



Zahnarzt-Phobie: nur scheinbar unüberwindlich

Zahnarzt-Phobie: nur scheinbar unüberwindlich

Die wenigsten Patienten können von sich behaupten, ihre Zahnarzttermine mit satter Vorfreude wahrzunehmen. Es gibt nun einmal notwendige Diagnose- und Behandlungsmaßnahmen, die unangenehm sind und manchmal auch Schmerzen verursachen - etwas anderes kann kein Zahnarzt der Welt versprechen. Die Aussicht darauf führt allerdings bei einigen Menschen zu einer Zahnarztangst, die sich bis zur Phobie auswachsen kann. Von einer solchen Angststörung spricht man, wenn das Leben des Betroffenen merklich beeinträchtigt wird. Schon die Vorstellung, sich auf einen Behandlungsstuhl zu setzen und den Mund zu öffnen, erzeugt dann Panikattacken.

Die logische Konsequenz: Zahnarztbesuche wird vermieden, solange es irgend geht. Erst wenn eine Zahnerkrankung unerträglich wird, erscheint der Gang in die Praxis als das kleinere Übel. Und auch dann ist es vielen Patienten nur mit betäubenden Medikamenten (Sedierung) möglich, die übergroße Angst auszublenken. Die verheerenden Folgen für die Zahngesundheit - und davon abstrahlend auch für die allgemeine Gesundheit und für das Sozialleben - kann man sich auch ohne Zahnmedizinstudium ausmalen. Eine Heilung von der "Spritze-und-Bohrer-Phobie" gelingt jedoch selten.

Kognitive Verhaltenstherapie gegen Zahnarztangst

Nun haben Forscher vom King's College in London allerdings Studienergebnisse vermeldet, die Anlass zur Hoffnung geben. Die Lösung heißt kognitive Verhaltenstherapie. "Unsere Studie zeigt, dass die meisten Studienteilnehmer nach durchschnittlich fünf Sitzungen in der Lage waren, sich vom Zahnarzt behandeln zu lassen, ohne dass eine Sedierung nötig gewesen wäre", fasst Studienleiter Tim Newton im "British Medical Journal" zusammen. "Die meisten" bedeutet: rund 80 Prozent der Teilnehmer, eine durchaus beachtliche Erfolgsquote also.

Die kognitive Verhaltenstherapie zielt darauf ab, eingefahrene, aber nachteilige Denk- und Verhaltensmuster aufzubrechen und in eine neue Richtung zu lenken. Im Ergebnis steht eine geänderte Perspektive auf die vormals gefürchteten Phänomene - in diesem Fall also auf die Behandlung beim Zahnarzt.

Im Gegensatz zu Sedierungen bei jedem Termin stellt die Verhaltenstherapie eine nachhaltige Lösung dar, deren Effekt prinzipiell dauerhaft besteht. Fünf Therapiesitzungen erscheinen dafür kaum als unverhältnismäßiger Aufwand. Immerhin geht es (nicht nur) um die Zahngesundheit für den Rest des Lebens.

"Auch mit verhältnismäßig einfacheren Methoden ist es uns gelungen, Patienten, die Angst vorm Zahnarzt zu nehmen", erklärt Dr. Maik Levold, Zahnarzt in Berlin-Wilmersdorf. Dazu zählen unter anderem das Schaffen einer Wohlfühlatmosphäre sowie eine ausführliches Erklären aller Behandlungsschritte. Denn Angst generell ist im Laufe des Lebens erworben und nicht angeboren. Daher gilt es mögliche negative Erfahrungen der Vergangenheit durch positive in der Gegenwart zu ersetzen.

Pressekontakt

Zahnarztpraxis Levold

Herr Dr. Maik Levold
Hohenzollerndamm 82
14199 Berlin-Grünwald

zahnarzt-levold.de/
info@zahnarzt-levold.de

Firmenkontakt

Zahnarztpraxis Levold

Herr Dr. Maik Levold
Hohenzollerndamm 82
14199 Berlin-Grünwald

zahnarzt-levold.de/
info@zahnarzt-levold.de

Unsere Praxis am Hohenzollerndamm 82 in Berlin-Wilmersdorf ist Ihr kompetenter Ansprechpartner für alle zahnmedizinischen Dienstleistungen. Wir bieten unseren Patientinnen und Patienten ein umfassendes Leistungsspektrum:

Freundliche, familiäre Atmosphäre sowie schnelle, auch kurzfristige Terminvergabe
Umfangreiche Diagnostik inklusive Implantatsprechstunde und prothetischer Versorgung
Intraorale Kamera
Prophylaxe für Kinder und Erwachsene
Professionelle Zahnreinigung
Strahlungsarmes digitales Röntgen
Chirurgische Eingriffe (z. B. Entfernung von Lippenbändchen)
Schienentherapie (z. B. für nächtliches Knirschen)
Festsitzender und herausnehmbarer Zahnersatz
Implantatchirurgie und anschließende prothetische Versorgung
Ästhetische restaurative Zahnheilkunde