

Behandlung von Angstpatienten

Sprechen ist die beste Medizin.

Zittern, Schweiß, unruhige Atmung – Angst kann sich auf vielen verschiedenen Wegen äußern. Insbesondere Zahnärzte werden regelmäßig mit diesen Situationen konfrontiert, da viele Patienten eine mehr oder weniger stark ausgeprägte Behandlungsangst haben. Dabei müsse jedoch zwischen einer Zahnarztangst und einer Angst-erkrankung unterschieden werden, stellt Prof. Dr. Nikolaus Michael, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Facharzt für Neurologie, klar.

Der Unterschied liege vor allem im Ausmaß und der Häufigkeit der Symptome. Zeigen sich mehrere und vor allem stark ausgeprägte Anzeichen einer Angst und sorgen bereits Kontrollbesuche von gesunden Zähnen für Panik, liegt mit großer Wahrscheinlichkeit eine Angsterkrankung vor. Insgesamt leiden rund 20 Prozent der Menschen an Angsterkrankungen – jedoch nicht ausschließlich auf Zahnarztbehandlungen bezogen. Jeder Zehnte davon in einem größeren Ausmaß. Kurzum: Schwere Fälle sind relativ selten. Trotzdem ist es wichtig, dass Zahnärzte mit den Ängsten ihrer Patienten umgehen können. Auch dann, wenn Ausmaß und Häufigkeit der Symptome vermeintlich gering sind.

Nicht nur die Zähne, sondern den gesamten Menschen behandeln

Das wichtigste Credo: „Behandeln heißt immer auch, mit dem Patienten zu sprechen“, berichtet Prof. Michael, „wenn Zahnmediziner darauf achten, ist bereits sehr viel getan.“ Denn einer der häufigsten Fehler sei, dass im eng getakteten Terminkalender die Kommunikation mit dem Patienten auf der Strecke bleibe und der Blick des Zahnmediziners ohne Umschweife in den Mund des Patienten gehe. Zudem sollte jeder Behandlungsschritt genau erklärt werden. „Sprechen heißt, eine Beziehung mit dem Patienten einzugehen. Es zeigt, dass nicht nur die Zähne, sondern der gesamte Mensch behandelt wird.“

Auch die Behandlungsatmosphäre sei entscheidend. Bei Möglichkeit sollten Gespräche mit dem Patienten nicht im Behandlungsstuhl, sondern separat an einem Tisch stattfinden. Sollte das nicht möglich sein, sollte das Gespräch trotzdem auf Augenhöhe stattfinden und nicht, wenn der Patient bereits liegt und im schlimmsten Fall schon Behandlungsinstrumente im Mund hat. Dieses Extra an Kommunikation kostet Zeit, aber diese Investition zahle sich im weiteren Behandlungsverlauf aus, erklärt Prof. Michael.

Hektik überträgt sich auf den Patienten

Ebenso entscheidend ist die nonverbale Kommunikation: dem Patienten in die Augen zu schauen, auf eine freundliche Körper-

sprache und Mimik zu achten und vor allem ruhig und behutsam mit dem Patienten umzugehen. Stürmt der Zahnarzt in den Behandlungsraum und schreitet hektisch zur Tat, überträgt sich das auch auf den Patienten – und verschlimmert eine vorhandene Angst. Wichtig ist zudem, dass das Thema offen besprochen wird, sowohl bei der Anamnese als auch im späteren Behandlungsverlauf. „Zahnärzte sollten ihren Patienten direkt ansprechen, wenn ihnen etwas auffällt, das auf eine Behandlungsangst schließen lässt“, so Prof. Nikolaus Michael.

Einer der schwerwiegendsten Fehler im Umgang mit Angstpatienten ist es, ihnen für ihren Gebisszustand Vorwürfe zu machen. Denn die Betroffenen sind sich in aller Regel über den schlechten Zustand ihrer Mundgesundheit bewusst und empfinden meist Scham. Werden jetzt noch vonseiten des Behandlers Schuldgefühle vermittelt, ist es deutlich unwahrscheinlicher, dass der Patient noch einmal in die Praxis zurückkommt. „Es geht darum, dem Patienten Mut zu machen“, so Prof. Michael. Das heiße nicht, Dinge zu beschönigen, sondern Probleme nüchtern zu beschreiben und dem Patienten aufzuzeigen, dass sich eine Behandlung lohne.

Trotz aller Behutsamkeit gibt es aber Fälle, in denen eine Behandlung aufgrund einer stark ausgeprägten Behandlungsangst kaum oder nur mit großem Aufwand durchzuführen ist. „In diesen Fällen sollten sich Zahnmediziner nicht davor scheuen, dem Patienten eine Angstbehandlung zu empfehlen.“

Ursachen für Ängste liegen oft in der Kindheit – und lassen sich vermeiden

Das beste Mittel gegen eine Angst vor dem Zahnarzt ist, diese von Beginn an – in der Kindheit – zu vermeiden. Bei der Entwicklung von Ängsten spielen unter anderem Anlagefaktoren eine wichtige Rolle: Einige Menschen sind von Grund auf ängstlicher als andere. Ebenso orientieren sich Kinder an ihren Eltern, sodass sich beste-



hende Ängste von Müttern und Vätern leicht auch auf die Kinder übertragen.

Am wichtigsten ist jedoch die persönliche Erfahrung. Wer in früher Kindheit gute Erfahrungen bei der Behandlung durch den Zahnarzt macht, läuft deutlich seltener Gefahr, Behandlungsängste zu entwickeln.

Aber auch hier ist es entscheidend, ob und wie der Zahnarzt mit dem Kind interagiert. Eine kindgemäße Kommunikation und ein einfühlsames Vorgehen bei der Behandlung sorgen nicht nur dafür, dass sich das Kind in der Praxis wohlfühlt, sondern legen auch langfristige Weichen für angstfreie Behandlungen in der Zahnarztpraxis. Ein Umstand, von dem nicht nur der behandelnde Zahnarzt, sondern auch alle Kollegen, die den Patienten in Zukunft behandeln werden, profitieren. [DTI](#)

Quelle: Zahnärztekammer Nordrhein
Autor: Daniel Schrader



Alkohol, E-Zigaretten, Cannabis

Neuer Bericht von WHO/Europa zeigt besorgniserregende Trends.

Ein neuer Bericht von WHO/Europa zeichnet ein besorgniserregendes Bild des Substanzkonsums unter Jugendlichen in Europa, Zentralasien und Kanada. So hat mehr als die Hälfte der befragten 15-Jährigen bereits mit Alkohol experimentiert, und es ist alarmierend, dass jeder Fünfte in letzter Zeit E-Zigaretten konsumiert hat – die Risiken für junge Menschen liegen auf der Hand. Die neuen Daten aus der Studie zum Gesundheitsverhalten von Kindern im schulpflichtigen Alter (HBSK-Studie) verdeutlichen auch, dass sich die Unterschiede zwischen den Geschlechtern beim Substanzgebrauch verringern, was die Notwendigkeit gezielter Präventionsstrategien unterstreicht. Die langfristigen Folgen dieser Trends sind erheblich, und die Politik kann es sich nicht leisten, diese alarmierenden Befunde zu ignorieren.

Zu den wichtigsten Ergebnissen zählen

- Prävalenz des Alkoholkonsums: Alkohol ist die am häufigsten konsumierte Substanz unter Jugendlichen: 57 Prozent der befragten 15-Jährigen haben mindestens einmal Alkohol probiert, und fast 4 von 10 (37 Prozent) gaben an, in den letzten 30 Tagen Alkohol konsumiert zu haben.
- Popularität von E-Zigaretten: E-Zigaretten sind inzwischen beliebter als herkömmliche Zigaretten: 32 Prozent der befragten 15-Jährigen gaben an, schon einmal E-Zigaretten geraucht zu haben, 20 Prozent von ihnen in den letzten 30 Tagen.

- Trends beim Cannabiskonsum: Der Cannabiskonsum ist leicht rückläufig: Der Anteil der 15-Jährigen, die schon einmal Cannabis konsumiert haben, sank von 14 Prozent (2018) auf 12 Prozent (2022).
- Verringerung der Kluft zwischen den Geschlechtern: Die Unterschiede zwischen den Geschlechtern beim Substanzgebrauch nehmen rasch ab, und Mädchen im Alter von 15 Jahren ziehen beim Rauchen, Alkoholkonsum und E-Zigarettenkonsum mit den Jungen gleich oder sogar an ihnen vorbei.

„Der weitverbreitete Konsum schädlicher Substanzen bei Kindern in vielen Ländern der Europäischen Region und darüber hinaus ist eine ernste Bedrohung für die öffentliche Gesundheit“, sagt Dr. Hans Henri P. Kluge, WHO-Regionaldirektor für Europa. „In Anbetracht der Tatsache, dass sich das Gehirn noch bis Mitte 20 weiterentwickelt, müssen Jugendliche vor den Auswirkungen giftiger und gefährlicher Produkte geschützt werden. Leider sind Kinder heute ständig der gezielten Onlinewerbung für schädliche Produkte ausgesetzt, während die Populärkultur, z. B. Videospiele, diese normalisiert. WHO/Europa arbeitet zusammen mit den Ländern darauf hin, allen jungen Menschen überall den bestmöglichen Start ins Leben zu ermöglichen. Dazu gehört, sie vor giftigen und süchtig machenden Produkten zu schützen, die ihre Lebensqualität in den vor ihnen liegenden Jahren beeinträchtigen könnten.“ [DTI](#)

Quelle: WHO