

Sind Sie ein Angsthase? Dann sind Sie nicht allein!

Tipps für Menschen mit Zahnarztangst

Hand auf´s Herz – wer geht schon wirklich gern zum Zahnarzt?

Obwohl das Thema Vorsorge in aller Munde ist, gehen die meisten nur hin, wenn es wirklich sein muss. Ein mulmiges Gefühl verspürt fast jeder. Nicht wenige haben jedoch so große Angst, dass sie den oft überfälligen Zahnarztbesuch zu lange vermeiden – mit z. T. gravierenden gesundheitlichen Folgen.

Gehören Sie zu diesem Personenkreis? Ja? – dann können diese Tipps für Sie von Interesse sein:

Wer hilft mir weiter?

Zahnärzte, die sich mit ihrem fachkundigen Team auf die Behandlung von Angstpatienten besonders einstellen, haben Verständnis für Ihre Situation.

Wie spreche ich das Thema an?

Es besteht kein Grund zur Scham. Vielmehr ist wichtig, dass Sie bereits beim Erstkontakt offen über Ihre Ängste sprechen. Sie entlasten sich damit und das Praxisteam kann auf Ihre speziellen Wünsche eingehen. Hierzu zählen eine möglichst angenehme Atmosphäre und kurze Wartezeiten.

Beim Erstgespräch lernt Ihr Zahnarzt Sie und Ihre speziellen Bedürfnisse kennen. Sie selbst bestimmen den Verlauf. Es sollte ohne Zeitdruck und vertrauensvoll erfolgen. Die Zähne werden nur angeschaut und die Therapiemöglichkeiten besprochen. Sie bekommen eine schriftliche Information mit nach Hause und können in Ruhe entscheiden, ob Sie die Therapie beginnen wollen.

Wie geht es weiter?

Ihr Zahnarzt beginnt die Behandlung mit möglichst kleinen Schritten, über die er Sie jeweils informiert. Auf Wunsch legt er kleine Pausen ein. Dies gibt Ihnen ein Gefühl der Sicherheit. Größten Wert wird auf schmerzarme Methoden gelegt, d. h. örtliche Betäubung auch bei kleinen Eingriffen, Schmerzmittel für die Nachversorgung, die Möglichkeit den Patienten unter Narkose zu behandeln (Zusammenarbeit mit Anästhesist).

Zur Entspannung können das Einspielen von Musik oder Filmen (z. B. mit Videobrille) beitragen.

Was bringt mir dieser Etappensieg?

Schritt für Schritt verbessern Sie Ihren Gesundheitsstatus – nicht nur am Gebiss. Schäden an Zähnen und Kiefergelenken können negative Auswirkungen auf Ihren gesamten Körper und Ihr Wohlbefinden haben. Diese werden dauerhaft beseitigt. Wer möchte schon auf das gute Gefühl die Schmerzen endlich los zu sein und wieder beim Lächeln entspannt die Zähne zeigen zu können verzichten?

Dr.med.dent. Lars Albrecht

www.zahnarzt-albrecht-weinheim.de