



Wer unter Zahnarztphobie leidet, scheut meist den jährlichen Besuch beim Zahnarzt. Die Spätfolgen können gravierend sein.

Dentophobie

Zahnarztangst mit Homöopathie überwinden

Dr. med. dent. Roland Schule

Regelmäßige Kontrollen des Gebisses können Schäden an den Zähnen aufspüren, so dass sie in einem frühen Stadium repariert werden können. Etwa 10 Prozent der Bevölkerung hat jedoch Angst vorm Zahnarzt und selbst Vorsorge ist ihnen ein „rotes Tuch“. Sogar bei akuten Notfallbehandlungen entziehen sie sich schnell wieder der Betreuung. Mit einem einfühlsamen Zahnarzt und der Unterstützung durch Homöopathie lässt sich hier Abhilfe schaffen.

Zugegeben, ein Besuch beim Zahnarzt gehört nicht unbedingt zu den angenehmen und erfreulichen Terminen. Viele Menschen verbinden diesen Schritt mit leidvollen und teils auch schmerzhaften Erinnerungen. Aber für die gewünschte Mundgesundheit sind jährliche Kontrollen und, wenn nötig, auch Behandlungen an Zähnen und Zahnfleisch notwendig. Wer dies ablehnt, schadet sich selbst am meisten und geht das Risiko größerer Komplikationen ein.

Eine Zahnarztphobie zeigt sich nicht nur durch Gefühle von Angst und Panik, sondern auch körperlich: hohe Herzfrequenz, starkes Schwitzen, Nervosität mit Panikattacken, Übelkeit mit Neigung zum Erbrechen, vermehrter Harn- und Stuhl drang, Schlafstörungen etc. Leider betrift ein Großteil davon betroffener Menschen selten oder über Jahre hinweg nie eine Zahnarztpraxis und verpasst so die Chance, die bestehende Angst unter vertrauensvoller Anleitung zu überwinden.

Es gibt verschiedene Gründe, warum die zahnärztliche Behandlungssituation für

Angstpatienten oftmals unangenehm ist: die körperliche Nähe, das Vordringen in sehr intime Bereiche und der Verlust von Kontrolle über das Geschehen. Um eine Gegenstrategie entwickeln zu können, sollten zunächst die angstauslösenden Situationen identifiziert werden. Grundvoraussetzung ist aber, dass der Betreffende in der Praxis erscheint und bereit zur Zusammenarbeit ist.

Wird die Zahnarztphobie im Vorgespräch festgestellt, gibt es viele Möglichkeiten, um die Toleranz für eine Behandlung zu verbessern: z. B. ein vertrauensbildendes Gespräch, langsames Heranführen an eine Behandlungssituation (3-Termine-Strategie), Einsatz von Hypnose, Lokalanästhesie und Vollnarkose. Auch die Hilfe der klassischen Homöopathie sollte hierbei nicht unterschätzt werden. Sowohl für den Patienten als auch für das Behandlungsteam ergeben sich damit oft überraschend gute Behandlungsverläufe. Andere hilfreiche Begleitstrategien sind Akupunktur und in zunehmendem Maße Hypnose und Tranzebehandlungen bei Erwachsenen und Kindern.

Der erste Schritt sollte immer mit einem ruhigen Gespräch in entspannter Atmosphäre, also nicht unbedingt im Behandlungsstuhl selbst, beginnen. Ein persönlicher Kontakt, Kennenlernen der Praxismitarbeiter und der Räume erleichtern die Überwindung der Hemmungen. Wenn sich Patienten ihrer Phobie stellen und Hilfe suchen, dann ist ein langsames Heranführen an eine Behandlungssituation mit kleinen Zumutungen und immer genau abgesprochenen Behandlungsschritten eine gute Möglichkeit.

Mit der „3-Termine-Strategie“ werden Berührungängste abgebaut, Behandlungsgeräte und -Notwendigkeiten erklärt und vorgestellt. Erst danach erfolgt eine eingehende Untersuchung der Mundhöhle mit Erhebung des Zahnstatus und eventuell einer Röntgenaufnahme. Von Notfällen abgesehen, könnte so jeder Besuch in der zahnärztlichen Praxis selbstbestimmt und harmonisch ablaufen. Das Ziel ist ein positives Gefühl am Ende jedes Zahnarztbesuches – im Sinne von „war doch gar nicht so schlimm“ oder „das habe ich doch toll gemeistert“. Danach sollte für das Behandlungsteam klar sein, welche Auslöser individuell eine Rolle spielen: Angst vor erwarteten Schmerzen, Schreck durch Geräusche und Lichtreflexe, zu geringer Abstand bei Körperkontakt etc.

Gespräche und die 3-Termine-Strategie bauen Ängste ab

Mit einer Strategie des Abhärtens würde man das Gegenteil erreichen. Das Mit-Ansehen von Behandlungssituationen bei Familienangehörigen oder Freunden ruft meist bereits Panikgefühle hervor. Eine Gewöhnung an den Besuch einer zahnärztlichen Praxis wird damit nicht erreicht.

In der Homöopathie werden nach dem Ähnlichkeitsgesetz solche Mittel eingesetzt, die beim Gesunden die gleichen Symptome erzeugen wie sie der kranke Mensch schildert: Im Fall der Dentophobie also schneller Puls, Schwitzen, Nervosität mit Panikattacken, Übelkeit mit Neigung zum Erbrechen, vermehrter Harn- und Stuhl drang, Schlafstörungen. Unter den vielen Angst-Mitteln ist *Argentum nitricum* am besten geeignet, in dieser Situation zu hel-

Arzneimittelbeschreibung I

Argentum nitricum

Silbernitrat oder „Höllenstein“ ist in hohen Dosen sehr giftig. Es verursacht Atembeschwerden und schädigt Haut, Nieren, Leber, Milz und Aorta. In der Homöopathie wird dieses Mittel bei nervösen Beschwerden, Verdauungsbeschwerden und verschiedenen Ängsten und Phobien eingesetzt. Einige Schlüssel-symptome sind: ängstlich, reizbar, begleitet von großer nervöser Unruhe; angstbedingte Schweißausbrüche und Herzklopfen; klaustro-

phobische Ängste und Ängste in unbekannt Situationen; Zwang zur Hast und Eile. Menschen, die auf dieses Mittel gut ansprechen, sind oft extrovertiert und herzlich, aber gleichzeitig angespannt und nervös. Ihr Gesicht macht einen vorgealterten Eindruck, die Haut ist blass-grau und unsauber. Durch den Zwang zur Eile ist ihre Sprache schnell und hastig. Sie leben ständig in der bangen Erwartung, etwas Unangenehmes oder Gefährliches könnte jeden Moment passieren.

Gelsemium sempervirens

Der falsche/gelbe Jasmin wächst in Nord- und Mittelamerika. Zur selben Familie gehören Nux vomica, Ignatia, Curare und Spigelia. Diese Kletterpflanze mit ihren duftenden gelben Blüten ist hochgradig giftig und wirkt in hohen Dosen eingenommen atmungs- und muskellähmend. Gelsemium gehört zu den wichtigsten Grippemitteln in der Homöopathie und hilft ebenso bei ängstlichen Gemütszuständen und Furcht vor Operationen.

fen. Die Liste der angstausslösenden Anlässe bei dieser Arznei ist sehr umfangreich und reicht von Erwartungsspannung bei Verabredung, Terminen und Arztbesuchen, Prüfungsangst über die Empfindung, Häuser würden in engen Gassen auf einen herabstürzen, bis zu Beklemmung in engen Räumen, Tunnel oder Röhren (MRT-Gerät). In einem solchen Fall besteht die

Chance für eine Prophylaxe, d. h. bei allen emotionalen Gefühlen und Beschwerden darf in der Homöopathie bereits vorbeugend eine Mittelgabe erfolgen, weil das Ereignis sich ja ankündigt und Tage vorher schon die Stimmung beeinträchtigt. Verordnung: *Arg. nit* C200, abends 2 bis 3 Globuli einnehmen und am Morgen vor dem Arztbesuch wiederholen.

Ein weiteres Mittel bei Dentophobie ist *Gelsemium*, das Zittermittel (siehe Kasten oben). Es ist angezeigt, wenn der Patient zur Behandlung bereit ist, die Lokalanästhesie wirkt, aber er immer wieder neue Ausreden findet, um den Beginn des Eingriffes zu verzögern. Durch innerliche Anspannung und Unruhe signalisiert der Patient eine Schmerz Wahrnehmung, obgleich alle klinischen Zeichen für eine Wirksamkeit der Betäubung sprechen. Verordnung: *Gelsemium* C30 oder C200, 2 bis 3 Globuli in der laufenden Sitzung. Nach fünf Minuten tritt die Entspannung ein und der Patient ist schmerzfrei.

Örtliche Betäubung entspannt Psyche und Muskulatur

Der Einsatz einer Lokalanästhesie wird heute gerne und frühzeitig angeboten und von den Patienten auch nachgefragt. Vorteile für den Behandler sind entspannte Patienten, entspannte Muskulatur im Mundbereich, weniger Speichelfluss, weniger Blutung. Für Kinder mit ausgeprägter Behandlungsunwilligkeit werden umfangreiche Behandlungssitzungen unter Dämmer-schlaf oder Narkose angeboten. Hier wird möglichst eine Vollsanierung von Milch- und Wechselgebiss angestrebt. Leider ändert sich dadurch an der Angst-situation nichts.

Auch die Ankündigung, jetzt eine Betäubungsspritze geben zu müssen, kann eine heftige Phobie auslösen und zum Behandlungsabbruch führen, wie folgendes Beispiel zeigt:

Der 9-jährige Marcel war schon mehrmals zur Untersuchung und Versorgung von kleineren Füllungen in der Praxis. Er zeigt stets gute Behandlungsbereitschaft, redet aber kein Wort und blickt immer nur seine Mutter an. Als sich ein bleibender Zahn unter einem Backenzahn des Milchgebisses zeigt, ohne dass der Vorgänger den Weg frei macht, willigt Marcel stumm ein, als ihm der Vorschlag gemacht wird, den Milchzahn zu entfernen. Aber sobald er die Spritze bemerkt, versuchte er mit aller Kraft zu entkommen. Er wehrt sich, als ginge es um sein Leben. Weil der Zustand nicht sonderlich akut ist, wird die Behandlung abgebrochen und ihm die Notwendigkeit

Arzneimittelbeschreibung II

Silicea

Rein wie ein Bergkristall, von klarer Struktur und kühler Schönheit ist Silicea. In vielerlei Hinsicht ist die Kieselerde verantwortlich für innere Struktur und Festigkeit (Grashalm, Haare, Fingernägel, Zähne). Ein wichtiger Charakterzug für dieses homöopathische Mittel ist das Bestreben, makellos zu sein, keine Fehler machen zu wollen. Deshalb sind Silicea-Menschen sehr fleißige Mitarbeiter und setzen sich energisch für das Gelingen im Team und bei Projekten ein. Sie legen an sich selbst hohe Maßstäbe an und sind sehr ehrgeizig.

Der Silicea-Typ wirkt zerbrechlich, ist mager und sehr fröstelig. Das schwache Selbstbewusstsein wird mit Eigensinnigkeit und Hartnäckigkeit kompensiert.

Eine Besonderheit ist der Respekt vor spitzen Gegenständen, aber gleichzeitig auch eine Faszination für diese. Bekannt ist die Furcht vor Nadeln und Spritzen, aber auch Schreckhaftigkeit und Überempfindlichkeit gegen Geräusche. Weiter ist Silicea bekannt für die Wirkung auf eiternde Prozesse und Absonderungen. Fremdkörper wie Holz- oder Metallsplitter können aus dem Gewebe durch die Haut ausgetrieben werden.

Theridion curassavicum

Die kleine Orangenspinne aus Curaçao sieht wie alle Spinnen sehr schlecht und orientiert sich deshalb an Geräuschen und Erschütterungen. Diese Sinneswahrnehmung spiegelt sich überspitzt als nervöse Hyperästhesie im homöopathischen

Mittel wider und wird folgendermaßen beschrieben: „Geräuschempfindlich; jeder [schrille] Ton dringt durch den ganzen Körper, besonders durch die Zähne [...]. Die Geräusche scheinen auf schmerzhaft Stellen am Körper zu schlagen. [...]. Zahnschmerz, Verschlimmerung durch Geräusche, Berührung, Augenschließen, Erschütterung, Fahren.“

Weiter heißt es in der homöopathischen Literatur: „Extreme Empfindlichkeit gegen Geräusche; agg. (Aggravation = Verschlimmerung) durch das geringste Geräusch; ‚Geräusche fahren durch die Zähne‘. Die Empfindlichkeit erstreckt sich auch auf Vibrationen jeder Art, auf die Erschütterung beim Auftreten, Fahren im Wagen oder auf dem Schiff.“

Autor

Dr. med. dent. Roland Schule,
niedergelassen in ei-
gener Praxis in
Neckarsulm mit

einer kleinen, lokalen Betäubung erklärt. Zum zweiten Termin wird Marcel von seinem Vater begleitet. Der Versuch, eine Betäubung zu setzen, scheitert erneut, trotz massivem Druck seitens des Vaters. Noch auf der Straße hören wir ihn auf den Kleinen energisch einreden. Da es nun Zeit wird, dem nachwachsenden Zahn Platz zu verschaffen, willigen Mutter und Sohn wenige Tage später ein, vor der Betäubung eine homöopathische Arznei einzunehmen. Marcel bekommt drei Globuli *Silicea C200*. Nach fünf Minuten erlaubt Marcel, die Betäubung durchzuführen. Danach kann der Milchzahn ohne Schmerzen und Abwehr gezogen werden. Bei einem späteren Besuch erzählt die Mutter, dass Marcel zu ihr sagte: „Wann gehen wir wieder zu dem Arzt? Die Kügelchen haben mir so gut getan.“

Theridion nimmt die Angst vor Geräuschen

Trotz guter Injektionstechnik erleben Zahnärzte auch Situationen, in denen die klinischen Zeichen für eine Wirksamkeit der lokalen Betäubung sprechen, die Patienten aber trotzdem zusammenzucken, Schmerzen äußern oder völlig erschreckt die Behandlung verweigern. Auf Nachfrage was die Ursache für diese „Schmerzempfindung“ sei, kommt oftmals die Antwort: „Ich kann die Geräusche nicht ertragen. Wenn ich den Bohrer höre, tut es immer weh.“

Eine Patientin äußert bei der zahnärztlichen Untersuchung, dass sie extrem schmerzempfindlich sei. Betäubungsspritzen würden bei ihr nicht helfen. Die junge Frau macht einen verstörten und schreckhaften Eindruck. Sie verkrampft ihre gefalteten Hände, bis die Finger blass werden. Auf die Aufforderung hin, die Hände doch locker auf dem Bauch abzulegen, erwidert sie, sie könne nur so den zu erwartenden Schmerz ableiten. Geplant ist die Versorgung einer tiefen Zahnhalskaries an einem Backenzahn im Oberkiefer, eine oftmals sehr schmerzhafteste Prozedur. Eine Betäubung ist in dieser Region sicher und erfolgreich durchzuführen, aber nicht bei dieser Patientin. Alle klinischen Zeichen sprechen zwar für eine eingetretene Anästhesie –

Schwerpunkt auf ganzheitlicher Zahnbehandlung (anthroposophische Medizin, Akupunktur, Homöopathie). Mitglied u. a. in der Gesellschaft für Ganzheitliche Zahnmedizin (GZM) und im Deutschen Zentralverein homöopathischer Ärzte (DZVhÄ), Dozent in der Weiterbildung „Homöopathie für Ärzte“.

dennoch krümmt sie sich bei Einsatz des Winkelstücks im Behandlungsstuhl und krallt die Finger tief ineinander. Als sie mitteilt, dass das Geräusch des Bohrers bereits Schmerzen bereite, bekommt sie eine Gabe *Theridion C30* (Orangenspinne), dennoch ist an eine Weiterbehandlung nicht zu denken. Erst als ich den Bohrer weglege und mit einem Handinstrument arbeite, kann sie sich entspannen. Am Ende der Behandlung liegt sie völlig gelassen im Behandlungsstuhl und schaut mich mit großen, erstaunten Augen an. „Was haben Sie mit mir gemacht“, will sie wissen. So eine Behandlung habe sie noch nie erhal-

ten. Was wird ihre Familie sagen, wenn sie berichtet, wie entspannt und schmerzfrei die Behandlung gewesen sei? Sie verabschiedet sich überglücklich und berichtet an der Rezeption allen Anwesenden ausgelassen, wie sie soeben die Behandlung erlebt hat.

Entdeckt und in die Homöopathie eingeführt wurde dieses bei Angstpatienten hochwertige Mittel 1832 von Constantin Hering (1800–1880, Arzt und Begründer der Homöopathie in Amerika). Die sehr giftige Spinne ist nur etwa kirschkerngroß und lebt im abgefallenen Laub unter Orangenbäumen. Ihr Biss ruft einen höchst empfindlichen, nervösen Zustand hervor, mit Schwäche, Zittern, Kälte, Angst, Ohnmachtsneigung und leicht hervorbrechendem, kaltem Schweiß. Besser als mit diesen Symptomen lässt sich eine Dentophobie nicht beschreiben. ■

**Anzeige 135/120 mm
Wolz**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56

--	--	--