

Wider die bohrende Angst

Jeder zehnte Patient geht aus lauter Angst nur bei extremen Schmerzen zum Zahnarzt. Dabei gibt es für Angstpatienten spezielle Behandlungen.

VON VERA SOHMER

Magendrücken und ein mulmiges Grummeln im Bauch haben wohl die meisten Menschen, wenn der Zahnarzttermin naht. Völlig normal ist auch, wenn man den Arzt oder die Ärztin mit feuchter Hand begrüsst und sich an der Stuhllehne festkrallt, sobald der Bohrer aufheult. 10 Prozent der Menschen leiden jedoch an Dentophobie, an extremer Zahnarzt-Angst: Sie suchen eine Praxis höchstens auf, wenn die Schmerzen unerträglich geworden sind. Sie zittern vor Angst, bekommen Herzrasen, Schweissausbrüche und Weinkrämpfe, leiden tagelang an Durchfall und Übelkeit – nicht selten bricht ihr Kreislauf zusammen.

Zahnarzt-Angst gräbt sich tief ins Unbewusste ein. Jemand, der als Kind schmerzhaft Behandlungen erleben musste, könne das auch als Erwachsener nicht vergessen, sagt Zahnarzt Christoph Weber aus Schindellegi SZ. Die Ängste können auch von den Eltern übertragen worden sein, oder von älteren Geschwistern. «Und manchmal findet sich einfach keine rationale Begründung, das ist typisch für Phobien», sagt Zahnarzt Markus Schulte aus Luzern, der sich auf Angst-Patienten spezialisiert hat.

Ein Teufelskreis

Die Folgen von Dentophobie können fatal sein. Betroffene gehen nicht zur Vorsorge-Untersuchung, eine notwendige Behandlung schieben sie vor sich her und nehmen bewusst in Kauf, dass die Zähne immer schlechter werden. Entzündungen, Karies machen sich breit – und die Panik wächst. Die Schmerzen werden manchmal so schlimm, dass es ohne Medikamente nicht mehr geht und selbst normales Zähneputzen kaum mehr möglich ist. Sind die kaputten



Gleich tut es weh ... nein: Zahnarzt Markus Schulte hat Vorkehrungen getroffen, dass auch Angstpatienten nicht in Panik geraten und Qualen durchstehen müssen. KEYSTONE

Zähne nicht mehr zu verbergen, trauen sich Betroffene nicht mehr zu lachen, verkrampfen sich beim Sprechen, wagen sich nicht mehr unter die Leute. «Das Schlimmste aber ist, dass Dentophobiker mit kaum jemandem über ihre Angst reden können, ohne ausgelacht zu werden», hat Schulte beobachtet. Es gebe sogar Zahnärzte, die keinerlei Verständnis haben für diese extreme Form der Angst.

Lachgas und Musik

Dabei gibt es Methoden, mit denen sich die Furcht lindern lässt – und manchmal sogar ganz verschwindet. Schulte verwendet Lachgas. Durch eine kleine Nasenmaske atmet der Angstpatient während der Behandlung ein Gemisch aus Lachgas und Sauerstoff ein. Gleichzeitig lauscht er über Kopfhörer entspannende Musik. Angst, Stress und Verspannung lösen sich schon nach kurzer Zeit. Der Patient gleitet hinüber in einen tranceähnlichen Zustand, ist ruhig und hängt seinen Gedanken nach. All das zunächst in einer Probesitzung ohne eigentliche Zahnbehandlung. So lernt der Patient, dass die anstehende Behandlung schmerz- und stressfrei verlaufen wird – die Angst vor der Angst wird abgebaut.

Lachgas gegen Würgereiz

Weitere Vorteile gemäss Schulte: Kleinere Behandlungen sind wegen der schmerzstillenden Wirkung ohne Spritze möglich, und wenn es doch eine braucht, spürt man den Einstich praktisch nicht. Zudem mindert Lachgas den Würgereiz, unter dem viele Angstpatienten leiden. Und das Wichtigste: Mit jeder positiven Erfahrung baut sich die Phobie ein wenig ab. Viele Patienten können mit der Zeit ohne Lachgas behandelt werden. Lachgas hat kaum Nebenwirkungen. Nur selten wird einem Patienten schlecht davon. Eine Behandlung kostet zusätzlich bis zu 200 Franken (andere Methoden siehe Box).

Angst vor der Nasenmaske

Lachgas ist aber nicht für alle Angstpatienten geeignet: «Manche Menschen habe Probleme damit, loszulassen und die Kontrolle über sich ein Stück weit aufzugeben», sagt Schulte. Andere leiden unter Klaustrophobie und fühlen sich durch die Nasenmaske eingeengt. Hier braucht es andere Beruhigungsmittel. Deren Nachteil: Sie wirken

länger nach als Lachgas – der Patient kann nur in Begleitung nach Hause gehen.

TIPPS

Reden Sie mit dem Zahnarzt

- Geben Sie sich gegebenenfalls schon als Angstpatient zu erkennen, wenn Sie einen Termin vereinbaren. So kann sich Ihr Zahnarzt darauf einstellen und mit Ihnen geeignete Behandlungen besprechen. Eine Übersicht der Praxen, die spezielle Methoden für Angstpatienten anwenden, findet sich auf der Homepage der Schweizerische Zahnärztesgesellschaft: www.sso.ch

- Einige Zahnärzte wenden bei Angst-Patienten Hypnose an. Sie dämpft die Angst und das Schmerzempfinden. Patienten werden in leichte Trance versetzt, sie können dabei die Zahnbehandlung aus dem Bewusstsein ausklinken. Meist braucht es ein oder zwei Sitzungen zum Üben. Eine Liste von Hypnose-Zahnärzten findet sich bei der Schweizerischen Ärztesgesellschaft für Hypnose: www.smsch.ch

- Eine Alternative zum Bohrer ist der Laser. «Die Geräte arbeiten leiser und bereiten weniger Schmerzen, sind aber nur für kleinere Reparaturen geeignet», sagt Zahnarzt Christoph Weber. Dasselbe gilt für Ultraschallgeräte. Wer Angst vor dem Bohrer hat, kann nach «Carisolv-Gel» fragen. Das Gel wird auf den kranken Zahn aufgetragen und «frisst» Karies weg. Nachteil: Die Behandlung dauert lange. vs

Eine Vollnarkose wegen Dentophobie wird nur dann verabreicht, wenn wirklich alle anderen Methoden versagt haben und eine Behandlung unumgänglich ist. Der Grund: Abgesehen davon, dass Vollnarkose immer ein gewisses Risiko darstellt, könnten Patienten abhängig werden und sich daran gewöhnen. Selbst einfache Füllungen wären dann nur noch unter Vollnarkose möglich.

Ausserdem lernt der tiefschlafende Angstpatient nicht das, was er eigentlich lernen sollte: die Phobie abbauen und merken, dass eine Behandlung beim Zahnarzt nicht automatisch mit nicht mehr auszuhaltenden Schmerzen verbunden ist.

Und die Schmerzen werden weniger, je regelmässiger man hingetht.

«Dentophobiker können mit kaum jemandem über ihre Angst sprechen, ohne ausgelacht zu werden.»

DR. MED. MARKUS SCHULTE