

Eine Behandlungsalternative in der Zahnmedizin: Hypnose

Einleitung

Die zahnärztliche Behandlung ruft bei breiten Bevölkerungsschichten, trotz großer Fortschritte in der Prävention von Zahnerkrankungen und guter Anästhesiemöglichkeiten, Angst hervor. Diese sorgt unter Umständen sogar für eine Vermeidung der zahnärztlich relevanten Versorgung. Die Folge davon: Es kommt zu vermeidbaren Erkrankungen und sogar zu irreversiblen Schäden.

Die Angst vor Schmerzen scheint die zentrale Ursache zu sein, dass viele Patienten den Zahnmedizinern gegenüber eine feindselige, abwehrende Haltung haben. Um diese Angst zu vermeiden zielen folgerichtig die Bemühungen der Zahnmediziner darauf ab, die zahnärztliche Behandlung weitgehend schmerzfrei zu gestalten.

Eine gute Methode, Schmerzen zu redizieren, ist die Anwendung der zahnärztlichen Hypnose. Gerade in den letzten Jahren hat die zahnärztliche Hypnose in der Bundesrepublik sehr an Popularität, sowohl bei den Patienten als auch bei den Zahnmedizinern, gewonnen. In der Verbreitung dieser Methode ist die Deutsche Gesellschaft für zahnärztliche Hypnose (DGZH) e.V. führend, die bundesweit Zahnärzte und Zahnärztinnen ausbildet.

Hypnose in der Zahnmedizin

Was ist Hypnose?

Der Begriff Hypnose lässt sich auf Hypnos, den Gott des Schlafes, zurückführen. Genau genommen ist der hypnotische Zustand jedoch kein Schlaf, sondern

ein schlafähnlicher Zustand. In diesem Zustand ist der Patient meist so konzentriert, dass er Teile seiner Außen- und Innenwahrnehmung ausgeblendet hat.

Mit dem Begriff Hypnose bezeichnet man eine Methode, um einen anderen Bewusstseinszustand, nämlich die hypnotische Trance, zu erzeugen. Meist wird hierbei Sprache in Verbindung mit einem „rituellen“ Vorgehen, wie z. B. dem Anschauen lassen eines Punktes auf einem Spiegel, benutzt (Abb. 1).

Zwei unterschiedliche hypnotische Vorgehensweisen werden prinzipiell unterschieden:

1. Die klassische, direkte Hypnose ist dadurch charakterisiert, dass der Patient klare und direkte Anweisungen bezüglich seines äußeren und inneren Erlebens bekommt.
2. Die permissive, indirekte Hypnose ist dadurch charakterisiert, dass der veränderte Bewusstseinszustand eher auf beiläufige, konversatorische Weise, zuweilen sogar für den Patienten unmerklich, geschieht. Die Kooperation zwischen Zahnarzt und Patient steht hier im Vordergrund. Diese Hypnoseform wird in der Zahnmedizin häufiger angewendet als die klassische, direkte.

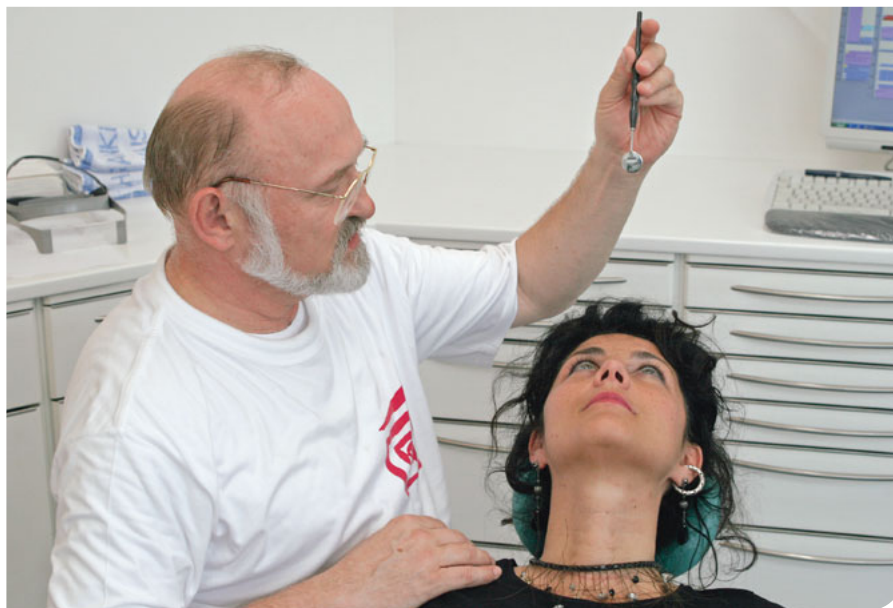


Abb. 1 Die Patientin fixiert einen Punkt. Aufgrund der visuellen Reizmonotonisierung und sprachlicher Suggestionen kommt es zu einer Veränderung des Bewusstseins, einer hypnotischen Trance.

Wirkungsmechanismen der Hypnose

Das Erleben und die Wahrnehmung von Realität kann mittels Hypnose stark verändert werden. Durch Aufmerksamkeitsverschiebungen wird es für den Patienten möglich, sich von dem beängstigenden Gedanken einer zahnärztlichen Behandlung zu lösen und stattdessen an etwas Positives zu denken. So kann z. B.



der für viele Patienten Furcht erregende Anblick einer Spritze wahrnehmungsmäßig so umgeformt werden, dass diesem Angstobjekt gegenüber Gelassenheit und Gleichgültigkeit entsteht. Wenn es dem Zahnarzt gelingt, seinen Patienten in einen tieferen Entspannungszustand zu führen, dann sind die Kritikfähigkeit und das logische Denken des Patienten vermindert. Die Folge dessen: Der Patient nimmt die vom Zahnarzt suggerierten Bilder und Vorstellungen leichter an als im Wachzustand. Die genauen Wirkmechanismen der Hypnose sind noch nicht restlos erklärt, gesichert scheint jedoch, dass es bei Suggestionen zur Beruhigung und Entspannung zu einer verminderten Aktivität im frontalen Kortex kommt.

Anwendungsfelder der Hypnose in der Zahnmedizin

Angst und phobische Reaktionen

Die Reduzierung von Angst stellt das größte Anwendungsgebiet der zahnärztlichen Hypnose dar. Eine sich steigernde Angst geht meist auch mit einem gesteigerten Schmerzempfinden einher. Dieses gesteigerte Schmerzempfinden erhöht wiederum die Angst. Durch hypnotische Umdeutung der Angst machenden Situationen und empathische Begleitung des Patienten kann man diesen Kreislauf unterbrechen und hierdurch die Behandlung erleichtern.

Entspannung

Nicht immer führt eine zahnärztliche Behandlung zum Erleben von Angst, manchmal erfährt der Patient nur eine erhöhte Spannung, die jedoch als unangenehm erlebt wird. Wenn der Gedanke hinzukommt, dass die Behandlung schmerzen könnte, kommt es zusätzlich zur Ausschüttung von Stresshormonen,

in deren Folge es zur Verengung der peripheren Blutgefäße und zu einem erhöhten Muskeltonus kommt. Auch hier dient die Hypnose dazu, den Patienten Entspannung fühlen zu lassen, um zu verhindern, dass der sich aufbauende Spannungszustand in Angst umschlägt.

Blutungskontrolle

Mittels hypnotischer Suggestionen ist es möglich, die Blutzufuhr im Operationsfeld zu beeinflussen. Es konnte nachgewiesen werden, dass mittels Hypnose der Blutverlust während operativer Maßnahmen um 65 % reduziert werden konnte.

Brechreiz

Auch beim Auftreten von Brechreiz leistet die Hypnose wertvolle Hilfe. Patienten, die unter Brechreiz leiden, kann man mit spezifischen Beruhigungssuggestionen Erleichterung verschaffen.

Injektionsunverträglichkeit

Hypersensitivität oder allergische Reaktionen gegenüber Analgetika sowie koronare Erkrankungen erschweren die zahnärztliche Behandlung. Hier kann Hypnose als Ersatz für chemische Analgetika angewendet werden.

Prothesenunverträglichkeit

Das Tragen von Prothesen ist bei einigen Patienten mit großen Akzeptanzproblemen verbunden. In Folge dessen kommt es zu Formen von Prothesenunverträglichkeit. Die Hypnose ist in solchen Fällen ein geeignetes Mittel, um die Akzeptanz des „Fremdkörpers“ im Mundraum so zu erhöhen, dass es zu keinen Abwehrreaktionen mehr kommt.

Weitere Indikationsbereiche der zahnärztlichen Hypnose sind u. a.: chronische Schmerzen, Langzeitbehandlung,

Hypermotorik und Craniomandibuläre Dysfunktionen.

Kontraindiziert ist die Hypnose in folgenden Bereichen: Der Patient leidet unter psychotischen Störungen, es gibt eine Einverständnisverweigerung einer Behandlung unter Hypnose, Patient gehört zu den 5–10 %, die nur schwer zu hypnotisieren sind, Alkohol- oder Drogenabhängigkeit und Konzentrationsstörungen.

Hypnose bei Kindern

Die Kinderhypnose unterscheidet sich in einigen zentralen Punkten von der Hypnose Erwachsener. Während der Erwachsene sehr häufig mit Konzentrationsanleitungen in einen anderen Bewusstseinszustand geführt wird, ist dies bei Kindern nur bedingt möglich. Kinder werden besser mittels Geschichten, Märchen, Zaubertricks, Berührungen, Ablenkungs- oder Wettspielen in einen anderen Bewusstseinszustand geführt.

Je nach entwicklungspsychologischer Reife des Kindes werden hierbei unterschiedliche Methoden angewendet. Gerade bei der Behandlung von Kindern mittels Hypnose ist auf Seiten des Behandlers eine große Flexibilität erforderlich. Einfühlungsvermögen, Geduld und sich auf die Sprache des Kindes einstellen zu können, sind notwendige Voraussetzungen für eine erfolgreiche Behandlung. Häufig angewendete Methoden in der Kinderhypnose sind z. B.:

Daumenfernsehen

Beim Daumenfernsehen bekommen die Kinder die Aufgabe sich vorzustellen, dass sie eine Kindergeschichte auf ihrem Daumnagel sehen. Den Kindern wird suggeriert, dass ihr Daumnagel wie das Bild eines Fernsehers sei, auf dem man Filme sehen könne. Das Kind hält hierbei seinen linken Arm ausgestreckt



Abb. 2 Das Kind hört eine Geschichte über Kopfhörer und fantasiert den Inhalt dazu auf seinen Daumnagel.

vor sein Gesicht und schaut dabei direkt auf seinen Daumnagel. Beim Dauernfernsehen kommt es zu einer starken Ablenkung von der Behandlungssituation mit der Folge, dass das Kind wesentlich einfacher behandelt werden kann (Abb. 2).

Zaubersäckchen

Das Zaubersäckchen besteht aus einem weichen Stoff und einem Gummizug. Gefüllt ist das Säckchen mit allerhand unterschiedlichen Utensilien wie kleinen Muscheln, Legosteinen, Spielzeugautos, Gummistieren. Kurz vor der Behandlung

bekommt das Kind den Sack in die Hand gereicht. Ihm wird gesagt, dass es in den Sack greifen (ohne zu schauen!) und überprüfen solle, was da so alles drin sei (Abb. 3). Das Kind bekommt die Aufgabe, sich möglichst viele der Dinge zu merken, die es im Sack erfühlt, um sie nach der Behandlung aufzuzählen. Als Belohnung darf das Kind dann einen der von ihm richtig geratenen Gegenstände mit nach Hause nehmen.

Vor- und Nachteile der zahnärztlichen Hypnose

Vorteile sind: ruhigere Behandlung, weniger Stress für Behandler und Patient, schnellere Wundheilung, weniger Nachblutungen, besseres Kooperationsverhältnis zwischen Zahnarzt und Patient und kaum Nachbeschwerden.

Nachteile sind: Der höhere Zeitaufwand, Hypnose funktioniert nicht bei jedem Menschen, und der Patient muss die Kosten selbst tragen.



Abb. 3 Beim Kind wird Neugier geweckt, was denn so alles im Säckchen sein könnte.

Zusammenfassung

Die zahnärztliche Hypnose ist ein äußerst effizientes Mittel, um dem Zahnarzt seine Arbeit zu erleichtern. Gerade im Umgang mit ängstlichen Patienten erweist sich das hypnotische Vorgehen als Stress reduzierend und Energie sparend. Für den praktizierenden Zahnarzt stellt die Hypnose eine wertvolle Hilfe dar, schwierige Situationen und Kommunikationsabläufe professionell und souverän zu meistern.

Dr. Gerhard Schütz

Drakestr. 48a
12205 Berlin

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.gerhard-schuetz.de