

## **Tipps für den Zahnarztbesuch ihres Kindes**

### **Liebe Eltern,**

die Angst vor dem Zahnarzt ist nicht angeboren! Damit Ihr Kind keine schlechten Erfahrungen macht und angstfrei den Zahnarztbesuch erlebt, sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen!

Durch bewusste Verhaltensweisen und Wortwahl können auch Sie Ihr Kind positiv beeinflussen und damit die Behandlung des Zahnarztes unterstützen.

Ganz wichtig ist die Vorbereitung des Kindes zu Hause!

Auf jeden Fall ist eine negative Bezeichnung des Zahnarztes zu vermeiden. Vermeiden sie, dem Kind eventuell eigene negative Erlebnisse mitzuteilen. Erzählen Sie Ihrem Kind vielmehr, dass der Zahnarzt sich die Zähne nur anschauen und vielleicht genau nachzählen wird, wie viele Zähne im Mund vorhanden sind oder vielleicht die Zähne zusammen mit Ihrem Kind putzen wird. Beim ersten Termin findet normalerweise keine Behandlung statt, vielmehr ist es ein Beratungstermin, in denen Ihr Kind genau untersucht wird. Es wird festgestellt, ob Karies an den Zähnen vorhanden ist, es werden eventuell nötige Röntgenbilder gemacht und ein detaillierter Behandlungsplan aufgestellt. In Ausnahmen, wie z.B. bei akuten, starken Zahnschmerzen oder bei medizinisch sofort notwendigen Eingriffen, wird ihr Kind schon bei der ersten Sitzung behandelt.

Füllungsmaterialien und Vorgehensweise bei der Behandlung werden erläutert und der Behandlungsablauf wird geplant. Dabei bietet sich für das Kind die Gelegenheit, sich mit den Räumen und Instrumenten des Zahnarztes vertraut zu machen und alles näher kennen zu lernen. Bei dem nächsten, eigentlichen Behandlungstermin ist ihm dann alles nicht mehr so fremd, und die erste Scheu ist überwunden.

### **Was wir tun**

1. Wir verwenden für alle unsere Instrumente und Handlungen nur positive Begriffe. Bohren, reißen etc. sind schon von vorne herein mit Angst besetzt. Wir putzen und streicheln Zähne, geben ihnen einen Schlagsaft oder machen sie sauber das ist neutral oder positiv. So gibt es in unserer Praxis auch nur Zahnputzer und Zahnbagger. Selbst wenn das Kind sagt: "Das ist ja ein Bohrer!", bleiben wir dabei und sagen: "Das ist ein Putzer bzw. Bagger!" Nach einigem Hin und Her wird diese Umformulierung schließlich von allen Kindern akzeptiert.

2. Wir erklären dem Kind jeden Schritt vor der Behandlung unter Verwendung oben genannter Formulierungen. Während der Behandlung gehen wir nur so weit, wie es das Kind zulässt. Das Behandlungsziel wird mit dem Kind im Vorhinein ausgemacht. Unser Ziel ist das Putzen eines Zahns oder mehrerer Zähne, das Herausnehmen eines Zahns etc.. Das Einverständnis des Kindes kann schon einige Diskussion mit dem Kind erfordern.

In dieser Phase der Behandlung kann es auch vorkommen, dass das Kind weint, versucht vom Stuhl aufzustehen, um sich schlägt etc.. Wir halten Kinder dann mit sanftem Nachdruck

im Stuhl fest, um den Körperkontakt nicht zu verlieren. Wenn das Kind merkt, dass es mit dieser Taktik sein Ziel nicht erreicht, ist in den meisten Fällen ein problemloses Weiterbehandeln möglich. Das Ausweiten eines ausgemachten Behandlungsziels ist jedoch in den meisten Fällen nicht möglich.

**3.** Wir erzählen Geschichten, mit denen wir die Kinder von der Zahnbehandlung fortführen. Manchmal lassen wir auch das Lieblingstier fliegen. Wenn unsere Sprache und die Erzählung manchmal etwas konfus klingen, so geschieht dies mit voller Absicht. Die so genannte Konfusionstechnik (Verwirrungstechnik) ist eine der wirksamsten Methoden, um die Aufmerksamkeit Ihres Kindes von der Zahnbehandlung weg zu lenken.

Schlussendlich halten wir Ihr Kind während der gesamten Behandlung fest. Kinder brauchen während der Behandlung andauernd Körperkontakt (Halten und Beschützen). Dieses Halten geschieht liebevoll, manchmal aber auch mit dem nötigen Nachdruck. Immer jedoch so, dass wir für eine sichere Behandlung Ihres Kindes garantieren können. Wir arbeiten gerade bei Kindern sehr viel mit Grifftechniken, um dem Kind ein Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit zu geben. Das Halten des Kopfes, des Bauches, der Herzregion dient dem Schutz und der Abgrenzung. Zudem lösen manche Griffe Trance aus und vertiefen sie. (Im Wort "Schläfe" steckt das Wort "Schlaf").

### **Spezielle Situationen**

Es gibt immer wieder Situationen während der Behandlung, bei denen das Kind etwas spürt. Wir bezeichnen dieses Spüren ganz bewusst als "Kitzeln" oder "Zwicken" und nicht als Schmerz. Bitte übernehmen Sie unsere Bezeichnungen, um Ihr Kind nicht nach der Behandlung, wenn es sich bereits wieder gut fühlt, etwa mit der Frage: "Hat es weh getan?" - an ein ungutes Gefühl zu erinnern.

**Entscheidend für eine gute Erfahrung beim Zahnarzt ist nicht die Behandlung, sondern das Gefühl, das ihr Kind beim Verlassen des Behandlungszimmers und unserer Praxis hat!**

Deshalb verwenden wir nach der eigentlichen Zahnbehandlung einige Zeit dazu, um das Kind in einen positiven und guten Zustand zu bringen. Wir fragen Ihr Kind, wie es sich jetzt fühlt und nicht wie die Zahnbehandlung war. Damit helfen wir Ihrem Kind positive Erfahrungen beim Zahnarzt zu sammeln. Verstärken Sie diesen Eindruck, indem Sie Ihr Kind loben, wie toll es alles gemacht hat.

### **Auf eine ganz spezielle Situation möchte ich noch zum Schluss eingehen:**

90 % der Behandlungen laufen in einer angenehmen und ruhigen Atmosphäre ab, das heißt, das Kind macht einen ruhigen und zufriedenen Eindruck.

In Ausnahmesituationen (Behandlung akuter Schmerzen, eitriger Entzündungen) kommt es jedoch vor, dass ein Kind zu schreien beginnt. Für die Eltern stellt dies eine sehr unangenehme Situation dar. Aus diesem Grund möchte ich auf diese etwas näher eingehen, um Ihnen zu helfen, auch mit dieser Situation umgehen zu können.

Durch das Schreien werden alle Sinneskanäle zum Gehirn des Kindes blockiert bzw. überlastet. „Wenn ich lauter bin als der Putzer in meinem Mund, höre ich ihn nicht“. Auch alle Schmerzbahnen werden blockiert, daher spürt das Kind eigentlich nichts. Diese Schmerzkontrolle wird auch durch das Hyperventilieren (vermehrtes Ein- und Ausatmen) unterstützt. Es kommt zu einer Änderung des pH-Wertes des Blutes, dies trägt zur Schmerzkontrolle bei.

In dieser Situation ist es für unser Team nicht entscheidend, ob das Kind laut ist, sondern ob es den Zahn ruhig hält und sich behandeln lässt. Das ist für uns das wichtigste Kriterium, die Behandlung fortzusetzen oder abubrechen.

Nach Beendigung der Behandlung in dieser lauten Atmosphäre führen wir das Kind gezielt wieder in einen positiven und angenehmen Zustand. Dies kann einige Zeit in Anspruch nehmen. Bitte geben Sie uns diese Zeit, um Ihrem Kind ein positives Gefühl zu vermitteln. Ein Eingreifen in diese Behandlung Ihrerseits, kann zu einem Misserfolg führen.

Im Regelfall gelingt es uns immer, das Kind mit einem positiven Gefühl und einem guten Eindruck aus der Behandlung zu entlassen.

### **„Regeln“ für Eltern**

Sie können Ihrem Kind den Zahnarztbesuch wesentlich erleichtern, wenn Sie folgende Regeln beachten:

**1.** Versprechen Sie **keine Belohnungsgeschenke** (der Stress beim Zahnarzt ist schon groß genug. Wenn sich Ihr Kind noch etwas verdienen muss oder soll, gerät es nur zusätzlich unter Druck.)

**2. Vermeiden Sie Verneinungen!** Wenn Sie Ihrem Kind sagen: "Das tut nicht weh!", "Du wirst gar nichts spüren!", versteht Ihr Kind aber "Es tut weh", "Ich werde etwas spüren! Aus "Fürchte Dich nicht!" wird für Ihr Kind "Fürchte Dich!"

Das Unterbewusstsein kennt keine Verneinung!

**3.** Sie als Eltern sollten sich selbst **nur positiv über ihre Zahnarterfahrungen äußern!** Fehlen ihnen positive Erfahrungen, sollten Sie lieber nichts sagen.

**4. Sprechen Sie nicht zuviel über Behandlungsvorgänge,** da Sie Ihrem Kind damit unnötige Angst einflößen. Wir erklären Ihrem Kind alles!

**5. Bestärken Sie die Kinder darin, alleine ins Behandlungszimmer zu gehen.** Sollte dies anfänglich nicht möglich sein, kann auch eine Begleitperson bei der Behandlung anwesend sein. Haben Sie bitte Verständnis, dass wir wirklich nur eine Begleitperson in den Behandlungsraum lassen.

**7. Loben Sie Ihr Kind oft:** gestärktes Selbstvertrauen motiviert Neues auszuprobieren.

**6.** Bitte **überlassen Sie uns die Führung Ihres Kindes und befolgen Sie unsere Anweisungen auch,** wenn es Ihnen zu diesem Moment schwer fällt oder es Ihnen unverständlich ist. Bitte verhalten Sie sich während der Behandlung ruhig! Sie sind für Ihr Kind die wichtigste Bezugsperson. Wenn Sie sprechen ist Ihr Kind abgelenkt und hört uns nicht mehr zu. Nur durch eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern und Zahnärztin ist eine Erfolg versprechende und angenehme Behandlung möglich.

**Ich hoffe, dass ich mit dieser Information Ihre Fragen im Voraus beantworten konnte. Sollten noch Fragen offen geblieben sein, wenden Sie sich bitte an unser Team.**