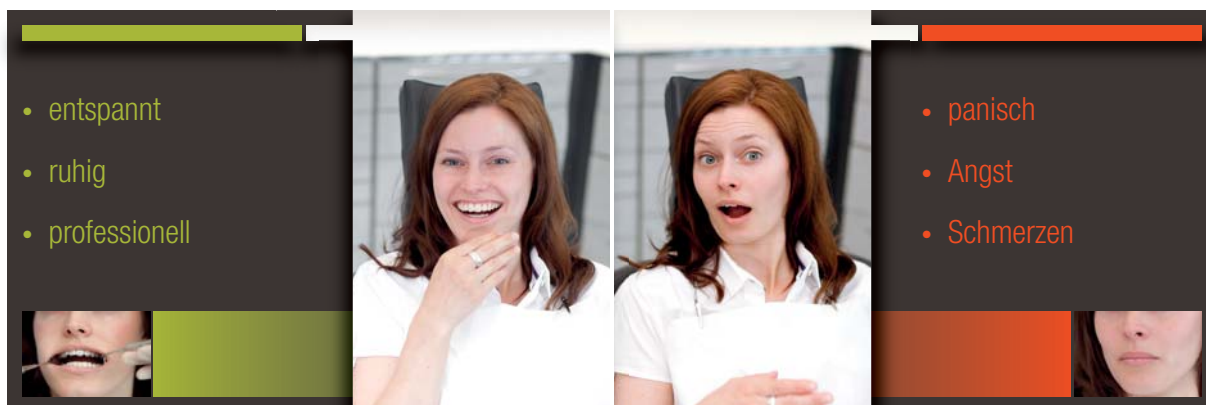


Fragen und Antworten

# Ist der Zahnarzt erschreckender als andere Ärzte?

| Dr. Lea Höfel

An dieser Stelle können unsere Leser der langjährigen ZWP-Autorin Dr. Lea Höfel Fragen im Bereich Psychologie in Bezug auf Patienten, das Team und sich selbst stellen. Die Fragen und Antworten finden Sie dann redaktionell aufbereitet hier wieder. In dieser Ausgabe der ZWP geht es um die Frage, ob und – wenn ja – warum Patienten vor dem Zahnarzt mehr Angst haben als vor anderen Ärzten. Psychologin Dr. Lea Höfel antwortet.



Fotos: © Murat Subatli

In einem Zeitungsinterview zum Thema „Zahnarztangst“ wurde ich vor einigen Tagen gefragt, warum man als Patient schon von Kind auf mehr Angst vor dem Zahnarzt hat als vor anderen Ärzten. Allein die Fragestellung und die damit verbundene Vorannahme der Schrecklichkeit eines Zahnarztes fand ich so interessant, dass ich sie gern in der aktuellen Ausgabe der ZWP aufgreifen möchte. Antwortmöglichkeiten gibt es zwei.

## Instinkt: Mein Mund gehört mir

Grundsätzlich ist beim Zahnarzt alleine durch die Beschäftigung mit und in dem Mund eine gewisse Wahrscheinlichkeit gegeben, den Patienten zu verschrecken. Der Kopf ist für den Menschen

sehr wichtig. Müsste er wählen zwischen „Fuß ab“ und „Kopf ab“, würde er wahrscheinlich den Fuß hergeben. Die Mundregion ist schon von klein auf zuständig für die Nahrungsaufnahme und somit primär relevant für das physische Überleben. Später dient der Mund der Kommunikation, wodurch das psychologische Überleben unterstützt wird. Die körperliche Stellung, die der Patient während einer Zahnbehandlung üblicherweise einnimmt, dient auch nicht gerade dem Wohlfühlfaktor. Von der Natur ist vorgegeben, dass sich ein Lebewesen im Kampf ergibt, indem es sich auf den Rücken legt. Der Gegner lässt von seinem Kontrahenten ab. Beim Zahnarzt werden diese instinktiv verankerten Mechanis-

men regelrecht auf den Kopf gestellt. Der Patient legt sich hin und genau dann „stürzt“ sich der Feind in Form des Zahnarztes auf ihn. Diese bisher aufgeführten Punkte können alle dazu führen, dass ein Zahnarztbesuch als unangenehm empfunden wird, ohne dass überhaupt Bohrer oder Spritze in die Hand genommen wurden. Zum Glück ist es jedem Zahnarzt erlaubt, mit seinen Patienten zu reden um solch instinktive Ängste zu reduzieren. Zudem würde ich den Instinkt auch nicht überbewerten. Menschen stürzen sich an Gummiseilen von Brücken, schwimmen mit Haien und lassen sich ins Weltall schießen. Ich bin mir sicher, dass der Instinkt von all diesen Ideen stärker abtät als von einem Zahnarztbesuch.

**Fokus: Meine Gedanken bestimmen meine Realität**

Ich werde selten gefragt, ob die Angst vor dem Zahnarzt größer ist als vor anderen Ärzten. Die übliche Frage lautet meist, warum dies so ist. Diese Fragestellung zeigt, dass eine fokussierte Vorannahme besteht: der Zahnarzt ist der schrecklichste. Und solange der Patient davon überzeugt ist, wird es auch so sein. Solange der Patient mit Personen redet, die Angst vor dem Zahnarzt haben, wird er seine Angst vermehren. Solange Eltern ihren Kindern Horrorgeschichten erzählen oder überzeugt fürsorglich vor einem Zahnarztbesuch sind, werden die Kinder Angst haben. Solange alle Gedanken um erschreckende Möglichkeiten kreisen, werden diese auch eintreten. Wer Veränderung seiner Vorannahme möchte, darf seinen Fokus ändern. Jeder, der Neues erfahren möchte, sollte Neues tun. Der Patient und alle Menschen könnten anfangen, die po-

sitiven Seiten eines Zahnarztbesuches zu erkennen, zu überdenken und zu multiplizieren.

**Vorgehen**

Wie einfach wären Behandlungen, sobald das Thema Zahnarztangst langsam aus dem Bewusstsein verschwindet? Ich rate Zahnarztpraxen, auf Ursachen, Gründe und Details der Angst ihrer Patienten gar nicht allzu stark einzugehen. Ein bisschen Small Talk zum Thema ist gestattet, damit sich der Patient angenommen fühlt. Doch dann sollte er darüber nachdenken, wie er sich eine entspannte Behandlung vorstellt. Denn sobald er dazu aufgefordert wird, eine entspannte Behandlung zu beschreiben, muss er sie sich erst einmal vorstellen. Und wie wir oben schon bemerkt haben, werden Gedanken Realität. Der Patient beginnt, den Fokus auf die positiven Aspekte zu legen. Das Zahnarztteam beginnt ebenso, den Fokus auf die

positiven Aspekte zu legen. Und letztendlich werden diese dann in der Realität überwiegen.

Ich freue mich auf den Tag, an dem ich im Interview gefragt werde, warum die Patienten lieber zum Zahnarzt gehen als zu anderen Ärzten. Dann kann ich antworten, dass dort eher erkannt wurde, dass der richtige Fokus zum richtigen Ziel führt.

**Schreiben Sie uns Ihre Fragen!**E-Mail: [zwp-redaktion@oemus-media.de](mailto:zwp-redaktion@oemus-media.de)**kontakt.****Dr. Lea Höfel**

Tel.: 08821 7304633

Mobil: 0178 7170219

E-Mail:

[hoefel@psychologie-zahnheilkunde.de](mailto:hoefel@psychologie-zahnheilkunde.de)[www.weiterbildung-zahnheilkunde.de](http://www.weiterbildung-zahnheilkunde.de)

ANZEIGE



Ihr Weg zum Erfolg

# DAISYO

AKADEMIE + VERLAG GMBH

**Annehmen – Umsetzen – Durchsetzen!**

Verpassen Sie nicht die **Fortsetzung** und Erweiterung des **GOZ-Power-Seminars!**

Informieren Sie sich im diesjährigen Frühjahrs-Seminar nicht nur über die umfangreichen Veränderungen die das Jahr 2012 bisher schon gebracht hat – und noch bringen wird, sondern schaffen Sie sich anhand vieler Beispiele aus dem Praxisalltag detaillierte Einblicke in die Abrechnungswelt der Neuen GOZ.

**Seminar**

Berlin	Freitag	25.05.2012	Heidelberg	Dienstag	12.06.2012
Berlin	Mittwoch	13.06.2012	Köln	Mittwoch	23.05.2012
Bremen	Montag	21.05.2012	München	Samstag	30.06.2012
Bremen	Mittwoch	23.05.2012	Nürnberg	Freitag	25.05.2012
Dortmund	Freitag	15.06.2012	Nürnberg	Freitag	29.06.2012
Duisburg	Donnerstag	14.06.2012	Oldenburg	Dienstag	22.05.2012
Düsseldorf/Neuss	Dienstag	22.05.2012	Stuttgart	Freitag	15.06.2012
Düsseldorf/Neuss	Samstag	16.06.2012	Stuttgart	Samstag	16.06.2012
Frankfurt a.M.	Donnerstag	24.05.2012	Überlingen	Mittwoch	13.06.2012
Frankfurt a.M.	Mittwoch	27.06.2012	Würzburg	Donnerstag	28.06.2012

Eine ausführliche Seminarbeschreibung, Anmeldeformular und weitere spannende Seminarthemen finden Sie unter [www.daisy.de](http://www.daisy.de)