

Trypanophobie in der Endodontie

Spritzenangst als Behandlungsbarriere.

Für Endodontologen gehört die Lokalanästhesie zu den unverzichtbaren Schritten jeder Behandlung. Doch was tun, wenn Patienten ausgerechnet davor die grösste Angst haben? Die Trypanophobie – die ausgeprägte Angst vor Spritzen – betrifft bis zu zehn Prozent der Bevölkerung. In der Endodontie führt sie häufig zu Terminabsagen, unvollständig durchgeführten Behandlungen und einem erhöhten Risiko für systemische Erkrankungen.

Definition und Epidemiologie

Die Trypanophobie ist eine spezifische Phobie nach ICD-10 (F40.2). Typisch sind vegetative Reaktionen wie Herzrasen, Schweißausbrüche oder Schwindel bis hin zur Ohnmacht. Bis zu zehn Prozent der Bevölkerung sind betroffen, unabhängig von Alter, Geschlecht oder Bildungsgrad.

Psychosomatische Mechanismen – der Teufelskreis der Angst

Hinter der Spritzenangst steckt weit mehr als die Furcht vor Schmerz:

- Kontrollverlust im Behandlungsstuhl
- Traumatische Erfahrungen in der Kindheit
- Beobachtungslernen (ängstliche Eltern als Vorbild)
- Fehlende Aufklärung über den Ablauf

Jede Vermeidung verstärkt die Angst – ein klassischer Chronifizierungsmechanismus.

Medizinische Relevanz für die Endodontie

Endodontische Behandlungen ohne wirksame Lokalanästhesie sind nicht möglich.

Bei spritzenängstlichen Patienten kommt es häufig zu:

- Abbruch akuter Behandlungen (z. B. Pulpitis, Abszess)
- unzureichender Schmerzausschaltung trotz Injektion
- chronischen Infektionsherden mit Risiken wie Endokarditis oder diabetischen Entgleisungen

Für Endodontologen bedeutet dies nicht nur medizinische, sondern auch organisatorische Herausforderungen: Zeitverlust, höhere Belastung für das Team, erschwerte Patientenbindung.

Evidenzbasierte Therapieansätze

Die Behandlung der Trypanophobie basiert vor allem auf kognitiver Verhaltenstherapie (KVT):

- **Expositionstherapie:** Schrittweise Konfrontation (Bild ▶ Video ▶ reale Spritze)
- **Kognitive Umstrukturierung:** Irrationale Gedanken erkennen und ersetzen
- **Entspannungstechniken:** Atemübungen, progressive Muskelrelaxation, Achtsamkeit
- **Psychoedukation:** Transparenz über den Ablauf der Anästhesie
- **Sedierungsoptionen:** Lachgas oder Midazolam – hilfreich, aber nicht kurativ

Strategie	Umsetzung in der Praxis	Nutzen für Patienten
Frühzeitige Erkennung	Angst gezielt im Anamnesebogen abfragen	Patient fühlt sich ernst genommen
Transparente Kommunikation	Schritt-für-Schritt-Erklärung, Stopp-Signal vereinbaren	Reduziert Kontrollverlust, erhöht Vertrauen
Entspannungsübungen	Atemtechniken, progressive Muskelentspannung	Akute Angstreduktion im Behandlungsstuhl
Sedierungsoptionen	Lachgas oder Midazolam bei schweren Fällen	Ermöglicht Durchführung der Behandlung
Positive Nachsorge	Lob, positive Verstärkung, kurze Feedbackgespräche	Erhöht Compliance, stärkt Bindung an die Praxis

Tab. 2: Praxisstrategien gegen Trypanophobie in der Endodontie.

Triggerfaktor	Beschreibung/Wirkung auf Patienten	Klinische Konsequenz
Sicht der Spritze	Allein der Anblick löst Panik oder vegetative Reaktionen aus	Terminabsagen, Verweigerung der Behandlung
Mehrfaches Nachspritzen	Angst verstärkt sich bei wiederholter Injektion	Unzureichende Schmerzausschaltung
Geräusche der Feilen und Bohrer	Sensorische Überlastung, verstärkt Erwartungsangst	Stress, Anspannung, Abbruchgefahr
Dauer der Behandlung	Lange Therapiesitzung ▶ zunehmende Erschöpfung	Sinkende Compliance, erhöhte Abbruchrate
Enge Arbeitssituation im Mundraum	Gefühl von Kontrollverlust, Atemnot	Verstärkte Angstreaktionen, Panikattacken

Tab. 1: Typische Trigger in der Endodontie bei Trypanophobie.

Praxisempfehlungen für Endodontologen

- 1. Frühzeitige Erkennung:** Spritzenangst aktiv im Anamnesebogen abfragen.
- 2. Kommunikation:** Angst enttabuisieren, Stopp-Signal vereinbaren, Transparenz statt Beschönigung.
- 3. Praxis-Setting:** ruhige Atmosphäre, kurze Wartezeiten, gezielte Ablenkung (Musik, Screens).
- 4. Teamschulung:** einheitliche Kommunikation im gesamten Team.
- 5. Terminplanung:** morgens einbestellen, mehr Zeit für Angstpatienten.
- 6. Nachsorge:** positives Feedback – kleine Schritte feiern.

Kinder und Jugendliche – Prävention beginnt früh

- **Sanfte Aufklärung** statt Drohungen.
- **Positive Erfahrungen schaffen:** jede schmerzfreie Spritze als Erfolg hervorheben.
- **Eltern sensibilisieren:** keine eigenen Ängste übertragen.

Frühzeitige positive Erfahrungen sind die beste Prävention.

Digitalisierung und Zukunftsperspektiven

- **Virtuelle Realität (VR):** realistische Simulation von Injektionen in geschütztem Rahmen.
- **Telemedizin:** kurzes Videogespräch vorab reduziert Erwartungsangst.

Gesellschaftliche Bedeutung

Versäumte Impfungen, verzögerte Vorsorgeuntersuchungen und unbehandelte Infektionen sind auch ein Public-Health-Problem.

Eine enttabuisierte Auseinandersetzung mit Spritzenangst ist daher nicht nur im Praxisalltag, sondern auch für die Gesellschaft relevant.

Fallbeispiele

Fall 1: Akute Pulpitis

Eine junge Frau kam mit pochenden Schmerzen am Seitenzahn in die Praxis, in der festen Überzeugung, keine Spritze aushalten zu können. Nach Atemübungen, einem beruhigenden Vorgespräch und transparenter Aufklärung konnte die Behandlung erfolgreich durchgeführt werden.

Fall 2: Jugendliche mit Angststörung

Eine 17-jährige Patientin brach bei Anblick der Spritze in Tränen aus. Durch Lachgas, Atemübungen und Visualisierung gelang eine stressarme Wurzelkanalbehandlung – ein psychologischer Durchbruch für die Patientin.

Fall 3: Erwachsener Angstpatient

Ein 52-jähriger Mann mit multiplen endodontischen Problemen hatte Behandlungen jahrelang vermieden. Nach schrittweiser Desensibilisierung konnte er erstmals regelmässige Termine wahrnehmen und berichtete stolz: «Ich hätte nie gedacht, dass ich das schaffen kann.»

Drei Tipps für den Praxisalltag

- 1. Ansprechen statt ignorieren**
Schon die Frage: «Haben Sie Erfahrungen mit Spritzenangst?» öffnet Türen und baut Vertrauen auf.
- 2. Kleine Schritte statt Überforderung**
Schrittweise vorgehen, vom Zeigen der Kanüle über eine Testinjektion bis zur eigentlichen Behandlung.
- 3. Positive Erfahrungen verstärken**
Ein kurzes Lob («Das haben Sie grossartig gemacht») nach einer gelungenen Anästhesie kann langfristig die Einstellung des Patienten verändern.

Fazit

Trypanophobie ist keine Randerscheinung, sondern tägliche Realität in der Endodontie.

Wer die Angst seiner Patienten ernst nimmt, gewinnt nicht nur Behandlungssicherheit, sondern auch langfristiges Vertrauen und damit einen entscheidenden Vorteil im Praxisalltag. [DT](#)

© Friends Stock – stock.adobe.com

© OEMUS MEDIA AG (Quelle: Dr. Nina Psenicka)



Literatur



Dr. Nina Psenicka
Fachärztin für Oralchirurgie
info@dr-psenicka.com
www.dr-psenicka.com



Infos zur Autorin

© OEMUS MEDIA AG (Quelle: Dr. Nina Psenicka)