

## Dansk selskab for Odontofobi holder sit andet årsmøde

- > Siden 2006 har et netværk af tandlæger, der beskæftiger sig med behandling af tandlægeskræk, jævnligt holdt møder, delt tanker og erfaringer. I forlængelse heraf blev Dansk Selskab for Odontofobi stiftet i november 2009 med fokus på hele tandplejeteamet. Flere medlemmer har supplerende uddannelse af forskellig art, for eksempel hypnose, tankefeltterapi, akupunktur, psykologi og andre terapeutiske uddannelser.
- > Dansk Selskab for Odontofobi er tænkt som et forum for erfaringsudveksling og for opbygning af videreuddannelse. Målet er at udbrede og udvikle behandlingsformer for patienter, som lider af frygt, angst eller fobi i forbindelse med tandbehandling.
- > Sidste år holdte selskabet sit første årsmøde, der havde fokus på relationer blandt andet gennem workshops om at forebygge angst og om hypnose som angstdæmpende foranstaltning.
- > I år er fokus så på behandleren – betydningen af, at man er i balance med sig selv for at kunne hjælpe de angstpatienter. Der vil være workshops om mindfulness, akupunktur og TAT (Tapas Acupressure Technique).
- > Årsmødet finder sted på Odder Parkhotel den 28. maj 2011 klokken 9.30 til 17.00 og er åbent for alle.
- > Se mere på [odontofobi.org](http://odontofobi.org).

tandlægebranchen er der – som i andre erhverv med store følelsesmæssige krav – større tendens til stress og depression,” konstaterer Mariann Lundgren.

Det skyldes dels ydre årsager som travlhed, akutte patienter og vanskelige arbejdsstillinger, men i høj grad også indre årsager. For når man har med nervøse mennesker at gøre, kan det være en stor udfordring at lykkes som behandler, hvis ikke man kan forblive nærværende og koncentreret og få en god kontakt med patienten.

Munden er et meget privat område, hvor man ikke lukker alle ind. Det skal behandles varsomt, og er tandlægen eller klinikassistenten urolig eller ukoncentreret, kan nænsomheden og den gode kontakt med patienten glippe – og så dukker patientens angst op igen.

”Derudover påvirker patienten tandlægen, fordi følelser smitter. Og med angstpatienter kræver det ekstra stor ro og overskud hos behandleren, så det bliver behandlerens ro, der smitter patienten, og ikke omvendt,” siger Mariann Lundgren, der også fremhæver, at det kan være svært for behandlere at stå ansigt til ansigt og kigge ind i et par øjne, der måske er angst, uanset hvad man gør.

”Mange har valgt tandlægefaget, fordi de gerne vil gøre noget godt for andre, men

selv om man er den bedste behandler, risikerer man stadig, at patienten er nervøs.

Derfor er det vigtigt, at hele tandlægeteamet lærer at rumme både deres egne og patientens følelser samt lærer at forblive nærværende, så de ikke reagerer automatisk, men selv kan bestemme hvordan de vil handle. Det giver psykisk robusthed, selvværd og stor glæde, og samtidig ro, overskud og tolerance i forhold til patienterne. Samtidig bliver arbejdsklimaet på klinikken bedre. Man bliver mere tolerant og robust og derfor sværere at vælte i travlhed, og man vil opnå større arbejdsglæde ved også at kunne sige fra og tage ansvar for sig selv – så man undgår at flygte fra ubehagelige følelser og alt det uberegnelige, som arbejdsdagen på klinikken også består af,” siger hun.

På klinikken, hvor der ofte bliver stillet store følelsesmæssige krav til behandlerne, kan det være svært at fastholde sit overskud og forblive rolig. Men mindfulness kan være én måde at finde ro og overskud på, hvilket Dansk Selskab for Odontofobi sætter fokus på til sit årsmøde i slutningen af maj.