

Der ängstliche Patient

Erste Hilfe für Zahnarztphobiker per Mausclick / Innovative Praxen und Aufklärung gefordert



Jan Kießling hat Glück gehabt: Er fand in Falk Wodraschka einen Zahnarzt, der sich auf seine Ängste einstellt und entsprechend vorsichtig, mit Unterstützung eines Psychotherapeuten, an die Behandlung herangeht. Wieviele Praxen in Dresden sich auf Phobiker eingestellt haben, darüber liegen auch der Landes Zahnärztekammer keine Angaben vor. Das heißt für die Betroffenen: suchen, suchen, suchen.
Foto: Dietrich Flechner

Schon Spritzen und Bohrer sorgen dafür, dass fast jeder, der zum Zahnarzt muss, jammert. Dass es dort zu alledem noch unangenehm riecht, hektisch ist, einem spätestens auf dem Behandlungsstuhl die Kontrolle übers Geschehen entzogen wird – all das lässt manche Zeitgenossen trotz heftiger Schmerzen sogar jahrzehntelang auf den Gang zum Zahnarzt verzichten. Menschen mit einer nicht zu beherrschenden Angst vorm Dentisten nennen Fachleute Zahnarztphobiker. Und oft, so die Experten, liegen die Ursachen der Ängste in traumatischen Kindheitserlebnissen beim Zahnarzt.

Muffensausen im Wartezimmer

Die 16-jährige Maika* aus Cossebaude erinnert sich noch genau daran, wie sie mit elf Jahren von ihrer Zahnärztin angeschrien wurde, weil sie ihren Mund nicht öffnen wollte. Jan Kießling hingegen hatte als Kind keine Probleme, regelmäßig zum Zahnarzt zu gehen. Seine Phobie begann, für ihn völlig unerklärlich, als er 20 war. Über ein Jahrzehnt blieb er der Zahnarztliege fern. Nicht, dass er keine Praxis besucht hätte. Im Wartezimmer aber bekam er jedes Mal Muffensausen und machte sich aus dem Staub. Kießling ging zum Psychologen, probierte es dreimal mit Hypnose, suchte nach Selbsthilfegruppen – erfolglos. Entmutigt und ratlos zog er sich in seine vier Wände zurück, ging kaum noch unter Menschen und verkniff sich bei jeder Gelegenheit das Lachen. „Jedes Bewerbungsgespräch war beendet, sobald ich meinen Mund öffnete“, erzählt der 33-Jährige.

Kießlings Leben änderte sich, als er im Internet auf das Forum „Zahnarzt-Angst-Hilfe“ stieß: „Für jemanden mit Problemen, wie ich sie hatte, ist das Forum wie ein guter Freund“, sagt er. Dort konnte er sich anonym mit Gleich-

gesinnten austauschen, fand Auskünfte von Fachleuten, Tipps zu schulmedizinischen sowie alternativen Behandlungsmethoden und schließlich eine Übersicht über Zahnarztpraxen.

Erfahrungsaustausch im Netz

Dieses Internetforum ist vor drei Jahren von Sven Meyer ins Leben gerufen worden. Der 32-jährige Mitarbeiter einer EDV-Firma in der Nähe von Heilbronn engagiert sich nicht – wie man vermuten könnte – aus beruflichen Gründen für Menschen mit Zahnarztangst. Auf die Idee, Ängstlichen virtuelle Hilfe anzubieten, kam er, weil er einen vergleichbaren Fall in der eigenen Familie hatte. Sein Team besteht aus fünf ehrenamtlichen Mitarbeitern, die als Moderatoren den Inhalt des Forums überprüfen und falsch platzierte Texte auf die entsprechende Seite legen. Meyer weiß, dass es auch andere Foren zum Thema im Internet gibt. Den Vorteil seiner Web-Seite sieht er darin, dass sie „von Betroffenen für Betroffene“ geführt wird. Außerdem sei sie gebührenfrei und werde von den meisten Suchmaschinen schnell gefunden. Meyer will Angstpatienten eine erste Anlaufstelle bieten. Angemeldete Mitglieder können hier Erfahrungsberichte ablegen und auf die anderer antworten. Sie können die derzeit aufgelisteten 285 Praxen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz kommentieren sowie neue Praxen empfehlen. Jeder hat Zugang zum Chat-Raum.

Die Chemie muss stimmen

Wie viele Zahnarztphobiker es in Deutschland gibt, ist ungewiss. In Meyers Forum sind aktuell mehr als 3700 Mitglieder registriert – pro Tag, schätzt Meyer, gibt es etwa 2000 Zugriffe und fünf bis zehn Neuanmeldungen – quer durch alle sozialen Schichten und Al-

tersgruppen. „Des Rätsels Lösung ist Ruhe, Zeit und Zuwendung. Der Patient muss das Zepter in der Hand halten, und der Arzt muss begreifen, dass er ein Dienstleister ist. Nur so funktioniert es“, beschreibt Meyer, was er im Forum für Erfahrungen gesammelt hat. Hauptsache sei, dass die Chemie zwischen Arzt und Patient stimmt.

Dem kann Jan Kießling nur zustimmen: Er fand zufällig die Praxis von Falk Wodraschka und damit zum Ende seines Leidens. Kießling wurde erst einmal zu einem lockeren Gespräch in die Laubegaster Praxis eingeladen – an einem Sonnabend. Der Warteraum, so Kießling, habe eher wie ein gemütliches Wohnzimmer ausgesehen. Wodraschka, der auch schon mal den weißen Kittel ablegt und in Jeans und Hemd behandelt, habe sich Zeit genommen, ihm alles ausführlich erklärt. Und ihm Sicherheit gegeben, in ein paar Sitzungen das Wesentliche abzuhandeln, aber die Behandlung jederzeit abbrechen zu können. Die Grundlage für ein vertrauensvolles Verhältnis war geschaffen.

Bei zwei Operationen wurden Kießling etliche kranke Zähne gezogen und durch Implantate ersetzt. Ein Kraftakt, der unter Vollnarkose stattfand. Warum nicht unter Hypnose? Die sei, so Wodraschka, für solche komplexen Eingriffe ungeeignet. Außerdem seien viele Phobiker nicht hypnotisierbar, weil sie sich innerlich nicht entspannen.

Sich vor dem Zahnarztgang einer psychotherapeutischen Behandlung zu unterziehen, dazu rät Thomas Simmich, Facharzt am Universitätsklinikum Dresden. Die Therapie könne ambulant oder stationär erfolgen. Verhaltenstherapeutische Trainingsprogramme bietet Prof. Peter Joraschky an der Medak an, eine unverbindliche Diagnostik im Vorfeld kann bei Prof. Michael Walter von der Poliklinik für zahn-

ärztliche Prothetik in Anspruch genommen werden.

Auch Zahnarzt Wodraschka arbeitet mit einem niedergelassenen Facharzt für Psychologie und Psychiatrie zusammen. Der soll rausfinden, ob Patienten wirklich Phobiker sind, und wenn, ob sie nicht sogar zu den Extremphobikern zählen. Wodraschka plädiert für eine „Zahnbehandlung aus einer Hand“, heißt: Um Angstpatienten Überweisungen zu Spezialisten zu ersparen, die ihn möglicherweise wieder entmutigen könnten, operiert er vieles selber, entfernt Weisheitszähne und setzt Implantate.

Mehr Öffentlichkeit

Jan Kießling hat von diesem Herangehen profitiert. Begeistert trug er Wodraschkas Praxis in die Liste des Internetforums ein, in die es bislang nur eine weitere aus Dresden geschafft hat. Wie viele Praxen insgesamt sich in Dresden auf Phobiker einstellen, ist selbst Sachsens Landes Zahnärztekammer nicht bekannt. Kießling hofft, dass es mehr werden und fordert eine Aufklärung zum Problem Zahnarztphobie bereits an Schulen.

Ein kleiner Schritt zur öffentlichen Aufklärung wird am 1. April 2006 getan. Betroffene können ab 10 Uhr kostenlos in den Hörsaal der Landes Zahnärztekammer auf der Schützenhöhe 11 (Dresden-Neustadt/Nähe Stauffenbergallee) kommen und mit Experten diskutieren. Thema der Veranstaltung: „Angst vor der zahnärztlichen Behandlung – dagegen kann man etwas tun“.

Diana Kirsch, DNN

* Name geändert

www.zahnarzt-angst-hilfe.de
www.uniklinikum-dresden.de
Patientenberatung der Landes Zahnärztekammer Sachsen unter 0351/80 66-275
www.zahnarzt-angst-hilfe.de