

## Úsměv, který si Filip vybojoval

Filip byl dlouhodobým klientem Bedny – nejdřív v terénním programu, poslední rok pravidelně dochází do klubu. Prostředí zná, důvěřuje mu a v rozhovorech je otevřený. Opakovaně se svěřoval s tím, že ho trápí stav jeho zubů. Čistil si je nepravidelně, často sahal po sladkostech a slazených nápojích a dobře si uvědomoval, že si tím škodí.

Za tím vším ale nestála jen „nechuť si čistit zuby“. Klíčovou roli hrál silný strach ze zubaře. Ten měl kořeny v dětství – velmi nepříjemná zkušenost s trháním zubů a následná panická reakce při další návštěvě vedly k tomu, že se stomatologické péči začal úplně vyhýbat.

### Hledání cesty, která dává smysl

Společně s Filipem a jeho rodičem jsme hledali řešení, které by bylo zvládnutelné – bez tlaku, bez bolesti, krok za krokem. Jako vhodný mezistupeň se ukázala návštěva dentální hygienistky. Prostředí, které není spojeno s akutním zákrokem, ale spíš s péčí, vysvětlením a podporou.

Cíle byly jasné:

- zmírnit Filipův strach ze „zubařského křesla“
- nabídnout mu pozitivní zkušenost s odborníkem
- naučit ho, jak se o zuby opravdu starat
- a hlavně – pomoci mu vytvořit návyk, který vydrží.

### Od plánu k realitě

Návštěvu dentální hygienistky jsme mohli uhradit z prostředků přímé podpory NZDM díky sponzorům. Filipa i jeho rodinu jsme provedli celým procesem – od prvotní domluvy až po samotnou návštěvu.

A přišel ten důležitý moment: Filip to zvládl. I přes obavy si sedl do křesla, komunikoval, spolupracoval a nechal si ošetřit zuby. Odcházel nejen s konkrétními tipy, jak o chrup pečovat, ale hlavně s pocitem: „Dal jsem to.“

### Co se změnilo

Z jedné návštěvy se stal start změny. Filip si začal zuby čistit pravidelně, večerní hygiena se postupně proměnila v rutinu. Sám říká, že má ze sebe radost – a to je možná ten nejdůležitější výsledek.

Strach nezmizel mávnutím kouzelného proutku, ale přestal být překážkou. Filip dnes dokonce uvažuje o další návštěvě dentální hygienistky. To, co dřív znamenalo stres a vyhýbání, se pomalu mění v běžnou součást péče o sebe.