



Hypnose in der zahnärztlichen Praxis

Die Angst vor dem Zahnarzt ist ein Problem, das in den letzten Jahren trotz verbesserter Behandlungsmöglichkeiten und dem Einsatz von Lokalanästhetika stark zugenommen hat. Der Einsatz von Hypnosetechniken bietet dem behandelnden Arzt die Möglichkeit, mit einfachen Mitteln den Patienten zu beruhigen und in eine entspannte Situation zu versetzen. Das bedeutet Stressabbau für den Patienten und den Zahnarzt.

| Regina Walter

Die Hypnose gilt als eines der ältesten therapeutischen Verfahren, das in vielen verschiedenen medizinischen Bereichen Anwendung findet. Diese Therapieform hat eine lange Tradition. Bereits die Sumerer und Ägypter wandten dieses therapeutische Mittel an. Sowohl im Alten Testament (König David) als auch im Neuen Testament führten Jesus und seine Jünger durch Handauflegen, teilweise im Zusammenhang mit Augenfixation, Heilungen durch. Die Anwendung des Begriffes Hypnose wird auf James Braid (1795–1860) zurückgeführt. Er entdeckte, dass die lange Fixation eines glänzenden Gegenstandes Müdigkeit hervorruft und leitete daher vom griechischen Wort „hypnos“ (der Schlaf) den Begriff Hypnose ab. Milton Erickson rief 1957 die „Amerikanische Gesellschaft für klinische Hypnose“ ins Leben. Die von ihm begründete Schule entwickelte ein pragmatisches Verständnis von Hypnose.

Was versteht man unter Hypnose?

Es existieren zahlreiche, zum Teil divergierende wissenschaftliche Erklärungsversuche über das Zustandekommen von Hypnose- oder auch Trancephänomenen. Eine allgemein akzeptierte, einheitliche Definition gibt es bislang nicht. Nach der Theorie der „British

Medical Society“ ist die Hypnose bzw. Trance – diese Begriffe werden gleichbedeutend verwendet – ein temporärer Zustand veränderter Aufmerksamkeit, der durch eine andere Person hervorgerufen wird. Dabei treten z. B. die Veränderung des Bewusstseins und des Gedächtnisses, erhöhte Empfänglichkeit gegenüber Suggestionen, Anästhesie oder Bewegungseinschränkung auf.

Trancen im Alltag

Trancezustände im Alltag hat jeder von uns schon einmal erlebt. Sie sind vergleichbar mit den durch den Hypnotiseur hervorgerufenen Zuständen. Situationen, in denen man träumt oder vor sich hindöst, gehören ebenso dazu wie Momente hoher Konzentration. So gerät man u. U. bei längerem Fahren auf der Autobahn durch monotone Geräusche und den Wechsel von Licht und Schatten in einen tranceartigen Zustand. Ihm folgt die überraschende Erkenntnis, dass eine längere Strecke zurückgelegt wurde, ohne Erinnerung daran, dass das Fahrzeug bewusst gelenkt wurde. Reaktionen erfolgen zwar, aber das Bewusstsein ist für diese Zeit scheinbar ausgeschaltet. Gleiches kann bei der Lektüre eines spannenden Buches erlebt werden, wenn die Außenwelt kaum noch wahrgenommen wird.



die autorin:

Regina Walter absolvierte das Studium der Zahnmedizin in Leipzig. Die Autorin führt seit ihrer zweijährigen Tätigkeit bei Herrn Dr. Lüddecke (Delitzscher Str. 125, 04129 Leipzig) Hypnosebehandlungen durch. Derzeit ist Frau Walter in der Praxis Zimmermann (Karlsruher Str. 54, 04209 Leipzig) tätig.