

INTERVIEW

«Angst vorm Zahnarzt kann verfliegen»

Auch wenn die Furcht gross ist, sollte man notwendige zahnärztliche Behandlungen nicht hinausschieben. Warum dies so wichtig ist und was den Besuch erleichtern kann, erläutert Dr. Theodor Waldhorn.

Dr. Waldhorn, einige Patienten haben vor einem Zahnarztbesuch so grosse Angst, dass sie die Behandlung lange vor sich herschieben. Kennen Sie diese Situation aus Ihrer Praxis?

Absolut, ich hatte viele Angstpatienten, die zumeist das erste Mal erst dann gekommen sind, wenn es sich bereits um einen Notfall gehandelt hat und es vor Schmerzen keinen Ausweg mehr gab.

Eine Grundregel bei Angstpatienten ist – wenn verschiedene ansteht –, möglichst nicht mit dem Schlimmsten anzufangen, um sie an die Zahnbehandlungen zu gewöhnen. Doch im Notfall ist dies oft nicht mehr möglich, da man mit dem beginnen muss, was die Schmerzen verursacht. Hinzu kommt, dass ich mir bei Angstpatienten zusätzlich gern mehr Zeit nehmen möchte, um mich um sie mit all ihren Bedürfnissen in vollem Umfang kümmern zu können. Diese notwendige Zeit fehlt oft bei Notfallpatienten, da sich diese meistens erst ganz kurzfristig anmelden.

Was raten Sie diesen Patienten?

Auch wenn es schwerfällt, empfehle ich ihnen, so früh wie möglich in die Praxis zu kommen, um nicht in einen Teufelskreis zu gelangen. Denn je länger man wartet, desto grösser der Eingriff. Jede Behandlung ist leichter und einfacher für den Patienten, wenn sie nicht erst durchgeführt wird, wenn der Schaden bereits gross ist. Manchmal hilft es zudem, als psychologische Stütze eine Begleitperson mitzubringen. Bei einem solchen ersten Termin kann dann bei Bedarf auch lediglich untersucht und geredet werden.

Hat es der Angstpatient in die Praxis geschafft, wie geht es dann weiter?

Vor allem ist es für den Patienten wichtig, vor der Behandlung den Zahnarzt über seine Ängste zu informieren. Nur dann ist dieser in der Lage, besser darauf einzugehen. Als Arzt versucht man, noch feiner und sorgfältiger mit ihm umzugehen als mit normalen Patienten und alles besonders gut zu erklären, wenn dies erwünscht ist.

Nicht nur vor, sondern auch in der Behandlung?

Auch währenddessen ist die Kommunikation entscheidend. Viele Patienten möchten wissen, was gerade passiert, um gewisse Schritte nachvollziehen zu können. Mithilfe einer Kamera mache ich Bilder, um mehrere Behandlungsoptionen zu besprechen. Manchmal sieht man erst dann, welches das optimale Vorgehen ist. Mithilfe von Computeranimationen können dem Patienten die Fortschritte in der Zahnmedizin aufgezeigt werden.

Setzen Sie auch Beruhigungsmittel ein?

Bei starken Angstpatienten gibt es die Möglichkeit, Beruhigungstabletten und/oder Lachgas in starker und weniger starker Konzentration zu verabreichen. Die meisten Leute empfinden dies sogar als sehr angenehm. Im Vergleich zu früher ist Lachgas sehr sicher geworden – viele Experten sagen, sogar sicherer als eine normal zahnärztliche Anästhesie.



Blick in den aufgelockerten, sonnigen Himmel – wie Ängste vor dem Zahnarzt von ganz allein verfliegen können.

Lachgas hilft auch bei jenen Patienten, die mit Brechreiz während der Behandlung zu kämpfen haben. Eingriffe in Vollnarkose machen wir nur selten, erst wenn alles andere nicht mehr funktioniert. Das ist die letzte Karte, die man ausspielt. Hierfür braucht es jedoch ein professionelles Narkoseteam, das von extern extra anreist.

Was können die von Ihnen eingesetzten Technologien bewirken, um Patienten Ängste zu nehmen?

Hier ist vor allem die Lasertechnologie zu erwähnen, die aus meinem Arbeitsalltag kaum noch wegzudenken ist. So lassen sich viele Behandlungen sehr fein, schmerzarm und innerhalb kürzerer Zeit durchführen. Mit unserem Laser können wir Zahnfleisch und Hartgewebe wie Zahn und Knochen sehr schonungsvoll bearbeiten.

Die Theorie, weshalb der Laser viel schmerzärmer ist: Die Laserimpulsfrequenz ist so schnell, dass die Nervenzellen mit der Schmerzübertragung nicht nachkommen. Auch für eine Blutstillung kann der Laser zum Einsatz kommen.

Worin liegen die entscheidenden Vorteile gegenüber konventionellen Verfahren?

Zum einen sprechen Patienten von verminderten Schmerzen und Schwellungen. Zum anderen sehen wir dank der Laserbehandlung eine schnellere Wundheilung, bessere Erfolgsaussichten und eine geringere Narbenbildung. Als vorteilhaft erweist es sich zudem, dass die Behandlung blutungsarm ist sowie keine Nähte und kein unangenehmes Vibrieren entstehen. Auch kann man das Zahnfleisch mithilfe des Lasers oft ohne Spritze schneiden, etwa für eine Freilegung von Implantaten oder wenn die Kariesläsion tief unter das Zahnfleisch geht.

Oft haben viele Patienten vor einer betäubenden Spritze mehr Angst als vor dem Bohren. Wie schaffen Sie es, diese Anästhesie weitestgehend schmerzfrei zu setzen?

Wir gehen mit den Patienten so behutsam wie möglich um. Falls eine Spritze nötig ist, können wir diese ganz fein computerunterstützt setzen. Schon oft haben mich die Patienten gefragt, wann die Spritze komme, dabei war diese schon längst injiziert.

Selbst Implantate werden heute immer häufiger computergestützt eingesetzt. Was sind die Gründe dafür?

Ein wichtiger Faktor für den langfristigen Behandlungserfolg ist das richtige Positionieren und Setzen des Implantats. Da kann ein kleinstes Abweichen zu einem Misserfolg führen. Die Computerunterstützung in der Implantologie hilft in vielen Situationen, um das Implantat möglichst exakt, sicher und – was für den Angstpatienten besonders wichtig ist – sehr schonend zu setzen. Darüber hinaus verkürzt sich die Operationsdauer erheblich. Je weniger aufzuschneiden ist, desto sanfter ist der Eingriff und desto weniger Beschwerden gibt es im Nachhinein – Vorteile, die nicht nur Angstpatienten zugutekommen.

Haben Sie noch andere Trümpfe in der Hand, um Angstpatienten die Behandlung zu erleichtern?

Wer möchte, kann, um sich abzulenken, bei uns auch über einen grossen Flachbildschirm an der Decke einen Film in 4K-Qualität oder in 3D anschauen. Ausserdem geben wir dem Patienten jederzeit die Möglichkeit, die Behandlung zu unterbrechen.

Oft beginnt die Angst vor dem Zahnarzt bereits im Kleinkindalter. Woran liegt das?

Da gibt es mehrere Gründe: Früher waren viele Zahnärzte überhaupt nicht sensibilisiert. Kinder, die Angst hatten, wurden während der Behandlung sogar festgehalten. Obwohl sie schrien, wurde häufig weitergemacht. So etwas traumatisiert natürlich. Heute passen zum Glück viele Zahnärzte mehr auf, nicht bereits in der Kindheit ein Zahnarzttrauma zu verursachen, das man das ganze Leben ohne professionelle Hilfe nicht mehr loswird.

Natürlich gibt es alle möglichen Formen und Stufen dieser Zahnarztangst. Wir hatten schon Patienten mit extremster Zahnarztphobie, welche sich gar nicht im Mund berühren lassen wollten oder den Mund nicht mal öffneten. Ich habe auch schon die Erfahrung gemacht, dass Menschen, die als Kind missbraucht wurden, besonders grosse Angst hatten. Natürlich braucht es dann vom behandelnden Zahnarzt eine noch viel einfühlsamere Art.

Was kann ein Zahnarzt tun, damit diese Angst gar nicht erst entsteht?

Für uns Zahnärzte ist die Zahnarztbehandlung und der Zahnarztbesuch Routine. Dabei gilt es, sich immer vor Augen zu halten, dass für die meisten Patienten der Zahnarztbesuch alles andere als Alltag ist.

Natürlich müssen wir Zahnärzte so fein wie möglich arbeiten, keine Schmerzen verursachen, nett zum Patienten sein, gut informieren, aber auch sehr einfühlsam sein. Dazu helfen verschiedene bereits erwähnte Technologien, Techniken und last but not least die Erfahrung, um ein optimales Resultat innerhalb möglichst kurzer Zeit zu erreichen. Auch gute Ablenkungen können hilfreich sein. Besonders Kinder sind oft vom Fernseher derart abgelenkt, dass man kaum mehr mit ihnen sprechen kann.

Vielen ist es peinlich, Angst zu haben. Sie machen sich Vorwürfe, für den Arzt eine Belastung zu sein. Haben Sie diese Erfahrung auch gemacht?

Es ist mir ein ganz besonders grosses Anliegen zu betonen, dass sich diese Patienten für ihre Angst vor dem Zahnarzt nicht schämen sollen und sich deswegen keine Vorwürfe machen dürfen. Denn sie können nichts dafür und oft eigenständig nichts dagegen tun.

Ich persönlich empfinde die Angstpatienten ganz und gar nicht als Last. Ganz im Gegenteil: Wenn ich mein Ziel erreiche, diese Patienten von der Angst zu befreien und ihnen gleichzeitig ein optimales Resultat mit nachhaltig gesunden und schönen Zähnen zu beschreiben, habe ich als Zahnarzt an meinem Beruf besonders viel Freude.



Zahnärzte Brunaupark



IM INTERVIEW

Dr. med. dent. Theodor Waldhorn

Eidg. dipl. Zahnarzt
Mitinhaber Praxis Zahnärzte Brunaupark Zürich

Zahnärzte Brunaupark
Giesshübelstrasse 69
8045 Zürich
T: +41 (0)44 461 00 55

www.zahnaerzte-brunaupark.ch



Eine Patientin, der die Angst vor der Zahnbehandlung genommen werden konnte.