Händchen halten – aber wie?

Halten, berühren und Akupressur – Kinderhypnosezahnbehandlung

Der medizinische Ausdruck „behandeln“ beinhaltet das Wort Hand und beschreibt damit zutreffend, dass zu einer Behandlung die Hände eingesetzt werden sollten. Es ist die sanfte Berührung eines anderen Menschen mit unseren Händen, die Angstzustände, Schmerzen und Aufregung lindern und Vertrauen aufbauen kann. Werden dabei ganz bestimmte Körperpunkte (Akupunkturpunkte) leicht massiert, kann diese Wirkung noch verstärkt werden. Nicht zuletzt zählen das Handauflegen und auch die Akupressur bestimmter Körperpunkte zu den ältesten Behandlungsmethoden der Menschheit. Der Haltung der Hände kommt deshalb gerade bei der Hypnosezahnbehandlung von Kindern besondere Bedeutung zu.

Dr. Gisela Zehner/Herne

n Sowohl die Berührung des Kindes, die soziale Nähe vermittelt, dadurch beruhigend wirkt und Rapport aufbaut, als auch die Akupressur sind bei der Kinderzahnbehandlung wegen ihrer harmonisierenden und entspannenden Wirkung unbedingt zu empfehlen. Aber auch die Handhaltung des zu behandelnden Kindes sollte dabei beachtet werden, denn sie gibt uns Auskunft über den Entspannungs- und Trancezustand des kleinen Patienten.

Berührung mit den Händen vermittelt Geborgenheit

Der Körperkontakt, der durch Berührung an bestimmten Körperstellen bei der Kinderzahnbehandlung gezielt herbeigeführt wird, dient hauptsächlich der Sympathiekundgebung und ist ein Mittel der nonverbalen Kommunikation. Er wird von freundlichem Blickkontakt und selbstverständlich auch verbal begleitet und lässt beim Kind ein Gefühl von Umsorgtsein und Geborgenheit entstehen, das Vertrauen und Sicherheit vermittelt (Abb. 1 bis 4). Die kleinen Patienten werden ruhiger und können sich besser entspannen, wenn sie vom Behandlungsteam gehalten und berührt werden, was auch von der Begleitperson hilfreich unterstützt werden kann (Abb. 1). Eine erfolgreiche Zahnbehandlung mit Kinderhypnose ist nur dann möglich, wenn die Hände des Behandlungsteams dabei wirklich auch „handgreiflich“ werden: Nach Robert Schoderböck (Endodontie Journal 1/2006) werden die Kinder hierbei am Bauch (Solarplexus), an der Herzgegend (Herzchakra), am Kopf (Scheitelchakra), an Stirn und Schläfe sowie am Kinn gehalten und berührt.

Abb. 1: Hände auf dem Bauch.

Berührungsstellen entsprechen Beruhigungspunkten in der Akupunktur

Teilweise entsprechen diese Berührungsstellen den Punkten, die bei der Zahnbehandlung als Akupressurpunkte zur Beruhigung, Entspannung und Anxiolyse sowie gegen den Würgereiz bzw. zur Speichelreduzierung bekannt sind (Zehner, Dentalhygiene Journal 3/2010). Es handelt sich hierbei um die folgenden Akupunkturpunkte:

Am Kopf (im Haarwirbelbereich) befindet sich der Punkt LG 20, der von den Chinesen auch „Bai Hui – Hundert Treffen“ genannt wird, mit seinen vier Extrapunkten Ex KH 1, die die Chinesen auch als „Si Shen Gong – Vier zur Schärfung der Geisteskraft“ bezeichnen. Weiterhin befindet sich an der Stirn zwischen den Augenbrauen der Punkt Ex KH 3 oder chinesisch „In Tang – Siegelhalle“.
Eine sanfte Druckmassage dieser Areale wirkt beruhigend, entspannend und harmonisierend auf die kleinen Patienten (Abb. 5 und 6).

Am Kinngrübchen kann durch Akupressur des Punktes KG 24 oder chinesisch „Cheng Jiang – Aufnahme des Breis“ (Abb. 7) eine wirksame Linderung des Würgereizes und des Speichelflusses erreicht werden.

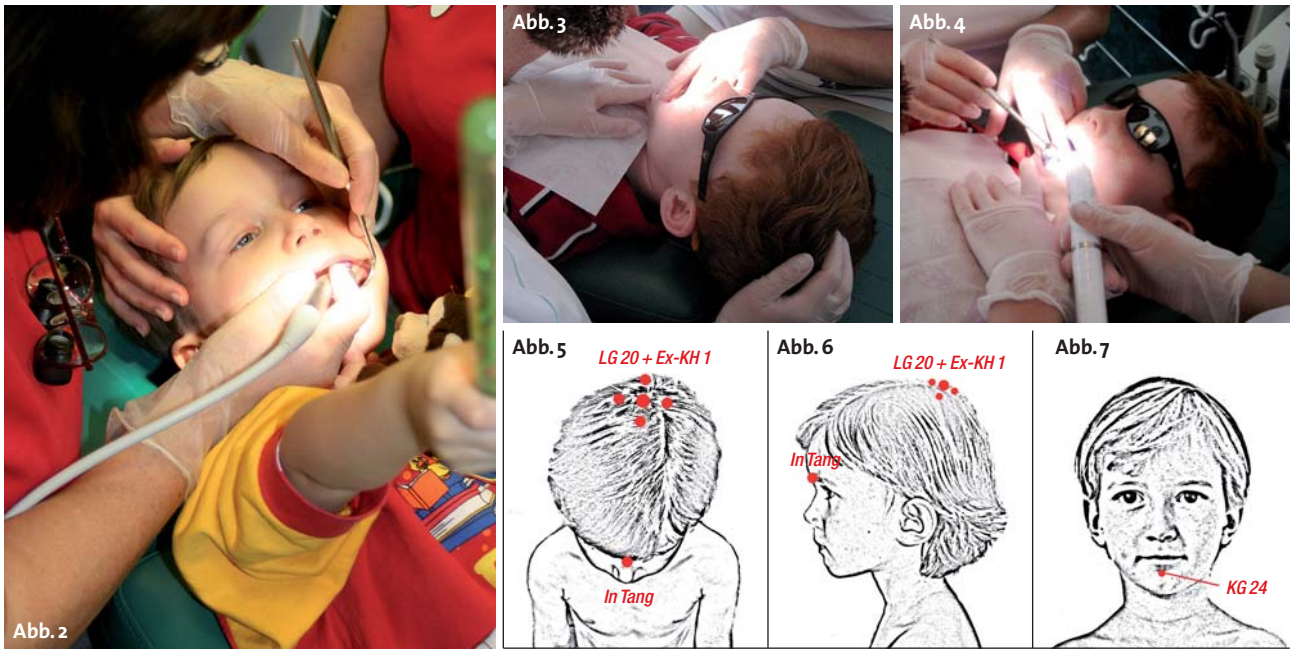

Abb. 2: Hand an der Schläfe. – **Abb. 3:** Hand am Kopf (Beruhigungspunkte). – **Abb. 4:** Hand am Kinngrübchen (Würgereizpunkt). – **Abb. 5 und 6:** Akupunkturpunkte zur Beruhigung am Kopf. – **Abb. 7:** Akupunkturpunkt zur Speichelreduzierung und Würgereizlinderung.

Im Bereich der Schläfe befindet sich ein Akupunkturareal, das als Mikrosystem der YNSA (Yamamoto Neue Schädelakupunktur) bekannt ist. Man kann die Vorstellung nicht von der Hand weisen, dass sich die Kinder deshalb so schnell beruhigen lassen, wenn der Kopf sanft wie ein Ball gehalten („Ballgriff" nach Robert Schoderböck) und die Schläfenregion dabei leicht massiert wird.

An der Handkante wurde ebenfalls ein Mikroakupunktursystem entdeckt (Handlinie V nach Gleditsch), in dem sich Punkte befinden, denen eine psychische Wirkung zugesprochen wird (Abb. 8). Nimmt man die Kinderhand und klopft bei sehr aufgeregten kleinen Patienten leicht diese Stellen an der Handkante, während mit dem Kind beruhigend gesprochen wird (Abb. 9), hat das eine ausgesprochen angstlösende und beruhigende Wirkung, was auch aus der Energetischen Psychologie (Klopfakupressur) bekannt ist.

Akupressur durch die Begleitperson

In der Regel werden kleine und vor allem aufgeregte oder ängstliche Kinder von ihrer Mutter zum Zahnarzt begleitet, deshalb steht sie an dieser Stelle für alle Väter, Großeltern oder Tanten und Onkel, die zur liebevollen Begleitung eines Kindes die Zahnarztpraxis aufsuchen. Die meisten Erwachsenen, die während der Zahnbehandlung eines Kindes anwesend sind, haben das Bedürfnis, dem Kind dabei ein Händchen zu halten, es zu streicheln und zu trösten. Dabei überträgt sich allerdings die Angst der erwachsenen Begleitperson – es wird im Folgenden der Einfachheit halber immer die Mutter genannt – unweigerlich auf das Kind. Auch wenn die kleinen Patienten selbst nach der Hand ihrer Mama verlangen, wirkt diese, wenn sie das Kind unruhig streichelt, eher verunsichernd und angstauslösend. Streicheln erhöht die Sensibilität und wirkt als Anker für unangenehme Erlebnisse, wonach das Kind im Vorfeld häufig tröstend gestreichelt wurde. Daher sollte

ANZEIGE

Abb. 8 und 9: Akupunkturpunkte zur Beruhigung an der Handkante (Handlinie V nach Gleditsch).

das Streicheln eines Kindes während der Zahnbehandlung unbedingt unterbleiben.
Um trotzdem beruhigenden Körperkontakt zwischen Mutter und Kind möglich zu machen und beiden damit das Gefühl der Verbundenheit in der fremden Umgebung während der Zahnbehandlung zu geben, wird der Mutter als Alternative die Akupressur bestimmter Punkte an der Hand des Kindes gezeigt (Abb. 10). Damit erreicht man, dass neben der beruhigenden und schmerzlindernden Wirkung dieser Punkte die Nähe zwischen Mutter und Kind gewahrt bleiben kann, ohne dass es zu einer übermäßigen Angstübertragung kommt. Die Aufgabe, abwechselnd verschiedene Akupunkturpunkte zu massieren, erfordert die volle Konzentration der Mutter. So wird sie davon abgehalten, sich zu sehr auf ihr Kind und dessen Zahnbehandlung zu fokussieren und dabei ihre eigenen Ängste zu empfinden, die andernfalls über das System der Spiegelneurone direkt auch vom Kind wahrgenommen werden.

Abb. 10

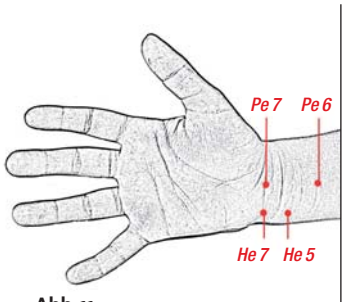

Abb. 11

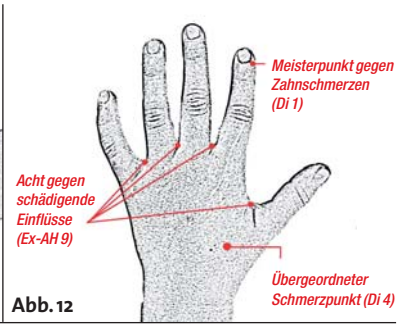

Abb. 12

Abb. 10: Mutter akupressiert die Akupunkturpunkte Di 4 zur Schmerzlinderung und Pe 6 zur Beruhigung. – **Abb. 11 und 12:** Akupunkturpunkte zur Beruhigung am Unterarm und zur Schmerzlinderung an der Hand.

Bei der Akupressur zur Beruhigung durch die Begleitperson ist als wichtigster Akupunkturpunkt mit beruhigender und harmonisierender Wirkung der Punkt Pericard 6 am Unterarm zu nennen, der von den Chinesen „Nei Guan – Passtor des Inneren" genannt wird (Abb. 11). Dieser Punkt liegt an der Innenseite des Unterarms, drei Querfinger proximal der Handgelenksbeugefalte, genau in der Mitte zwischen den beiden dort tastbaren Sehnen. Da er bei Übelkeit und Magenbeschwerden ebenfalls eine hervorragende Wirkung zeigt, ist eine kräftige Akupressur an diesem Punkt auch bei Würgereiz, Reisekrankheit und Erbrechen empfehlenswert. In seiner Wirkung kann er noch durch den Punkt Pericard 7 oder „Da Ling – Großer Erdhügel" auf der Mitte der Handgelenkbeugefalte unterstützt werden, der auch sedierend und krampflösend wirkt.
Ebenfalls an der Unterarminnenseite auf der Handgelenksbeugefalte liegt der Punkt Herz 7 mit psychisch ausgleichender und zudem anxiolytischer Wirkung; man findet ihn medial der Sehne, die in Verlängerung des kleinen Fingers getastet werden kann. Er wird von den Chinesen auch „Shen Men – Tor der Geisteskraft" genannt. Seine Wirkung kann unterstützt werden durch den Punkt Herz 5 oder „Tong Li – Verbindung mit dem heimatlichen Ursprung", der sich eine Daumenbreite proximal zum Punkt Herz 7 befindet und bei psycho-emotionaler Labilität akupressiert wird (Abb. 11). Bei Bedarf können auch Schmerzpunkte zur Akupressur durch die Begleitperson mit herangezogen werden (Abb. 12). Der Punkt Dickdarm 4 oder „He Gu – Tal am Zusammenschluss" ist der wichtigste Analgesiepunkt in der Akupunktur mit Wirkung auf den ganzen Körper, da bei seiner Stimulation Endorphine ausgeschüttet werden, die das Schmerzempfinden beeinflussen. Er ist an der Hand für den Zahnarzt, den Patienten selbst und auch die Begleitperson während der Zahnbehandlung gut zugänglich (Abb. 10). Ebenfalls auf dem Dickdarmmeridian liegt der Punkt Di 1 oder „Shang Yang – Yang der Wandlungsphase Metall", der auch als „Meisterpunkt für Zahnschmerzen" bekannt ist. Seine besondere Wirkung auf die Zähne erklärt sich aus dem Verlauf dieses Meridians, der vom Zeigefinger über Arm, Schulter und Hals bis ins Gesicht und dort vom Kieferwinkel diagonal in Richtung Nase verläuft. Er kreuzt als einziger Meridian die Körpermitte, und zwar direkt unter der Nase, und endet am lateralen Nasenflügelrand der Gegenseite. In der Akupunkturlehre ist die besondere Wirkung von Fernpunkten – also Punkten am anderen Ende eines Meridians – bekannt, daher lindert der Punkt Di 1 am Zeigefinger Beschwerden am anderen Ende des Meridians, also im Mund-Kiefer-Bereich.
Die vier Extrapunkte an der Hand (Extrapunkte Arm/Hand neun – Ex-AH 9) werden auch „Bai Xie – Acht gegen schädigende Einflüsse" genannt und liegen am Rand der Interdigitalhäute (Abb. 12). Ihre Akupressur wird bei Unruhe und Zahnbeschwerden empfohlen.
Es ist völlig ausreichend, wenn diese Punkte nur an einer Hand nacheinander massiert werden, sodass bei größeren Kindern sogar die Patienten selbst oder sonst die Be-

Abb. 13: Entspannte mimische Muskulatur als Trancezeichen und spontane Handlevitation links, rechts Handlevitation unterstützt durch Fingerpuppen.

gleitperson bzw. auch eine Mitarbeiterin die Akupressur durchführen können.
Zwar gibt es noch keine Studien, die diese Akupressurempfehlungen wissenschaftlich untersucht haben, aber die jahrelangen Erfahrungen der Autorin mit diesen komplementärmedizinischen Methoden sollten durchaus zur Nachahmung anregen. Sie geben den Behandlungsteams, die sich der Kinderzahnbehandlung und Kinderhypnose verschrieben haben, zusätzliche Möglichkeiten an die Hand, ihre kleinen Patienten zu beruhigen, in eine leichte Trance zu versetzen und damit behandlungswilliger zu machen.

Handhaltung der Kinder

Hat das Behandlungsteam wirksam „Hand angelegt", unterstützt durch die Begleitperson, kommt es bei den kleinen Patienten meistens schnell zu einer deutlichen Entspannung insbesondere der mimischen Muskulatur, was als ein eindeutiges Trancezeichen zu erkennen ist. Dabei entsteht häufig auch eine sogenannte „Handlevitation", das heißt, dass die Hand des Kindes sich erhebt und relativ steif und in ungewohnter Position im Raum steht (Abb. 10). Eine solche Handlevitation führt zur Tranceverstärkung und kann gezielt erreicht und intensiviert werden, indem das Kind beispielsweise Fingerpuppen oder einen Zauberstab mit der Hand nach oben hält (Abb. 13).
Die Kinder empfinden bei der Zahnbehandlung mit dieser Arm- und Handhaltung eher Erleichterung als Anstrengung, sie können mühelos die Arme auch über einen längeren Zeitraum in dieser Stellung belassen, insbesondere wenn sie dabei in Trance geführt werden.
Hier einige Äußerungen von kleinen Patienten:
– „Darf ich die Arme wieder hochheben, das macht Spaß!"
– „Kann ich den Zauberstab wieder hochhalten, damit ich die Zahnteufel wegzaubern kann?"
– „Wenn ich so hoch mit dem Luftballon fliege, wie ich meine Hand halte, bin ich ganz schnell im Zauberwald."
– „Der Löwe muss gut in meinen Mund schauen und aufpassen, dass die Zahnteufel auch alle weggejagt werden."
– „Wenn ich mein Pferdchen hochhalte und ganz schnell reite, geht alles viel schneller."
– „Ohne Armheben ist doof!"

Größere Kinder, die nicht mehr mit Hand- oder Fingerpuppen zu begeistern sind, können sich während ihrer Zahnbehandlung das Daumenkino vorstellen (nach Wikström und Schmierer, Lit. und Beschreibung siehe Buch Kossak/Zehner: Hypnose beim Kinderzahnarzt): Während der Patient eine Geschichte hört – entweder über Kopfhörer oder vom Praxisteam erzählt – hält er seinen Arm so hoch, dass er den Daumennagel vor sich sieht. Im Daumennagel stellt er sich vor, dass er alles, was er in der Geschichte hört, wie in einem kleinen Kino oder Fernsehapparat sehen kann. Besonders phantasiebegabte Kinder können sich das Daumenkino sogar ohne dabei eine Geschichte zu hören vorstellen, wenn sie nur an ihren Lieblingsfilm oder die Lieblingsfernsehsendung denken. Auch hierbei ist es immer wieder faszinierend, zu beobachten, wie leicht es den Kindern fällt, den Arm während der gesamten Zahnbehandlung in dieser hochgehaltenen Stellung zu belassen, wenn die Trance dabei aufrechterhalten werden kann. Untersuchungen zu diesem Phänomen zeigen, dass für die Armlevitation während einer Hypnosebehandlung wesentlich weniger Kraft erforderlich ist als im bewussten Wachzustand.

Fazit

Die Zahnbehandlung von Kindern kann wirksam unterstützt werden, indem durch Halten und Berühren der kleinen Patienten und gezielte Akupressur das Vertrauen gestärkt und Beruhigung sowie angenehme Entspannung erreicht werden. Eine Handlevitation kann mit Fingerpuppen und Zauberstäben oder durch das Daumenkino erreicht werden und zeigt an, dass das Kind in Trance ist, die dann für die Kinderhypnosezahnbehandlung genutzt wird. Selbstverständlich ist eine gute Tranceführung mit gezielter Fokussierung auf angenehme Erlebnisse und Trancegeschichten dabei erforderlich, um eine für die Zahnbehandlung erforderliche Dissoziation vom eigentlichen Behandlungsgeschehen zu erreichen (siehe Kossak/Zehner: Hypnose beim Kinderzahnarzt). n

KONTAKT

Dr. med. Gisela Zehner
Fachzahnärztin für Kinderstomatologie
Robert-Brauner-Platz 1
44623 Herne
E-Mail: dr.zehner@t-online.de
Web: www.milchzahnarzt.de