

# Angst

**Demmel, H-J; Hertrich, K** (in: Presseinformation zur 14. AKPP-Tagung Erlangen 2001)

Das Gefühl der Angst beziehungsweise das Bedürfnis nach Angstvermeidung ist ein wesentliches menschliches Motiv für Verhalten. Angst und die darauf folgenden Reaktionen sind eine Art biologischer Schutzmechanismus, der den Menschen vor Gefahr für seinen Körper aber auch seine seelische Verfassung bewahren soll. Die Gefahr kann real drohen, sie kann aber auch nur in der Vorstellung bzw. Fantasie bestehen.

Die Wahrnehmung der Gefahr hängt von eigenen Erfahrungen ab [z.B. *Angst vorm Bohren nach einer schmerzhaften Zahnbehandlung*], aber auch Berichten Anderer über für sie als gefährlich erlebte Situationen [z.B. *Angst vor einer Weisheitszahnoperation durch die dramatische Schilderung eines Freundes*]. Nicht nur körperlich mögliche Schäden oder Verletzungen verursachen Angst. Auch die Bedrohung des Selbstwertes kann Angst verursachen [z.B. *Prüfungsangst, Angst vor Versagen, Angst vor Erniedrigung*].

Es ist bekannt, dass Erinnerungen an unangenehme Situationen scheinbar „vergessen“ werden können, um den „Kopf wieder frei“ zu haben. Auch dies darf als eine Art Schutzmechanismus verstanden werden. Unbewusstes ist aber nicht wirklich vergessen, sondern meldet sich immer wieder in entsprechenden Situationen. Oft ist die verdrängte Gefahrensituation verbunden mit Begleiterscheinungen [z.B. *Geräuschen, Gerüchen, Verhalten Anderer*]. Treten diese Begleiterscheinungen auf, so kann Angst ausgelöst werden, ohne dass wir die direkten Zusammenhänge einfach erkennen können [z.B. *„unerklärliche“ Angstgefühle bei unbewusster Wahrnehmung des Geruches zahnärztlicher Medikamente bei einer neben einem sitzenden Person*].

Angst ist eine sehr individuelle Reaktion, die nicht nur von den Erfahrungen abhängt, sondern auch von persönlichen Dispositionen. Es gibt Menschen, die ängstlicher sind als andere. Frühkindliche Erfahrungen und soziale Geborgenheit spielen hier sicher eine wesentliche Rolle, denn Angst macht nur, was wir persönlich als gefährlich erleben oder empfinden!

## Zahnbehandlungsangst

**Demmel, H-J; Hertrich, K** (in: Presseinformation zur 14. AKPP-Tagung Erlangen 2001)

Schmerzen fördern Angst beziehungsweise Angstabwehrmechanismen. Zahnbehandlungsangst bzw. Zahnarztangst ist wesentlich bestimmt durch Angst vor Schmerz. Eine nicht unerhebliche Rolle spielt aber auch die Angst vor der Bedrohung des Selbstwertes. D.h. ich kann nicht aushalten, was von mir erwartet wird.

Bei der Betrachtung der Zahnbehandlungssituation ist zu vergegenwärtigen, dass es sich hier in der Regel um Eingriffe in die körperliche Integrität handelt. Es geht "an die Substanz". Die Angst vor Verlust der körperlichen Integrität kann z.B. beim Kind so weit gehen, dass es den Zahnarzt bei routinemässigen Kontrollen nicht einmal in den Mund sehen lassen möchte. Die intime Sphäre der Mundhöhle bleibt dem Fremden verschlossen. Bei Erwachsenen kann es zur Projizierung tieferer Ängste vor Verlust und Trennung kommen. Die Verletzung der körperlichen Integrität kann als Hinweis auf die Endlichkeit des Lebens empfunden werden. So kann die empfundene Bedrohung des Daseins auch zu der häufigen Kollapsneigung in einer als ausweglos erlebten Situation beitragen.

Eine Vielzahl von Patienten entspricht den Forderungen der Autorität des und ist "tapfer", fügt sich der vom Zahnarzt verordneten Therapie. Diese Patienten kommen regelmässig zur Kontrolle, zeigen nach aussen Einsicht in die Notwendigkeit der Zahnbehandlung, ohne Wunsch nach ausführlicher Erläuterung der Therapien. Die feuchte Hand, der Schweiß auf der Stirn, die veränderte Stimme und der Bewegungsablauf zeigen die psychophysiologischen Angstäquivalente.

Aus dem Gefühl des Bedrohtwerdens, der Angst, Haltung zu verlieren, sind auch aggressive Verhaltensweisen des Patienten verständlich. Oft sind diese auf das Hilfspersonal des Zahnarztes verschoben, denn der Zahnarzt wird als zu mächtig erlebt und könnte sich mit grober Behandlung "rächen".

In die Angst fliessen hier auch Schuldgefühle wegen mangelnder Zahnpflege mit ein.

Nicht die Bagatellisierung der Angst, sondern das Ernstnehmen der Angst und das Gespräch darüber erleichtern den Umgang mit dem ängstlichen Patienten.