

# Fundierte Informationen fachlich korrekt und gut verständlich aufbereitet

Dr. Dr. Peter Macher über das für Patienten wie Zahnärzte interessante Buch „Endlich angstfrei zum Zahnarzt“

Das im Zahnärztlichen Fachverlag Herne im November 2011 erschienene, hochwertig ausgestattete Buch *Endlich angstfrei zum Zahnarzt* ist von einer promovierten Zahnärztin beziehungsweise einem Zahnarzt geschrieben, die sich auf die Behandlung von zahnärztlichen Angstpatienten spezialisiert haben. Dr. Gabriele Marwinski ist außerdem auf diesem Gebiet bereits durch wissenschaftliche Studien hervorgerufen. Das Buch ist state of the art.

Das ca. 100 Seiten umfassende Buch besticht durch seine Klarheit und innere Konsistenz. In gut verständlichen Worten werden die Erklärungsmodelle der Angstentstehung aufgezeigt, wobei aktuelle Studien mit einfließen. So erfährt der Leser zum Beispiel, dass die soziale Angst die häufigste Angststörung innerhalb der Bevölkerung ist, gefolgt von der Angst vor Zahnbehandlung.

In beispielhafter Darstellung werden verschiedene Angstqualitäten und Angstformen dargestellt, wobei der Leser auch einen guten

Überblick über die Symptome der Angst erhält. Da sich das Buch vorwiegend an aktuellen wissenschaftlichen Untersuchungen zur Behandlung von Zahnbehandlungsangst/-phobie orientiert, werden die Patienten fundiert und zielstrebig mit dem Problemkreis der Angst vertraut gemacht – auch welche Fantasien Angst auslösend sein können.

Aufgrund der langjährigen und speziellen Erfahrungen der Autoren bleibt das Buch stets praxisbezogen, der Leser fühlt sich professionell verstanden, zum Bei-

spiel, wenn unnötige Schamgefühle besprochen werden oder wenn darauf hingewiesen wird, dass während einer zahnärztlichen Behandlung die Intimsphäre zwangsläufig tangiert wird. Besonderes Augenmerk gilt der Darstellung der krankhaften Angst, und es gelingt leicht, sich in diesen Ausführungen zurecht zu finden.



Zur Selbstdiagnostik gibt es zwei der gängigsten Skalen/Fragebögen, sodass jeder selbst seine Angst diagnostizieren kann. Aus den wissenschaftlichen Studien der Autorin wird dann noch der wichtige Zusammenhang zwischen Zahnbehandlungsangst und mundgesundheitsbezogener Lebensqualität besprochen, sodass der Leser gut darüber informiert ist, welche Lebensqualität er gewinnt, wenn er sich der Angstproblematik stellt.

Aus der Praxis heraus werden dann in sinnvoller, einfühlsamer Weise die möglichen Therapien der Zahnbehandlungsangst besprochen. Zu Recht weisen die Autoren immer wieder auf die wichtige Beziehung zwischen Patient und Behandler hin, die eine Grundvoraussetzung für eine gelungene Angsttherapie darstellt. Es spricht für hohe Professionalität, dass gerade auf diesen Punkt hingewiesen wird, da besonders Zahnärzte, die sich selbst als Angstspezialisten bezeichnen, aber weder

über die psychologische Ausbil-

dung noch die menschlichen Qualitäten verfügen, den Bedürfnissen des Patienten nicht gerecht werden – im Gegenteil. In diesem Zusammenhang wird die „Narkosebehandlung“ von den Autoren fundiert beurteilt. Auch hier bestechen die Ausführungen wieder durch strukturelle Klarheit, sodass der Text flüssig und leicht verständlich lesbar bleibt. Die Leser werden dann zu kleinen Entspannungsübungen angeleitet, damit sie sich die Behandlungssituation angenehmer gestalten können.

Im letzten Teil wird noch über verschiedene Angststörungen kurz informiert. Erwähnenswert ist, dass in diesem Zusammenhang richtigerweise auch auf die posttraumatische Belastungsstörung (Posttraumatic Stress Disorder – PTSD) hingewiesen wird, da ein Großteil der Angstpatienten die Angstproblematik aufgrund eines Psychotraumas entwickelt, das nicht in einer vorangegangenen zahnärztlichen Behandlung verankert ist. Hilfreich ist auch eine

Adressenliste von besonders ausgebildeten zahnärztlichen Angstspezialisten, die in Deutschland tätig sind und zum Teil auch wissenschaftlich auf diesem Gebiet arbeiten. Gewünscht hätte ich mir an dieser Stelle noch den Hinweis auf den Verein für Betroffene, der unter [www.oralphobia.de](http://www.oralphobia.de) im Internet zu finden ist und vielfältige Hilfe bietet, da bei sehr vielen Angstpatienten die Angschwelle zum Direktkontakt mit einem Behandler zu hoch ist.

Fazit: Insgesamt ist das ausgezeichnete Buch zielgerichtet sowohl für Angstpatienten als auch Zahnärzte geschrieben. Die klare, prägnante und eindeutige Sprache zeichnet sich durch Flüssigkeit und gut verständliche Wortwahl aus. Das Buch ist mit sehr ansprechenden Bildern durchwoben und zu einem akzeptablen Preis erhältlich.

**Dr. Dr. Peter Macher, Zahnarzt und Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Achern**

*Marwinski, Gabriele; Peters, Hajo: Endlich angstfrei zum Zahnarzt. Ursachen, Diagnostik, Therapie, Service. Zahnärztlicher Fachverlag, Herne, 2011, 1. Auflage, Hardcover, 104 Seiten, farbige Abbildungen, 19,90 Euro, Bestell-Nummer 68005, ISBN-10: 3941169351, ISBN-13: 978-3941169357*