

3 December 2014

Versie: 1.1

ANGST

WIE ZIJN WIJ?

Mijn naam is **Niv Kaufman**. Ik ben tandarts, gespecialiseerd in het behandelen van mensen met tandartsangst. In onze praktijk in Halfweg bieden wij onze patiënten moderne tandheelkundige behandelingen, met gebruik van de meest geavanceerde materialen en instrumenten.

Naast het tandheelkundige aspect is voor ons ook het welzijn van de patiënt van groot belang. Voor optimaal comfort tijdens de behandeling maken wij gebruik van de modernste verdovingstechnieken, waaronder lachgas. Verder betrekken wij u als patiënt bij het opstellen en uitvoeren van het behandelplan, en houden daarbij rekening met uw wensen en gevoeligheden.

hoogtepunten:

Waar komt angst vandaan	2
De methoden	3
De Behandeling	4
Na de behandeling	5
Praktische informatie	6

TANDARTSANGST - NIET VAN DEZE TIJD

Iedereen heeft recht op een behoorlijke gebitsverzorging. Toch maakt niet iedereen daar gebruik van.

Al tijdens mijn studie was ik geïntrigeerd door dit verschijnsel. Ik vroeg me af hoe het kwam dat sommige mensen nooit naar de tandarts gaan.

Het antwoord was eenvoudig: **angst**.

Niemand gaat voor zijn of haar plezier naar de tandarts. Zoals een patiënt ooit tegen me zei: 'Ik kan het missen als kiespijn...' Maar voor

sommige mensen gaat het nog verder: ze zijn simpelweg bang voor de tandarts. En wel zó bang, dat ze niet eens een afspraak durven te maken. Deze patiënten lijden liever onder de pijn, het ongemak en de schaamte van een onverzorgd gebit dan dat ze plaatsnemen op de tandartsstoel.

Als tandarts zie ik het als een uitdaging om mensen met tandartsangst te helpen. Vooral ook omdat ik weet dat niemand tegenwoordig nog bang hoeft te zijn voor de tandarts.

Tandartsangst is niet meer van deze tijd.

Deze brochure gaat over de moderne gebitsverzorging, over nieuwe methoden in de tandheelkunde, die garanderen dat u pijnloos en ontspannen in de tandartsstoel zit, terwijl ik bezig ben u van een gezond en fraai gebit te voorzien.

Lees de brochure thuis op uw gemak door en bel ons daarna voor een vrijblijvende afspraak.

We horen graag van u.

ENIGE FEITEN

Uit onderzoek in verschillende landen blijkt dat tandartsangst vaker voorkomt dan we denken. Zo'n 80% van de mensen is wel eens bang voor de tandarts. Angst voor de tandarts komt bovendien voor in alle bevolkingsgroepen: bij jong en oud, bij mannen en vrouwen, in alle beroepen en etniciteiten.

Bij 10% van de mensen is de angst zó groot dat we van een **fobie** spreken. Mensen met **dentofobie**, zoals dat in wetenschappelijke taal heet, komen vaak terecht in een vicieuze cirkel: ze zijn zo bang dat ze nooit naar de tandarts gaan; hun gebit gaat achteruit, ze krijgen kiespijn en hoe groter de pijn, hoe hoger de drempel om een

bezoek aan de tandarts te brengen. Als de nood zo hoog is dat ze uiteindelijk toch in de tandartsstoel terechtkomen, zijn ze vaak zo angstig en gespannen dat het kleinste ongemak tijdens de behandeling ondraaglijk lijkt en de angst voor een volgend bezoek verder toeneemt.

WAAR KOMT DE ANGST VANDAAN



“Het is tenslotte niet niks: je voelt je machteloos en kwetsbaar.”

Zowel uit studies als in de praktijk blijkt dat angst voor de tandarts in de meeste gevallen het gevolg is van een nare ervaring, van de persoon zelf, of van iemand anders. De een herinnert zich nog de schooltandarts van vroeger, die niet van tevoren had verteld wat hij ging doen; een ander moet denken aan de angst van zijn moeder de dag voordat ze naar tandarts moest; weer een

ander heeft de verhalen gehoord van een buurman die lang geleden een kies had laten trekken, in de tijd dat er nog geen verdoving werd gebruikt, of van een vriend die na een wortelkanaalbehandeling een hele week zijn mond niet open kon doen. Ook de media dragen hun steentje bij: filmbeelden, documentaires, strips – ze schetsen vaak een negatief beeld van het bezoek aan de tandarts.

Dat sommige mensen hier extra gevoelig voor zijn, is geen wonder. Het is tenslotte niet niks: je zit voor je gevoel gevangen in een stoel, je mond staat wijd open, een onbekende persoon komt met zijn of haar handen aan je gezicht en gebruikt daarbij allerlei instrumenten en apparaten die ook nog een onaangenaam geluid maken. Je voelt je machteloos en kwetsbaar.

DE VICIEUZE CIRKEL DOORBROKEN

Er ontbreekt nog één belangrijke schakel in de vicieuze cirkel die ik zojuist beschreven heb, namelijk: als je nooit naar de tandarts gaat, kom je er ook niet achter dat het er tegenwoordig heel anders toe gaat.

Er is veel veranderd in de medische wereld, en dat geldt ook voor de tandheelkunde. De tandarts van nu ziet niet alleen een gebit voor zich,

maar een heel mens, met zijn of haar gevoelens en gevoeligheden.

Bovendien zijn tandartsen er inmiddels achter gekomen dat het behandelen van een rustige en meewerkende patiënt ook voor henzelf grote voordelen heeft, omdat dat vlotter en efficiënter werkt. Minder spanning bij de patiënt betekent minder spanning bij de arts.

Als tandarts gebruik ik dan ook verschillende methoden om u op uw gemak te stellen en te zorgen dat u geen pijn voelt. En dat doe ik zoals gezegd in overleg met u, want bij ieder mens en bij iedere situatie past een andere methode.

DE VOORBEREIDING

Voordat we de verschillende methoden doornemen, wil ik het hebben over wat u en ik kunnen doen om het ongemak bij de behandeling te verminderen, misschien zelfs helemaal te laten verdwijnen.

Zoals gezegd, zie ik het als mijn taak om u de

behandeling zo prettig en pijnloos mogelijk te laten ondergaan. Ik vertel u bij elke stap van tevoren welke handeling ik ga uitvoeren. Tegelijkertijd luister ik naar uw wensen en beantwoord uw vragen.

Daarvoor is het uiteraard belangrijk dat u vragen stelt en uw wensen kenbaar maakt, dat u mij

laat weten als u enig ongemak voelt en dat u zelf probeert te ontspannen. Diep ademhalen is daarbij effectief. En houdt u van muziek? Neem dan uw eigen speler mee en luister lekker terwijl ik bezig ben. U zult verbaasd zijn hoe snel de tijd dan gaat.



Tandarts Niv Kaufman

DE METHODEN

Verdoving

Bij sommige behandelingen is het noodzakelijk om verdoving toe te passen. Als je verdoofd bent, voel je geen pijn. Maar niemand vindt het fijn om in zijn mond geprikt te worden. Daarom doen wij het in onze praktijk anders.

- Vóór het prikken behandelen we de plek met een verdovingsgel. Na 30 seconden is het tandvlees verdoofd en voelt u de prik niet.
- Ook de wijze van injecteren is van groot belang. Om pijn te

voorkomen, moet de verdovingsvloeistof vooral niet snel en met kracht worden ingespoten, maar juist langzaam en beheerst.

- We gebruiken een koudspray om te controleren of de verdoving al is ingewerkt.

Lachgas

Als een van de weinige tandartspraktijken in Nederland maken wij gebruik van lachgas. Lachgas zorgt ervoor dat je een beetje "licht in het hoofd" bent, het geeft je een gevoel van euforie en heeft tevens een pijnstillend effect. Met andere woorden: je bent ontspannen en minder vatbaar voor pijn.

Het gebruik van lachgas is veilig en zonder bijverschijnselen. Het gas, een mengsel van stikstofoxyde en zuurstof, wordt door de tandarts met behulp van een speciaal apparaat in de juiste verhouding bereid. Deze verhouding kan per persoon verschillen. Bij sommigen, zoals zwangere vrouwen en

mensen met emfyseem, mag lachgas zelfs helemaal niet gebruikt worden. Voor de juiste toepassing van lachgas heb ik dan ook een speciale opleiding gevolgd.

"Als een van de weinige tandartspraktijken in Nederland maken wij gebruik van lachgas."



Lachgas apparaat

Is lachgas iets voor u ?

Neem de volgende lijst door.

Kunt u zich in één of meerdere van deze uitspraken vinden?

- Ik zie er verschrikkelijk tegen op om naar de tandarts te gaan.
- Zelfs als ik kiespijn heb, stel ik het bezoek aan de tandarts uit.
- Ik heb een hekel aan naalden en injecties.
- Ik heb het druk en wil mijn tijd zo effectief mogelijk benutten.
- Er is van alles mis met mijn gebit.
- Ik heb een traumatische ervaring gehad bij de tandarts.
- Ik kan niet goed tegen de lucht en/of het boorgeluid bij de tandarts.
- Ik schaam me voor mijn gebit.
- Ik moet kokhalzen als je een voorwerp in mijn mond steekt.

Geldt minstens één van deze uitspraken voor u? Dan raad ik u aan om behandeling onder lachgas te overwegen.

“Zodra de juiste concentratie lachgas is bereikt, kan ik overgaan tot de eigenlijke behandeling.”

Hoe gaat dat in zijn werk ?

Voordat de behandeling van start gaat, brengt ik het neusmaskertje bij u aan. Het is de bedoeling dat u tijdens de behandeling door uw neus ademt en niet door uw mond.

In eerste instantie krijgt u zuivere zuurstof toegediend. Daarna wordt er stapsgewijs steeds

meer lachgas aan toegevoegd. In het begin kan dit wat onwennig aanvoelen, maar deze gewaarwording verdwijnt gauw en maakt plaats voor een aangenaam en ontspannen gevoel.

Zodra de juiste concentratie lachgas is bereikt, kan ik overgaan tot de eigenlijke

behandeling. Deze begint met een plaatselijke verdoving zoals eerder beschreven.

Wat als... ?

Ik kan me goed voorstellen dat u vraagt: Maar wat als ik zo bang ben dat ik niet eens op de behandelstoel durf te gaan zitten? Laat ik u geruststellen: in dat geval krijgt u van mij van tevoren een recept voor een kalmeringsmiddel. Nadat ik u een paar

vragen heb gesteld, schrijf ik een door de overheid goedgekeurd middel voor dat bij u past: van een pilletje dat rust geeft tot een pilletje waar u zelfs slaperig van wordt. In dit laatste geval vraag ik u om onder begeleiding naar de kliniek te komen.

DE BEHANDELING

Als u eenmaal ontspannen en op uw gemak bent, kan ik rustig en effectief te werk gaan. Met andere woorden, onze behandelmethode brengt zowel voor de patiënt als voor de arts alleen maar voordelen met zich mee. De tandarts is tenslotte ook maar een mens en hij werkt liever in een ontspannen, vriendelijke omgeving.

Onze methode heeft nog een belangrijk voordeel: de korte behandelduur.

Mijn team en ik zijn er namelijk op gericht de behandeling als het even kan in één keer af te ronden. Daarbij doen we uiteraard geen enkele concessie aan de kwaliteit.

Bij kronen en implantaten gaat dat natuurlijk niet, maar omdat wij u liever niet zonder tanden naar huis sturen, lukt het ons in de meeste gevallen om u ter plekke van “tijdelijke tanden” te voorzien.

“Mijn team en ik zijn er namelijk op gericht de behandeling als het even kan in één keer af te ronden.”

NA DE BEHANDELING

Heeft u lachgas toegediend gekregen, dan krijgt u na de behandeling nog vijf minuten lang zuivere zuurstof. Na vijf tot tien minuten is het lachgas volledig uitgewerkt. In veel gevallen kunt u zich de details van de behandeling door de invloed van het lachgas niet eens meer herinneren. Alleen het fraaie, nieuwe gebit dat u in de spiegel ziet, wijst erop dat u naar de tandarts bent geweest. En het feit dat u geen pijn meer voelt.

Klinkt onwaarschijnlijk?
Moeilijk te geloven? Ik laat

een van mijn patiënten aan het woord:

‘De avond voor de behandeling nam ik een kalmeringsmiddel in dat dr. Kaufman voorgeschreven had. Tot mijn grote verbazing sliep ik die nacht als een roos, hoewel ik wist dat ik de volgende dag naar de tandarts moest. ’s Morgens, ongeveer één uur voor de behandeling slikte ik nog een pilletje. Ik voelde me een beetje wazig. Zoals met dr. Kaufman was besproken, reed mijn dochter mij naar de kliniek.

Ik ging ontspannen en

zonder enige tegenzin zitten. De tandarts zette het maskertje op mijn neus en binnen een minuut had ik een aangenaam, ontspannen gevoel. Voor ik het wist, hoorde ik de tandarts zeggen: “Zo, we zijn klaar.” Ik kon het amper geloven. Voor mijn gevoel had ik maar een paar minuten in zijn stoel gezeten.’



DE EERSTE STAP

We naderen het eind van het verhaal. U hebt veel informatie te verwerken gekregen. Ik heb mijn uiterste best gedaan om alles zo eenvoudig en overzichtelijk mogelijk uit te leggen. Hopelijk heb ik u kunnen geruststellen en durft u de telefoon te pakken om een afspraak te maken.

U weet nu dat u niet de enige bent die bang is voor de tandarts. U hoeft zich er niet voor te schamen. U hoeft ook zeker niet bang te zijn dat ik u de les zal lezen. Integendeel, ik heb als

tandarts en als mens alle begrip voor mensen met tandartsangst. Ik weet dat u daar niet in uw eentje overheen kunt stappen en ik zie het als mijn taak om u daarbij te helpen.

Bij de eerste afspraak zal ik daarom allereerst úw verhaal willen horen: waar bent u bang voor, waar hebt u last van en wat verwacht u van de behandeling? Als dit alles besproken is, ga ik naar uw gebit kijken en foto's maken. Tot slot leg ik uit hoe het er met uw gebit voor staat en wat mijn voorstel voor het

behandelplan is. Soms moeten er verschillende dingen gebeuren. We nemen ze dan ook een voor een door, we bespreken het gebruik van verdoving en eventueel ook van lachgas en ik laat u – als u dat op prijs stelt – ook alle instrumenten zien.

En niet onbelangrijk: ik vertel u ook wat het gaat kosten.

“Bij de eerste afspraak zal ik daarom allereerst úw verhaal willen horen: waar bent u bang voor, waar hebt u last van en wat verwacht u van de behandeling?”

Tandarts Halfweg Niv Dent

Oranje Nassaustraat 58
1165 GN HALFWEG

TELEFOON:
020 659 22 52
020 358 19 19

FAX:
020 358 1918

E-MAIL:
info@nivdent.nl

Bezoek onze website!

Ga naar:
www.nivdent.nl

WAT KOST HET ?

Uiteraard heeft de prijs te maken met de toestand van uw gebit en met uw verwachtingen van de behandeling. Maar ik vermoed dat de kosten u mee zullen vallen. Zoals gezegd zorgt onze efficiënte werkwijze ervoor dat het aantal behandelingen beperkt blijft, en dat heeft weer

invloed op de prijs. In sommige gevallen kan het zelfs gaan om een kleine aanpassing, die we dan niet eens in rekening brengen. We zijn niet de goedkoopste, maar we bieden u een hoge kwaliteit voor een betaalbare prijs.

Bovendien bestaat er de mogelijkheid om de nota in termijnen af te betalen.

VERZEKERING EN BETALING

Wanneer u ons belt om een afspraak te maken, vragen wij om uw verzekeringsgegevens. Wij werken overigens met alle zorgverzekeraars in Nederland. Uw rekening wordt in eerste instantie naar factoringmaatschappij

FAMED gestuurd. Het kan zijn dat u een goede tandartsverzekering heeft, die de behandeling in zijn geheel vergoedt. Als u geen of een gemiddelde tandartsverzekering heeft, kunt u met FAMED een passende betalingsregeling treffen.

Wij werken volgens de landelijk vastgestelde tarieven en volgens de leveringsvoorwaarden van het NMT.

Openingstijden praktijk

Maandag 09.00 – 17.00
Dinsdag 09.00 – 17.00
Woensdag 09.00 – 17.00
Donderdag 09.00 – 17.00
Op vrijdag zijn wij gesloten