

# KEINE ANGST VOR DER ZAHNÄRZTIN ODER DEM ZAHNARZT

**Wer kennt es nicht, dieses eigenartige Gefühl, das auch Erwachsene vor einem Besuch bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt beschleicht. Diese Angst, die dann oft auch auf die Kinder übertragen wird. Wir befragen Dr. Thomas Bischof, Geschäftsführer der Zahnprophylaxe Vorarlberg, was Eltern tun können, um der Angst ihrer Kinder vorzubeugen oder sie ihnen zu nehmen.**

## **Kann man Kinder auf einen Besuch bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt vorbereiten?**

**Bischof:** Es ist sogar unbedingt notwendig Kinder frühzeitig auf Besuche bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt vorzubereiten. Beginnen sie schon beim ersten Milchzahn mit dem Zähneputzen. Machen sie die Zahnpflege zum täglichen Ritual. Gewöhnen sie das Kind spielerisch daran seinen Mund zu öffnen und in seinem Mund etwas geschehen zu lassen.

## **Soll man über den Besuch bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt sprechen?**

**Bischof:** Wecken sie die Neugier des Kindes. Sprechen sie mit ihrem Kind am besten schon positiv über einen Besuch bevor er notwendig ist. Bilderbücher, Hörkassetten oder kleine Rollenspiele können hier sehr unterstützend sein.

## **Wann ist der richtige Zeitpunkt?**

**Bischof:** Nehmen sie ihr Kind so früh wie möglich zur Zahnärztin bzw. zum Zahnarzt mit. Lassen sie sich von ihrem Kind zu einer Kontrolluntersuchung begleiten. Dabei kann ihr Kind das Praxisteam, die neue, ungewohnte Umgebung, Geräusche, Gerüche usw. kennenlernen, ohne dabei selbst eine Rolle zu spielen. Möglichst früh, ab etwa 3 bis 4 Jahren, sollte mit professioneller Zahnreinigung bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt begonnen werden. Dadurch gewöhnt sich Ihr Kind an zahnärztliche Behandlung, ohne dass gebohrt wird.

## **Was mache ich, wenn ich selber große Angst vor habe?**

**Bischof:** In diesem Fall ist es besser das Kind einer anderen Bezugsperson anzuvertrauen, die es bei seinen Besuchen bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt begleitet. Auch unterstützen viele Kindergärten mit ihren Besuchen im Dentomobil oder bei Patenzahnärztinnen bzw. -ärzten die Eltern.

## **Wie geschieht diese Unterstützung?**

**Bischof:** Jährlich einmal haben alle Kindergärten und Schulen die Möglichkeit ihren Kindern eine kostenlose Kontrolluntersuchung zu bieten. Besonders beliebt bei den Kindern ist das „Dentomobil“, die fahrende zahnärztliche Praxis, in der nur kontrolliert, aber nicht behandelt wird.

## **Werden die Kinder von ihren Eltern begleitet?**

**Bischof:** Normalerweise nicht. Die Kinder besuchen in kleinen Gruppen zusammen mit ihren Freunden das Dentomobil. So fühlen sich meistens auch ängstliche Kinder sicher und lassen sich mutig ihre Zähne kontrollieren.

**Was mache ich, wenn eine Behandlung notwendig ist?**

**Bischof:** Versuchen sie stets die Angstfaktoren nicht zu betonen. Kinder kommen nicht von alleine auf den Gedanken Angst zu haben. Drohen sie auf keinen Fall mit einer zahnärztlichen Untersuchung, vermitteln Sie ein positives Zahnarzerlebnis.

**Trotz aller Bemühungen bleibt der Mund zu. Was soll ich tun?**

**Bischof:** Geben sie ihrem Kind eine zweite Chance. Vielleicht war die Tagesverfassung nicht gut, die Umgebung zu neu, das Vertrauen noch nicht da.

**Wenn auch weitere Versuche nichts bringen?**

**Bischof:** Versuchen sie es in einer Kinderzahnarztpraxis, die auf die Bedürfnisse der kleinen Patientinnen bzw. Patienten besonders abgestimmt ist.

**Was unterscheidet diese von einer herkömmlichen Praxis?**

**Bischof:** Bei der Kinderzahnärztin bzw. beim Kinderzahnarzt ist alles sehr kinderfreundlich. Das beginnt bei der Größe der Möbel, geht über bunte Kleidung beim Praxisteam, Spielsachen im Warteraum bis hin zu Bildschirmen bei den Behandlungsstühlen.

**Was kann ich bei meiner gewohnten Zahnärztin bzw. Zahnarzt beachten?**

**Bischof:** Geben sie bei der Terminvergabe bekannt, dass ihr Kind vielleicht etwas mehr Zeit braucht und informieren sie sich über schmerzfreie Behandlungsmethoden.

**Welche schmerzfreien Behandlungsmethoden bieten sich für Kinder an?**

**Bischof:** Angefangen von Hypnose, über Mittel zur örtlichen Betäubung, bis hin zur Behandlung unter Vollnarkose gibt es viele Möglichkeiten, die mit der behandelnden Ärztin bzw. dem Arzt abgeklärt werden müssen.

**Sollen Kinder für einen Besuch bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt belohnt werden?**

**Bischof:** Kleine Belohnungen gibt es meistens von der Zahnärztin bzw. vom Zahnarzt. Es ist besser Belohnungen nicht als Druckmittel im Voraus einzusetzen, da diese oft zusätzlichen Stress erzeugen.