

Für Ihre Notizen:

Wie ich von meinem Zahnarzt behandelt werden möchte:

Was ich sonst noch brauche, um mich (nicht nur beim Zahnarzt!) entspannen zu können:
(Bitte mit 3 Begriffen treffend charakterisieren)

1. _____
2. _____
3. _____

In dieser Situation habe ich mich besonders wohlgefühlt
(möglichst konkrete Situation schildern):

Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient,

dieses Falblatt soll Ihnen helfen, verständliche Vorbehalte gegenüber der Hypnose abzubauen. Denn diese Form der zahnärztlichen Behandlung, die z.B. in Schweden und den USA seit Jahrzehnten Routine ist, ist bei uns in Deutschland leider noch viel zu unbekannt. Im Gegensatz zur so genannten Show-Hypnose, die nur der Unterhaltung dient, setzt die medizinische Hypnose immer einen ärztlichen Zweck voraus. Jede Anwendung ohne medizinisches Ziel ist den Mitgliedern unserer Gesellschaften verboten!

Sollten Sie noch Fragen haben oder schon jetzt der Meinung sein, dass eine entspannte Behandlung mit Trance für Sie interessant ist, dann können Sie uns jederzeit ansprechen.

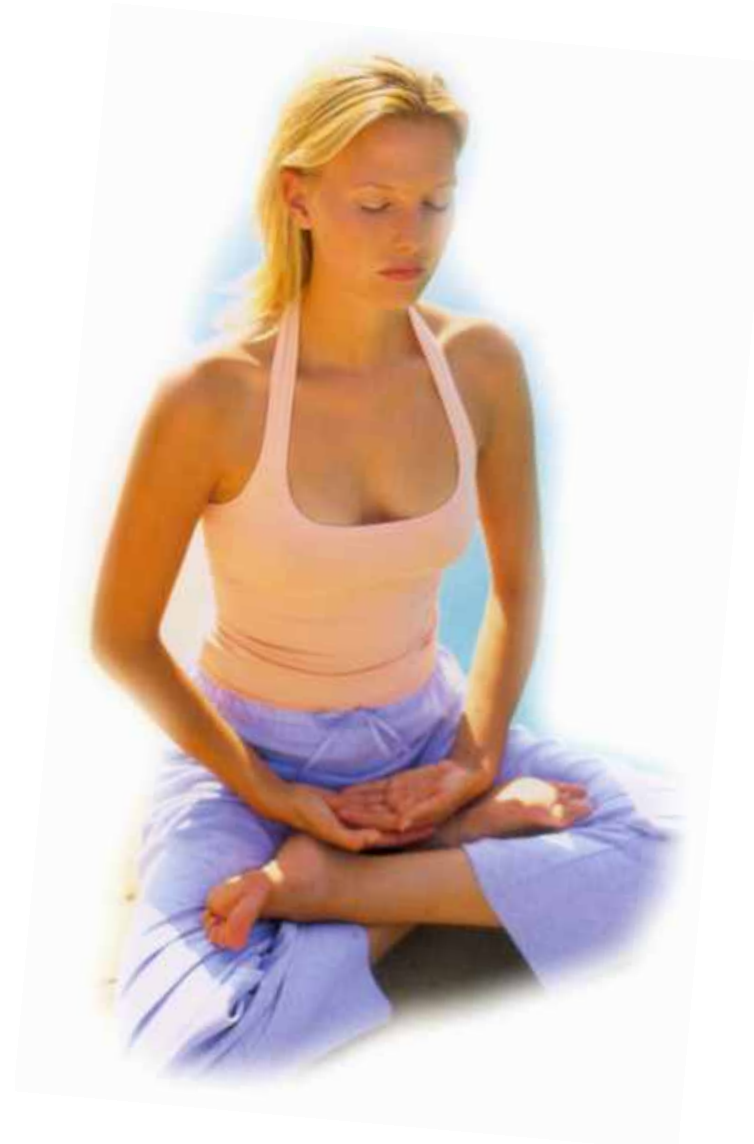
Dr.Udo Reichert
Dr.Peter Brauckmann
Zahnärzte



Eckernförder Str. 313
24119 Kronshagen
Telefon: 0431-54 305
Telefax: 0431-54 73 90

Hypnose beim Zahnarzt

Ein Weg zur entspannten Behandlung



Dr.Udo Reichert
Dr.Peter Brauckmann
Zahnärzte



Was ist Hypnose?

Während man im normalen Bewusstseinszustand immer verschiedene Reize gleichzeitig wahrnimmt, ist in der Hypnose oder Trance die gesamte Aufmerksamkeit (oder zumindest ihr größter Teil) auf eine bestimmte Sache gerichtet, so dass man die restliche Umgebung mehr oder weniger aus dem Auge verliert.

Etwas „wie in Trance“ tun, ist also ein ganz alltäglicher Zustand, den man z.B. beim Joggen, beim Lesen eines spannenden Buches oder bei einer konzentrierten Arbeit erleben kann.

Bei der medizinischen Anwendung fördern wir diese Fähigkeit zur „Alltagstrance“ sehr stark und so gezielt, dass Sie sich auf dem Zahnarztstuhl aus der momentanen Situation (der Behandlung) soweit entfernen können, wie Sie es möchten.

Die moderne medizinische Form von Hypnose, mit der wir in unserer Praxis arbeiten, hat einige besondere Eigenschaften:

In eine Trance zu gehen und wieder aus ihr herauszukommen ist ein vollkommen freiwilliger Vorgang, bei dem Ihr Wille, etwas zu tun oder nicht zu tun, in keiner Weise eingeschränkt werden kann. (So wie Sie ja auch aus freiem Willen joggen gehen und damit wieder aufhören.)

Wenn man sich weit genug in einen Trancezustand hineinbegibt, entwickelt sich eine Art Automatismus, der einerseits Dinge ohne besondere Anstrengung richtig machen lässt und andererseits dabei hilft, dass man in sich selbst neue Fähigkeiten entdecken und ausprobieren kann. (Auch das sind im Grunde ganz alltägliche Erfahrungen, so wie z.B. beim Joggen irgendwann die Beine von allein laufen.)

Man kann also sagen, dass in der modernen Hypnose alltägliche Fähigkeiten, über die fast jeder Mensch mehr oder weniger verfügt, für einen medizinischen Zweck gezielt nutzbar gemacht werden.

Was kann Hypnose und wem hilft Sie?

Trancezustände lassen sich in der gesamten Medizin, besonders bei chronischen Erkrankungen, sehr sinnvoll einsetzen.

In der Zahnmedizin ist Hypnose bei fast allen Maßnahmen hilfreich, insbesondere längere Behandlungen (z.B. das Beschleifen für Kronen) können mit Trance zu einer angenehmen Erfahrung werden.

Darüber hinaus verwenden wir sie in folgenden speziellen Bereichen:

Hypnose ermöglicht besonders ängstlichen oder angespannten Patienten eine wesentlich angenehmere Zahnbehandlung; im Laufe der Zeit lässt sich so die Angst vor dem Zahnarzt für immer abbauen

In besonders schweren Fällen gibt es die Möglichkeit einer hypnotherapeutischen Vorbehandlung, um eine notwendige Behandlung zu ermöglichen.

Patienten, die das taube Gefühl nach einer Betäubung nicht mögen oder normale Betäubungsmittel nicht vertragen, können sich auch ohne Spritze schmerzarm oder sogar schmerzfrei behandeln lassen.

Hypnose eignet sich besonders gut für alle Patienten, die unter starkem Würgereiz leiden.

Sie kann als begleitende Maßnahme eingesetzt werden bei schmerzhaften Kiefergelenksbeschwerden und Verspannungen der Kaumuskulatur.

Entgegen der landläufigen Meinung sind fast alle Menschen hypnotisierbar, ohne dass sie dafür besondere Fähigkeiten haben müssen.

Besonders gut lassen sich Kinder mit Hypnose behandeln, während geistig Behinderte oder Drogenabhängige für eine solche Behandlung nicht in Frage kommen.

Wie wirkt Hypnose?

Bei der Einleitung einer Trance wird die Aufmerksamkeit weg von äußeren Reizen hin auf ein inneres Erleben gelenkt. Hierzu gibt es die verschiedensten Methoden. Dabei gilt grundsätzlich, dass Hypnose kein schematisches „Entspannungs-Programm“ ist, sondern für jeden Menschen eine individuelle Wirkungsweise hat. Die in unserer Praxis hauptsächlich angewandte sog. moderne klinische Hypnose zeichnet sich dadurch aus, dass das innere Ziel der Aufmerksamkeit immer ein positives und angenehmes ist, das im voraus vom Patienten selbst bestimmt wird (z.B. eine schöne Urlaubserfahrung oder eine sportliche Tätigkeit).

Beim Übergang in den Trancezustand kommt es zunächst zu einer körperlichen Entspannung. Dieser Entspannungszustand ist mit einer Beruhigung der inneren Rhythmen (z.B. Atmung und Pulsschlag) verbunden, die es jedem Menschen auf seine eigene Art ermöglichen, sich in sein inneres Erleben zu vertiefen.

Diese intensive Beschäftigung mit inneren Erlebnissen führt zu einer starken Einschränkung der äußeren Wahrnehmung und lässt dadurch die zahnärztliche Behandlung im Hintergrund verschwinden. Dabei ist der Patient jederzeit ansprechbar und kann sich, wenn er will, auch kurzfristig der Behandlung zuwenden, so dass ein Patient in Trance die Entscheidungsfreiheit hat, die Behandlung teilweise mitzuerleben oder sich ganz von ihr zu entfernen.

Im Rahmen dieser grundsätzlichen Wirkungsweise gibt es außerdem einige spezielle Wirkungen, die sich für die zahnärztliche Behandlung nutzen lassen:

Im Trancezustand verkürzt sich subjektiv die Dauer einer sehr langen Behandlung.

Ein entspannter Patient ermöglicht seinem Zahnarzt eine sehr viel präzisere Arbeit und erhält so ein verbessertes Ergebnis.

Die Wundheilung nach chirurgischen Eingriffen verläuft schneller und unkomplizierter.