

Angst vor der zahnärztlichen Behandlung - dagegen kann man etwas tun

Es saßen nicht nur Patienten an diesem 1. April im Hörsaal, um mit Dr. Schmierer der Angst vorm Zahnarzt auf die Spur zu kommen, sondern auch Zahnärzte und Praxismitarbeiterinnen. Ein gutes Zeichen der Annäherung von beiden Seiten an das Problem. Zwar ging Dr. Schmierer besonders auf die Hypnose als „Hilfsmittel“ ein, doch vor allem erreichte er, dass sich die Zuhörer mit der Angst als natürliches Lebenszeichen beschäftigten. Jeder einzelne Angstpatient fand sich nach seiner Einführung in einer recht großen Gemeinschaft wieder – die erste Isolation, die jeder Angstpatient erlebt, war damit abgebaut. Das Publikum erfuhr, was Realangst, Vitalangst und irrationale Angst ist, dass es so genannte Anker braucht, um Angst aufkommen zu lassen. Sein erster Tipp gegen die Angst war folglich, herauszufiltern, welche Sinneswahrnehmung der eigentliche Anker ist. Und den sollte der Zahnarzt auch erfahren.

Dr. Schmierer stellte dem Patienten auch ausführlich die Situation des Zahnarztes dar, in welchen Spielarten, bis hin zu Aggressionen, ihm und seinem Team Patientenangst begegnet. Und ganz gleich, ob der Behandler ebenfalls mit Angst oder mit Abwehr reagiert, ab diesem Punkt ist das Verhältnis Patient – Zahnarzt nachhaltig gestört, ein Behandlungserfolg in die Ferne gerückt. Untersuchungsergebnisse bewiesen, dass der Behandlungserfolg zu 50 Prozent von der positiven Einstellung des Patienten abhängt. Deshalb sollte sich jeder bewusst machen: Jeder bestimmt selbst, wie es ihm ergeht. Und das heißt: Aktiv werden und Entscheidungen treffen: Wie heißt meine Angst? Bin ich allein mit meiner Angst? Wer kann helfen? Kann ich mir auch selbst helfen? Schaffe ich es, allein zum Zahnarzt zu gehen?

Auf keinen Fall, so Dr. Schmierer, finden Behandlungen anderswo als in der Zahnarztpraxis statt. Wer es nicht allein aus dem Haus und zur Praxis schafft, müsste sich zunächst mit Hilfe eines Psychologen mobilisieren lassen, z. B. mit einer ersten Hypnose-Sitzung zu Hause, um danach den Weg in die Praxis anzutreten. Es kommt in jeder Phase darauf an, dass der Patient selbstbestimmt aktiv wird oder entscheidet, um jeden Schritt als Erfolg zu erleben.

Aus diesem Grund ist auch die Vollnarkose aus seiner Sicht eben nicht das Mittel zum Erfolg. Der Patient bleibt passiv, der Körper hat die Nebenwirkungen der Narkose zu verkraften, Schmerzen treten zudem trotzdem auf und risikolos ist die Narkose nie.

Hypnose eignet sich zum Überwinden von Angstzuständen wesentlich besser. Der Patient bleibt während der Behandlung ansprechbar und arbeitet entsprechend mit. Muskeln und Gewebe erschlaffen nicht wie unter Narkose, damit werden Schwellungen und Blutergüsse vermieden. Außerdem kann sich der Patient nach Unterweisung mit Hilfe von Hypnose sehr gut selbst zu Hause vorbereiten, dafür gibt es Entspannungs- und Hypnose-CDs. Das Verfahren eignet sich auch hervorragend für kleine Patienten, selbst wenn sie hyperaktiv sind.

Natürlich kostet dieser Weg Geld, keine Kasse übernimmt Hypnose-Behandlungen. Aber zuerst, damit begann und endete Dr. Schmierer seine Ausführungen, kostet Angst eine Menge (Zahn-)Gesundheit, Lebensfreude und Selbstbewusstsein. Wer sich erfolgreich von seiner Angst vor der zahnärztlichen Behandlung befreit, erlebt sehr oft eine positive Veränderung für weitaus mehr Lebensbereiche.

Allerdings setzt diesen Erfolg aufs Spiel, wer nun wieder für Jahre auf Zahnarztbesuche verzichtet. Außer den auch für das Bonusheft wichtigen jährlichen Kontrolluntersuchungen ist die Professionelle Zahnreinigung eine gute Möglichkeit, regelmäßig Kontakt zur Praxis zu halten, ohne dass der Zahnarzt jedes Mal als Behandler agiert.

Die nächste Veranstaltung „Was kann ganzheitliche und alternative Zahnheilkunde?“ findet am 17. Juni 2006 statt, wie immer im Zahnärzthehaus und mit kostenlosem Eintritt.