

## Liebe Eltern!

Wir möchten Ihnen einige Tipps geben, wie Sie sich und Ihr Kind auf einen Zahnarztbesuch vorbereiten können. Manchen Eltern erscheint das ein oder andere davon ungewöhnlich. Sie können jedoch sicher sein, dass sich das von uns empfohlene Verhalten in vielen tausend Kinderbehandlungen – nicht nur in unserer Praxis – bewährt hat.

Mit dem Mund kann man so viel machen! Lachen, lächeln, sprechen, die Lippen zusammen pressen, singen, pfeifen, küssen und essen! Ihr Kind sollte wissen, dass es einen Mund mit Zähnen darin hat und dass es **ganz normal** ist, sich mit diesem Bereich zu beschäftigen und ihn anderen Menschen zugänglich zu machen.

**Wecken Sie die Neugierde** Ihres Kindes auf das kommende Erlebnis „Zahnarztbesuch“. In unserer Praxis dürfen die Kinder Zahnarzt spielen und Stofftiere – oder das eigene Kuscheltier – untersuchen.

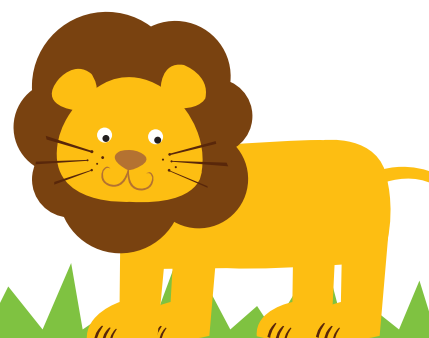
Gestalten Sie den Tag des Zahnarztbesuches **frei von Belastungen** und sorgen Sie dafür, dass Sie und Ihr Kind ausgeruht sind.

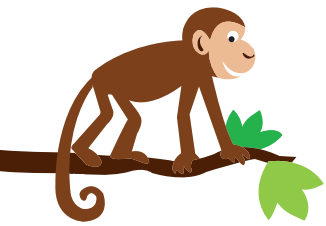
Wir verwenden für alle Instrumente und Handlungen nur **positive** Begriffe. „Bohren“, reißen“, „ziehen“, usw. sind Begriffe, die von vornherein mit Angst besetzt sind. Wir „putzen“ oder „streicheln“ die Zähne sauber. Bei uns gibt es lediglich „Zahnputzer“ und „Zahnduschen“. Auch wenn ein Kind sagt: „Das ist ein Bohrer!“ bleiben wir dabei und sagen: „Nein, es ist ein Putzer“. Alle Kinder akzeptieren diese Umformulierung. Bitte helfen Sie uns, indem Sie im Vorfeld zu Hause auf negative Begriffe verzichten. Denn wenn Sie zu Ihrem Kind sagen: „Das tut nicht weh!“ versteht es: „Es könnte weh tun!“ Sagen sie: „Du brauchst keine Angst zu haben!“ denkt es: „Jetzt kommt etwas, vor dem man sich fürchten könnte!“ Falls Ihr Kind fragt, ob eine Zahnbehandlung weh tut, ist es viel geschickter zu antworten, dass die meisten Kinder sagen, es kitzele ein wenig.

Trotz aller Vorbereitungen ist ein Zahnarztbesuch für Ihr Kind neu und ungewohnt. Deshalb ist es ratsam, wenn das Behandlungsteam **schrittweise** vorgeht, um Ihr Kind behutsam an die Behandlungssituation heranzuführen. Wir erklären jeden Schritt der Behandlung unter Verwendung kindgerechter Formulierungen. Während der Behandlung gehen wir nur so weit, wie es ihr Kind zulässt. Dennoch gibt es von uns definierte und mit dem Kind abgesprochene, dem Alter entsprechende Behandlungsziele. Manchmal braucht es auf allen Seiten etwas Ausdauer, bis dieses Ziel erreicht ist. Haben Sie bitte Geduld, auch wenn sich eine Behandlung einmal über mehrere Sitzungen erstrecken sollte.

Bei der Kinderbehandlung können auch **spezielle Entspannungstechniken**, die der modernen klinischen Hypnose nach Milton Erickson entlehnt sind, eingesetzt werden. Dabei werden zum Beispiel Geschichten erzählt, die dazu dienen, die Aufmerksamkeit der Kinder von der Zahnbehandlung fortzuführen. Wenn Sprache und Erzählung manchmal etwas konfus klingen, so geschieht dies mit voller Absicht. Diese Technik ist eine wirksame Methode, um Ihr Kind in einen angenehmen (Trance-) Zustand zu führen.

Mit Ihrer Hilfe ist auch bei kleinen Kindern (jünger als 3 Jahre) eine zahnärztliche Behandlung ohne Vollnarkose sehr gut möglich. Die Jüngsten brauchen während der Behandlung **die Nähe ihrer Eltern**. Legen Sie sich deshalb unter Ihr Kind auf den Behandlungsstuhl, halten Sie es (aber so, dass es ausreichend Bewegungsmöglichkeit hat) und legen Sie eine Hand auf seinen Bauch. Nur liegen lassen, nicht streicheln! Sie werden spüren, wie Sie und Ihr Kind sich jetzt entspannen.





Sollte Ihnen während einer Behandlung irgendetwas missfallen, so sprechen Sie den Behandler bitte erst hinterher darauf an, möglichst **in Abwesenheit des Kindes**. Selbstverständlich ist Ihre Anwesenheit im Behandlungszimmer willkommen. Bitte bleiben Sie jedoch eher im Hintergrund und überlassen Sie dem zahnärztlichen Team die Führung Ihres Kindes.

Nur durch eine gute **Zusammenarbeit** zwischen Eltern und Zahnarzt ist eine Erfolg versprechende und angenehme Behandlung möglich. Es kann auch sein, dass ein Kind sich sehr auf die Eltern fixiert, wenn diese im Zimmer anwesend sind. Dadurch gestaltet sich die Kontaktaufnahme sehr viel schwieriger. In solchen Fällen ist es besser, die Kinder alleine in das Behandlungszimmer gehen zu lassen.

Wir möchten Sie darum bitten, einmal in sich selbst hineinzufühlen. Sollte für Sie ein Zahnarztbesuch unangenehm oder gar mit Angstgefühlen behaftet sein, übertragen Sie das mit großer Wahrscheinlichkeit auf Ihr Kind. Auch wenn Sie sich um das Wohl Ihres Kindes große Sorgen machen sollten, können Sie diese Besorgnis übertragen und ähnlich unruhige Empfindungen bei Ihrem Kind verursachen. Prüfen Sie bitte, ob Ihre Anwesenheit im Behandlungszimmer eine **wirkliche Hilfe** für Ihr Kind ist.

#### **Versprechen Sie bitte keine Belohnungsgeschenke!**

Dinge, die sich Ihr Kind möglicherweise sehr wünscht, setzen es bei der Behandlung zu stark unter Druck und erschweren für das Team die Zusammenarbeit. Je weniger Beachtung Sie der Angelegenheit schenken, desto besser.

**Schimpfen Sie bitte nicht** vor, während oder nach der Behandlung mit Ihrem Kind. Loben Sie es stattdessen – aber nur für das, was es auch wirklich gut gemacht hat: selbst wenn das nur eine winzige Kleinigkeit gewesen sein sollte.

Es gibt immer wieder Situationen während einer Zahnarztbehandlung, bei denen ein Kind etwas spürt. Wir umschreiben dieses Spüren mit „kitzeln“ oder „zwicken“ und nicht mit Schmerz. Bitte **übernehmen Sie diese Bezeichnung**, um Ihr Kind nicht nach der Behandlung, wenn es sich bereits wieder gut fühlt, mit der Frage „Hat es weh getan?“ an ein ungutes Gefühl zu erinnern. Auch die Bemerkung: „Das war doch gar nicht so schlimm“, bedeutet eigentlich: „Ein bisschen schlimm war’s ja doch!“ Kein Kind möchte durch eine Frage daran erinnert werden, ob es an einem Punkt der Behandlung „schlimm“ war oder „weh“ tat! Wir nehmen uns nach jeder Zahnbehandlung Zeit, um Ihr Kind in einen positiveren und noch besseren Zustand zu bringen. Wir fragen das Kind, wie es sich jetzt fühlt (und nicht ob die Zahnbehandlung etwa wehgetan hat!). Damit helfen wir dem Kind, die **positiven Erfahrungen** beim Zahnarzt zu sammeln. Verstärken Sie die **positiven Eindrücke**, indem Sie ihr Kind loben, loben, loben!

**Für eine gute Erfahrung beim Zahnarzt ist nicht die Behandlung entscheidend, sondern das Gefühl und die Erinnerung, mit der das Kind den Behandlungsstuhl und die Praxis verlässt.**

Ihr **Löwenzahnarzt**

