

## Fragebogen:

### Wie groß ist ihre Angst vor dem Zahnarzt?

Im Folgenden werden verschiedene Situationen geschildert.

Beschreiben Sie jeweils Ihre Gefühlslage mit den vorgegebenen Antworten und zählen Sie anschließend die entsprechenden Punkte zusammen:

- entspannt (1 Punkt)/
- unruhig (2 Punkte)/
- angespannt (3 Punkte)/
- ängstlich (4 Punkte)/
- krank vor Angst (5 Punkte).

| Frage   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie fühlen Sie sich bei dem Gedanken, Sie müssten morgen zum Zahnarzt?</li> </ul>  |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie sitzen im Wartezimmer und warten darauf, aufgerufen zu werden. Wie fühlen Sie sich?</li> </ul>                                   |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stellen Sie sich vor, Sie betreten das Behandlungszimmer und riechen den typischen Geruch.</li> </ul>                                |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie liegen auf dem Behandlungsstuhl und der Zahnarzt betritt das Zimmer.</li> </ul>  |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammen schauen Sie sich die Röntgenaufnahme an und besprechen, was zu tun ist.</li> </ul>  |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie fühlen Sie sich, wenn man ihnen erklärt, dass jetzt gleich Zahnstein entfernt wird?</li> </ul>                                   |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Zahnarzt erklärt ihnen, dass Sie Karies haben und dass er diese jetzt behandeln will.</li> </ul>                                 |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Er verändert die Stellung des Stuhls und bereitet eine Spritze vor.</li> </ul>   |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stellen Sie sich vor, Sie hören das typische Geräusch des Bohrers, wie fühlen Sie sich?</li> </ul>                                   |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Zahnarzt erklärt ihnen, dass die Karies zu tief sitzt und der Zahn entfernt werden muss.</li> </ul>                              |   |   |   |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein Weisheitszahn soll bei Ihnen entfernt werden, die Spritze wurde bereits gesetzt. Der Zahnarzt nimmt das Skalpell auf.</li> </ul> |   |   |   |   |   |
| Summe   |   |   |   |   |   |

### Auswertung:

bis 30 Punkte: Niedrig ängstlich. Ein wenig angespannt sind die meisten beim Zahnarztbesuch.  
31 bis 38 Punkte: Mittelmäßig ängstlich. Sie sollten mit Ihrem Zahnarzt über Ihre Ängste sprechen.

über 38 Punkte: Hoch ängstlich. Für Sie empfiehlt sich ein Besuch bei einem Zahnarzt, der auf ihre Ängste eingeht und Ihnen Zeit lässt, sich an die Behandlungsschritte zu gewöhnen.

Quelle: Jöhren, 1999