Mijn stopsignaal-kaart

Ik vind de tandarts spannend. Op deze kaart staat wat mij helpt.

Mijn naam:

Mijn stopsignaal

Als ik dit teken geef, wil ik dat u **meteen even stopt**. Dan kan ik rustig ademhalen of iets zeggen.



- [ ] Ik steek mijn hand op
- [ ] Ik tik op mijn arm of de stoel
- [ ] Anders, namelijk:

Verder gaan

Na het stopsignaal mogen we verder als ik:

TANDARTS
DENTIST

Waar ben ik bang voor?

- [ ] Pijn
- [ ] De prik (verdoving)
- [ ] Geluid van de boor
- [ ] Anders:
- [ ] Kokhalzen / stikken
- [ ] Geen controle hebben
- [ ] Schaamte

Dit helpt mij

- [ ] Vertel vooraf wat u gaat doen
- [ ] Zeg het als iets gevoelig kan zijn
- [ ] Korte pauzes tussendoor
- [ ] Muziek of oordopjes mogen
- [ ] Iemand mag met mij mee

Mijn wensen / wat ik nog wil zeggen

Dank u wel dat u rekening met mij houdt. Zo voel ik mij veiliger.

Deze kaart is informatie en geen medisch advies. Bespreek uw wensen altijd met uw eigen tandarts. · tandarts-dentist.nl