

**Med fokus på**

# **DISTRAKTION**

**Avin Nouri, pedodontist**

Specialistkliniken Pedodonti Göteborg/Borås

# Disposition

---

- **Alla barns lika rättigheter**
- **NPF - Barn med särskilda behov**
- **Distraction**
  - Definition
  - Effekter
  - Metoder
- **Framtidens metoder**
- **Sammanfattning**

# Fotoförbud



# Bakgrund

---

## Tandvårdslagen (1985:125)

- God tandhälsa, barnets bästa ska alltid beaktas

## Socialstyrelsen; Nationella riktlinjer för tandvård 2022

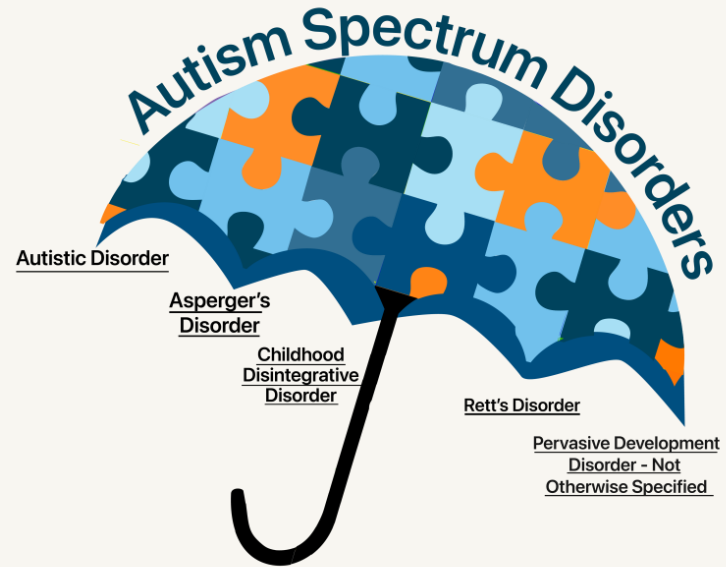
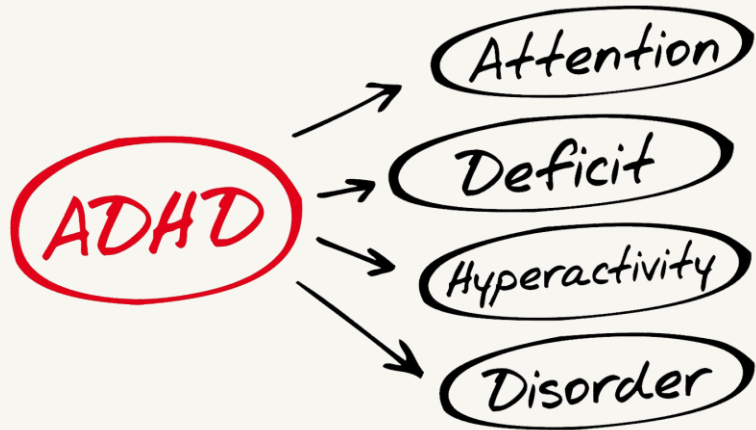
- Jämlik tandvård för alla barn

## Barnkonventionen 2020

- Respekt, integritet och delaktighet



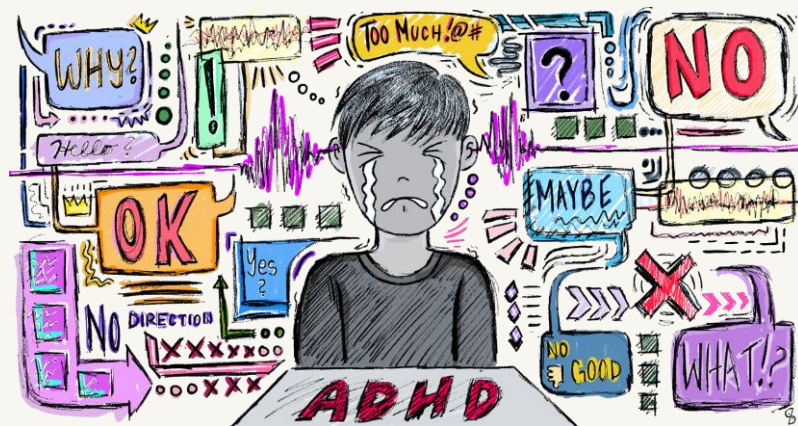
# Barn med särskilda behov



# Barn med särskilda behov

## Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

- Uppmärksamhet- och koncentrationssvårigheter
- Hyperaktivitet
- Impulsivitet



(American Psychiatric Association. DSM-5. 2013)

# Barn med diagnoser

## Autismspektrumstörning (ASD)

- Brister i förmåga till socialt samspel
- Kommunikationsproblematik
- Begränsade/repetitiva mönster i intressen, beteende och aktiviteter



- Stora individuella skillnader beroende på svårighetsgrad

(Lai MC. 2014)



# Inskolning

## Tell-Show-Do

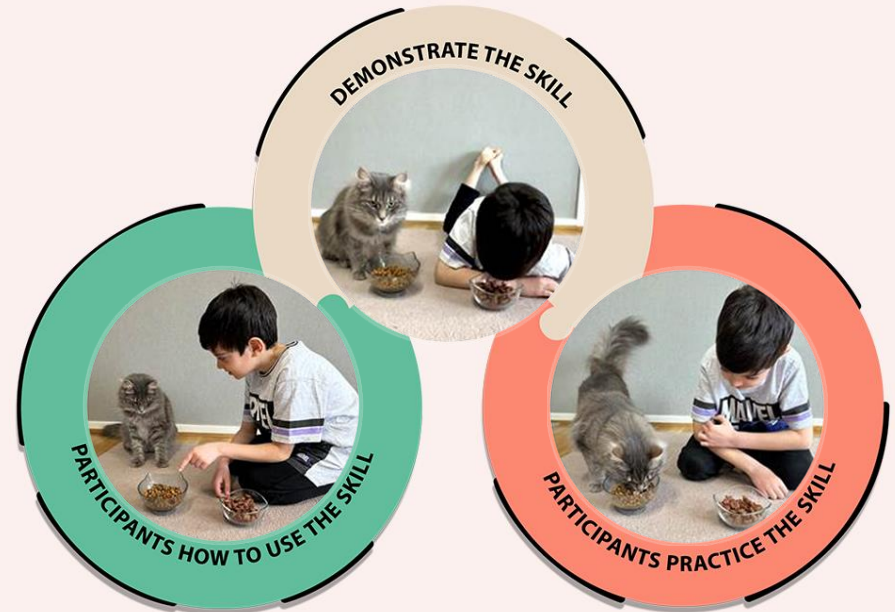
- Evidensbaserad, välbeprövad metod
- Stegvis ”inskolningstrappa”

Tillstånd: Tandvårdsrädsla/behandlingsomognad, barn

Åtgärd: Inskolning i tandvården enligt metoden tell-show-do

Prioritet

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Bör inte erbjudas	Endast i forskning och utveckling
		3								Icke-göra	FoU



(Holst A. 1988, Socialstyrelsen Nationella riktlinjer. 2022)

# DISTRAKTION

# Distraction

## Definition

Att med hjälp av kognitiva eller beteendemässiga metoder minska patientens stress/rädsla/oro, genom att avleda fokus från det moment som orsakar obehag

(Cho MK. 2021, Prado IM. 2019)



# Distraction

---

## Distractionspåverkan

- God effekt på tandvårdsrädsla och behandlingssvårigheter
- Sänkt puls och blodtryck → minskad oro och stress
- Mindre upplevd smärta och obehag



(Prado IM. 2019)

# Distraktionsmetoder

---

## Val av metod för distraktion

- Individuellt anpassad
- Erbjuder olika metoder



(Goettems ML. 2019)

# Distraktionsmetoder

## Plansch i taket

- Prata om motiven
- Fokusera på bilderna



# Distraktionsmetoder

---

## Musik

- Avslappnande och stressreducerande
- Sång, radio, medhavda hörlurar
- Effektivare för äldre barn/ungdomar
- Reducerar ljud från omgivningen

(Meharwade P. 2021)



# Distraktionsmetoder

## Skärm i taket

- God effekt
  - Involverar flera sinnen; både syn och hörsel
- Får aldrig ersätta Tell-Show-Do!
- Komplement

(Krekmanova L. 2022, Shetty R. 2019)



# Distraktionsmetoder

---

## Ipad

- Populärt hos yngre barn  
→ Förkunskap - "Draken följer med"
- Virtuellt distraktion  
→ God effekt speciellt på barn med autism



(AlBhaisi IN. 2022)

# Distraktionsmetoder

---

## Såpbubblor

- Avledande effekt
- Småbarn, barn med autism
- Låg kostnad, lättillgänglig

(Longbardi C. 2018)



# Distraktionsmetoder

---

## Taktila hjälpmedel

- Pop It, Piggboll, Fidget spinner, Tangle m.fl.
- Avledande, stressreducerande



(Graziano PA. 2020)

# Distraktionsmetoder

## Tyngdtäcke

- Behaglig tyngd
- Avslappnande effekt
- Trycket frigör hormonet oxytocin

(Eron K. 2020)



# Distraktionsmetoder

## Smaksinnet

- Maskerar besk smak från anestetiska medel



# Distraktionsmetoder

---

## Distraktionsmetoder – Framtiden

- Söka nya, attraktiva metoder
- Digital distraktion fångar intresse



# Distraktionsmetoder

## MetaCat

- Digital terapi- och sällskapskatt
- Interagerar, ger ett realistiskt intryck
- Trygghet, värme och lugn interaktivitet



# Distraktionsmetoder

---

## Virtual Reality (VR)

- Audiovisuell distraktion
- Omsluts i en 3D fantasivärld
- Minskar oro och ångest vid tandbehandling



(Constantini LA, 2023)

# Distraktionsmetoder

---

## Augmented Reality (AR)

- Digital värld ovanpå verkligheten  
→ virtuella objekt placeras ut i omgivningen
- Audiovisuell distraktion
- Realtid
- Sinnesintryck från verklighet och digitala källor

# Distraktionsmetoder

---



## Betydelsen av positiva tandvårdsbesök

- Förebygga tandvårdsrädsla
- Främja regelbundna tandvårdsbesök

(Hallonsten et al. 1998)

# Forskningsprojekt

---

Ännu mer skärmtid för barn?!?



# Sammanfattning

---

- Viktigt att förstå och hantera oro, rädsla, ångest hos barn och ungdomar
- Skapa tillit och få patienterna att känna sig trygga
- Distraction god komplettering till inskolning
- Välj distraktionsmetod utifrån individens behov
- MetaCat, VR, AR – dagens distraktionsmetoder
- Framtidens distraktionsmetoder?

# TACK

*"Fast man är liten  
är man minst  
lika viktig som en stor"*

*- Nalle Puh*



[avin.nouri@vgregion.se](mailto:avin.nouri@vgregion.se)