

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:
