ID_Hallo_AP63291847
Breite:230.700mm - Höhe:15.000mm

Wenn die Angst zu groß ist

Jeder Zehnte scheut selbst bei Schmerzen den Gang zum Zahnarzt

Von Mareike Lindemann

Ohne irgendeinem Zahnarzt etwas Böses zu wollen: Aber der Besuch in deren Praxis gehört doch wohl zu jenen, auf die ein jeder nur allzu gerne verzichten würde.

Skepsis und Unbehagen begleiten so gut wie jeden Zahnarztbesuch: Zehn Prozent der Bevölkerung scheuen sich gar bei Schmerzen vor dem Besuch beim Zahnarzt. **Fotos: DAK/aboutpixel.de**

Gar keine Frage", bestätigt Dr. Thomas Wietzorke, „über 90 Prozent empfinden dabei ein Unbehagen." Wietzorke gehört selbst zu der Berufsgruppe der Zahnärzte, hat seine Doktorarbeit zum Thema Psychosomatik in der Zahnheilkunde geschrieben und sich dabei mit der Zahnarztangst auseinandergesetzt.

Ein Thema, das ihm im Praxisalltag fast täglich begegnet. Denn die Phobie vor dem Zahnarzt sei ein weit verbreitetes Phänomen, wie Wietzorke erklärt. „Knapp zehn Prozent der Bevölkerung haben eine übergroße Angst vorm Zahnarzt." Das heißt, diese Gruppe würde sogar Schmerzen und kosmetische Beeinträchtigungen in Kauf nehmen, nur um nicht zum Zahnarzt gehen zu müssen.

Und die Angst vor Bohrer, Zange und Co. kommt nicht von ungefähr. „Zu 80 Prozent ist die Ursache ein traumatisches Kindheits- oder Jugenderlebnis beim Zahnarzt, das sich ins Unterbewusstsein eingebrannt hat", erklärt Wietzorke. Eine sogenannte posttraumatische Belastungsstörung.

Um diese zu bekämpfen, müsse die Ursache an die Oberfläche geholt werden. Es müsse darüber geredet werden.

Und dann, so der Arzt, „muss ich dem Patienten klar machen, dass er im Gegensatz zu früher heute immer Herr der Lage ist". Kein Behandlungsschritt, ohne vorher darüber mit dem Patienten gesprochen zu haben, nichts, was der Angstpatient nicht will. „Er allein entscheidet, was ich tue", erklärt Wietzorke, der mit dieser Methode laut eigener Aussage in 90 Prozent aller Fälle Erfolg hat. Bei ganz schweren Fällen arbeitet er zudem mit einer Psychologin zusammen.

Vertrauen, Kontrolle und das Verständnis, das man mit modernen Methoden die Schmerzen im Griff hat: Diese Punkte seien der Schlüssel zum Erfolg. Und die Tatsache, dass der erste Termin beim Zahnarzt „mit einem Erfolgserlebnis endet". Deshalb werde in der ersten Sitzung zumeist eine professionelle Zahnreinigung durchgeführt und ein Röntgenbild erstellt. Mehr nicht.

Und damit der Besuch beim Zahnarzt vollends zum Erfolg werde, dürfe eine Belohnung nicht fehlen, findet Wietzorke. „Man darf nie vergessen, dass diese Patienten mit dem Besuch beim Zahnarzt einen riesigen Schritt getan haben. Der muss auch entsprechend gefeiert werden." Wichtig sei nur, in der Folge auch den zweiten Schritt zu tun und wiederzukommen. Aber das, so Wietzorke, funktioniere in der Regel sehr gut.

Erster Schritt

Um die Angst vorm Zahnarzt zu reduzieren, rät Dr. Thomas Wietzorke, zunächst von Zuhause aus die Internetseiten potenzieller Arztpraxen zu studieren. Nur wenn dem Angstpatienten das Team sympathisch und vertrauenswürdig erscheine, sollte er diese Praxis auch aufsuchen.

ID_Hallo_AP63291849
Breite:230.700mm - Höhe:45.000mm