

# Eine Käseplatte für die Zahnärztin

Vor lauter Angst getraute sich Ruth Büchli 15 Jahre lang zu keinem Zahnarzt. Jetzt ist die Freude über ihre neuen Zähne riesig.



Es ist ein spezieller Tag im Leben von Ruth Büchli aus Bern. Die 68-jährige Altenpflegerin bekommt heute ihre neuen Zähne. Entsprechend schön hat sie sich gemacht und eine riesige Käseplatte für ihre Zahnärztin mitgebracht. Als sie das Resultat sieht, strahlt sie nur noch – und muss dabei ihre Zähne endlich nicht mehr verstecken, indem sie verlegen ihre Lippen zusammenpresst oder die Hand vor den Mund hält.

Vor 15 Jahren hat es mit der Zahnarztphobie angefangen, nach einem Horroringriff ohne ausreichende Narkose. Sie habe wahnsinnige Schmerzen gehabt und einen fürchterlichen Brechreiz. «Tun Sie nicht so blödl!», habe ihr Zahnarzt damals nur gesagt. Danach machte sie keinen Schritt mehr über die Schwelle einer Zahnarztpraxis. Die Phobie wurde immer schlimmer, mit äusserst negativen Folgen für das Selbstbewusstsein und den Alltag. Nachts konnte Ruth Büchli nicht mehr schlafen. Auch die Zähne litten zusehends. Es kam zu Fehlstellungen und wüsten Verfärbungen. Sie konnte nicht mehr richtig beißen. Und an ein normales Lachen war auch nicht mehr zu denken. «Ich habe mich so geschämt, dass ich niemandem davon erzählte, nicht mal meinem Mann und meiner Tochter. Ich wusste, dass ich zum Zahnarzt musste. Aber ich brachte es einfach nicht fertig.»

Dann kam das Schlüsselerlebnis, das ihr Leben verändern sollte. Auslöser war ein Bericht in der *Sprechstunde Doktor Stutz* über Frau Dr. Marey, die sich Menschen mit Zahnarztphobie mit grossem Feingefühl annimmt. «Als ich ihr Foto sah, hat es bei mir sofort Klick gemacht. Ich wusste: Zu dieser Frau will ich! Ich ging mit dem Heft zu meiner Tochter und bat sie,

## Ich helfe Ihnen

Ist die Angst vor dem Zahnarzt auch für Sie eine jahrzehntelange Qual? Brechen Sie aus diesem Teufelskreis aus! Nachdem Ruth Büchli die Phobie und die Scham besiegt hat, möchte sie anderen Menschen helfen und den Gang zum Zahnarzt erleichtern. «Sie können mich anonym und kostenlos anrufen. Auf Wunsch begleite ich Sie auch zum ersten Treffen mit dem Zahnarzt.»

Die anonyme und kostenlose Hotline für Zahnarztphobie-Patienten: 078 830 50 25.

mit Frau Dr. Marey zu telefonieren und einen Termin abzumachen.» Für die erste Konsultation brauchte es noch die Begleitung der Tochter und ein Beruhigungsmittel. «Bei der ersten Sitzung war ich noch wahnsinnig angespannt. Dann hat sich die Angst zunehmend gelöst.» Entscheidend waren die Behutsamkeit, mit der Dr. Marey bei der Untersuchung und der Behandlung vorging, und die perfekte Information über jeden noch so kleinen Schritt. Der Grossteil der Behandlung erfolgte unter Vollnarkose. «Ich habe die Narkose extrem gut ertragen und litt weder an Übelkeit noch unter Schmerzen.»

Dr. med. dent. Nadya Marey weiss, was für Menschen mit einer Zahnarztphobie wichtig ist. «Der Behandlungsprozess geht sehr behutsam vor sich. Der Patient oder die Patientin kann bei jedem Schritt mireden und jederzeit «Halt» sagen.» In der ersten Sitzung wird über Ängste und Erwartungen gesprochen. Die Besprechung kann ausserhalb des Behandlungszimmers oder auch ausserhalb der Praxis stattfinden. Bedenken und Nöte werden ernst genommen. Die eigentliche zahnärztliche Behandlung bekommt der Patient gar nicht mit, wenn er das so will. In einem solchen Fall wird

die Behandlung unter Vollnarkose zusammen mit einem erfahrenen Anästhesisten durchgeführt. Durch ein spezielles Anästhesieverfahren treten nach dem Eingriff kaum Schmerzen oder Schwellungen auf. Eine dritte Sitzung ist notwendig, wenn ein Zahnersatz geplant ist.

Ruth Büchli rät allen, ja nicht so lange zu warten, wie sie es getan hat. Die Phobie werde nur noch schlimmer. Und die Zähne immer schlechter. «Es ist wichtig, zu jemandem zu gehen, zu dem man absolutes Vertrauen hat.» Sie will helfen, dass Betroffene ihre Angst endlich überwinden können. «Sie werden sehen: Es lohnt sich!»



**Dr. med. dent. Nadya Marey**

Praxis für allgemeine Zahnmedizin und Implantologie

Bahnhofplatz 9  
8001 Zürich  
Telefon 044 266 11 11  
www.cosmodent.ch  
www.dental-phobie.ch  
info@cosmodent.ch