

Zahnärztliche Hypnose

Hokuspokus oder ernst zu nehmende Therapieform?

Jeder kennt Shows im Fernsehen, in welchen ein Hypnotiseur scheinbar willenlose Menschen peinliche Dinge machen lässt. Davon ist die Hypnose, die in der Medizin angewandt wird, allerdings weit entfernt. Sie soll Menschen helfen angstfrei und schmerzlos z. B. eine Zahnbehandlung zu überstehen. Doch kann Hypnose dies wirklich realisieren?



Was ist eigentlich Hypnose?

Das Wort Hypnose gründet sich auf dem griechischen Wort hypnos = der Schlaf. Sie beschreibt einen zeitweilig veränderten Bewusstseinszustand, der durch einen Hypnotiseur oder auch Selbsthypnose herbeigeführt und auch wieder beendet wird. Grundvoraussetzungen für eine mögliche Hypnose sind ein großes Vertrauen zwischen Hypnotiseur und Patient, eine entspannte Umgebung und die Einwilligung des Patienten.

Man unterscheidet dabei zwischen der direkten, klassischen Methode, die durch schwingende Pendel oder starren auf einen Lichtpunkt mit einem direkten Befehl eingeleitet wird. Oder der indirekten Methode, die darauf abzielt, fast beiläufig während des Gesprächs den Bewusstseinszustand

zu ändern. Laut der Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose ist die indirekte Methode bei etwa 90 Prozent der Bevölkerung anwendbar. Dabei wird der rationale Teil Bereich des Gehirns abgeschaltet und alles, was unangenehm ist, ausgeschaltet.

Verschiedene Stadien der Hypnose

Der hypnotische Zustand lässt sich in drei verschiedene Stadien unterscheiden:

- Leichte Trance: Der Puls schlägt langsamer und die Atmung wird ruhiger und tiefer. Den Patienten befällt eine Schläfrigkeit und er bekommt schwere Arme und Beine. Meist schließen sich die Augen und die Lider flackern stark.
- Mittlere Trance: Die Patienten ent-

wickeln das Gefühl, sich in einer inneren Welt zu befinden und können völlig in ihrer Fantasie aufgehen. Äußere Begebenheiten werden unwichtig und meist kaum bemerkt.

- Tiefe Trance: Die Patienten befinden sich wie im tiefen Schlaf und das Empfindungsvermögen ihres Körpers ist so herabgesetzt, dass sie oft keine Schmerzen mehr empfinden. Nach der Trance ist die Erinnerung meist bruchstückhaft.

Doch egal, in welchem Stadium der Trance man sich befindet, es ist nicht so, dass man unter Hypnose völlig willenlos ist und alles mit sich geschehen lässt. Viel mehr ist es so, dass der Körper des Menschen über natürliche Schutzmechanismen verfügt, die aktiv werden, sobald er sich manipuliert fühlt.



Anwendung der Hypnose bei zahnärztlichen Behandlungen

Die zahnärztliche Hypnose wird vor allem bei Angstpatienten häufig angewandt. Sie soll eine angstfreie und schmerzlose Behandlung ermöglichen. Die Patienten können sich durch die Hypnose auf angenehme Vorstellungen konzentrieren und so die Schmerzen ausblenden. Dabei sind Menschen mit einer ausgeprägten Phantasie und guter Konzentrationsfähigkeit besonders empfänglich. Es wurde wissenschaftlich belegt, dass durch die Hypnose Stresssignale des Körper, sowie Puls- und Blutdruckerhöhung, Muskelverkrampfungen oder vermehrte Schweißbildung nachlassen. Da Schmerzen meist nicht völlig abgeschaltet werden können, ist eine zusätzliche Anwendung von Betäubungsmitteln ratsam – doch hier reicht in der Regel ein Bruchteil der üblichen Menge aus.

Viele Patienten reagieren aufgrund der Bohrergeräusche beim Zahnarzt besonders panisch. Damit diese nicht mehr so stark gehört werden, bekommen die Patienten zusätzlich Kopfhörer aufgesetzt und werden über eine Entspannungs-CD in die Trance geleitet. Bevor die Behandlung wirklich gestartet wird, werden in der Regel zwei bis drei Lehrhypnosen durchgeführt, in denen der Trancezustand „trainiert“ wird.

Wenn die Hypnose wirkt, kann also Angst und Schmerz bei einer zahnärztlichen Behandlung nehmen und die Patienten erwachen angenehm

entspannt und ausgeruht. In Deutschland gibt es bereits ca. 2000 Zahnärzte, die Hypnose in ihrer Praxis anbieten.

Was muss bei einer Hypnose beachtet werden?

Ein großer Nachteil der Hypnose ist allerdings, dass sie von den Krankenkassen nicht als Behandlungsmethode anerkannt wird und somit die Kosten auch nicht erstattet werden. Sie gilt somit als Privatleistung und wird zwischen Praxis und Patienten direkt abgerechnet. Auch Privatversicherte sollten vorab klären, ob ihre Versicherung für die Kosten aufkommt.

Bei Epileptikern, psychisch kranken Personen und sehr dementen Patienten wird von einer Hypnose eher abgeraten.

Ist die Behandlung vorbei, muss die Hypnose vom Hypnotiseur auf jeden Fall zurückgenommen werden. Dabei werden die vorher beigebrachten Suggestionen wieder aufgehoben und der Patient kehrt wieder zu vollem Bewusstsein zurück. Wenn diese Zurücknahme unterbleibt, können psychische Störungen auftreten.

Insgesamt lässt sich sagen, dass Hypnose heute längst kein Hokusfokus mehr ist – im Gegenteil gibt es mehrere wissenschaftliche Untersuchungen und Studien dazu. So konnte beispielsweise nachgewiesen werden, dass sich in Trance tatsächlich das Gehirn verändert – so beruht die Wirkung der Hypnose also kei-

neswegs auf Einbildung, wie Kritiker früher glaubten. Allerdings bis heute nicht erklärbar, wie es zu der extrem veränderten Wahrnehmung unter Hypnose kommt. Ein Manko der Hypnose bleibt auch: es lassen sich nicht alle Menschen ohne Weiteres hypnotisieren. Etwa jeder Zehnte ist aus unfindlichen Gründen resistent dagegen, selbst wenn er eigentlich gerne hypnotisiert werden würde.

Fazit:

- Hypnose ermöglicht die Ausblendung von Schmerzen und Angst
- Stresssignale, Puls- und Blutdruckerhöhungen, Muskelverkrampfungen und Schweißbildung lassen nach
- Hypnose wird von den Krankenkassen nicht anerkannt - Kosten müssen selbst getragen werden
- Nicht alle Patienten sprechen auf Hypnose an



Webtipps:

www.zahnportal.de – Ihr Treffpunkt für gesunde Zähne

www.kqv.de – Versicherungen rund um Zahnerhalt und Zahnersatz