

# Barn husker mer enn vi tror – slik bør vi planlegge sedasjon ved tannbehandling

Regina Skavhellen Aarvik, Edel Jannecke Svendsen og Maren Lillehaug Agdal

Sedasjon er et verdifullt hjelpemiddel når uro og angst står i veien for nødvendig tannbehandling hos barn og unge. Men hvordan oppleves behandlingen egentlig for dem som får sedasjon? I en befolkningsstudie av 9- og 17-åringer i Den offentlige tannhelsetjenesten i Hordaland spurte vi barna selv – og fikk svar som bør vekke refleksjon i klinikken. Sedasjon hjelper mange, men den fjerner ikke minnene, og for noen gjør sedasjonen at det blir vanskeligere å si nei.

Rundt ett av ti barn rapporterte at de hadde fått sedasjon for å få utført tannbehandling (13,6 % av 9-åringene og 9,5 % av 17-åringene). Av disse oppga to av tre (67,4 %) at sedasjon gjorde behandlingen lettere i høy eller svært høy grad. Samtidig svarte over halvparten (51,2 %) at de husket behandlingen, og 8,5 % opplevde at det var vanskeligere å si nei under sedasjon. Barn med høy tannbehandlingsangst var oftere blant dem som både opplevde stor nytte av å være sedert, men var også den gruppen som husket mer i etterkant.

Disse funnene minner oss om at sedasjon ikke alene kan skape trygghet. Sedasjon kan dempe uro, men den grunnleggende tilliten må bygges i møtet mellom barn, foresatte og behandler. Barnet må erfare at det blir sett, hørt og tatt på alvor – også når det er redd og også når det er sedert.

For det første bør sedasjon planlegges med utgangspunkt i barnets behov for forutsigbarhet og kontroll. Forklar barnet kort og konkret hvordan sedasjonen ofte vil føles, og understrek at barnet trolig fortsatt vil huske, og at ved behov kan barnet si «stopp». Før timen er det viktig å avtale et tydelig tegn for pause, og at barnet trener på å faktisk klare å bruke tegnet. Ved gjentatte repetisjoner opparbeider du tillit fordi du respekterer tegnet i praksis. Når barnet er sedert

kan du gjerne legge inn små stopp underveis for å bekrefte at barnet fremdeles ønsker å fortsette. Vær rolig og skap en opplevelse som er verdt å huske. Da er det et godt råd å begynne med den enkleste delen av behandlingen og sette små doser av bedøvelsen inntil den virker og en større dose kan settes uten at det er smertefullt. Lytt til tegn på smerte, da kun den som kjenner smerte kan vurdere graden av den.

I tillegg bør barnet få anledning til å snakke om opplevelsen i etterkant. En kort samtale – «Hva fungerte? Hva var vanskelig? Hva gjør vi neste gang?» – kan bidra til å bearbeide inntrykk og styrke barnets følelse av kontroll. Siden mange husker behandlingen, kan slike samtaler være avgjørende for hvordan erfaringen bearbeides og huskes.

For å gjøre gode valg må vi være oppmerksomme på etiske sider ved bruk av sedasjon. Når enkelte barn opplever det vanskeligere å si nei, understreker det behovet for tydelig kommunikasjon og journalnoterte refleksjoner om hvordan samtykke og kontroll ivaretas. Sedasjon skal gjøre tannbehandlingen mulig – ikke redusere barnets mulighet til å uttrykke motstand.

Sedasjon er et nyttig verktøy, men det er måten vi møter barnet på som avgjør om erfaringen blir god. Når vi tar oss tid, forklarer, viser respekt for barnets signaler og avslutter med en opplevelse av mestring, bygger vi trygghet – en trygghet barnet trenger ved fremtidig tannbehandling.

*Denne teksten bygger på funn fra artikkelen: Aarvik RS, Svendsen EJ, Agdal ML. Children's experiences with conscious sedation in dental care: A Norwegian cross-sectional study. Acta Odontol Scand. 2025;84:562–569. doi:10.2340/aos.v84.44807.*

Interessekonflikter: Ingen.

## FORFATTERE

Regina Skavhellen Aarvik, Tannlege, Ph.D

Edel Jannecke Svendsen, Barnesykepleier, Ph.D

Maren Lillehaug Agdal, Barnetannlege, Ph.D.

## REFERANSER

1. Aarvik RS, Svendsen EJ, Agdal ML. Children's experiences with conscious sedation in dental care: a Norwegian cross-sectional study. *Acta Odontol Scand.* 2025;84:562–569. doi:10.2340/aos.v84.44807.
2. Ashley P, et al. Best clinical practice guidance for conscious sedation of children undergoing dental treatment: an EAPD policy document. *Eur Arch Paediatr Dent.* 2021;22:989–1002.
3. Helsedirektoratet. Tannhelsetjenester til barn og unge 0–20 år. Nasjonal faglig retningslinje. Tilgjengelig fra: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/tannhelsetjenester-til-barn-og-unge-020-ar>