

Hypnose gegen die Angst

Jeder zahnärztlich tätige Kollege kennt ihn – den Angstpatienten! Er tritt nahezu täglich in den verschiedensten „Schweregraden“ in unserer Praxis auf und zeigt uns manchmal die Grenzen unserer Möglichkeiten im zahnärztlichen Tun! Ebenso häufig verspürt man dann den Wunsch, seinerseits mit Strategien gewappnet zu sein, um einen entspannten und angstreduzierenden Umgang mit eben jenem Patienten zu ermöglichen. Dieser Artikel erarbeitet Grundvoraussetzungen für eine erfolgreiche Begegnung mit der Angst.

| **Christian Bittner**



Christian Bittner, Zahnarzt und Hypnotherapeut, Dozent und Supervisor der DGH

Ausgehend von Möglichkeiten einer ersten, anxiolytischen Kommunikation möchte ich Ihnen meinen Weg vorstellen, wie man mithilfe suggestiver Techniken für den Patienten einen Erfolg versprechenden Weg aus der Angst aufzeigen, planen und umsetzen kann.

Ursachen der Angst

Ängste gehören in unser aller Leben, im richtigen Maße sind sie lebenserhaltend und gesund. Auch ein gewisser Respekt vor dem Zahnarzt ist normal. Beherrscht die Angst aber den Patienten, erhält diese eine neue, pathologische Fassade. Gleichwohl zeichnet sich die Dentophobie, auf Grund ihrer hohen Verbreitung, durch eine Besonderheit aus: Sie ist gesellschaftlich akzeptiert. Immerhin liegen die Schätzungen über die Zahl der zahnärztlichen Angstpatienten bei 12–16 % der Bevölkerung! Ein gewaltiges Potenzial an interessanten Patienten. Was jedoch sind die genauen Gründe der Angst beziehungsweise deren Auslöser? Zum einen sind es allgemeine Befürchtungen, so zum Beispiel jene vor Schmerzen und unbekanntem Parametern. Hier sind besonders die Angst vor den beteiligten Personen, der ungewohnten Umgebung, den Abläufen in der Praxis, den eventuell auftretenden finanziellen Konsequenzen und nicht zuletzt vor den eigenen (Über-)Reaktionen zu nennen. Des Weiteren muss hier auch die Angst vor dem Kontrollverlust in der Behand-

lungssituation erwähnt werden. Situationen, von denen wir denken, wir übersehen oder beherrschen sie nicht, machen uns Angst.

Darüber hinaus sind es aber auch solche speziellen Ängste, wie die vor zahnmedizinischen Stimulantien. Hier seien nur beispielhaft Geräusche, wie das der Turbine oder Gerüche, wie der von CHKM genannt.

Aber auch Vorerfahrungen sind wichtige Angstausröser. Dabei ist es völlig unwichtig, ob es sich dabei um eigene Erfahrungen oder fremde, zum Beispiel durch Erzählungen beim Kaffeeklatsch, handelt. Wer hat nicht schon einmal einer Geburtstagsfeier beigewohnt, bei der es im Laufe der Unterhaltung zur Darstellung immer blutigerer und furchtbarer Eingriffe kam? Auch wird mir sicher jeder Kollege beipflichten, dass in vielen Patientenköpfen die wahnwitzigsten Vorstellungen über Parodontosebehandlungen kursieren. Würde man denen Glauben schenken, so hätten wir mehrmals täglich offene Kürettagen zu bewältigen.

Warum aber glaubt nun der Patient solche Dinge? Offensichtlich vertraut der Patient solchen Erzählungen und Berichten mehr als unserem ärztlichen Können und Tun! Und hier findet sich auch bereits der Schlüssel zu einem erfolgreicherem Umgang mit dieser interessanten Gruppe von Patienten.

Darüber hinaus findet sich aber auch der Behandler in einer gewissen Zwickmühle. Einerseits möchte er helfen, fühlt sich aber

kontakt:

Christian Bittner

Dozent/Supervisor der Dt. Gesellschaft für Hypnose (DGH)
38259 Salzgitter
Hinter dem Salze 10
Tel.: 0 53 41/3 98 88 57
Fax: 0 53 41/3 98 88 58
E-Mail: hypnose@zahn-sz.de
www.zahn-sz.de