinții să fie pe deplin pregătiți să le gestioneze. De aceea, pregătirea părinților este primul pas pentru prevenție și pentru a transforma experiențele legate de dentist în unele pozitive. Din fericire, în prezent se organizează în școli și așa-numitele „Lecții de igienă orală”, menite să ofere copiilor educație în acest domeniu, însă pentru părinți, exceptând vizita la cabinetul medicului dentist, nu există un ajutor pentru această educație stomatologică. Așadar, îmi doresc să îi pot ghida pe aceștia spre pașii de bază ai menținerii unui zâmbet sănătos, să îi transform

în părinți încrezători, informați și să îi eliberez de fricile legate de problemele dentare ale micuților.

## ÎNȚELEGEREA IMPORTANȚEI SĂNĂTĂȚII ORALE

Primul pas este conștientizarea faptului că sănătatea dentară începe chiar înainte de erupția primilor dinți. Cariile, demineralizarea sau diverse sensibilități pot apărea devreme și pot avea efecte pe termen lung. Părinții care cunosc importanța igienei orale și a controalelor regulate la dentist sunt mai bine echipați să prevină problemele și să intervină corect atunci când acestea apar.

Amintiți-vă de copilăria voastră, de momentele în care durerea dinților vi se părea insuportabilă, iar vizita la cabinetul medicului dentist părea o experiență traumatizantă. Teama și emoțiile v-au determinat să amânați tratamentele stomatologice și să ajungeți în situații limită. Odată conștientizate aceste aspecte, gândiți-vă dacă vreți ca cei mici să treacă prin aceleași traume sau să evitați aceste momente dureroase și să contribuiți la formarea lor sănătoasă, din punct de vedere psihologic.

## INFORMAREA CORECTĂ

Multe mituri circulă despre sănătatea dentară a copiilor: „primii dinți de lapte nu contează”, „dacă cel mic nu se plânge, totul este bine” sau „suzeta și biberonul nu fac rău”. Este esențial ca părinții să se informeze din surse de încredere: medici stomatologi, cărți specializate și ghiduri de prevenție. Înțelegând cauzele problemelor dentare și efectele lor pe termen lung, părinții pot lua decizii corecte și informate.

---

*„Dinții de lapte nu contează, pentru că oricum vor cădea.”*

**Adevărul:** Dinții de lapte sunt extrem de importanți. Ei mențin spațiul pentru dinții permanenți, ajută la masticăția corectă și con-