

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:

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

Meine erste schlechte Erinnerung an den Zahnarzt ist:

Die Angst äußert sich bei **mir durch:**

- 0 Schwitzen
- 0 Zittern, Zittrigkeit
- 0 Unruhe
- 0 Herzklopfen
- 0 Schlafstörungen vor der Behandlung
- 0 Neigung zu Ohnmacht
- 0 Blässe im Gesicht
- 0 kalte Hände und/oder Füße
- 0 Vermeidung von Zahnarztbesuchen
- 0 sonstiges, und zwar:

Ich habe auch Angst, zu anderen Ärzten zu gehen:

- 0 ja 0 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
- 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:
