

Ein Zahnarztbesuch, der Spaß macht? Das gibt es immer öfter: Auf Kinder spezialisierte Ärzte verstehen es, die Kleinen zum Lachen und Staunen zu bringen

KEINE ANGST

vor Zange und Bohrer

VON NATASCHA KUNKLER

Magst Du Erdbeermarmelade?“ – „Ja!“, ruft die fünfjährige Anna aufgeregt. „Schau mal, ich habe hier Erdbeermarmelade. Die riecht gut, stimmt's? Ich streichele damit dein Zahnfleisch. Merkst du das?“ Die Helferin reicht dem Kinderspaßzahnarzt... Allard van Lunteren für Anna nicht sichtbar eine Spritze. Beim Setzen der Nadel fragt er: „Hast du das gemerkt? Da hat dich eine Schnake gestochen!“ Die Erdbeermarmelade, die eigentlich ein Oberflächenanästhetikum ist, hat gewirkt...

So unkompliziert ging es früher nicht zu: Etwa zwei Drittel aller Erwachsenen haben aufgrund negativer Erfahrungen in der Kindheit auch heute noch ein mulmiges Gefühl im Bauch,

sobald sie eine Zahnarztpraxis betreten. Experten raten daher, Kindern von Anfang an eine positive Grundeinstellung dem Zahnarzt gegenüber zu vermitteln, denn wurde die Furcht vor dem Zahnarzt erst einmal erlernt, hält sie oft ein Leben lang von wichtigen Kontroll- und Prophylaxe-Terminen ab.

Ganz wichtig: Vertrauen und Neugier wecken

Dabei muss sich heute kein Kind mehr vor dem Zahnarzt fürchten, ist Allard van Lunteren überzeugt. „Der erste Grundsatz der Kinderzahnheilkunde lautet: Ein Kind, das lacht oder sich wundert, hat keine Angst. Als therapeutisches Instrument ist das unschlagbar.“ Beim ersten Besuch in seiner Praxis lernen die Kleinen erst einmal nur die Umgebung und die Geräusche kennen und bauen Vertrauen zum Arzt und den Helferinnen auf. Spielerisch werden ihnen die Behandlungsgeräte nähergebracht, um damit positive Assoziationen zu verknüpfen. So steht beim nächsten Besuch die Neugier im Vordergrund.

Annas Zahn ist jetzt betäubt – und sie soll die Biene Maja rufen. Nach dem dritten Versuch klappt es: Maja kommt in Form des Bohrers geflogen. Anna macht bereitwillig den Mund auf und registriert gar nicht, was gerade passiert. „Dieser Trick funktioniert nicht in jedem Alter“, sagt der Kinderspaßzahnarzt. „Zwei- bis zweieinhalb Jährige Kinder erreiche ich damit aber nicht. Sie muss ich in Vollnarkose behandeln.“ ➔

4 Tipps für einen stressfreien Zahnarztbesuch

1 Seien Sie Vorbild Nehmen Sie Ihr Kind zu Ihren eigenen Vorsorgeterminen mit, damit es sich an die Umgebung, die Geräusche und den Geruch beim Zahnarzt gewöhnen kann. Eine Behandlung, bei der z. B. gebohrt wird oder vor der Sie selbst etwas Angst haben, eignet sich nicht, da das Kind von dieser Situation eingeschüchtert und ängstlich werden kann. Falls Sie selbst Angst vor dem Zahnarzt haben, achten Sie darauf, diese Angst vor Ihrem Kind nicht zu zeigen.

2 Trösten Sie nicht vorsorglich Durch Formulierungen wie „Es tut bestimmt nicht weh“ oder „Du brauchst keine Angst zu haben“ lösen Sie eher Ängste aus, als das Kind zu beruhigen. Stellen Sie den Zahnarztbesuch deswegen als etwas ganz Selbstverständliches dar und machen Sie Ihr Kind neugierig auf die bevorstehende Erfahrung. Das Versprechen von einer Belohnung hat einen ähnlichen Effekt, wie das vorsorgliche Trösten und setzt das Kind unter Druck.

3 Erklären Sie kindgerecht Schon alleine die Vorstellung, einen Bohrer oder eine Spritze in den Mund zu bekommen, können angsteinflößend sein. Nehmen Sie Ihrem Kind die Angst davor, indem sie die Funktion der Geräte kindgerecht erklären. Eine Spritze zum Beispiel piekst nur ganz kurz und macht den Zahn dann ganz müde, sodass man nichts mehr spürt.

4 Halten Sie sich zurück Überlassen Sie dem Zahnarzt und den Zahnartztherfein die Gesprächsführung und antworten Sie nicht für Ihr Kind. Für eine angstfreie Behandlung ist es wichtig, dass zwischen Kind und Arzt Vertrauen entsteht.

„Ein Kind, das lacht oder sich wundert, hat keine Angst“

Illustration: Natascha Kunkler, Foto: Allard van Lunteren

Kindgerecht erklärt, machen die Behandlungsgeräte keine Angst, sondern neugierig

Der Angst spielerisch ein Schnippchen schlagen

Doch was, wenn die Angst schon so groß ist, dass das Kind den Mund partout nicht mehr öffnen will? In solchen Fällen greifen erfahrene Zahnärzte zu einem Trick: Bei einer „Pseudobehandlung“ heben sie die Oberlippe des Kindes leicht an und reinigen mit einem langsam drehenden, runden Bürstchen die Zahnoberfläche. Diese Prozedur ist natürlich völlig schmerzfrei. Das Kind lernt dabei, dass es auch behandelt wird, wenn es sich widersetzt – und dass die Behandlung nicht weh tut, wenn es so versprochen wurde. Wiederholtes Lob des Zahnarztes verstärkt diesen Lerneffekt zusätzlich.

Auch die Hypnose ist eine wirkungsvolle Technik, um Kinder mit Angst vor dem Zahnarzt behandeln zu können. Da Kinder noch nicht über genügend Konzentrationsfähigkeit verfügen, die für den Erfolg klassischer Hypnosemethoden nötig ist, werden sie mithilfe von Geschichten, Kuschtieren, Balancier-vögeln, Handpuppen oder Zauberstäben in Trance geführt. Die dazugehörigen Geschichten setzen die Sinnesindrücke einer Zahnbehandlung immer in einen anderen Zusammenhang; es kann etwa um eine Kehrmaschine gehen, die zusammen mit einem Staubsauger auf einem fliegenden Teppich auf Reisen durch die Wolken geht und Abenteuer erlebt.

„Die Hypnose beginnt in der Regel, bevor das erste Mal der Bohrer surrt. Kinder haben häufig aufgrund eigener Erfahrungen oder solcher, von denen sie erzählt bekamen, eine Erwartungshaltung an das, was geschehen wird, und verhalten sich entsprechend. Handelt es sich um eine negative Erwartungshaltung, gilt es, das zu erkennen und zu unterbrechen“, erklärt die Hypnose-zahnärztin Sharon Riewe. Ein Kind, das lautstark protestiert, wird in dieser Situation ermutigt, noch lauter zu schreien, damit es danach zur Ruhe kommen kann. Die Kinder erleben selbstverständlich auch ihre Zahnbehandlung, doch ist das Trancegeschehen viel spannender und schöner, ähnlich einem angenehmen Tagtraum. Weitere Infos und eine Liste der Hypnoseärzte gibt es bei der Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose e.V., www.dgzh.de

Von den Eltern ist Zurückhaltung gefragt

Auch das Verhalten der Eltern spielt für den Erfolg des Zahnarztbesuches eine wichtige Rolle. Besonders im Behandlungszimmer ist Zurückhaltung oft ein effektives Mittel, um das Vertrauensverhältnis zwischen dem Kind und Arzt zu stärken. Auch die Erklärung der Behandlung sollten sie den Fachleuten überlassen, da diese nicht selten eine Art Geheimsprache verwenden, die den weiteren Behandlungsablauf spielerisch beschreibt. „Wenn ich sage, ich möchte einen Zahn kitzeln, so wissen meine

FOTOS: SHUTTERSTOCK.COM

„Trance ist ein natürlicher, uns angeborener Zustand“

INTERVIEW

4 Fragen an den Kinderspaßzahnarzt

Allard van Lunteren betreibt seit 1988 eine Praxis in Gernersheim und bildet selbst Kinderspaßzahnärzte aus

Was macht einen Besuch in Ihrer Praxis so besonders?

Die Kinder spüren sofort, dass sie in meiner Praxis willkommen sind. In der ersten Sitzung wird nicht behandelt, sondern nur gezaubert und gespielt. Dies führt dazu, dass die Kinder lieber früher als später zurückkehren wollen. Den Eltern wird das Therapiekonzept und das weitere Vorgehen erklärt.

Wie reagieren Sie auf Kinder, die Ihre Tricks durchschauen?

Die etwas Älteren können mir jeden Trick erklären. Das macht aber gar nichts! „Weißt du, ich zaubere so gerne mit den Kindern. Das macht mir so viel Spaß! Aber ich merke, du bist viel zu schlau für mich.“ Damit ist dieses Thema positiv beendet.

Vertrödeln Sie mit der ganzen Zauberei nicht auch viel Zeit?

Definitiv nein! Die Kinder, die zu mir in die Praxis kommen, sind derart positiv aufgeladen, dass Behandlungen kaum fehlschlagen. Die Diskussionen, ob ein Kind behandelt werden möchte oder nicht, sind hingegen unfruchtbar.

Wie sind Sie zum Kinderspaßzahnarzt geworden?

Als Berufsanfänger erkannte ich sehr schnell, dass ich ein Händchen für Kinder habe. Per Zufall hatte ich bei einer Behandlung einen Luftballon bei mir und habe nach Beendigung einer Kinderbehandlung so getan, als ob dieser aus dem Ohr des Kindes kommt. Das Gesicht des Kindes werde ich nicht mehr vergessen: eine Mischung aus Entsetzen, Erstaunen – und Begeisterung!

Helferinnen, ich möchte einen Zahn ziehen, und ~~ich~~ schon die Zange. Sage ich, dass ein Zahn gezogen wird, so wissen sie, dass ich gleich einen Radiergummizahn aus dem Ohr des Kindes zaubern werde“, erzählt van Lunteren aus seinem Alltag.

Nicht überall gibt es ausgebildete Kinderzahnärzte, das bedeutet jedoch nicht, dass Sie keinen kompetenten Arzt für Ihren Nachwuchs finden können. Wie so oft, sollten Sie sich auch hier auf Ihr Bauchgefühl verlassen. Sind Sie mit der Leistung ihres bisherigen Arztes nicht zufrieden, erkundigen Sie sich im Bekanntenkreis oder im Internet nach Erfahrungen. Denn sehr oft überzeugen Zahnärzte schlicht durch ihre Freundlichkeit und kleine Geschenke und ermöglichen Kindern so eine angstfreie Behandlung. <<

1/2 QUER

Im Anschnitt: 210 x 128 mm
+ 5mm Beschnittzugabe