

check-up

**BETRIFFT
EXTREME
ANGST**

Jede zehnte Frau, jeder zehnte Mann in der Schweiz leidet an **Zahnarztphobie**. Dank einer speziellen Behandlung kann die Angst aber verschwinden.

Nie mehr Panik beim Zahnarzt!

Text LISA MERZ

Wer geht gerne zum Zahnarzt? Niemand! Trotzdem lassen die meisten von uns die Behandlung tapfer über sich ergehen. Was aber, wenn allein schon der Gedanke an den Zahnarzt schlagartig Herzrasen, Zittern, Schwitzen und Übelkeit auslöst? «Treten all diese Symptome gleichzeitig auf, sprechen wir von einer Zahnarztphobie», erklärt Dr. Michael Leu. Er betreut in den Praxen der Gentle Dental Office Group ausschliesslich Patienten mit der von der WHO anerkannten Krankheit – in der Schweiz sind es zehn Prozent.

Täglich melden sich bis zwanzig verzweifelte Patienten bei ihm. Fast alle schämen sich für den Zustand ihrer Zähne, bei vielen liegt der letzte Untersuchung zwanzig Jahre zurück. Sie gehen nicht mehr ins Restaurant – die Angst, plötzlich einen Zahn zu verlieren, ist zu gross. Auch selbstbewusstes Auftreten bei der Arbeit fällt mit kaputtem Gebiss schwer. Folge: Betroffene sprechen und lachen immer weniger, ziehen sich zurück. «Wenn es ganz schlimm kommt, denken Patienten sogar an Selbstmord», erzählt Dr. Leu.

Der Ursprung der Angst liegt meist in der Vergangenheit: Ein schmerzvolles Erlebnis beim Zahnarzt, Angst vor Kontrollverlust oder auch sexueller Missbrauch gehören zu den Ursachen. Dr. Leu behandelt seine Kunden nach der «Drei-Termine-Therapie». Ziel: eine schnelle, schmerzfreie und sanfte Behandlung.

Bei der ersten Konsultation passiert ausser einem Gespräch nichts. Beim zweiten Mal saniert der Zahnarzt während vier bis sieben Stunden das Gebiss – unter Vollnarkose. Zu guter Letzt setzt er noch die notwendigen Zahnersätze ein, führt das Abschlussgespräch. Danach können die Patienten wieder unbeschwert lachen. Dr. Leu: «Dank der Komplettsanierung und dem positiven Ergebnis gelingt es manchen Patienten sogar, ihre Zahnarztphobie zu besiegen.»
Information und Phobie-Selbsttest unter www.zahnarztangst.ch



Dr. Michael Leu,
Zahnarzt und Gründer
der Gentle Dental
Office Group.

Sexy durch Hormone

► **MINNESOTA** Frauen kaufen während des Eisprungs besonders aufreizende Kleidung – unbewusst. Wissenschaftlerin Kristina Durante erklärt: Damit wollen Frauen nicht etwa Männer beeindrucken, sondern die weibliche Konkurrenz ausstechen. www.edizin.de

Verzicht auf Farbstoffe

► **BERN** Gewisse Süssigkeiten mit Farbstoffen führen bei Kindern möglicherweise zu Hyperaktivität. Deshalb nehmen Migros und Coop diese Produkte freiwillig aus den Regalen. Das Bundesamt für Gesundheit hält diese Massnahme jedoch nicht für notwendig.

Riskanter Bauchspeck

► **ATLANTA** Auch Menschen mit einem gesunden BMI zwischen 19 und 24 sollten Bauchspeck vermeiden. US-Wissenschaftler fanden heraus, dass vor allem bei normalgewichtigen Frauen ein dicker Bauch das Sterberisiko erheblich erhöht. www.aerztezeitung.de

TIPP

Einfache Mittel helfen bei **niedrigem Blutdruck**. Bereits viel Bewegung und Wechselduschen stabilisieren den Kreislauf.