

## תכנית 'שיניים מחייכות' במעונות וגנים בלוד

דיצה ברסלואר R.N, MHA, ס/אחות מפקחת נפתית, לשכת הבריאות, רמלה

בטיפות החלב בעיר לוד מטופלים כ-500 תינוקות ופעוטים למשפחות יוצאי אתיופיה מלידה ועד גיל שש שנים. על מנת לקדם את הצרכים הייחודיים של משפחות אלו, פועלות בטיפות החלב בעיר ארבע מגשרות/מחנכות לבריאות מהעדה האתיופית הממומנות ע"י תכנית PACT ומשרד הבריאות. התכנית בטיפות החלב מנוהלת ומובלת



ע"י רכזת התכנית שהינה אחות בטיפת חלב, גב' אביטל נוימן. כל המגשרות עוברות הכשרה במהלך השנים ע"י אחיות ותזונאית בנושאי בריאות שונים כגון התפתחות הילד, תזונה, בריאות השן ועוד.

עם עלייתם ארצה, נחשפים עולי אתיופיה לראשונה למזונות מערביים מעובדים ורוויי סוכרים. בעקבות רצון להיקלט בחברה הישראלית, חשופים ההורים לשינויים משמעותיים ביותר בהרגלי תזונה המועצמים בעקבות לחץ מצד ילדיהם למזונות מתוקים, חטיפים וכו'. בעקבות השפעות חיצוניות אלה, ישנה נטייה של האמהות לא להניק באופן מלא, לתת לתינוקות תחליפי חלב ושתיה ממותקת, לזנוח הרגלי אכילה טובים שהיו מורגלים אליהם. כמו כן חינוך, לצחצוח שיניים אינו מתקיים במשפחות רבות. במסגרת אבחון הצרכים שנעשה בלוד, ראינו שאחוז גבוה מהילדים סובלים מעששת בגיל צעיר מאד. לצורך כך, מופעלת תכנית 'שיניים מחייכות'.

בשנים האחרונות, אחת המגשרות בטיפת חלב, גב' עמשל יצחק, למדה במסלול שינונית וסיימה בהצלחה, במקביל לעבודתה בטיפת חלב. אנו, בלשכת הבריאות, שמחנו לתמוך בעמשל במהלך לימודיה והתאמנו את שעות העבודה באופן שיאפשר לה קידום ורכישת מקצוע. בתקופה האחרונה השתלבה עמשל בהובלת התכנית במעונות ובגנים.

במסגרת התכנית, ובשלב ראשון שלה, ניתנת הדרכה פרטנית וקבוצתית בטיפות החלב ע"י האחיות והמחנכות לבריאות/מגשרות בתחום התזונה הנבונה ובריאות השן. ההדרכות כוללות הרחבת הידע של ההורים, התנסויות חווייתיות בבישול והכנת אוכל בריא, קידום ההנקה, דרבון לשימור הרגלי בריאות חיוביים שהביאו איתם מאתיופיה, סדנאות חווייתיות בנושא צחצוח שיניים ובריאות השן ועוד.

בשלב השני של התכנית, ניתנה הכשרה לגננות וסייעות בגני ילדים ומעונות בעיר ע"י תזונאית הלשכה ורופא השיניים המחוזי. זאת, במטרה להכשירם לקידום והטמעת הנושא בקרב ילדי הגנים והמעונות. התכנית מיושמת בגנים ובמעונות בעיר ומופעלת כריטואל יומי של הילדים הכולל צחצוח שיניים המונחה ע"י המטפלת, הגננת או הסייעת תוך כדי הקראת סיפור ילדים בנושא בריאות השן.

ידוע שהדרך הנכונה ביותר להשפיע על שינוי התנהגות וקידום בריאות היא שילוב של מס' אסטרטגיות. ואכן, אנו רואים היום הפחתה במספר הילדים הזקוקים לטיפול שיניים מורכבים. בשנים האחרונות לא היו פניות לקרן צרכים מיוחדים של תכנית פאקט לסיוע בטיפולי שיניים מורכבים, נושא שלצערנו היה מאד נדרש בשנים קודמות.

בעשור האחרון מתקיימים שיתופי פעולה מבורכים וחשובים בין משרד הבריאות ותונית פאקט. שיתופי פעולה אלה מאפשרים קיום פעילויות קידום בריאות ליוצאי אתיופיה בטיפות החלב, כגון זו שתוארה לעיל, המותאמות לצרכים הייחודיים של הקהילה לקידום הילדים והוריהם.



ראיון קצר עם עמשל יצחק, שיננית במקצועה, מגשרת בטיפת חלב, ומפעילת התכנית 'שיניים מחייכות'

### **מדוע לדעתך התכנית חשובה?**

"מבחינתי, התכנית הינה חלק בלתי נפרד ממני. למדתי שינניות בגלל שאני רוצה להעביר מסר ולשנות הרגלים לא בריאים. ראיתי המון בעיות של שיניים אצלנו בקהילה, בעיקר אצל קטנטנים. קשה לי לראות שבאנו לארץ ישראל והקטנטנים שנולדו כאן, עם בעיות של עששת קשה רק בגלל חוסר מודעות בהיגיינת הפה ותזונה כשבאתיופיה זה לא היה כך. חשוב ללמד את הילדים כבר מגיל צעיר משום שתיווך מסרים בצורה חווייתית מעצים את הלמידה, ואז הכל נשמר.

### **איך הילדים והצוות במעון מקבלים אותך?**

כשאני מגיעה למעון, הילדים שמחים וקופצים. הם יודעים שהולכת להיות פעילות שונה, חווייתית. אני מגיעה עם מודל של 'פה' ואני מעבירה בין כל הילדים את המודל ומסבירה להם כיצד לצחצח. אני מגיעה עם דפי צביעה בנושא ולאחר מכן, אנחנו הולכים לצחצח שיניים. כל 3 חודשים אני מביאה להם מברשת שיניים חדשה.



הצוות שמח שהתכנית נכנסת למעון והם משתפים פעולה. גם כשאני לא נמצאת אני שומעת מהצוות שהוא ממשיך על בסיס יומיומי לקחת את כל הילדים לצחצח אחרי ארוחת בוקר. אני מאוד שמחה על כך. נוסף לכך, העברתי לצוות סדנא בנושא יום הולדת במעון. הדגשתי שאפשר לחגוג עם יותר ירקות ופחות ממתקים...

### **האם את רואה שיפור בקרב ילדי הקהילה בעקבות התכנית?**

כשאני בודקת את הילדים כיום, אני רואה שבשיניים שלהם יש פחות עששת לעומת שנים קודמות. גם כשאני נפגשת עם ההורים הם מספרים לי שהילדים מצחצחים לפני השינה ומתחילים עם יציאת השן הראשונה. אני גם שומעת מההורים על הרגלי התזונה... אין יותר מיץ ממותק בבקבוק. גם אכילת ממתקים מתחילה להיות מבוקרת. עדיין, אני מרגישה שצריך להמשיך ולהתמיד עם התכנית. כי בריאות השיניים צריך לשמר.