



## Merkblatt für Eltern – Kinderzahnbehandlung gut vorbereiten

Lieber Eltern,

Ängste, Unsicherheit und auch ein gewisses Panikgefühl in Verbindung mit Zahnarztbesuchen ist leider ein weit verbreitetes Problem vieler erwachsener Patienten. Das hat verschiedenste und sehr individuelle Ursachen, und Ihre eigene Einstellung zum Zahnarztbesuch übertragen Sie oft völlig unbewußt auf Ihr Kind. Um Ihrem Kind ein gutes und positives Zahnbehandlungs – Erlebnis zu ermöglichen, empfehlen wir Ihnen, die folgenden Punkte zu beachten :

### **Im Vorfeld:**

#### **Versprechen sie keine Belohnungsgeschenke !**

- ✓ Der Stress beim Zahnarzt ist schon groß genug.
- ✓ Wenn sich das Kind auch noch etwas verdienen muss oder soll, gerät es nur zusätzlich unter Druck
- ✓ Eine kleine Überraschung aus dem Belohnungskorbchen in der Zahnarztpraxis ist allerdings erlaubt!

#### **Negationen in Verbindung mit Zahnarztbesuch vermeiden!**

- ✓ Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind positiv auf den Zahnarztbesuch vorbereitet wird.
- ✓ Den Kindern soll klar gemacht werden, dass sie Negativerzählungen von Personen in ihrem Umfeld über Zahnarztbesuche nicht zu ihren eigenen Erfahrungen machen sollen; besprechen Sie solche Vorkommnisse mit Ihrem Kind.
- ✓ Sie können Ihrem Kind helfen, wenn auch Sie zu Hause Angst besetzte Worte wie Spritze, Schmerz, Bohrer usw. vermeiden und möglichst positive Umschreibungen verwenden: Schlafkügelchen + Kinderbetäubung für den Zahn ⇒ statt Spritze, Dusche + Rillenputzer, die den Zahn kitzeln ⇒ statt Bohrer, Zahnteufelangel ⇒ statt Sonde.
- ✓ Vermeiden Sie Verneinungen, wenn Sie Ihr Kind auf den Zahnarztbesuch vorbereiten:

#### **Sie sagen:**

Das tut **nicht** weh.

**Besser: Wenn du Dich ganz leicht und locker machst verspürst Du nur ein Kitzeln.**

Du brauchst **keine** Angst zu haben.

**Besser: Denk an etwas Schönes, vielleicht an ... (Vorschlag für das Kind )**

Es ist schon **nicht** so schlimm.

**Besser: Wenn Du ganz still hältst und schön den Mund weit auf machst, werden die Zähne ganz schnell sauber gemacht und die Zahnteufel weg gejagt.**

#### **Das Kind versteht:**

Es tut weh!

Du wirst Angst haben!

Ein bisschen schlimm ist es schon!

## Positive Zielorientierung :

- ✓ Sie als Eltern sollten das Kind im Hinblick auf die Therapie positiv einstellen und vorbereiten. (Geschichten erzählen oder CD von den Zahnteufeln hören, Kuscheltier mit in die Praxis bringen)
- ✓ Sie dürfen sich selbst nur positiv über Ihre Zahnarzt Erfahrungen äußern, fehlen Ihnen positive Erfahrungen, sollten Sie lieber gar nichts sagen.
- ✓ Wenn die Eltern bereits eigene Hypnoseerfahrung bei der Zahnbehandlung haben, sollten sie über das angenehme Hypnoseerlebnis erzählen.

## Bei der Behandlung:

- ✓ Bitte kommen Sie nur mit **einer Begleitperson** zur Behandlung, das gilt insbesondere auch für Geschwisterkinder oder Freunde; es sei denn, es wurde die Begleitung mit dem Behandler besprochen.  
Der Sinn ist, möglichst effektiv und ohne Ablenkung mit dem Kind arbeiten zu können.
- ✓ **Vermeiden Sie auf jeden Fall, auf die Behandlung Einfluss zu nehmen und überlassen Sie dem Praxisteam in jeder Situation die Führung Ihres Kindes !**

Das gilt insbesondere, falls das Kind die Behandlung verweigert oder gar weint! Vor allem kleinere Kinder brauchen das Weinen oft als Ventil, und wenn ausgeschlossen ist, dass sie vor Schmerzen weinen, sollte man sie einfach lassen und die Behandlung in Ruhe beenden.

- ✓ Sollte sich Ihr Kind während der Behandlung in eine sogenannte „Schreitrance“ hinein weinen, wird das von uns toleriert und sollte auch von den Eltern kommentarlos „ertragen“ werden. Meist ist schon beim nächsten Behandlungstermin alles gut und das Kind hält auch ohne Weinen still.
- ✓ Wir arbeiten während der Zahnbehandlung mit Entspannungs – und Kinderhypnosetechniken, darauf soll sich Ihr Kind voll konzentrieren können. Jeder Eingriff oder Kommentar von Seiten der Begleitperson, und sei es nur eine gutgemeinte Unterstützung, kann den Behandlungserfolg gefährden oder gar zerstören!
- ✓ Allerdings können Sie uns bei der Zahnbehandlung Ihres Kindes wirksam unterstützen: Wir zeigen Ihnen gern bestimmte Akupressurpunkte an der Hand Ihres Kindes zur Beruhigung und Schmerzlinderung, die Sie während der gesamten Behandlung massieren können. Oder lässt sich ihr Kind auch gern mal die Füße massieren? Eine beruhigende Massage der Fußreflexzonen und des Fußrückens, an dem sich auch wichtige Akupunkturpunkte befinden, wirkt oft Wunder - dafür sind die Schuhe schnell ausgezogen!

## Nach der Behandlung:

- ✓ Loben Sie Ihr Kind für jede Kleinigkeit, die es gut gemacht hat. Damit stärken Sie das Selbstbewußtsein Ihres Kindes und fördern die Behandlungsbereitschaft für den nächsten Zahnarzttermin.
- ✓ „Vergessen“ Sie alle Unmutsäußerungen Ihres Kindes (Trotzreaktion, weinen) - **darüber soll nicht mehr gesprochen werden!**
- ✓ Stimmen Sie Ihr Kind positiv auf den nächsten Zahnarztbesuch ein.

**Nur durch eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern und Zahnarzt ist eine erfolgversprechende und angenehme Behandlung möglich!**

**Wir hoffen, Ihnen hiermit einige Informationen gegeben zu haben, damit Sie die Zahnbehandlung Ihres Kindes bestmöglich unterstützen können.**

**Viel Erfolg bei der Vorbereitung Ihres Kindes auf die Zahnbehandlung!**

**Ihr Praxisteam Dr.Gisela Zehner & ZÄ Juliane Gralla.**