

dossier

Zonder angst naar de tandarts

Wordt u aangeboden door

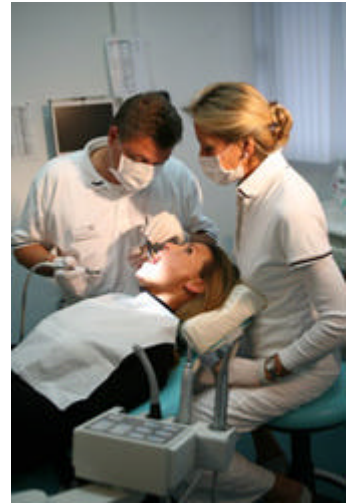


Zonder angst naar de tandarts

"In de CDC Kliniek werd mijn angst voor de tandarts heel serieus genomen. Daardoor heb ik mijn vertrouwen weer terug gekregen en is mijn angst veel minder geworden. Mijn gebit ziet er weer gezond uit; een heerlijk gevoel en dat wil ik zo houden!"

(J. Baselmans, 40 jaar)

Angst voor de tandarts is, na vliegangst, de grootste angststoornis onder Nederlanders. Iedereen weet dat een goede mondhygiëne gecombineerd met een regelmatig bezoek aan tandarts en mondhygiënist bijdraagt aan een sterk en mooi gebit. Toch zijn er naar schatting 2,5 miljoen mensen in Nederland bang voor de tandarts; 500.000 hiervan zijn extreem angstig. Uit ervaring in de praktijk blijkt dat angst wel degelijk kan worden ingeperkt; door goede communicatie, een comfortabele omgeving en kennis op het gebied van de modernste behandeltechnieken. Begrip tonen voor de angst, de behandeling bespreken en over de angst praten, zijn belangrijke stappen in het verminderen van angstgevoelens.



CDC Kliniek voor tandzorg

Met meer dan 11000 patiënten en een groot team van professionals (tandartsen, implantologen, mondhygiënisten, anesthesiologen en tandtechnici), 30 ultramoderne behandelkamers, 4 behandelkamers voor narcose en twee in pandige laboratoria is CDC Kliniek de grootste tandheelkundige kliniek van Nederland. Alle disciplines op het gebied van tandzorg zijn hier onder één dak te vinden. Wat de kliniek zo bijzonder maakt is dat de kliniek al sinds de oprichting in 1999 veel ervaring heeft in het behandelen van angstige patiënten. Er wordt dan ook alles aan gedaan om mensen met angst voor de tandarts zoveel mogelijk op hun gemak te stellen.

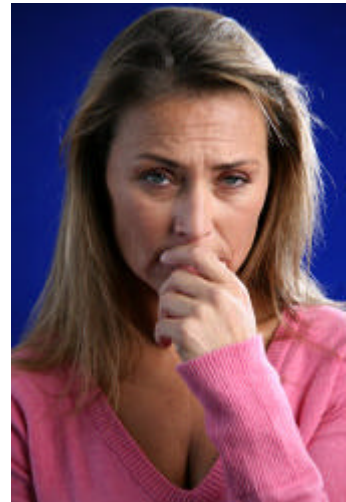


Angsttandarts

De specialisten bij CDC Kliniek begrijpen de angst bij de patiënt voor de tandarts. Uit ervaring blijkt dat patiënten van de kliniek zich niet alleen gerustgesteld voelen, ze ervaren tevens het gevoel in de watten gelegd te worden. Dat begint al bij het eerste telefoontje of bezoek. De speciale angsttandartsen nemen uitgebreid de tijd om te praten over de angsten, wensen en behoeften. De wachttijden voor een behandeling bij CDC Kliniek zijn minimaal en ook aan de inrichting van de ontvangstruimtes en behandelkamers is veel aandacht gegeven. Een belangrijke rol is weggelegd voor de communicatie voor, tijdens én na de behandeling. De patiënt krijgt een goede uitleg over de behandeling en er kan een signaal worden afgesproken als de patiënt tijdens de behandeling even rust nodig heeft of meer verdoving wenst. Om de behandeling zo comfortabel en pijnloos mogelijk te maken, werkt CDC Kliniek met verschillende verdovingsmethoden, de modernste behandeltechnieken en de meest geavanceerde technologische apparatuur.

Oorzaken angst

Uit onderzoek van CDC Kliniek is gebleken dat 80% van de patiënten van de kliniek extreem bang is voor de tandarts. Van deze groep was 75% al meer dan 5 jaar niet bij de tandarts geweest. Angst is heel normaal, maar wanneer de angst het leven gaat beheersen, is er sprake van een angststoornis. Vrouwen ervaren in de regel meer angst dan mannen. Daarnaast blijkt dat 21-30 jarigen verhoudingsgewijs de grootste angst hebben voor de tandarts, gevolgd door 31-40 jarigen. Op de derde plaats komt de leeftijd 11-20 jaar. 51-60 jarigen zijn het minst bang voor de tandarts, gevolgd door 41-50 jarigen en 60-plussers.



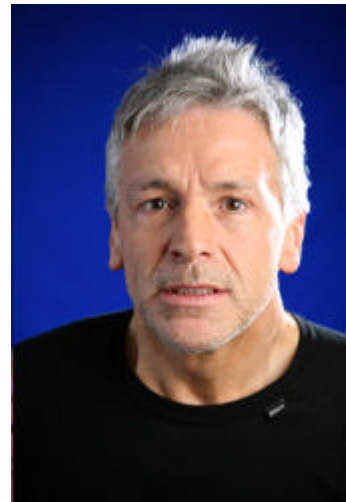
Eerder onderzoek (bron: CDC Kliniek) wees uit dat angst voor de tandarts verschillende oorzaken kent:

- nare ervaringen in het verleden
- angst voor de pijn
- schaamte voor de tandarts
- verhalen van anderen
- en het negatief neerzetten van de tandarts in diverse media

Tips tegen angst

Angst is niet altijd te vermijden, maar is wel in goede banen te leiden. Wat kun je zelf doen om angst voor de tandarts te minimaliseren?

- Doe van tevoren ontspanningsoefeningen. Als je die goed onder de knie hebt, kunnen die je helpen om ook bij de tandarts beter te ontspannen.
- Praat met je tandarts over je angst. Schrijf een aantal punten op waarover je het met je tandarts wilt hebben. Door zenuwen vergeet je vaak de helft en dan is het handig om een geheugensteuntje bij je te hebben. Zo weet de tandarts waar hij rekening mee moet houden.
- Bang voor de pijn? Vraag een verdoving. Een lichte verdoving kan al veel leed verzachten.



Extreem angstige patiënten kunnen terecht bij psychologen die zich gespecialiseerd hebben in het behandelen van mensen met een angststoornis. Kijk bijvoorbeeld eens op www.selfhelpwriter.com.

Door angst een verwaarloosd gebit... En nu?

Als je vanwege angst jarenlang het bezoek aan de tandarts hebt uitgesteld, kan dat ernstige gevolgen hebben voor het gebit. Er kunnen gaatjes ontstaan, en tandvles kan chronisch ontstoken raken met alle vervelende gevolgen van dien. Zelfs het verliezen van tanden en kiezen is niet ondenkbaar. Het gebit kan zelfs zo verwaarloosd raken, dat problemen ontstaan met het kauwen van voedsel. Mensen met een verwaarloosd gebit durven vaak niet meer voluit te lachen of te praten; een verminderd zelfvertrouwen is vaak het nare gevolg.



Een gebitsrenovatie kan in deze situaties uitkomst bieden. De angststandarts kan met behulp van implantaten, bruggen en kronen het hele gebit renoveren. Daarvoor maakt hij gebruik van de tanden die nog gezond zijn. Die vormen de basis waarop de nieuwe kronen worden bevestigd. Als de tanden daarvoor te slecht zijn of er ontbreken tanden, dan kan de tandarts kunstwortels geven. Die zorgen ervoor dat de nieuwe tanden net zo vast zitten als echte tanden.



Ook op het gebied van gebitsprotheses is er veel mogelijk; er wordt gewerkt met de allernieuwste technieken en materialen waardoor een stralende glimlach en een hernieuwd zelfvertrouwen weer binnen bereik zijn.

Patiënten vertellen

"Ik denk dat ik 24 jaar was toen ik voor het laatst in een tandartsstoel heb gezeten. Ik ben nu bijna 30, dus reken maar uit... Tijdens een behandeling bij mijn tandarts voelde ik me altijd heel ongemakkelijk. Vooral van de verdovingen en die afschuwelijke boor had ik slapeloze nachten. Mijn tandarts zei nooit zoveel, en ik durfde daardoor ook niets te zeggen of te vragen. Dat gaf me een vervelend gevoel van onmacht. Mijn angst voor de tandarts heeft ervoor gezorgd dat ik jarenlang mijn gebit heb verwaarloosd. Met alle nare gevolgen van dien: scheurtjes in het tandglazuur, zwarte gaatjes en ontstekingen... Ik voelde me een beetje radeloos. Toen ik mijn tandartsprobleem met een vriendin besprak, vertelde ze me dat ze iets had gelezen over 'angsttandartsen' en liet me de website zien van CDC Kliniek. In de kliniek werd mijn angst heel serieus genomen. Daardoor heb ik mijn vertrouwen weer teruggekregen en is mijn angst veel minder geworden. Naar de tandarts gaan, doe ik nog steeds niet voor de lol, maar dankzij de tandartsen van CDC Kliniek laat ik mijn tanden ieder half jaar trouw controleren. Mijn gebit is heel netjes gerestaureerd en ziet er gezond uit, een heerlijk gevoel en dat wil ik zo houden!"
M. Kersten (29)

Vervelende ervaringen in het verleden leidden tot een grote angst voor de tandarts bij Lommert Homma. Door tandproblemen als pijn, loszittende tanden en gaatjes kon hij bijna uitsluitend nog vloeibaar eten. Hij liet zich behandelen bij CDC Kliniek met kroon- en brugwerk en een frame. "Ik was al 20 jaar niet bij de tandarts geweest vanwege de angst die ik ervoor heb sinds mijn jeugd, maar bij de intake werd ik toch al redelijk gerust gesteld. De angst was nog niet weg, maar er werd helder uitgelegd wat ze van plan waren te doen. Op de dag van de behandeling werd ik gastvrij ontvangen in de kliniek. Ik maakte al snel kennis met de behandelend tandarts, hij vertelde me nog een keer wat de behandeling inhield. Van de behandeling zelf heb ik gelukkig niets gevoeld. Op het moment dat het pijngevoel terugkwam, werd er gewoon een nieuwe verdoving

gegeven. Ik ben nog enkele keren terug geweest voor de vervolgbehandelingen. Opvallend was dat ik met veel minder angst de stoel inging. De tandarts zal nooit mijn beste vriend worden, maar zolang wachten zal ik nooit meer. De behandeling heeft voor mij een heel positief effect gehad: ik heb meer zelfvertrouwen gekregen en een angst overwonnen. Ik kan weer lachen!"

Lammert Homma (33)

Hoe herken je een goede tandarts

Meestal wordt het pas na jaren duidelijk of een tandarts zijn werk goed doet. Toch is er een aantal factoren waaruit al eerder blijkt of een tandarts kundig is.

Voldoende tijd

Wees alert als op het met jou afgesproken tijdstip nog veel mensen moeten worden behandeld. Dat kan namelijk het gevolg zijn van slechte planning en resulteert in minder tijd per patiënt. Een goede tandarts neemt voor iedereen voldoende tijd en laat bij afspraken die een uur of langer uitlopen de volgende patiënten bellen of biedt de wachtenden een nieuwe afspraak aan.

Hygiëne en sfeer

De inrichting van de praktijk is vaak representatief voor de kwaliteit van de medische behandeling. Kies voor een tandartspraktijk die hygiëne en sfeer hoog in het vaandel heeft staan.

Adviezen en voorlichting

De tandarts moet genoeg tijd nemen om de patiënt naar diens toestand en visie te vragen, de patiënt te onderzoeken en hem of haar te adviseren over de te volgen behandeling. De tandarts moet verschillende alternatieven en de daarmee gepaard gaande kosten en tijdschema's voorstellen. Een goede tandarts geeft de patiënt bij uitgebreidere reparaties ook voldoende bedenktijd als het bijvoorbeeld gaat over het plaatsen van een dure kroon.

Daarnaast besteedt een goede tandarts ook aandacht aan voorlichting, onder andere over het voorkomen van cariës en parodontitis door middel van goede poetstechnieken en dagelijkse gebitsreiniging.

Pijn

Een verdoving hoeft geen pijn te doen. Behalve een klein prikje hoef je niets te voelen.

Recht op second opinion

Als je twijfelt over dure ingrepen aan het gebit is het goed om bij een andere tandarts om een second opinion te vragen.

Veel gestelde vragen

Hieronder vind je een selectie van de meest gestelde vragen over CDC kliniek en het gebit in het algemeen. Om het antwoord te bekijken kun je op de vraag klikken, het antwoord komt er dan onder te staan.

Mijn gebit is ernstig verwaarloosd. Is daar iets aan te doen?

Meestal is er zelfs aan het meest verwaarloosde gebit wel iets te doen. Om dat echter met zekerheid te kunnen zeggen, moet CDC Kliniek uw gebit eerst gezien hebben. Aan de hand van röntgenfoto's kunnen de tandartsen beoordelen wat de staat van het gebit is. Als de wortels nog stevig in de kaak vastzitten, kunnen de tandartsen op basis van het bestaande gebit een tandheelkundige make-over toepassen.

Ik heb verschrikkelijke angst voor de tandarts. Houdt CDC kliniek daar rekening mee?

Ja, ongeveer 80% van de cliënten is bang voor de tandarts. Bij CDC Kliniek worden tandartsen speciaal getraind in het omgaan met (extreem) angstige patiënten. Om te beginnen geven zij vooraf duidelijke uitleg over wat ze gaan doen. Daarnaast maken zij gebruik van verschillende verdovingstechnieken. Je voelt en/of merkt dan niets van de behandeling. Er zijn meerdere mogelijkheden voor afleiding zoals bijvoorbeeld de televisie die boven iedere behandelstoel hangt.

Het lijkt wel of mijn tanden los gaan zitten. Kan dat nog verholpen worden?

Voor het behoud van het gebit is het van groot belang dat er onmiddellijk een behandeling plaatsvindt. Diverse opties zijn bespreekbaar. Tijdens een intakegesprek worden alle mogelijkheden doorgenomen.

Trekt CDC Kliniek ook gezonde tanden?

Nee. Als er geconstateerd wordt dat wortels nog stevig in de kaak zitten, wordt er altijd naar een oplossing gezocht waarbij eigen tanden of kiezen behouden blijven.

Behandelt CDC Kliniek ook kinderen?

Nee, kinderen worden niet door CDC behandeld. De kliniek is gespecialiseerd in complete gebitsrenovaties, implantaten en kunstgebitten. Daarnaast worden er ook cosmetische behandelingen uitgevoerd. Alle bovengenoemde behandelingen zijn bedoeld voor volwassenen (vanaf 18 jaar).

Kan ik ook voor een beugel bij CDC Kliniek terecht?

Daarvoor wordt geadviseerd een orthodontist te bezoeken. In de kliniek wordt wel dagelijks scheefstand gecorrigeerd (bij volwassenen) door middel van kronen en/of facings. CDC Kliniek is namelijk gespecialiseerd in structurele oplossingen voor je gebit, zoals complete gebitsrenovaties.

Wat is een kliksysteem?

Een kliksysteem heeft te maken met implantaten en de voorziening die hierop geplaatst wordt. Als je last hebt van een loszittende prothese is het mogelijk om vier implantaten in je boven- en/of onderkaak te plaatsen, daar een verbinding op te plaatsen (steg) zodat je je prothese hierop vast kunt "klikken". De prothese blijft dan wel een uitneembare voorziening maar zit veel vaster.

Wat is een implantaat?

Een implantaat is een kunstwortel die in de kaak wordt geplaatst. Als je één, meerdere of zelfs al je tanden en kiezen mist en weer ongehinderd wilt kunnen praten, lachen en eten, dan zijn implantaten veelal dé oplossing. In principe kan bij iedere volwassene een implantaat worden geplaatst. Wel dient het tandvlees eromheen gezond te zijn. De mogelijkheden van het plaatsen van een implantaat kunnen tijdens een intakegesprek worden besproken.

Mijn tandvlees is ernstig ontstoken (parodontitis). Is daar iets aan te doen?

Daar is zeker iets aan te doen. Een sterk en gezond gebit begint met de juiste mondhygiëne. Poets na de maaltijd minimaal twee minuten en houd de ruimte tussen tanden en kiezen goed schoon met flosdraad, tandenstokers en/of ragertjes om zo de kans op tandvleesontsteking te verminderen. Bij ontstoken tandvlees kan een mondhygiëniste/parodontoloog uitkomst bieden. Blijf de mondhygiëniste regelmatig bezoeken voor controle en advies.

Kan ik bij CDC Kliniek terecht voor de halfjaarlijkse controle?

Ja, echter alleen als je bij CDC in behandeling bent geweest. Je krijgt daar namelijk 10 jaar garantie op het werkstuk dat in je mond is geplaatst. Daarvoor is het wel van belang dat je ieder half jaar op controle komt (de kosten hiervoor zijn niet in de behandelkosten inbegrepen). De mondhygiënisten zorgen ervoor dat je gebit gezond wordt gehouden zodat je ook lang plezier hebt van je nieuwe tanden.

Ik wil mijn tanden laten bleken. Is dat wel veilig voor mijn gebit?

Over het bleken van tanden bestaan veel misverstanden. CDC kliniek gebruikt voor het bleken van tanden de juiste materialen op de juiste manier. Bovendien worden extra maatregelen genomen om je tandvlees te beschermen. Omdat er zorgvuldig en professioneel wordt gewerkt, kan CDC Kliniek de tanden op een verantwoorde wijze bleken.

Wanneer kan een facing worden aangebracht en hoe gaat dat in zijn werk?

Een facing is een porseleinen schildje dat op de voorzijde van de bestaande tand wordt geplaatst. Dat wordt alleen gedaan als de wortel nog stevig in de kaak zit. Hiervoor is het nodig dat de tand minimaal wordt afgeslepen.

Ik heb gele, scheve tanden. Is daar iets aan te doen?

Ja, meestal kunnen scheefstaande tanden goed verholpen worden. Met behulp van facings op een bestaande tand krijgt de tand een heel ander aanzien. Een facing is een porseleinen schildje dat op de bestaande tand wordt geplaatst. Hiervoor wordt een klein deel van de bestaande tand afgeslepen. Afhankelijk van de scheefstand kan het nodig zijn om in plaats van een facing een kroon aan te brengen. Dit is een hulsje, dat om de tand wordt geplaatst. CDC kliniek geeft 10 jaar garantie op facings en kronen.

Meer informatie of een afspraak

Voor meer informatie over angstbehandelingen of het maken van een afspraak, kun je terecht op www.cdckliniek.nl of bellen met: 0499-378825.

[Maak een afspraak](#)