

DIE ANGST VOR DER ZAHNBEHANDLUNG

TEIL 1



von
Dr. Angelika Thiele,
Zahnärztin in Berlin

Auf ihre Gedanken zum Thema „Zahnarzt“ angesprochen, nennen 38,5 % der Befragten „Schmerzen“, 34,5 % „Bohren“ und 15,5 % explizit den Begriff „Angst“, wobei diese wiederum mit Spritzen und Bohren in Verbindung gebracht wird. Als Auslöser für die Angst vor Schmerzen steht der Anblick der Injektionsnadel an 1. Stelle, gefolgt vom tatsächlichen physiologischen Reiz durch die Injektion und dem Geräusch des Bohrers.

Für manche Patienten sind bereits der Anblick des Wartezimmers, des weißen Zahnartztkittels und der spezielle Praxisgeruch bedeutende negative Stimuli. Zu diesen konkreten Angstausschüßern kommt häufig eine diffuse Angst vor dem Ungewissen der Behandlungssituation (Diagnose, eventueller Zahnverlust) sowie die Angst, dem behandelnden Arzt hilflos ausgeliefert zu sein. Die Enge des Körperkontaktes und die behandlungsbedingte Sprachlosigkeit werden als bedrohlich empfunden; manche Patienten befürchten zu ersticken, z. B. während der Abdrucknahme der Oberkiefer- oder Unterkieferzähne. Wieder anders motiviert ist die Angst vor den Kosten oder auch vor dem Gespräch mit dem Zahnarzt. Bei ca. 10 % der Bevölkerung soll die Angst vor der Zahnbehandlung insgesamt so groß sein, daß die Betroffenen erst gar nicht in die Praxis kommen; weitere 10 % haben so große Ängste, daß sie den Zahnarzt nur bei großen Schmerzen konsultieren. Diese Menschen

werden sehr erfinderisch, wenn es darum geht, den lange vereinbarten Termin am Ende doch nicht wahrzunehmen, häufig ohne sich selbst die Angst vor der Behandlung einzugestehen. Notwendige, regelmäßige Zahnarztbesuche unterbleiben – mit allen negativen Folgen für die Mundhygiene und die äußere Attraktivität. Lediglich 5 % der Bevölkerung betreten „angstfrei“ die Zahnarztpraxis.

Eine übertrieben „beängstigende“ Darstellung? Nein, der Praxisalltag bestätigt die Prozentzahlen.

Zur näheren Illustration ein Beispiel aus meiner Praxis:

Eine Patientin fühlt sich nach eigenen Aussagen jedes Mal wie ein kleines Kind, wenn sie zu mir kommt, obwohl zwischen Patientin und Arzt ein offenes Vertrauensverhältnis besteht.

In ihrer Jugend mußte sie aufgrund einer chronischen Erkrankung häufig gespritzt werden. Seit dieser Zeit sind Spritzen für sie eine absolute „Horrorvorstellung“. Zwar weiß sie rational, daß in jeder Sekunde unzählige Menschen ohne irgendwelche nachteiligen Auswirkungen



Spritzen erhalten; auch hat sie in meiner Praxis noch keine negativen Erfahrungen gemacht; die mitgebrachte Angst kann sich jedoch in der konkreten Situation zur Panik steigern.

Wenn es trotz vorbildlicher Zahnpflege doch einmal zu einer umfassenderen Behandlung kommt, setzt für die Patientin ein unkontrollierbarer Prozeß ein, genau genommen ab dem Zeitpunkt, an dem sie von der bevorstehenden Behandlung erfährt. Sie kann nicht mehr schlafen, wird nervös und ihr Tagesablauf gerät durcheinander. Sie möchte sich dazu zwingen, nicht an diesen Termin zu denken und der gegenteilige Effekt tritt ein: Im Fernsehen nimmt sie nunmehr Zahnbürsten- und Zahncremewerbungen wahr. Sie versucht, sich durch Lesen und Musik hören abzulenken, aber immer wieder sieht sie eine überdimensionale Spritze vor ihrem geistigen Auge.

Zum vereinbarten Termin erscheint sie, verkrampft sich aber bereits beim Öffnen der Praxistür und wird kalkblau. Bei fürsorglicher Ansprache beginnt sie unvermittelt zu weinen, weil ihr die gesamte Situation extrem peinlich ist. Der Körper reagiert mit schweißnassen Händen und auch auf die Stirn tritt kalter Schweiß.

Ganz offensichtlich wird die Situation von der Patientin als höchst bedrohlich empfunden, ohne daß die tatsächlichen Ursachen in der gegenwärtigen Behandlung zu suchen wären, ein Phänomen, das mir in meiner langjährigen Praxis häufiger begegnet ist. Oft sind vorangegangene unangenehme Erfahrungen mit der Zahnmedizin verantwortlich für aktuelle Angst- und Schmerzreaktionen.

Auch Aussagen von Freunden und Familienangehörigen wonach „beim Zahnarzt nur Unangenehmes zu erwarten sei“ lösen bei vielen Menschen Ängste vor der Zahnbehandlung aus. Angsterfahrungen werden sogar über Generationen weiter vermittelt. Eltern von sehr ängstlichen Kindern erlebten selbst intensive Zahnbehandlungsängste, die sie auch als Erwachsene nicht ablegen konnten. Die einzelnen Patienten gehen dabei sehr unterschiedlich mit ihrer Angst um. Die einen versuchen sie aufgrund ihres Schamgefühls zu verbergen, andere sprechen offen über ihre Furcht vor speziellen Arbeitsschritten, um den Arzt im Vorhinein zu informieren, wie im oben beschriebenen Fall; wieder andere geraten in einen nahezu unkontrollierbaren Panikprozeß.

Die „Zahnarztangst“ ist aber nicht nur sehr unangenehm für den, der sie am eigenen Körper erfährt; sie hat auch entscheidende negative Auswirkungen auf den gesamten Behandlungsprozeß:

- So kann sie die Behandlung selbst behindern oder verzögern, unter anderem durch die Steigerung des Schmerzempfindens.
- Sie erhöht das Risiko diagnostischer Irrtümer und therapeutischer Fehlgriffe.
- Sie erschwert den Aufbau einer guten Patienten – Arzt – Beziehung, was sich wiederum negativ auf die Behandlungsbereitschaft und den Praxisablauf auswirkt und
- sie stellt eine erhöhte nervliche Belastung für den Patienten und das gesamte Praxisteam dar.

Grund genug, sich mit dem Phänomen „Zahnarztangst“ eingehender auseinanderzusetzen und es auch in einem größeren Kontext zu betrachten!

Angst ist keine Modeerscheinung unserer Zeit, nichts Krankhaftes oder Neurotisches, sondern natürlicher Bestandteil gesunden menschlichen Lebens; sie gehört unvermeidlich dazu. Es mag trösten, daß auch berühmte Persönlichkeiten wie Goethe unter Höhenangst litten; von Freud sind regelrechte Panikanfälle bekannt und Kardinal Ratzinger gestand selbst eine große Zahnangstangst ein.

Angst entsteht aus einer Verbindung recht unterschiedlicher Gefühle. In Abhängigkeit von dem einzelnen Menschen und der Situation setzt sich das Muster der Angst aus den Grundemotionen wie Furcht, Scham, Überraschung, Neugier, Entsetzen oder Ekel zusammen. Die meisten Gefühlslagen, die wir kennen, sind Mischemotionen, vergleichbar mit den Grund-, Misch- und Übergangsfarben in der Farbenlehre. Wegen ihrer vielfältigen Ursachen und Erscheinungsformen gibt es auch keine allgemeingültige Definition des Phänomens „Angst“.

Der biologische Sinn der Angst besteht darin, den Organismus vor Gefahren zu warnen.

Ängstliche Erregung und Besorgtheit treten in Situationen auf, die uns subjektiv bedrohlich oder gefährlich erscheinen und denen wir uns hilflos ausgesetzt bzw. (noch) nicht gewachsen fühlen.