

Anamnesebogen für Patienten mit Zahnarztängsten

Angst vor dem Zahnarzt habe ich etwa seit: _____

Nicht mehr beim Zahnarzt gewesen bin ich seit: _____

Ich habe Angst vor allem vor:

Schmerz	<input type="checkbox"/>
Ausgeliefertsein, nichts tun zu können	<input type="checkbox"/>
Nicht zu wissen, was geschehen wird	<input type="checkbox"/>
Spritzen	<input type="checkbox"/>
Bohren	<input type="checkbox"/>
Instrumenten	<input type="checkbox"/>
Fremden Händen im Mund	<input type="checkbox"/>
Unsanftem Verhalten des Zahnarztes	<input type="checkbox"/>
Bohrergeräusch	<input type="checkbox"/>
Hektischem Arbeiten	<input type="checkbox"/>
Langen Behandlungen	<input type="checkbox"/>
Langem Warten vor der Behandlung	<input type="checkbox"/>
„Zahnarztgeruch“	<input type="checkbox"/>
Angst vor der Angst	<input type="checkbox"/>
Sonstiges _____	<input type="checkbox"/>

Meine erste schlechte Erinnerung an den Zahnarzt ist:

Die Angst äußert sich durch:

Schwitzen	<input type="checkbox"/>
Zittern, Zitterigkeit	<input type="checkbox"/>
Unruhe	<input type="checkbox"/>
Herzklopfen	<input type="checkbox"/>
Schlafstörungen vor der Behandlung	<input type="checkbox"/>
Neigung zur Ohnmacht	<input type="checkbox"/>
Blässe im Gesicht	<input type="checkbox"/>
Kalte Hände und/oder Füße	<input type="checkbox"/>
Vermeidung von Zahnarztbesuchen	<input type="checkbox"/>
Sonstiges _____	<input type="checkbox"/>

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 Familienmitglieder, Ehepartner, Freunde, Bekannte Angst vor dem Zahnarzt?

- ja nein

Wenn ja, wer? _____

Damit ich mich während einer Zahnarztbehandlung 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 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 ich 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 mal eine Hypnose gesehen?

- ja, und zwar: _____
- nein

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

In meiner Freizeit beschäftige ich mich besonders gern mit (z.B. Hobbies):

In meinem letzten Urlaub war ich in:
