

Filmer mot



VIBEKE ALMAAS, TANNHELSETJENESTENS KOMPETANSESENTER ØST (TKØ)

En av fem nordmenn vegrer å gå til tannlegen. Gjennom prosjektet «Tenner, skam og angst» vil Kompetansesenteret Tannhelse Midt (TkMidt) og Tannhelsetjenestens kompetansesenter Øst (TkØ) lage filmer om hvordan håndtere tannbehandlingsangst.

Målet med filmene er å gjøre det enklere for pasienter med ulik grad av tannbehandlingsangst til å oppsøke tannlege eller tannpleier. Prosjektet skal også lage instruksjonsvideoer for tannhelsepersonell. Dette for at tannleger, tannpleiere og tannhelsesekretærer skal bli enda tryggere i å gi traumesensitiv tannbehandling (se faktaboks) og ivareta god kommunikasjon med pasienten, sier psykologspesialist og prosjektleder Lena Myran ved TkMidt. Sammen med TkØ leder hun utviklings-

prosjektet, som er finansiert av Stiftelsen Dam gjennom Rådet for psykisk helse. I prosjektet deltar også Landsforeningen mot seksuelle overgrep (LMSO), Norsk forening for odontofobi (NOFOBI) og faggruppen i TOO-prosjektet (tilrettelagt tannhelsetilbud til tortur- og overgrepsofsatte og personer med odontofobi, se faktaboks).

Smerter, skam og tap av sosialt liv I den voksne delen av befolkningen har cirka fem prosent odontofobi, altså ekstrem frykt for tannbehandling. En person med odontofobi unngår ofte tannbehandling og kan derfor i perioder leve med sterke tann smerter. På sikt kan det gi alvorlige konsekvenser for munnhelsen og påvirke blant annet inntak av mat. For å slippe tannlegebesøk er smertestillende medikamenter løsningen for mange.

– Hvis smerten blir uutholdelig har vi sett at pasienten kan ty til eget grep for å slippe å gå til tannlege, for eksempel ved å selv fjerne rester av tannrot med en spiker, sier Myran.

Svekket oral helse kan også påvirke dagliglivet og det sosiale livet. –

FAKTABOKS

Traumesensitiv tannbehandling Innebærer å etablere en trygg relasjon til pasienten, avklare og ivareta pasientens grenser, behov og signaler under tannbehandling. Det kan for eksempel være • avklare grenser for fysisk nærhet • ikke bruke utstyr i munnen uten samtykke • forberede pasienten på bevegelser eller sanseintrykk

tannbehandlingsangst

– Tannbehandlingsangst er ofte knyttet til skam. Mange er redde for å bli fordømt og møtt med utsagn som «Hvorfor har du ikke kommet før?», hvis de endelig oppsøker tannlege. Å unngå og smile fordi han eller hun skammer seg over tennene sine, kan gjøre det vanskelig å møte andre mennesker. Det kan redusere livskvaliteten. Frykt for at det skal lukte vondt av munnen eller at andre kan legge merke til tennene, kan hindre nærhet og føre til isolasjon, sier Myran.

Grader av tannbehandlingsangst

Det er ulike årsaker til tannbehandlingsangst. Mange har vonde opplevelser hos tannlegen fra barndommen. En annen grunn kan være overgrep eller vold. Mellom fem og ti prosent av befolkningen har vært utsatt for seksuelle overgrep og vold i nære relasjoner. Å være utsatt for orale overgrep gir 85 % høyere forekomst av tannbehandlingsangst enn hos gjennomsnittsbefolkningen. En pasient som har vært utsatt for orale overgrep kan for eksempel ha problemer med å legge seg ned i tannlegestolen. Mange overgrepsutsatte har ofte lite eller ingen erfaring med ordinær tannbehandling og er derfor ikke klar over hvilken tilrettelegging tannlegen faktisk kan tilby.

Den største pasientgruppen er imidlertid de som har mild eller moderat tannbehandlingsangst, og utgjør cirka 15 prosent av den voksne delen av befolkningen. –

– Pasientene frykter ulike aspekter ved tannbehandling. En informasjonsvideo vil derfor ikke være tilstrekkelig for å dekke behovet til pasientgruppen. Aldersspennet er også stort, og en 20-åring trenger en annen tilnærming enn en 60-åring. I tillegg vil tannbehandlingsbehovet variere, sier Myran. Filmene vil derfor være rettet både mot de som har mild, moderat eller sterk tannbehandlingsangst.

Eksempler på filmer kan være hvordan tannlegestolen fungerer, hva som skjer under narkosebehandling, hvordan

pasienten kan takle skremmende tanker under tannbehandling eller hvordan be tannlegen om pause.

– Overraskende mange er ikke klar over at de kan bruke stoppesignal hos tannlegen. Å kjenne til dette er god folkeopplysning, og kan senke terskelen til å oppsøke tannbehandling, sier Myran.

Instruksjonsvideoer for tannhelsepersonell

Under et tannlegebesøk kan det oppstå situasjoner som kan overraske eller gjøre tannlegen utrygg. Tannhelsepersonell kan bli usikre på hvordan de skal håndtere redde pasienter og etablere gjensidig tillit.

– På kurs har vi registrert at tannhelsepersonell etterspør mer opplæring om hvordan de kan gi tilrettelagt og traumesensitiv tannbehandling, sier Myran. Prosjektet vil derfor utvikle instruksjonsvideoer med temaer som eksempelvis injeksjonsfobi, traumeforståelse og hvordan tilrettelegge for pasienter med ulik grad av tannbehandlingsangst. Instruksjonsfilmene vil være et tillegg til andre læremidler, som for eksempel kursing og rollespill i traumesensitiv tannbehandling.

Filmmanuskriptene utformes av tannhelsepersonell og psykologer. Til sammen vil prosjektet produsere 45 filmsnutter, som varer fra ett til fire minutter. Disse vil bli gjort tilgjengelig på www.tooinfo.no, hvor de kan disponeres fritt.

Utviklingsprosjektet vil gjennomføre fokusgrupper med pasienter og tannhelsepersonell for å få informasjon om effekten av filmene. Pilotstudien kan gi grunnlag for ytterligere studier senere.

REFERANSER

- Helsedirektoratet (2010). Tilrettelagt tannhelsetilbud for mennesker som er blitt utsatt for tortur, overgrep eller har odontofobi. Vurdering av omfang og behov samt forslag til tannhelsetiltak. Rapport. IS-18655
- Torper J, Ansteinsson V, Lundebj T Konsultasjonsmodellen «Fire Gode Vaner» tilpasses odontologien. Trenger tannlegene en ekstra vane? Nor Tannlegeforen Tid. 2020; 118: 702–8
- Willumsen, T., Myran, L & Lein, Jostein P.Å. (red) (2018). Odontologisk psykologi. Gyldendal Akademisk. ISBN 9788205510791.
- Willumsen, T. (2001). Dental fear in sexually abused women. European Journal of Oral Science, 109, 2291-2296.
- Prosjektbeskrivelse på nettsidene til Stiftelsen Dam «Tenner, skam og angst. Fra munnhulens mørke til folkeopplysning».

En versjon av denne artikkelen, levert av kommunikasjonsansatte ved Tannhelsetjenestens kompetansesentre, er først publisert på forskning.no, 13. august 2020.

FAKTABOKS

TOO-prosjektet Nasjonalt tilrettelagt tannhelsetilbud til tortur- og overgrepsutsatte og personer med sterk angst for tannbehandling (odontofobi). TOO-tilbudet innebærer først angstbehandling og deretter tannbehandling. Målet er å mestre enkel tannbehandling. Tilbudet er i regi av Helsedirektoratet. Mer informasjon, se tooinfo.no