

Angst vor dem Zahnarzt ?

Wer geht schon gerne zum Zahnarzt? Die meisten Menschen müssen sich dazu überwinden. Aber viele Menschen haben regelrechte Panik vor dem Zahnarzt. Rund 15 Prozent der Bevölkerung leiden darunter und gehen deshalb nur unter großen Ängsten bzw. überhaupt nicht zum Zahnarzt.

Solche Patienten warten meist solange mit dem Zahnarztbesuch, bis sie es vor Schmerzen nicht mehr aushalten und keine Tablette mehr hilft. Häufig ist dann der schmerzende Zahn vereitert oder es hat sich schon ein Abszeß gebildet und der Patient ist geschwollen. In dieser fortgeschrittenen Phase der Erkrankung wirkt die Betäubungsspritze meist schlecht, weil die Resorption aufgrund der Vereiterung reduziert ist. Demzufolge ist die Behandlung für den ohnehin schon ängstlichen Patienten unnötig schmerzhaft und unangenehm. Die Folge davon ist, dass der nächste Zahnarztbesuch aufgrund des negativen Erlebnisses wieder solange aufgeschoben wird, bis der nächste Zahn eitrig ist.

Diesen Kreislauf gilt es zu unterbrechen. Angstpatienten sollten ihren ganzen Mut zusammennehmen und einen Termin beim Zahnarzt vereinbaren, wenn keine akuten Schmerzen vorliegen. Dann erlebt so ein Patient, dass Betäubungsspritzen normalerweise wirklich betäuben und eine schmerzlose Behandlung ermöglichen.

Wenn sich nun ein ängstlicher Patient überwindet, und in der Zahnarztordination anruft, ist es überaus wichtig schon bei der Vereinbarung des Zahnarzttermins der zahnärztlichen Assistentin offen von der Angst vor der Behandlung zu erzählen, damit diese den Zahnarzt vor dem Erstbesuch darüber informieren kann.

Meist ist hilfreich, sich beim ersten Besuch zunächst an die Ordination und die behandelnden Personen zu gewöhnen. Nach Anfertigung eines aufschlussreichen Übersichtsröntgens und der Inspektion im Mund, wird der Zahnarzt dann in Form eines klärendes Gespräches das weitere Vorgehen besprechen. Dann ist der Anfang gemacht und die Behandlung kann beim nächsten Besuch beginnen.

Vor der eigentlichen Behandlung ist es beruhigend, dem Zahnarzt mitzuteilen, wovor man Angst hat.

Wenn die Geräusche von Bohrer die Angst auslösen oder verstärken, sollte man sich ruhig einen Walkman mit der Lieblingsmusik mitnehmen. Diese Geräte sind auch während der Behandlung nicht störend für den Zahnarzt. Viele Patienten fürchten sich einerseits vor Schmerzen. Andererseits macht ihnen die schmerzstillende Spritze aber genauso Angst. Bei solchen Patienten kann man vor dem Einspritzen die Schleimhaut zusätzlich mit einem betäubenden Gel einstreichen, damit der Patient den Stich nicht spürt.

Manche Patienten fühlen sich sicherer, wenn der Arzt ihnen jeden Schritt der Behandlung erklärt, damit nichts Unerwartetes auf sie zukommt. Beruhigend wirkt auch mit dem Zahnarzt ein "Stoppsignal" zu vereinbaren, wenn es zu schmerzhaft oder unangenehm wird.

Jeder Zahnarzt mit Einfühlungsvermögen wird sich bemühen, dem Patienten seine Angst zu nehmen, damit der dringend notwendige Zahnarzttermin nicht nur vereinbart, sondern auch wahrgenommen und nicht wieder abgesagt wird. Denn bei diesen Patienten sind sehr häufig umfangreiche zahnmedizinische Sanierungen notwendig, da sie oftmals viele Jahre keine Zahnbehandlung hatten.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit nach Absprache mit dem Zahnarzt bereits einige Stunden vor der Behandlung ev. ein Schmerzmittel einzunehmen. Nach Rücksprache mit dem Hausarzt ist ev. auch der Einsatz eines Beruhigungsmittels zu überlegen.

Die Zahnmedizin hat sich in den letzten Jahrzehnten deutlich verändert. Die früher oft schmerzhaften Behandlungen gehören der Vergangenheit an. Moderne Stühle erlauben bequemes Lagern des Patienten, die heutigen Spritzensysteme sind schmerzärmer und die verwendeten Medikamente wirken schneller.

In etwa drei Viertel aller Fälle von Zahnbehandlungsangst ist die Traumatisierung auf ein einschneidendes Erlebnis im Kinder- oder Jugendlichenalter zurückzuführen. Für Eltern, die Angst vor Zahnarzt haben, ist es daher wichtig, diese Angst aufgrund eigener schlechter Erfahrungen nicht in Form von negativen Äußerungen an ihre Kinder weiter zu geben.