

# Er det vanskelig for deg å oppsøke tannlege?

**Opplever du sterk redsel i forbindelse med tannbehandling?**

TOO-teamene ønsker å gi psykologisk behandling til deg som ikke mestrer vanlig tannbehandling og som har behov for tilrettelagt tannhelsetilbud på grunn av tortur, overgrep eller odontofobi (TOO).



Foto: Shutterstock Wayhome studio



**TOO-teamene utfører spesialtilpasset angstbehandling til deg som har vært utsatt for tortur, overgrep og/eller har odontofobi (tannbehandlingsangst).**

#### **Behandlingsmetodene er kunnskapsbaserte**

Hos oss vil du få samtaler med psykolog og tilvenning til tannbehandling av tannlege med spesialkompetanse. Behandlingsmetoden som brukes er hovedsakelig kognitiv atferdsterapi og blir utført i samarbeid med psykolog.

#### **Hovedmålet med behandlingen**

Hovedmålet med behandlingen er å trene deg opp til å mestre tannbehandling. Da vil du senere kunne fortsette tannbehandling hos en vanlig tannlege.

TOO-teamene behandler hovedsakelig den tannbehandlingsrelaterte angsten, men utfører også tannbehandling som en del av angstbehandling.

#### **Behandlingskostnader for den tannbehandlingsrelaterte angsten**

Tannbehandling som teamene utfører er kostnadsfri. Eventuell videre tannbehandling hos en annen tannlege må du betale. Egenbetaling avhenger av tannlegens pris. Du finner priser hos de fleste tannleger på [www.hvakostertannlegen.no](http://www.hvakostertannlegen.no).

#### **Henvising**

Voksne kan henvende seg direkte til TOO-teamene på eget initiativ eller være henvist fra tannlege, lege eller psykolog.

**Hvis du tror at vi kan hjelpe deg eller har spørsmål om tilbudet er du hjertelig velkommen til å ta kontakt med oss!**

---

#### **TOO-teamene i den offentlige tannhelsetjenesten i Akershus**

Telefon 22 05 55 55.

Ring oss eller ta kontakt med oss via kontaktskjema på vår nettside [akershus.no/Tannhelse/Vare\\_tjenester/Spesialtilpasset\\_angstbehandling\\_TOO](http://akershus.no/Tannhelse/Vare_tjenester/Spesialtilpasset_angstbehandling_TOO)

## Mer informasjon

### Om tilrettelagt tannhelsetilbud:

[helsedirektoratet.no/tannhelse](https://helsedirektoratet.no/tannhelse)

### Den offentlige tannhelsetjenesten i Akershus:

[akershus.no/Tannhelse/Våre tjenester/Specialtilpasset angstbehandling TOO](https://akershus.no/Tannhelse/Vare_tjenester/Specialtilpasset_angstbehandling_TOO)

Layout/trykk: Grafisk senter, Akershus fylkeskommune, Fylkesadministrasjonen - 18.09.18