

---

# Geleitwort

Sie haben Angst vor dem Zahnarzt? Viele Menschen haben das. Selbst ich als Zahnmediziner fühle mich nicht immer wohl dabei. Aber gehe ich deshalb nicht zum Zahnarzt? Nein, natürlich nicht, denn regelmäßige Kontrolle hilft dabei, unsere Zähne gesund zu erhalten. Selbst, wenn dazu manchmal kleinere Reparaturen erforderlich sein sollten. Und kleine Reparaturen dauern meist auch nicht lang.

Dank moderner Behandlungstechniken tut es beim Zahnarzt außerdem schon lange nicht mehr weh. Vielleicht ist es manchmal etwas lästig und man empfindet die Behandlung als unangenehm. Aber das ist sicher kein Grund mehr, aus „Angst“ nicht zum Zahnarzt zu gehen.

Sie haben dennoch Angst? Vermutlich empfinden Sie das so, denn sonst hätten Sie dieses Buch nicht gekauft. Das Buch war auf jeden Fall eine gute Investition, denn es wurde von jemandem geschrieben, der weiß wovon „er“ (sie) spricht. Frau Höfel hat vielen Menschen geholfen, den Zahnarzttermin stressfrei wahrzunehmen. Und genau das merkt man, wenn man dieses Buch liest.

Das Buch ist pragmatisch, bringt die Aussagen auf den Punkt und bearbeitet das Thema systematisch und gut verständlich. Mehr kann man sich nicht wünschen.

Lassen Sie mich daher die Gelegenheit nutzen, noch ein paar Dinge zu ergänzen, die nur ein Zahnarzt ergänzen kann.

In unserer Ausbildung haben wir das Privileg, bereits im 7. Semester unter Aufsicht Patienten behandeln zu dürfen. Vorher wurde uns jeder Arbeitsschritt in komplizierten Simulationen beigebracht. Ab der ersten Behandlung von Patienten lernen wir, mit den Gefühlen umzugehen, die unsere Patienten mit dem Besuch bei uns verbinden. Und als erstes lernen wir, wie wichtig es ist, mit dem Patienten zu sprechen. Unterstützt werden die jungen Zahnärzte von erfahrenen Zahnärzten, die ihnen sehr engagiert helfen. Und alle haben sie eines gemeinsam, nämlich dass das Wohl des Patienten für sie im Mittelpunkt steht. Ja, das Wohl des Patienten und nicht nur das Wohl des Zahnes.

Heute werden viele Curricula durch spezielle Angebote ergänzt, wie man als Zahn*mediziner* auch schwierige Situationen im Patientenkontakt erfolgreich lösen kann. Was will ich damit sagen: Wir Zahnärzte wissen, mit den Ängsten

von Patienten umzugehen. Sie müssen uns nur die Chance dazu geben. Lösen Sie sich von Vorstellungen, die anderes behaupten. Lernen Sie mit den Anleitungen in diesem Buch, Ihre Sichtweise zu aktualisieren.

Und überlegen Sie selbst. Ein entspannter Zahnarzt ist doch genau das, was Sie sich wünschen. Lassen Sie ihn seine Arbeit genau so tun, wie er es gelernt hat. Sie müssen nicht alles kontrollieren. Lernen Sie wieder zu vertrauen. Lösen Sie sich von der typisch deutschen Verhaltensweise, mit der wir täglich in den Medien konfrontiert werden, alles Gute schlecht reden zu müssen. Sie lesen selten, wie viel Gutes Ärzte und Zahnärzte täglich leisten. Lernen Sie daher wieder das Gute im Menschen zu sehen. Geben Sie Ihrem Zahnarzt wieder einen Vertrauensvorschuss.

Erinnern Sie sich beim nächsten Mal daran, wenn Sie zum Zahnarzt gehen. Es tut dem Zahnarzt gut, wenn Sie seine positive Einstellung anerkennen. In der Psychotherapie nennt man die Reaktion des Therapeuten auf seinen Patienten Übertragung. Die vom Therapeuten zurück reflektierte Reaktion nennt man Gegen-Übertragung. Beim Zahnarzt – wie auch im übrigen Leben – ist es nicht anders. Volkstümlich ausgedrückt könnte man sagen: Wie man in den Wald hinein ruft, so hallt es zurück.

Also: Machen Sie sich mit Hilfe dieses Buches Ihre Gefühle bewusst und denken Sie beim nächsten Zahnarztbesuch an meine Worte. Geben Sie uns Zahnärzten eine Chance, Ihnen zu helfen. Auch mit Ihrer Angst. Wir können es, wenn Sie uns nur lassen. Wir können nicht immer auf klare Worte verzichten, und müssen auch über Dinge aufzuklären, die Sie gar nicht hören wollen. Aber berücksichtigen Sie auch, lieber ehrliche Worte, als Wischi-Waschi-Gewäsch (siehe u. a. später in diesem Buch).

Ich danke Frau Höfel für dieses schöne Buch, mit dessen Hilfe Sie uns hoffentlich bald stressfrei erlauben werden, Ihnen in unserer Funktion als Zahnmediziner zu helfen.

München, im Januar 2012

**Prof. Dr. med. dent. Karl-Heinz Kunzelmann**