

Dr. Katja Makki

**Zahnärztin**

Germaniaplatz 8 45355 Essen  
Tel.: (0201) 680790 Fax: (0201) 680043  
E-Mail: info@praxis-makki.de

## 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
- Ausgeliefertsein, nichts tun zu können
- Nicht zu wissen, was geschehen wird
- Spritzen
- Bohren
- Instrumenten
- Fremden Händen in meinem Mund
- Unsanften Verhalten des Zahnarztes
- Bohrergeräuschen
- 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 hat der Zahnarzt bisher gegen meine Angst getan hat:

---

---

---

Was ich selber bisher gegen die Angst getan habe:

---

---

---

Haben auch andere Familienmitglieder, Ehepartner, Freunde oder Bekannte Angst vor dem Zahnarzt?

- Ja
- Nein

Wenn ja, wer? \_\_\_\_\_

Damit ich mich während der 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 Bohrer 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
  - In der Nacht vor dem Zahnarztbesuch gut schlafe
  - Wenn ich ganz ruhig und entspannt daliege
  - Sonstiges, und zwar: \_\_\_\_\_
- 
- 

In meiner Freizeit beschäftige ich mich besonders gerne mit (z.B. Hobbys):

---

---

In meinem letzten Urlaub war ich in:

---

---