

**Name:**

## **Anamnesebogen für Patienten mit Zahnarztängsten**

Angst vor dem Zahnarzt habe ich etwa seit: \_\_\_\_\_

Nicht mehr beim Zahnarzt gewesen bin ich etwa seit: \_\_\_\_\_

Ich habe Angst, vor allem vor:

- ☐ Schmerz
- ☐ ausgeliefert sein, nichts tun zu können
- ☐ nicht zu wissen, was geschehen wird
- ☐ Spritzen
- ☐ Bohren
- ☐ Instrumenten
- ☐ fremden Händen im Mund
- ☐ unsanftem Verhalten des Zahnarztes
- ☐ Bohrergeräusch
- ☐ hektischem Arbeiten
- ☐ langen Behandlungen
- ☐ langem Warten vor der Behandlung
- ☐ Zahnarztgeruch
- ☐ Angst vor der Angst
- ☐ Sonstiges:  
\_\_\_\_\_

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:  
\_\_\_\_\_

Ich habe auch Angst zu anderen Ärzten zu gehen:

- ☐ ja                                      ☐ nein

Was der Zahnarzt bisher gegen meine Angst getan hat:  
\_\_\_\_\_

Was ich selber bisher gegen die Angst getan habe:

---

Haben auch andere Familienmitglieder, Ehepartner, Freunde, Bekannte Angst vor dem Zahnarzt?      o ja      o nein

Wenn ja, wer? \_\_\_\_\_

Damit ich mich während einer Zahnbehandlung möglichst sich 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 Bohren aufhört, wenn ich "aaa" sage o. meinen linken Arm hebe
- ☐ mich entscheiden läßt, wann er was machen soll
- ☐ er mir zeigt, daß er meine Angst versteht
- ☐ mit zeitweise beruhigend eine Hand auf meine Schulter legt
- ☐ mich abgesehen von dem, was für die Behandlung unbedingt erforderlich ist, nicht berührt
- ☐ Sonstiges: \_\_\_\_\_

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.....

- ☐ mein Atem ganz ruhig geht
- ☐ ich tief in den Bauch atme
- ☐ sich meine Hände/Füße gut durchblutet anfühlen
- ☐ ich mit meinen Gedanken ganz woanders bin
- ☐ ich ein wohliges Gefühl im Bauch habe
- ☐ sich mein Nacken und meine Schultern ganz entspannt anfühlen
- ☐ mein Herz gleichmäßig schlägt
- ☐ ich in der Nacht vor dem Zahnarztbesuch gut schlafe
- ☐ ich ganz ruhig und entspannt daliege
- ☐ Sonstiges: \_\_\_\_\_

Sind Sie schon einmal hypnotisiert worden? Haben Sie schon einmal eine Hypnose gesehen?

- ☐ ja, und zwar: \_\_\_\_\_
- ☐ nein

Ich stelle mir vor, eine Hypnose läuft ungefähr so ab:

\_\_\_\_\_

In meiner Freizeit beschäftige ich mich gern mit (z.B. Hobbys):

\_\_\_\_\_

In meinem letzten Urlaub war ich in: