

Questionnaire d'évaluation de l'anxiété dentaire

Par le **Dr Marie-Claire HUGLY**
Docteur en chirurgie dentaire, Président-Fondateur de la Société
de psychologie odontostomatologique et maxillo-faciale

Avec le conseil scientifique

du **Dr Christophe ANDRÉ**

Psychiatre, Service Hospitalo-Universitaire de l'hôpital Sainte-Anne (Paris)



Vaincre mon anxiété
sur le fauteuil

**Vous sentez-vous un peu
stressé à l'idée d'être
dans un cabinet dentaire ?**

**Ou bien, êtes-vous
complètement angoissé ?**

Un grand nombre de personnes peuvent se sentir anxieuses ou stressées à l'idée de recevoir des soins dentaires.

Pour que les soins, se passent au mieux, il suffit souvent d'en parler avec son chirurgien-dentiste pour qu'il trouve une solution adaptée.

C'est dans cette optique que ce questionnaire a été mis au point. Il a pour objectif de servir de support pour échanger avec votre chirurgien-dentiste.

Quelques minutes vous suffiront pour remplir ce questionnaire

Le questionnaire se compose de 2 parties

1 Une enquête qui a pour but de recueillir votre ressenti sur vos rendez-vous dentaires ainsi que sur le cabinet dentaire

2 L'échelle d'évaluation de l'anxiété

- Mode d'emploi de l'échelle d'évaluation de l'anxiété
- Répondez à toutes les questions
- Calculez votre score
- Rendez-vous à la fin du questionnaire pour avoir un premier aperçu de votre niveau d'anxiété
- Remettez le questionnaire à votre chirurgien-dentiste qui saura vous proposer une solution adaptée



Pierre Fabre
ORAL CARE

Notre science au service de la santé bucco-dentaire

Q1. À quand remonte votre dernière visite chez votre chirurgien-dentiste ?

- Il y a moins d'un an Il y a plus d'un an

Q2. Vous est-il déjà arrivé de consulter votre chirurgien-dentiste juste pour un contrôle, sans avoir de problème ni de douleur ?

- Oui Non

Q3. Pourquoi n'êtes-vous jamais allé chez le chirurgien-dentiste pour une visite de contrôle ?

parce que :

- Je n'y pense pas
 Je n'aime pas aller chez le chirurgien-dentiste
 J'attends d'avoir un problème
 Je ne vois pas l'intérêt
 J'ai peur d'y aller
 Autres (précisez)

Q4. Accueil dans notre cabinet dentaire :
qu'appréciez-vous plus particulièrement parmi ces différents items ?

Évaluez de 1 à 10 (10 étant la meilleure note)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Accueil | <input type="checkbox"/> Matériel |
| <input type="checkbox"/> Environnement | <input type="checkbox"/> Soins |
| <input type="checkbox"/> Musique | <input type="checkbox"/> Comportement praticien |
| <input type="checkbox"/> Salle d'attente | <input type="checkbox"/> Comportement assistante dentaire |
| <input type="checkbox"/> Lecture | <input type="checkbox"/> Rapidité entre prise de RDV et RDV |
| <input type="checkbox"/> Occupations | <input type="checkbox"/> Autres (précisez) |
| <input type="checkbox"/> Décoration | |
| <input type="checkbox"/> Agencement | |

Q5. Qualité de vie dans notre cabinet dentaire :
quels sont les éléments qui vous plaisent moins et que proposeriez-vous pour les améliorer ?

Q6. Suggestions pour un cabinet dentaire « idéal » à vos yeux :

2^{ème} partie

Échelle d'anxiété des soins dentaires

Une seule réponse possible à cocher par question

**Vous êtes assis dans la salle d'attente, c'est bientôt votre tour.
Comment vous sentez-vous ?**

- | | Points |
|---|--------|
| <input type="checkbox"/> Cela ne me dérange pas du tout | 1 |
| <input type="checkbox"/> Cela ne m'inquiète pas particulièrement | 2 |
| <input type="checkbox"/> Cela m'inquiète un peu | 3 |
| <input type="checkbox"/> J'ai peur que cela soit désagréable ou douloureux | 4 |
| <input type="checkbox"/> Je suis paniqué à l'idée de ce que va faire le chirurgien-dentiste | 5 |

Que ressentez-vous ?

- | | Points |
|---|--------|
| <input type="checkbox"/> Je suis parfaitement calme | 1 |
| <input type="checkbox"/> Je suis un peu inquiet | 2 |
| <input type="checkbox"/> Je suis tendu | 3 |
| <input type="checkbox"/> Je suis nerveux et anxieux | 4 |
| <input type="checkbox"/> Je suis tellement nerveux et paniqué que cela me fait transpirer et me sentir mal. | 5 |

**Imaginez-vous que c'est votre tour. Vous prenez place dans le fauteuil
et vous voyez le chirurgien-dentiste préparer ses instruments.
Comment vous sentez-vous ?**

- | | Points |
|---|--------|
| <input type="checkbox"/> Je suis parfaitement calme | 1 |
| <input type="checkbox"/> Je suis un peu inquiet | 2 |
| <input type="checkbox"/> Je suis tendu | 3 |
| <input type="checkbox"/> Je suis nerveux et anxieux | 4 |
| <input type="checkbox"/> Je suis tellement nerveux et paniqué que cela me fait transpirer et me sentir mal. | 5 |

**Imaginez-vous installé dans le fauteuil. Votre chirurgien-dentiste
va juste commencer à vous faire un détartrage.**

- | | Points |
|---|--------|
| <input type="checkbox"/> Je suis parfaitement calme | 1 |
| <input type="checkbox"/> Je suis un peu inquiet | 2 |
| <input type="checkbox"/> Je suis tendu | 3 |
| <input type="checkbox"/> Je suis nerveux et anxieux | 4 |
| <input type="checkbox"/> Je suis tellement nerveux et paniqué que cela me fait transpirer et me sentir mal. | 5 |

**Calculez votre score en additionnant les points obtenus
en fonction de vos réponses.**

Évaluation de votre niveau d'anxiété

Inférieur à 8 :

Vous semblez peu, voire pas angoissé à l'idée de recevoir des soins dentaires. Votre chirurgien-dentiste peut vous prendre en charge directement.

Compris entre 8-12 :

Les soins dentaires vous inquiètent. Avant de vous prendre en charge votre chirurgien-dentiste pourra vous proposer quelques techniques qui vous aideront à vous détendre.

Supérieur à 12 :

Vous semblez plutôt angoissé par le cabinet dentaire. Votre chirurgien-dentiste vous conseillera la marche à suivre pour que les soins se passent au mieux.

**Vous avez maintenant terminé votre questionnaire.
En attendant votre tour, prenez le temps de vous relaxer :
fermez les yeux et prenez une respiration ample et profonde...**



Vaincre mon anxiété
sur le fauteuil

Pierre Fabre
ORAL CARE

Notre science au service de la santé bucco-dentaire


Pierre Fabre
Consumer Health Care
UNE DABBY HEALTH CARE SOLUTION