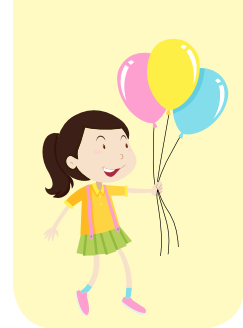


# Der erste Zahnarztbesuch

ZAHNARZTPRAXIS für Kinder und Jugendliche

Dr. Melanie Elger



**Liebe Eltern,**

der Besuch beim Zahnarzt ist für Ihr Kind eine ganz neue Erfahrung. Je unbelasteter Ihr Kind zu uns kommt, desto größer ist die Chance, dass diese erste Erfahrung eine gute wird. Helfen Sie uns dabei.

## Wie funktioniert das?

Das Ganze nennt sich „Verhaltensführung“. Ziel ist es, Angst vor dem Zahnarztbesuch gar nicht erst entstehen zu lassen. Das erreichen wir, indem wir Ihr Kind behutsam an das Umfeld gewöhnen und Schritt für Schritt durch die Behandlung führen. Je besser die Zusammenarbeit zwischen Ihnen und unserem Team ist, desto größer ist der Erfolg der Verhaltensführung. Man könnte auch sagen: Wenn Sie uns helfen, helfen Sie Ihrem Kind.

## Kann ich schon vor der Behandlung etwas tun?

Ja. Es gibt viele kleine Dinge, die ein großes Ganzes ergeben. Bedenken Sie bitte: Was Sie vorleben, wird Ihr Kind nachmachen.

### Gestalten Sie den Tag frei von Belastungen

Ruhe ist das A und O. Ihr Kind und Sie sollten möglichst ausgeruht zum Termin erscheinen. Vermeiden Sie an diesem Tag Stress. Quetschen Sie den Zahnarztbesuch nicht zwischen andere Termine.

### Behandeln Sie den Zahnarztbesuch, als wäre er so alltäglich wie Einkaufen

Wenn Ihr Kind das Gefühl bekommt, ein Zahnarztbesuch wäre etwas Besonderes, wird es leichter Angst davor bekommen. Er ist jedoch etwas ganz Alltägliches. Je weniger Aufhebens Sie um den Termin machen, desto besser.

### (Wichtig!) Vermeiden Sie negative Worte, Bilder und Assoziationen (Wichtig!)

Ihr Kind soll möglichst unbelastet zu uns kommen. Vermeiden Sie, dass Geschwister oder Verwandte irgendwelche „Horror-Stories“ erzählen. Sollten Sie selbst negative Erfahrungen beim Zahnarzt gemacht haben, verschweigen Sie diese bitte. Erzählen Sie ausschließlich von guten Erfahrungen. Wenn es Ihnen daran fehlt, können Sie sich gerne welche ausdenken.

Vermeiden Sie negative Reizworte wie „Spritze“, „Bohren“ oder „Schmerzen“. Wir ersetzen diese Worte während der Behandlung. Aus „Spritze“ werden „Traumkugeln“. Aus „Bohrer“ wird „Kugelputzer“. Dasselbe gilt für Sätze wie „Du brauchst keine Angst zu haben“ oder „Es wird bestimmt nicht weh tun“, denn diese Sätze enthalten negative Reizworte. Sollte Ihr Kind fragen, ob die Behandlung weh tut, antworten Sie einfach: Viele Kinder sagen, es würde kitzeln. Hier können Sie Ihrer Phantasie freien Lauf lassen.

### Versprechen Sie Ihrem Kind keine Belohnung

„Wenn Du den Mund aufmachst und brav bist, dann bekommst Du ...“ signalisiert dem Kind, es müsse etwas Großes oder Unangenehmes überstehen. Der Zahnarztbesuch ist dann nichts Alltägliches mehr.

Sie können Ihrem Kind natürlich etwas Schönes in Aussicht stellen. Nur bringen Sie es bitte nicht in direkten Zusammenhang mit dem Zahnarztbesuch. Nach der Behandlung bekommt jedes Kind ein kleines Geschenk von uns – für die gute Unterstützung.

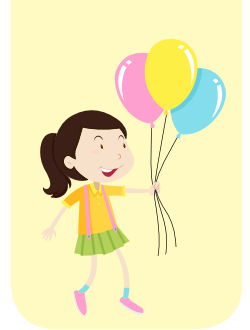
## Wie läuft eine Behandlung ab?

Bei Ihrem ersten Termin findet normalerweise keine Behandlung statt. Es ist in erster Linie ein Beratungstermin an dem wir Ihr Kind untersuchen. Wir prüfen, ob Ihr Kind Karies hat, oder ob es Zeichen für eine beginnende Karies gibt. Eventuell werden Röntgenbilder gemacht und ein detaillierter Behandlungsplan aufgestellt. Erzählen Sie Ihrem Kind, wir würden uns seine Zähne nur angucken, zählen und vielleicht noch zusammen putzen. Bei dieser Gelegenheit kann sich Ihr Kind mit den Räumen und Abläufen bei uns vertraut machen. Dann ist bei der eigentlichen Behandlung die erste Scheu bereits abgelegt.

# Der erste Zahnarztbesuch

ZAHNARZTPRAXIS für Kinder und Jugendliche

Dr. Melanie Elger



## Was muss ich während der Behandlung beachten?

Ihre Anwesenheit im Behandlungszimmer ist willkommen. Unser zahnärztliches Team wird während der gesamten Behandlung die Führung Ihres Kindes übernehmen. Bitte bleiben Sie im Hintergrund. Wir haben Verständnis dafür, dass dies sicher nicht leicht fällt. Doch so können wir die Behandlung für Ihr Kind besonders schonend gestalten.

## Versuchen Sie nicht, Ihr Kind zum Mitmachen zu überreden

Wenn mehrere Erwachsene auf Ihr Kind einreden, wird es unsicher und ängstlich. Versuchen Sie deshalb bitte nicht, es zum Mitmachen aufzufordern.

## Erwarten Sie nicht zuviel von Ihrem Kind

Wie bereits erwähnt, ist diese Erfahrung für Ihr Kind neu. Es kann also durchaus einmal vorkommen, dass es nach einer Weile nicht mehr mitarbeiten will. Das ist völlig in Ordnung. Man darf Kinder nicht überstrapazieren. Bitte haben Sie Geduld, auch wenn sich eine Behandlung über mehrere Sitzungen erstreckt. Sollte es zu einem Behandlungsabbruch kommen, schimpfen Sie bitte nicht mit Ihrem Kind. Drohen Sie auch im Vorwege nicht. Loben Sie es stattdessen für das, was es wirklich gut gemacht hat.

## Halten Sie bitte nur leichten Körperkontakt

Den Kopf zu streicheln oder die Hand zu halten, wird Ihr Kind ablenken. Unterbewusst wird es wieder denken, es müsse etwas Großes und Unangenehmes überstehen. Außerdem erhöht sich die Empfindsamkeit (Sensibilität) Ihres Kindes. Es wird äußerliche Reize stärker spüren, was für eine sanfte Behandlung von Nachteil ist. Belassen Sie es am besten beim Handauflegen.

Selbstverständlich bekommt Ihr Kind eine sorgfältige Betäubung. Jedoch lösen unbekannte Sinneseindrücke bei Kindern oft Unbehagen aus. Sie haben einfach noch nicht so viele Erfahrungen mit Gefühlen. Ein „Aua“ wird daher oft benutzt, wenn ein ungewohntes Gefühl nicht interpretiert werden kann – selbst, wenn es gar nicht weh tut.

## Und was ist danach?

Bitte vermeiden Sie mit Ihrem Kind die Behandlung im Nachhinein noch einmal „durchzugehen“. Kinder vergessen sehr schnell. Eine Bemerkung wie „siehst Du, war doch gar nicht so schlimm“, würde Ihr Kind nur wieder daran erinnern.

In unserer Praxis leiten wir das Gespräch daher immer auf etwas völlig anderes. Auf Hobbys oder spannende Geschichten aus dem Kindergarten.

Haben Sie noch Fragen? Dann sprechen Sie uns an. Wir hoffen auf eine gute Zusammenarbeit und freuen uns auf Sie!

Ihr Praxisteam Dr. Melanie Elger