

Anamnesebogen für Patienten mit Zahnarztangst

Ein Fragebogen zur Analyse der individuellen Angstauslöser, Stressreaktionen und Zielvorstellungen von Patienten mit Zahnbehandlungsängsten

Christian Rauch, Werner Eberwein

Der Gang zum Zahnarzt ist auch in Zeiten moderner Lokalanästhetika für viele Menschen mit un guten Gefühlen verbunden. Ausgelöst werden diese Angstreaktionen häufig durch frühere Erfahrungen mit (zahn-)ärztlichen Tätigkeiten, die durch negative Vorstellungsbilder noch verstärkt werden. Selten werden dabei die tatsächlich zu erwartenden Situationen richtig eingeschätzt; es genügen die mitgebrachten Fantasien oder die Erzählungen anderer, um selbst die einfachste Behandlung zu Stress werden zu lassen (Chaves u. Brown 1987). Schlechter Schlaf in der Nacht vor dem Termin, Appetitlosigkeit, Engegefühle und Verkrampfungen des Körpers belasten viele Patienten schon bei der Vorstellung einer zahnärztlichen Behandlung (Raith u. Ebenbeck 1986).

Jöhren und Sartory (2002) gehen davon aus, dass lediglich 20 bis 30 Prozent aller Patienten angstfrei zu einer zahnärztlichen Behandlung erscheinen. Die Autoren summieren unter dem Begriff „Zahnbehandlungsangst“ alle psychologischen und physiologischen Ausprägungen eines unangenehmen, aber nicht krankhaften Gefühls, das sich gegen eine vermeintliche oder tatsächliche Bedrohung im Zusammenhang mit einer Zahnbehandlung oder mit ihr verbundener Stimuli richtet. Die wohl deutlichste Konsequenz einer extre-

men Angst vor der Zahnbehandlung ist die völlige Vermeidung notwendiger zahnmedizinischer Versorgung.

Gerade durch das Umgehen der angstauslösenden Situation unterscheidet sich der Patient mit einer Angsterkrankung von einem normal ängstlichen Patienten (Kaufman et al. 1991). Umgekehrt stellt der Umgang mit dieser Klientel eine Belastung für den Behandler dar. 66 Prozent der Zahnärzte geben an, dass die Angst ihrer Patienten ein großes Problem für sie darstelle (Edmonds, D. H., Roosen, R. 1989). Nach einer Studie von Quast (1994) empfinden 81,2 Prozent den täglichen Umgang mit Angstpatienten als mehr oder weniger belastend.

Neben objektivierbaren Verfahren wie biochemischen Messungen von Serotonin oder Katecholaminen und der Erhebung physiologischer Parameter wie Puls, Blutdruck, Hautleitfähigkeit und Atemvolumen gibt es in der Literatur zahlreiche Fragebögen zur Erfassung der Zahnbehandlungsangst und der Zahnbehandlungsphobie. So z. B. das State-Trait-Anxiety-Inventory (STAI) nach Spielberger et al. 1972, die Dental Anxiety Scale (DAS) nach Corah (1969), die Dental Fear Survey nach Kleinknecht et al. (1973), die Dental Cognitions Questionnaire (DCQ) nach de Jongh et al. (1995) sowie der Hierarchische Angstfragebogen nach Jöhren (1999).

Diese Fragebögen versuchen, den individuellen Angstlevel eines Patienten abzubilden, enthalten aber nur unzureichende Informationen darüber, wovon sich der Patient bei einer Zahnbehandlung im Einzelnen fürchtet, und hinterfragen auch nicht, welche Zielvorstellungen der Patient von einer idealen Behandlung hat.

Für den allgemein Zahnärztlich tätigen Zahnarzt ist es aber von entscheidender Bedeutung, die individuell angstauslösenden Faktoren eines jeden einzelnen (Angst-)Patienten zu kennen. Nur so ist er in der Lage, sozusagen befundadäquat eine nahezu „maßgeschneiderte“ Anti-Angst-Therapie anzubieten. Es stellt sich die Frage, welche Möglichkeiten sich dem Zahnarzt aufgrund seiner Ausbildung und unter dem Gebot der Wirtschaftlichkeit bieten. Ein ausführliches Interview steht diametral zu den betriebswirtschaftlichen Erfordernissen einer zahnärztlichen Praxis. Es müssen also Diagnosehilfen erarbeitet werden, die sowohl dem Patienten unter dem speziellen Blickwinkel der Angstanamnese als auch dem Praxisablauf gerecht werden.

Konzept des Angstanamnesebogens

Die ursprüngliche Form des Fragebogens (Abb. 1) beruht auf mündlichen Mitteilungen von Referenten der Universität Amsterdam auf der Jahresta-

Anamnesebogen für Angstpatienten

1. Wie lange haben Sie schon Angst vor dem Zahnarzt?
Was ist Ihre erste (schlechte) Erinnerung an den Zahnarzt?
Was ist dadurch passiert? Wie lange sind Sie nicht beim Zahnarzt gewesen?
2. Wie denken Sie, daß sie so ängstlich geworden sind?
z.B. durch:
 - Geschichten anderer
 - lange, schmerzhaftere Behandlungen
 - Angst vor Injektionen
 - Angst vor dem Bohren
 - Angst vor allen Instrumenten
 - Abneigung vor fremden Händen im Mund
 - nicht zu wissen, was kommen und was geschehen wird
 - unhöfliches oder hartes Auftreten des Zahnarztes
 - Abneigung gegenüber allen Ärzten
3. Wie äußert sich Angst bei Ihnen?
4. Haben Sie auch Angst, zum Allgemeinarzt zu gehen?
5. Was hat der Zahnarzt gegen die Angst getan?
6. Was hat der Arzt gegen die Angst getan
(Hilfe gesucht beim Psychologen, Psychiater)?
7. Was haben Sie selbst gegen die Angst getan?
8. Haben andere Familienmitglieder auch Angst vor dem Zahnarzt?
Vater, Mutter, Bruder, Schwester, (Ehe-) Partner, Kinder?
9. Wie oft putzen Sie Ihre Zähne?
10. Was erwarten Sie von Ihrem Gebiß?
Was würden Sie am liebsten mit Ihren Zähnen machen?
11. Wollen Sie selbst noch etwas fragen?
12. Was denken Sie, ist Hypnose?
13. Was für Hobbys haben Sie?

Quelle: Referenten der Universität Amsterdam, mündliche Mitteilung auf der Jahrestagung der ISH 1988 in Den Haag

gung der International Society of Hypnosis (ISH) in Den Haag 1988 (Schmieder 1993). Mit insgesamt dreizehn offenen Fragen soll dieser Anamnesebogen bei Angstpatienten eine genaue Exploration der angstausslösenden Faktoren ermöglichen. Ein entscheidender Nachteil dieses Bogens liegt in dem erforderlichen Interview mit dem Patienten und dem damit verbundenen hohen Zeitaufwand.

In Anlehnung an diese ursprüngliche Form wurde von den Autoren der vorliegende Münsteraner Angstanamnesebogen entwickelt. Unter pragmatischen Gesichtspunkten sind all jene Beschwerden bzw. angstausslösenden Faktoren aufgelistet, die zur Erfassung des subjektiven Erlebens der Angst des Patienten von Bedeutung sind. Weiterhin besteht an verschiedenen Stellen die Möglichkeit, nicht benannte Items aufzuführen. Eine positive Zielorientierung hin zu einer entspannten Zahnbehandlung sowie Fragen zu Hypnosekenntnissen und zur Ressourcenanamnese runden den Bogen ab. [Abb. 2]

Der Angstanamnesebogen im Detail

Die Eingangsfragen nach der Dauer der Zahnbehandlungsangst und dem letzten Zahnarztbesuch dienen primär zur Einschätzung der Intensität der Zahnarztangst. Eine seit Jahrzehnten bestehende Angst sowie ein mehrjähriges Vermeidungsverhalten sprechen

für eine hohe Ausprägung der Zahnbehandlungsangst im Sinne einer Zahnbehandlungsphobie.

Die Identifizierung der angstauslösenden Faktoren erfolgt über die nächste Frage. Der Behandler ist gut beraten, diese Faktoren besonders zu berücksichtigen. Wird etwa „Schmerz“ vom Patienten als Stressor angegeben, so ist für eine adäquate Schmerzausschaltung zu sorgen. Die richtige Anästhesietechnik verbunden mit der benötigten Anästhesiedosis und insbesondere eine ausreichend lange Einwirkzeit stellen eine lokale Schmerzausschaltung sicher. Vertrauensbildende Maßnahmen vor Beginn der Therapie z. B. in Form eines Vitalitätstests am anästhesierten Zahn können die wirksame Betäubung für den Patienten erfahrbar machen. Behandlungen, bei denen eine vollständige Anästhesie nicht sichergestellt werden kann (Vitallexstirpationen, Extraktionen von Zähnen mit Entzündungszeichen etc.), sind zu Anfang unbedingt zu vermeiden. Über diese Items bekommt der Zahnarzt eine genaue Übersicht, welche Faktoren für den jeweiligen Patienten die Behandlungsangst verursachen. Dies erlaubt es, patientenspezifisch diese Dinge zu vermeiden oder durch alternative Handlungsweisen zu ersetzen.



Zahnarztpraxis
Dr. Christian Rauch
Tätigkeitsbereich
Schweizer Zahnärzte
Erlenstr. 18
39320 Eintracht
Tel: 025 24-753 49
Fax: 025 24-795 15 18
www.zahnkunst.com

Anamnesebogen für Patienten mit Zahnarztängsten

Angst vor dem Zahnarzt habe ich etwa seit: _____

Nicht mehr beim Zahnarzt gewesen bin ich etwa seit: _____

Ich habe Angst vor allem vor:

<input type="radio"/> Schmerz	<input type="radio"/> Bohrergeräusch
<input type="radio"/> Ausgeliefertsein, nichts tun zu können	<input type="radio"/> hektischem Arbeiten
<input type="radio"/> nicht zu wissen, was geschehen wird	<input type="radio"/> langen Behandlungen
<input type="radio"/> Spritzen	<input type="radio"/> langem Warten vor der Behandlung
<input type="radio"/> Bohren	<input type="radio"/> Zahnarztgeruch
<input type="radio"/> Instrumenten	<input type="radio"/> Angst vor der Angst
<input type="radio"/> fremden Händen im Mund	<input type="radio"/> sonstiges, und zwar: _____
<input type="radio"/> unsanftem Verhalten des Zahnarztes	

Meine erste schlechte Erinnerung an den Zahnarzt ist: _____

Die Angst äußert sich bei mir durch:

<input type="radio"/> Schwitzen	<input type="radio"/> Neigung zu Ohnmacht
<input type="radio"/> Zittern, Zitterigkeit	<input type="radio"/> Blässe im Gesicht
<input type="radio"/> Unruhe	<input type="radio"/> kalte Hände und/oder Füße
<input type="radio"/> Herzklopfen	<input type="radio"/> Vermeidung von Zahnarztbesuchen
<input type="radio"/> Schlafstörungen vor der Behandlung	<input type="radio"/> sonstiges, und zwar: _____

Ich habe auch Angst, zu anderen Ärzten zu gehen: ja nein

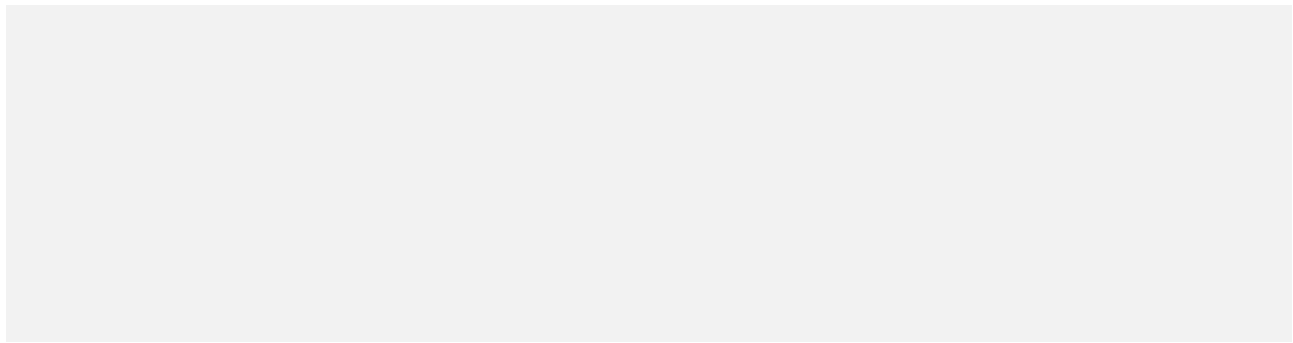
Was der Zahnarzt bisher gegen meine Angst getan hat: _____

Was ich selbst bisher gegen die Angst getan habe: _____

Haben auch andere Familienmitglieder, Ehepartner, Freunde, Bekannte Angst vor dem Zahnarzt?

ja nein Wenn ja, wer? _____

Abb. 2, Seite1



Damit ich mich während einer Zahnbehandlung möglichst sicher und gut aufgehoben fühlen kann, ist es mir besonders wichtig, daß der Zahnarzt:

- mir genau erklärt, was mit meinen Zähnen los ist, und wie die Behandlung abläuft
- mir genau erklärt, was er tut, bevor er es tut
- sich Zeit nimmt
- alles ganz langsam macht
- freundlich und mit ruhiger Stimme mit mir spricht
- sofort mit dem Bohren aufhört, wenn ich „aaa“ sage oder meinen linken Arm hebe
- mich entscheiden läßt, wann er was machen soll
- er mir zeigt, daß er meine Angst versteht
- mir zeitweise beruhigend eine Hand auf meine Schulter legt
- mich abgesehen von dem, was für die Behandlung unbedingt erforderlich ist, nicht berührt
- sonstiges, und zwar: _____

Woran werden Sie merken, daß Sie keine Angst mehr haben? – Oder, anders ausgedrückt:
Woran werden Sie merken, daß es Ihnen bei uns richtig gut geht?
Richtig gut geht es mir, wenn ...

- wenn mein Atem ganz ruhig geht
- wenn ich tief in den Bauch atme
- wenn sich meine Hände / meine Füße gut durchblutet anfühlen
- wenn ich mit meinen Gedanken ganz woanders bin
- wenn ich ein wohliges Gefühl im Bauch habe
- wenn sich mein Nacken und meine Schultern ganz entspannt anfühlen
- wenn mein Herz gleichmäßig schlägt
- in der Nacht vor dem Zahnarztbesuch gut schlafe
- wenn ich ganz ruhig und entspannt daliege
- sonstiges, und zwar: _____

Sind Sie schon einmal hypnotisiert worden? Haben Sie schon einmal eine Hypnose gesehen?

- nein
- ja, und zwar: _____

Ich stelle mir vor, eine Hypnose läuft ungefähr so ab: _____

In meiner Freizeit beschäftige ich mich besonders gerne mit (z.B. Hobbys): _____

In meinem letzten Urlaub war ich in: _____

Nennt der Patient auf die Frage nach der ersten schlechten Erinnerung an einen Zahnarzt (oder besser: an eine Zahnbehandlung) ein konkretes Erlebnis an, gilt es abzuklären, ob dieses ursächlich für die Zahnbehandlungsangst anzusehen ist. Im Falle eines singulären „Zahnarzttraumas“ können bei entsprechender Ausbildung neben den klassischen psychologischen Therapien auch Strategien z. B. des neurolinguistischen Programmierens (NLP) oder des EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) zur Anwendung kommen. Das nächste Item gibt dem Patienten die Möglichkeit, seine Symptome der Zahnbehandlungsangst anzugeben. Zeigt der Patient dann vor oder während einer Behandlung diese Anzeichen, kann ein konkretes Benennen der Körpersprache im Sinne eines Pacings dazu beitragen, den notwendigen Rapport für weitere Interventionen (Leading) zu schaffen.

Die Frage „Ich habe auch Angst, zu anderen Ärzten zu gehen“ hilft bei der Einordnung, ob es sich um ein singuläres Angstgeschehen oder eine eher generalisierte Angststörung handelt. „Was hat der Zahnarzt [Vorbehandler] bisher gegen meine Angst getan?“ Diese Frage gibt Auskunft über bereits angewandte, aber unter Umständen erfolglos gebliebene Strategien der Vorbehandler. Es empfiehlt sich, die verwendeten Techniken genauer zu hinterfragen. Mitunter kommt es vor, dass grundsätzlich

sinnvolle Wege eingeschlagen worden sind, es aber an der notwendigen Konsequenz in der Durchführung ge fehlt hat. „Was habe ich selbst bis her gegen die Angst getan?“ Neben den möglichen Antworten auf diese Frage, z. B. autogenes Training, und den daraus resultierenden Möglich keiten, wie in diesem Fall Elemente des autogenen Trainings als adjuvan ten Behandlungskomfort anzubieten, zielt dieses Item insbesondere darauf ab, die Selbstverantwortlichkeit des Patienten in dessen Bewusstsein zu implementieren. Für eine erfolgrei che Anti-Angst-Strategie ist die ak tive Mitarbeit des Patienten absolut erforderlich.

Häufig genug reichen Erzählungen anderer, selbst ängstlicher Patienten aus, um sich eine Zahnbehandlung als Horrorvision vorzustellen. Zur Identifizierung solcher möglicher „Quellen“ dient die nächste Frage des Angstanamnesebogens.

Die nun folgenden Fragen des Ana mnesebogens erfragen die genaue Zielvorstellung des Patienten für eine stressarme und angenehme Behand lung. Viele Patienten füllen den ersten Teil des Fragebogens mit der Erfas sung der angstauslösenden Fakto ren bzw. der Angstsymptomatik sehr schnell aus. Sie wissen sehr genau, wovor sie Angst haben, wie sich für sie die Angst anfühlt und was sie an körperlichen Symptomen hervorruft. Die wenigsten Angstpatienten haben sich aber schon einmal damit be fasst, was passieren muss, damit sie

sich während einer Zahnbehandlung möglichst sicher und gut aufgehoben fühlen. Die angekreuzten Wahlmög lichkeiten für eine entspannte Zahn behandlung sind die konkreten Hand lungsanweisungen für den Behandler. Der Patient hat sich dabei häufig zum ersten Mal damit auseinandergesetzt, wie er eine Zahnbehandlung als mög lichst angenehm erleben kann. Es er folgt also eine mentale „Umpolung“ der Strategie „Weg-vom-Horror“ in Richtung „Hin-zum-Wohlfühlen“. Die Fortsetzung dieser Vorgehensweise er folgt mit der nächsten Frage: „Woran werden Sie merken, dass es Ihnen bei uns richtig gut geht?“ Hier kann der Patient ganz konkret angeben, woran er feststellt, dass die Zahnbehandlung stressarm abläuft. Es braucht nur we nig kommunikativen Aufwand seitens des Praxisteam, durch entsprechen de Suggestionen z. B. eine ruhige At mung oder körperliche und geistige Entspannung zu induzieren. Einige Fragen zu den Vorstellungen des Patienten über Hypnose und zur Ressourcenanamnese (Hobbys, Ur laubserinnerungen) runden den Fra gebogen ab.

Zusammenfassung

Der Angstanamnesebogen kann leicht von den in Frage kommenden Patienten vor Behandlungsbeginn ausgefüllt werden. Die Form des An kreuzens, wie sie auch zur Erhebung von Allgemeinerkrankungen und ge sundheitlicher Behandlungsrisiken erfolgt, wird in der Regel von den

Patienten akzeptiert. Aus dem Ange bot der speziell entwickelten Symp tomliste, der Zusammenstellung von angstausslösenden Faktoren und den positiv formulierten Zielvorstellungen wird der Patient schöpfen. Vorteilhaft ist, dass damit bereits eine genaue Eingrenzung der möglichen Ursa chen sowie des angestrebten Ideal zustandes erfolgen kann. Dies ist im direkten Gespräch häufig schwierig und vor allem zeitaufwendig. Und so wird dieser Bogen auch der not wendigen Wirtschaftlichkeit gerecht.

Literatur bei den Verfassern



Dr. Christian Rauch
Eckeyst. 18
59320 Ennigerloh
C.A.Rauch@t-online.de
www.zahnkunst.com



Dipl.-Psych. Werner Eberwein
Aachener Str. 27
10713 Berlin
E-Mail werwein@aol.com
www.werner-eberwein.de