

Wie läuft die Behandlung in der Praxis ab?

Bei unserm ersten Gesprächstermin findet in der Regel **KEINE** Zahnbehandlung statt.

Sie haben die Möglichkeit, Ihre Probleme bei der Zahnbehandlung zu erörtern und Lösungsmöglichkeiten bzw. Behandlungsalternativen zu besprechen. Vielleicht ist in dieser ersten Sitzung aber auch schon eine kurze Untersuchung der Zähne möglich.

Der zweite Termin dient der Behandlungsplanung. Sie werden darüber informiert, wie in Ihrem speziellen Fall eine stressfreie und entspannte Zahnbehandlung möglich sein wird. Wir überlegen zusammen, welche Aspekte der Zahnbehandlung für Sie die schwierigsten sind und welche Ihnen leichter fallen. Sie bekommen auch die Möglichkeit angeboten, zuerst die einfachen Behandlungsschritte kennen zu lernen (mit oder ohne Hypnose).

Wo liegt der Unterschied zur Vollnarkose?

Unter einer Vollnarkose ist das Bewusstsein „vollkommen“ ausgeschaltet; es sind keine Empfindungen (negativ wie positiv) vorhanden.

Dies ist eine Möglichkeit eine sehr umfangreiche Behandlung in kurzer Zeit hinter sich zu bringen, ohne dass Sie etwas spüren.

Es wird dabei aber KEIN NEUES Verhalten erlernt und es werden auch keine Ängste abgebaut (denken Sie auch an das Narkoserisiko).

Ziel der Behandlung ist es immer, Ihr Selbstvertrauen so zu stärken, dass Sie nicht an einen bestimmten Behandler bzw. an eine bestimmte Situation gebunden sind, sondern sich auch von anderen Kollegen/innen behandeln lassen können.

Im Gegensatz zur sogenannten 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 Hypnosegesellschaften verboten!

Was kostet die Hypnosebehandlung?

Die zahnärztliche Hypnose ist nicht im Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen aufgeführt (auch viele privaten Versicherungen übernehmen die Kosten nicht).

Das bedeutet für Sie als Patienten/in, das Sie nur in Ausnahmefällen damit rechnen können, die anfallenden Kosten erstattet zu bekommen.

Die private Behandlung erfolgt zeitabhängig, d.h. pro Behandlungsstunde (in der 1. Stunde berechne ich € 160; in den nachfolgenden Stunden je € 80).

Die Behandlung wird außerdem zu Ihrer Sicherheit auf Video aufgezeichnet. Bei Interesse können Sie eine Kopie des Bandes gerne mit nach Hause nehmen.

Diese Form der zahnärztlichen Behandlung, die z. B. in Schweden und den USA seit Jahren zur Routine gehört, ist bei uns in Deutschland leider noch relativ unbekannt. Deshalb sollen Ihnen diese Informationen Ihnen vorab helfen, erste Fragen zu beantworten, Vorbehalte abzubauen und ein Gefühl für eine zahnärztliche Behandlung in Hypnose zu entwickeln, welches dann in der Praxis praktisch vertieft werden kann.

Weitere Antworten finden Sie auch in der Broschüre **>Zahnärztliche Hypnose< von G. Schütz und H. Freigang (DinA5, 41 Seiten)**, die Sie bei der Deutschen Gesellschaft für zahnärztliche Hypnose (DGZH e.V.) in Stuttgart (www.dgzh.de) oder in unserer Praxis zum Selbstkostenpreis von € 5,50 (zzgl. Porto) bekommen können.

Gemeinschaftspraxis

DR. PETER P. GRZONKA

DR. DIRK REISSMANN

Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose (DGZH e.V.)

Dreherstr. 3 - 40625 Düsseldorf

Telefon: 0211 - 282524

Fax: 0211 - 286041

www.grzonka-reissmann.de

Hypnose beim Zahnarzt

Was ist Hypnose?

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

Ewas „wie in Trance“ tun, ist also ein ganz alltäglicher Zustand, den Sie z.B. beim Joggen, beim Lesen eines spannenden Buches oder bei einer konzentrierten Alltagsarbeit erleben können.

Bei der medizinischen Anwendung fördern wir diese Fähigkeit zur „Alltagstrance“ und zwar so gezielt, dass Sie sich auch auf dem Zahnarztstuhl aus der momentanen Behandlungssituation soweit entfernen können, wie Sie es möchten.

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

1. 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 (ich kann Sie also keinen Scheck unterschreiben lassen).

2. Wenn Sie sich weit genug in den Trancezustand begeben, entwickelt sich ein Automatismus, der einen einerseits Dinge ohne besondere Anstrengung richtig machen lässt und andererseits dabei hilft, dass Sie in sich selbst neue Fähigkeiten entdecken und ausprobieren können (so wie beim Joggen auch irgendwann die Beine wie „von selbst“ laufen).

Man kann also sagen, dass in der modernen Hypnose alltägliche Fähigkeiten, über die fast jeder Mensch verfügt, für einen medizinischen Zweck – nämlich Ihre Gesundheit – 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 vielen Maßnahmen hilfreich. Insbesondere längere Behandlungen (z.B. Beschleifen von Kronen, Zahnfleischbehandlungen) können in Trance zu einer angenehmen Erfahrung werden. Darüber hinaus verwenden wir sie in folgenden Bereichen:

- Hypnose ermöglicht besonders ängstlichen oder angespannten Patienten/innen eine wesentlich angenehmere Zahnbehandlung. Im Lauf der Zeit lässt sich so die Angst vor dem Zahnarzt für immer abbauen. In besonders schweren Fällen gibt es die Möglichkeit einer hypnotherapeutischen Behandlung.
- Patienten, die das taube Gefühl nach einer Betäubung nicht mögen oder normale Betäubungsmittel nicht vertragen, können sich auch ohne Spritze schmerzarm oder ganz schmerzfrei behandeln lassen.
- Hypnose eignet sich besonders gut für alle Patienten/innen, die unter einem starken Würgereiz leiden.
- Sie kann als begleitende Maßnahme eingesetzt werden bei schmerzhaften Kiefergelenkerkrankungen und Verspannungen der Kaumuskulatur.
- Entgegen landläufiger Meinung sind fast alle Leute (90 %) 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.

Dazu gibt es verschiedene Methoden. Es gilt grundsätzlich, dass Hypnose kein schematisches „Entspannungsprogramm“ ist, sondern für jeden Menschen eine individuelle Wirkungsweise hat.

Die in unsere Praxis hauptsächlich angewandte sogenannte moderne klinische Hypnose zeichnet sich dadurch aus, dass das innere Ziel der Aufmerksamkeit immer ein positives und angenehmes ist, das im Voraus von Ihnen selbst bestimmt wird (z.B. eine schöne Urlaubserinnerung 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 (Atmung und Pulsschlag) verbunden, die es jedem Menschen auf seine eigene Art ermöglichen, das innere Erleben zu vertiefen. Dies führt zu einer starken Einschränkung der äußeren Wahrnehmung und lässt dadurch die zahnärztliche Behandlung in den Hintergrund treten. Dabei sind Sie jederzeit ansprechbar und können sich, wenn Sie wollen, auch der Behandlung zuwenden. So haben Sie die freie Entscheidung, die Behandlung bewusst mitzuerleben oder sich ganz von ihr zu entfernen (so wie man manchmal in Traum über sich selbst schwebt und sich von außen beobachten kann).

Außerdem gibt es einige spezielle Wirkungen, die sich für die zahnärztliche Behandlung nutzen lassen:

- 1.** Im Trancezustand verkürzt sich subjektiv die Dauer sehr langer Behandlungen.
- 2.** Ein entspannter Patient ermöglicht mir – als Ihrem behandelnden Zahnarzt – ein sehr viel präziseres Arbeiten und sie erhalten ein verbessertes Endergebnis.
- 3.** Die Wundheilung nach chirurgischen Eingriffen verläuft schneller und unkomplizierter.