

den Patienten beobachten. Er sollte möglichst Wert auf sein Äußeres legen, was man an der Haltung, der Haarpflege, der Kleidung und ähnlichem ablesen kann. Ein Mensch, der gepflegt auftritt, fühlt sich meist wohler in seiner Haut als jemand, der sich hinter der Kleidung und den Haaren versteckt. Gezielte Fragen wie „Wie schätzen Sie Ihre Attraktivität ein?“ oder „Wie wichtig sind Ihnen Attraktivität und schöne Zähne?“ geben weiter Aufschluss.

### Anxiety (Angst, Besorgnis)

Patienten mit Angststörungen, besonders generalisierten (ständiges Angstgefühl) stehen täglich unter psychischem Stress. Ein ästhetischer Eingriff verstärkt dieses Stressgefühl meist, sodass sich der Patient danach schlechter fühlt als vorher. Im Gespräch fällt bei genauem Betrachten meist Unruhe und Angespanntheit auf, was sich in Fußwippen oder verkrampften Händen zeigen kann. Sinnvolle Fragen sind hier „Fühlen Sie sich öfter depressiv oder angespannt?“ oder „Sind Sie häufig gestresst?“

### Fear (Risiken befürchten)

Ein extremes Beschäftigen mit Risiken verdeckt oftmals andere Ängste wie zum Beispiel Versagensängste oder die Angst, nicht akzeptiert zu werden. Diese tiefer liegenden Ängste kann man nur psychologisch betreuen, weshalb der Zahnarzt die falsche Adresse ist. Beobachten kann man, dass der Patient immer wieder auf die Risiken und Schmerzen einer Zahnveränderung zurückkommt. Man kann hier zum Beispiel direkt fragen, wie sich der Patient im Vorfeld informiert hat und ob er schon bei anderen Zahnärzten nachgefragt hat.

### Expectation (Erwartung)

Erhofft sich der Patient umfassende Veränderungen seines Lebens durch schönere Zähne, so mag dies noch der Fall sein, wenn er selbst Zahnarzt ist und so den zukünftigen Patienten als gutes Beispiel voran gehen möchte. In allen anderen Bereichen des Lebens jedoch wird sich das Leben durch ästhetische Zähne wahrscheinlich nicht deutlich ändern. Die Hoffnungen der Patienten, die sich einen Wandel in ihrem Leben wünschen, werden nicht erfüllt. Dies führt letztendlich zu einer Abwertung des Zahnarztes. Auf die Frage, was sich der Patient von dem Eingriff erhofft, ist es durchaus akzeptabel, wenn er mit einer Erhöhung des Selbstwertgefühls rechnet. Antworten wie „sofortiges Glück“, „Lösung eines oder mehrerer Lebensprobleme“ sollte man jedoch mit Vorsicht genießen.

### \_Klare Worte können helfen

Hat der Zahnarzt nun im Vorgespräch psychische Auffälligkeiten bemerkt, so muss dies noch nicht heißen, dass er den Patient sofort zum Psychologen wei-

ter schicken muss. Die in Teil 1 zum Thema „Problempatient“ beschriebenen psychischen Auffälligkeiten wie paranoide Schizophrenie, paranoide Persönlichkeitsstörung, Borderline Persönlichkeitsstörung oder körperdysmorphophobe Störungen sollte er jedoch möglichst nur nach Rücksprache mit einem Psychologen behandeln. Auch sollte er nicht versuchen, selbst Psychologe zu spielen, da er dadurch dieselben Abhängigkeiten erzeugen könnte, die durch eine Zahnbehandlung hervorgerufen würden. Angstpatienten kann er jedoch darauf hinweisen, dass sich die Angst durch die Behandlung zunächst erhöht, da Besuche beim Zahnarzt meist Stress auslösen. Bei depressiven Patienten sollte genau geklärt werden, wo das eigentliche Problem liegt. Ist es wirklich das Aussehen, so kann sich die psychische Verfassung durchaus bessern. Schizoiden Menschen sollte man klar machen, dass Änderungen an den Zähnen nicht dazu führen, dass sie von der Umwelt besser akzeptiert werden. Nur wenn sie sich selbst besser fühlen und offener auf ihre Mitmenschen zugehen, wird sich an ihrem Hauptproblem etwas ändern. Menschen mit abhängiger Persönlichkeitsstruktur sollten sich bewusst machen, ob sie selbst die Maßnahmen wünschen oder ob sie es für jemand anderes tun. Ein solch offenes Gespräch führt häufig dazu, Missverständnisse schon im Vorfeld zu klären, sodass der Patient nicht im Nachhinein die Schuld beim Zahnarzt sucht. Durch das Gespräch wird dem Patienten vermittelt, dass er mit seinen Sorgen ernst genommen wird und er dem Arzt vertrauen kann.

Vom psychologischen Standpunkt aus gesehen ist es also die eingangs erwähnte Kommunikation, die aus einem potenziell unzufriedenen Patienten einen zufriedenen machen kann. Und das sollte ja das Ziel einer jeden Behandlung sein.

*Literaturliste beim Verlag.*

<b>_Autor</b>		<b>cosmetic dentistry</b>
	<b>Lea Höfel</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Diplom-Psychologin</li> <li>– Studium der Psychologie an der Universität Leipzig</li> <li>– Diplomarbeit zum Thema „Ästhetische Schwelle“</li> <li>– Promovendin an der Universität Leipzig zur Experimentellen Ästhetik</li> <li>– schon seit zweitem Semester Forschung in diesem Bereich</li> <li>– internationale Veröffentlichungen und Tagungsbeiträge zu kognitiven Grundlagen der Ästhetik</li> </ul>	

# News und Tipps

## Psychologie

### Verwirrende Farben - Starker Einfluss auf Schmecken, Fühlen und Temperaturempfinden



Farben sind geheime Kräfte, deren Wirkungen im Alltag vielen Menschen nicht bewusst sind. Derselbe Kaffee schmeckt aus einer blauen Kanne mild, aus einer braunen stark und aus einer roten aromatisch. Das haben Farbpsychologen in Tests ermittelt. Auch beim Gewicht verschiedenfarbiger, gleich schwerer Gegenstände verschätzen wir uns je nach Farbe gewaltig. Nur beim neutralen Weiß gelingt eine realistische Schätzung. Gelb, grün, blau und rot empfanden Testpersonen als schwerer. Eine schwarze Drei-Pfund-Kiste wurde im Schnitt mit 5,8 Pfund fast doppelt so schwer geschätzt. Beim Temperaturempfinden schlummert womöglich Energiesparpotenzial: In einem blaugrün gestrichenen Raum ist einem schon bei 15 Grad richtig kalt, in einem orangefarbenen erst bei zwei Grad.

Originaltext: Baby und die ersten Lebensjahre

## Gesundheit

### Jeder Zweite trinkt zu wenig

Ernährungswissenschaftler empfehlen erwachsenen Menschen, täglich zirka zwei Liter Flüssigkeit wie Wasser, Säfte oder Kräutertee zu trinken. Menschen, die viel Sport treiben, in klimatisierten Räumen arbeiten oder gerade eine Diät machen, benötigen sogar noch mehr. Jedoch zeigt eine repräsentative emnid-Umfrage im Auftrag der Essener Krankenkasse ktpBKK, dass etwa die Hälfte der Deutschen (51 Prozent) weniger als zwei Liter Flüssigkeit täglich zu sich nehmen.

Überraschend ist dabei, dass Frauen, die sich normalerweise mehr Gedanken um ihre Gesundheit machen als Männer, weniger als diese trinken: Während 56 Prozent der Männer angeben, dass sie täglich mehr als zwei



Liter Flüssigkeit zu sich nehmen, sind es bei den Frauen nur 42 Prozent. Und je älter sie werden, desto weniger trinken die Deutschen: Trinken 52 Prozent der zwischen 14- und 29-Jährigen mehr als zwei Liter täglich, sind es bei den Menschen über 60 nur 44 Prozent.

Es gibt keine günstigere Medizin als Mineralwasser. Menschen, die dauerhaft zu wenig trinken, riskieren ernsthafte Erkrankungen wie Nierensteine und Thrombosen; bei alten Menschen verringert Wassermangel auch die Denkleistung. Wenn man sicher sein will, dass man immer genug trinkt, sind feste Regeln wie zum Beispiel „zu jeder Mahlzeit ein großes Glas Mineralwasser“ eine gute Lösung.

Originaltext: ktpBKK Essen

## Gesundheit

### Männerrisiko Lärm

Männer leiden unter Lärm stärker als Frauen. Ihr Risiko, einen Herzinfarkt zu bekommen, steigt um ein Drittel, wenn sie in Gebieten mit hohem Verkehrslärm leben. Festgestellt wurde dies in einer Berliner Studie mit mehr als 4.100 Patienten. Bei



Frauen erhöhte sich das Infarktrisiko nicht. Der Krach, der Männern ans Herz geht, muss nicht einmal besonders intensiv sein. Die Untersuchung bezog Menschen ein, die tagsüber mit mehr als 65 Dezibel leben mussten. Dieser Wert kann schon in einem lebhaften Büro erreicht werden. Der Grund für den geschlechtsspezifischen Unterschied ist unbekannt.

Originaltext: Diabetiker Ratgeber

## Risiko

### Unterschätzter Sekundenschlaf

Wer beim Autofahren mit Müdigkeit zu kämpfen hat und dann keine Pause einlegt, setzt sein Leben aufs Spiel. „Der große Irrtum vieler Autofahrer ist, dass sie glauben, Sekundenschlaf könne durch angestrenzte Konzentration vermieden werden“, sagt der Verkehrspsychologe Jürgen Brenner-Hartmann. Wirksame Gegenmittel aber sind nur längere Pausen mit Bewegung an der frischen Luft, ein Schläfchen auf dem Rastplatz oder noch besser: ein Fahrerwechsel.

Originaltext: Apotheken Umschau