

Der Angst die Zähne zeigen

Niemand geht wohl wirklich gerne zum Zahnarzt. Aber manche Menschen fürchten das Sirren der Instrumente und die Hände, die im sensiblen Mundbereich hantieren, so sehr, dass sie den Besuch von vornherein meiden. Aber es gibt Hilfe.

Wer lieber die Anonymität sucht, kann sich unter der Internetadresse www.zahnarzt-angst-forum.de mit Gleichgesinnten austauschen und hier Mut holen.

genommen fühlt und umfassend über die notwendigen Schritte aufgeklärt wird. Vorwürfe über den Zustand der Zähne oder falsche Versprechungen über nicht schmerzende Eingriffe sind fehl am Platz. Besonders im Umgang

mit Kindern sollte der Zahnarzt Gefühl beweisen, denn hier wird der Grundstein für ein vertrauensvolles Verhältnis gelegt.

Doch was tun, wenn das Verhältnis zum Zahnarzt bereits von Angst geprägt ist? Der erste – oft schwierigste – Schritt ist, sich zur eigenen Angst zu bekennen, denn viele Angstpatienten meiden das Thema Zahnarzt unter allen Umständen. Mitunter sogar vor dem eigenen Partner. Genauso wichtig: Den Zahnarzt von der eigenen Angst zu verständigen. Er kann nicht ahnen, dass Sie bereits leiden, wenn Sie nur an den Besuch bei ihm denken. Auch psychotherapeutische Verfahren helfen, die Angst abzubauen. • Text: Anke Mirsch

Trotz Furcht in die Praxis

Nach aktuellen Schätzungen leiden 50 bis 70 Prozent der Bevölkerung in den Industriestaaten unter Angst vor dem Zahnarzt, sechs bis 14 Prozent sogar unter einer Oral- oder Zahnarztphobie. Steht der Besuch beim Zahnarzt an, leiden ängstliche Patienten zwar unter Anspannungen, dennoch sind sie mehr oder weniger gut in der Lage, die notwendigen Behandlungen problemlos über sich ergehen zu lassen. Anders die Phobiker: Allein der Gedanke an eine Zahnarztpraxis oder eine etwaige Behandlung setzt diese Menschen stark unter Leidensdruck. „Phobiepatienten sind im Schnitt seit zehn Jahren

nicht mehr beim Zahnarzt gewesen“, sagt der Berliner Zahnarzt und Psychotherapeut Dr. Alexander Pirk, der sich auf die Behandlung von Angstpatienten spezialisiert hat. Warum die Patienten den Zahnarzt meiden? „Zu den klassischen Befürchtungen der Angstpatienten gehören die Furcht vor Schmerzen, die Scham vor dem Zeigen der Zähne und die Angst vor Vorwürfen“, erklärt Pirk.

Der behandelnde Zahnarzt trägt deshalb eine große Verantwortung, damit Angst erst gar nicht aufkommen kann. Ein vertrauensvolles Verhältnis zwischen Patient und Arzt benötigt aber eine entspannte Atmosphäre, in der sich der Patient ernst

Das können Sie gegen Ihre Angst tun

Endlich ohne Angst zum Zahnarzt – für viele Menschen ein Herzenswunsch. Doch ohne eigene Initiative geht es nicht:

- Sprechen Sie mit einem Menschen Ihres Vertrauens über Ihre Angst! Nur dann können weitere Schritte unternommen werden.
- Informieren Sie Ihren Zahnarzt über Ihre Ängste. Durch Ihre Informationen können Arzt und Praxispersonal sich entsprechend auf Sie vorbereiten.

- Gehen Sie in Begleitung zum Zahnarzt. Das gibt Ihnen zusätzlich Sicherheit.
- Manche Zahnärzte bieten spezielle Behandlungsverfahren für Angstpatienten an, beispielsweise Hypnose oder Vollnarkose (ob eine Kostenübernahme möglich ist, klären Sie am besten mit Ihrer IKK). Hypnose darf jedoch von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen und muss privat abgerechnet werden.

