

Anamnesebogen für Patienten mit Zahnarztängsten

Die blau unterlegten Felder bitte so vollständig wie möglich ausfüllen.

Angst vor dem Zahnarzt habe ich etwa seit:

Nicht mehr beim Zahnarzt gewesen bin ich etwa seit:

Ich habe Angst vor allem vor:

- ☐ Schmerz
 - ☐ Ausgeliefertsein, nichts tun zu können
 - ☐ nicht zu wissen, was geschehen wird
 - ☐ Spritzen
 - ☐ Bohren
 - ☐ Instrumenten
 - ☐ fremden Händen im Mund
 - ☐ unsanftem Verhalten des Zahnarztes
 - ☐ Bohrergeräusch
 - ☐ hektischem Arbeiten
 - ☐ langen Behandlungen
 - ☐ langem Warten vor der Behandlung
 - ☐ Zahnarztgeruch
 - ☐ Angst vor der Angst
 - ☐ sonstiges, und zwar:
-

Meine erste schlechte Erinnerung an den Zahnarzt ist:

Die Angst äußert sich bei mir durch:

- ☐ Schwitzen
- ☐ Zittern, Zitterigkeit
- ☐ Unruhe
- ☐ Herzklopfen
- ☐ Schlafstörungen vor der Behandlung ☐ Neigung zu Ohnmacht
- ☐ Blässe im Gesicht
- ☐ kalte Hände und/oder Füße
- ☐ Vermeidung von Zahnarztbesuchen
- ☐ 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?:

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
 - ☐ wenn 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?

☐ ja, und zwar:

☐ nein

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:
