

Abstract

En randomiseret, kontrolleret undersøgelse af effekten af en kortvarig kognitiv-adfærdsmæssig intervention overfor tandlægeskræk

Helle Spindler¹, Søren Rislov Staugaard^{1,2}, Camilla Nicolaisen³ og Rikka Poulsen³

¹Psykologisk Institut, Aarhus Universitet, ²Center for Selvbiografisk Hukommelsesforskning, Aarhus Universitet, og ³Tandlægerne Hjelmensgade 2, Aarhus

Formål

Tandlægeskræk medfører ofte, at patienter undlader regelmæssige og nødvendige tandlægebesøg. Specialistbehandling kan være dyr, kræve lang transport, og er måske ikke altid nødvendig for, at patienten kan følge regelmæssig tandbehandling. Formålet med undersøgelsen var at estimere effekten af en kortvarig psykoterapeutisk intervention overfor tandlægeskræk i en privat tandklinik.

Metode

Konsekutive patienter i klinikken med selvrapporteret alvorlig tandlægeskræk blev randomiseret til enten at modtage behandling med det samme (straksgruppen, n = 53) eller efter et interval på 4-6 uger (ventelistegruppen, n = 51). Begge grupper modtog den samme intervention, blot forskudt i tid. Alle deltagere besvarede spørgeskemaer før, under og efter interventionen samt ved toårs opfølgning. Interventionen bestod af 1-2 forsamlinger med tandlægen, hvor deltagerne fortalte om deres angst, fik taget røntgenbilleder, og der blev lagt en plan for de efterfølgende 1-2 tilvænnings-sessioner, hvor deltagerne blev introduceret for angst-fremkaldende aspekter af tandbehandlingen i et roligt tempo. Efter disse 2-4 indledende sessioner påbegyndtes den egentlige tandbehandling.

Resultater

Variansanalyse viste, at tandlægeskræk var signifikant reduceret i straksgruppen (Cohens d = 1,5-2,2) sammenlignet med vente-

listegruppen (Cohens d = 0,3-0,4). Ventelistegruppen opnåede samme bedring i symptomer efter deres interventionsforløb. I alt viste 64,4 % af deltagerne klinisk signifikant bedring i selvrapporteret tandlægeskræk. Toårs opfølgning viste, at bedringen i tandlægeskræk var vedligeholdt, og 68 % af deltagerne havde været til mindst én tandbehandling i den mellemliggende periode.

Konklusion

Undersøgelsen indikerer, at en kortvarig psykoterapeutisk intervention baseret på kognitive-adfærdsmæssige principper kan være effektiv i at reducere alvorlig tandlægeskræk og hjælpe patienter til at vende tilbage til regelmæssig behandling. Denne type intervention kan ideelt set varetages af tandlæger eller andet personale i klinikken.

Spindler H, Staugaard SR, Nicolaisen C, Poulsen R. A randomized controlled trial of the effect of a brief cognitive-behavioral intervention on dental fear. *J Public Health Dent* 2015;75:64-73.