

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

Meine erste schlechte Erinnerung an den Zahnarzt ist: _____

Die Angst äußert sich bei mir durch:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Schwitzen | <input type="checkbox"/> Neigung zur Ohnmacht |
| <input type="checkbox"/> Zittern, Zittrigkeit | <input type="checkbox"/> Blässe im Gesicht |
| <input type="checkbox"/> Unruhe | <input type="checkbox"/> kalte Hände und/oder Füße |
| <input type="checkbox"/> Herzklopfen | <input type="checkbox"/> Vermeidung von Zahnarztbesuchen |
| <input type="checkbox"/> Würgen, Erbrechen | <input type="checkbox"/> Schlafstörungen vor der Behandlung |
| <input type="checkbox"/> 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 meine Angst getan habe: _____

Haben auch andere Familienmitglieder, Ehepartner, Freunde, Bekannte Angst vor dem Zahnarzt? Ja nein Wenn ja, wer? _____

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 eine 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.....

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

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