

# Leiden lindern mit Psychologie

## Schmerzreduktion in der Endodontie

Gerade in der Endodontie können Schmerzen während der Behandlung häufig nicht vermieden werden. Akute Entzündungen bei Wurzelkanalbehandlungen oder Nerventzündungen erschweren die Betäubung. Dennoch muss gehandelt werden, sodass der Patient um die schmerzhaft Situation nicht herumkommen wird. Schmerzempfinden ist jedoch nicht nur ein sensorisches, sondern durchaus auch ein psychologisches Phänomen, dem der Zahnarzt auf beiden Wegen entgegentreten kann.

Dr. Lea Höfel/Garmisch-Partenkirchen

■ Angst vor Schmerzen ist eine der häufigsten Ursachen für die Angst vor dem Zahnarztbesuch. Die Patienten haben in früheren Situationen Schmerzen während der Behandlung empfunden und möchten nun verständlicherweise den Zahnarzt meiden. Viele Menschen gehen dennoch regelmäßig zum Zahnarzt, andere nur, wenn es unbedingt nötig ist. Handelt es sich um Entzündungen des Zahnervs oder freiliegende Nerven nach einem Zahnunfall, sind die Schmerzen so groß, dass spätestens dann die meisten den Gang in die Praxis wagen. Endodontischen Behandlungen wird mit Argwohn entgegengesehen, die Schmerzerwartung ist hoch und der Patient befindet sich in einer extremen Stresssituation.

Empfinden jedoch durch psychologische Einflüsse. Positive Emotionen, Ablenkungsverfahren, Gerüche oder schöne Bilder können das Schmerzempfinden senken.<sup>2</sup> Die Grundhaltung ist entspannter und die Aufmerksamkeit wird ein wenig von dem Eingriff genommen. Der Patient bildet sich die angenehmere Behandlung jedoch nicht nur ein. Bildgebende Verfahren haben gezeigt,<sup>3</sup> dass im Gehirn dieselben Mechanismen zur Schmerzreduktion ablaufen wie bei medikamentöser Behandlung. Der Schmerz wird also durch psychische Einflüsse aktiv ausgeschaltet.

### Befürchtungen und tatsächlicher Schmerz

Studien haben gezeigt,<sup>1</sup> dass die Erwartung des Schmerzes vor der Behandlung häufig über dem tatsächlich wahrgenommenen Schmerz während der Behandlung liegt. Jüngere Menschen erwarten und verspüren höhere Schmerzen als ältere. Zahnärzte wiederum scheinen die Befürchtungen und Schmerzen ihrer weiblichen Patienten ernster zu nehmen als die der männlichen. Egal ob Patient oder Patientin, das Verständnis des Zahnarztes entspricht jedoch nicht dem berichteten Schmerz – die Zahnärzte scheinen in dieser Hinsicht wenig empathisch zu sein. Daran sollte der interessierte Zahnarzt arbeiten, da Verständnis für die Sorgen und Empfindungen der Patienten schon einen Teil des Schmerzes nehmen können.

### Schmerzreduktion

Die Schmerzen, die während der Behandlung auftreten können, sind sicherlich sensorisch begründbar. Verstärkt wird dieses



Schmerz erhöht sich durch	Maßnahmen
• negative Emotionen	Musik, angenehme Gerüche, Bilder, lustige Filme, Entspannungsverfahren
• Unverständnis des Zahnarztes	Schmerzen ernst nehmen
• Unsicherheit bezüglich der Behandlung	Aufklärung
• Unwissen über den zu erwartenden Schmerz	Aufklärung
• Austausch mit (ängstlichen) Schmerzpatienten	Zeitliche Koordination anpassen

## Umsetzung

Was heißt das nun für den Zahnarzt?

Die Praxisphilosophie und -gestaltung sollte daraufhin ausgerichtet sein, möglichst positive Emotionen zu wecken. Dies beginnt schon beim Geruch, der bei fast jedem Patienten negative Gefühle hervorruft. Lavendel, Zitrone oder Orangenduft haben einen positiven Effekt auf die Wahrnehmung der Praxis.<sup>4</sup> Ruhige Musik im Hintergrund sollte für jeden Zahnarzt umzusetzen sein. Bei sehr starker Angst helfen diese Methoden jedoch wenig, hier müssten Entspannungsverfahren oder gar psychotherapeutische Hilfe in Erwägung gezogen werden.

Versuchen Sie, von der Zeitplanung her zu vermeiden, dass Schmerzpatienten im Wartezimmer zusammensitzen. Schon die Erzählung eines „Mitleidenden“ kann das Schmerzempfinden beim Zuhörer erhöhen.<sup>5</sup>

Manch ein Zahnarzt scheut sich davor, den Patienten vor der Behandlung auf die Schmerzen vorzubereiten. Er befürchtet, dass sich die Angst dadurch noch erhöht. Dies ist jedoch nicht der Fall. Die Angst vor einem bekannten Schmerz ist geringer als die Angst vor dem ungewissen Schmerz.<sup>6</sup> Der Patient ist vor und während der Behandlung ruhiger, zeigt seltener Vermeidungsverhalten und fällt Entscheidungen eher aus logischen Aspekten und weniger aus ängstlichen Erwartungen.

Auch wenn der Zahnarzt der Meinung ist, dass die Schmerzen nicht so groß sein können, sollte er sich das nicht anmerken lassen. Letztendlich ist das Empfinden des Patienten ausschlaggebend für den weiteren Behandlungsverlauf – nicht die Meinung des Zahnarztes. Patient und Zahnarzt werden auf lange Sicht vom reduzierten Schmerzempfinden und der erhöhten Zufriedenheit profitieren. ■

**ZWP online**

Eine Literaturliste steht ab sofort unter [www.zwp-online.info/fachgebiete/endodontologie](http://www.zwp-online.info/fachgebiete/endodontologie) zum Download bereit.

## KONTAKT

**Dr. Lea Höfel**

Diplom-Psychologin

Zugspitzstraße 74

82467 Garmisch-Partenkirchen

Tel.: 0178/717 02 19

E-Mail: [hoefel@psychologie-zahnheilkunde.de](mailto:hoefel@psychologie-zahnheilkunde.de)

Web: [www.psychologie-zahnheilkunde.de](http://www.psychologie-zahnheilkunde.de)



# Das Perfekte Duo



**UltraCal XS**, applikationsfertiges Calciumhydroxid, wird aus der 1,2 ml-Spritze durch einen feinen NaviTip (Ø nur 0,33 mm) blasenfrei in den Wurzelkanal eingebracht, ist röntgensichtbar und wirkt als temporäre Einlage intensiv desinfizierend.

**Citric Acid 20%**, 20prozentiges Zitronensäure-Gel, entfernt Schmierschichten, ist aber auch besonders hilfreich zur Entfernung von Calciumhydroxid-Resten. Wirtschaftlich aus der IndiSpense-Spritze, Applikation mit 1,2 ml-Spritze und beflocktem NaviTip FX.

*Gute Produkte in praxisgerechter Darreichung.  
Typisch Dan Fischer, typisch Ultradent Products!*

## Das Perfekte Duo-Angebot:

Bei Abnahme von 1 x UltraCal XS Kit (€ 62,90) und 1 x 30 ml Citric Acid 20 % (€ 24,90) erhalten Sie 20 NaviTips FX im Wert von € 34,90 **gratis** dazu!

Aktion gültig bis 30.09.2010. Jetzt bestellen!

**ULTRADENT**  
PRODUCTS · USA

UP Dental GmbH · Am Westhoyer Berg 30 · 51149 Köln  
Tel 02203-359215 · Fax 02203-359222 · [www.updental.de](http://www.updental.de)  
Vertrieb durch den autorisierten und beratenden Dental-Fachhandel