

# „Das Bohrgeräusch wird nebensächlich.“

## Interview zu Hypnose in der Zahnarztpraxis

**LEIPZIG/CLENZE**–Durch moderne medizinische Hypnose kann der Patient in einen entspannten Trancezustand versetzt werden. Während er sich mental in einem Ruhezustand befindet, wird die Behandlung durchgeführt. Für den Patienten bedeutet dies weniger Angst vor der Behandlung und für den Zahnarzt eine entspannte Arbeitsatmosphäre. Chefredakteurin Jeannette Enders sprach mit dem Hypnose praktizierenden Zahnarzt Heiko Rehe aus Clenze, Niedersachsen.



Heiko Rehe

**Jeannette Enders: Herr Rehe, bei welchen Zahnbehandlungen greifen Sie auf Hypnose zurück?**

**Heiko Rehe:** Hauptsächlich behandeln wir Zahnbehandlungsphobiker unter Hypnose. Da spielt es keine Rolle, ob ein Zahn extrahiert, eine professionelle Zahnreinigung oder eine Wurzelbehandlung durchgeführt wird. Zum einen erreichen wir, dass die Patienten in einen sehr angenehmen Entspannungszustand gelangen, und zum anderen werden verschiedene Ausprägungen der Phobie, wie Würgereiz, extreme Anspannung oder übersteigerte Schmerzempfindung deutlich gemindert oder in der Regel gänzlich zum Verschwinden gebracht.

Der Vorteil gegenüber der oft eingesetzten Vollnarkose liegt dabei auf der Hand: Unter Narkose verschlafte der Patient die Behandlung. Er kann weder gute Erfahrungen sammeln noch bekommt er Motivation, die bisherige Vermeidungshaltung abzugeben. Mithilfe unserer Hypnose-technik wird der Patient seinen Aufenthalt in der Praxis miterleben und erkennen, dass eine zahnärztliche Therapie bei uns nicht dem Horrorfilm im „Kopfkino“ entspricht, der ihm in der Vergangenheit den Aufenthalt beim Zahnarzt unmöglich machte. Diese guten Erfahrungen leiten einen Lernprozess und schließlich eine Verhaltensänderung ein, die den Gang in unsere Praxis zur Routine werden lässt.

Weitere Einsatzgebiete der Hypnose sind die Kinderbehandlung, die Reduzierung chronischer Schmerzen und die Therapie von Habits. Auch Patienten,

die an Bruxismus leiden, sprechen sehr gut auf Hypnose an – allerdings müssen hier zuvor alle klinischen Ursachen als Triggerfaktoren beseitigt worden sein.

**Wie sind Sie zur Hypnose gekommen und seit wann arbeiten Sie mit ihr?**

Meine erste spielerische Erfahrung habe ich während der Schulzeit mit einer pendelnden Halskette und ein paar dahingeklapperten Worten bei einem Klassenkameraden gesammelt, nachdem ich im Fernsehen einen Bericht über Hypnose gesehen hatte. Ich weiß nicht wie, aber es hatte funktioniert. Während meines Studiums hatte ich bei einem Besuch in Bristol Gelegenheit, eine Vorlesung mit praktischer Demonstration zum Thema „moderne klinische Hypnose“ zu erleben. Und schließlich besuchte ich Mitte der 90er-Jahre einen Schnupperkurs von Dr. Susann Fiedler von der Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose, der DGZH. Das war für mich das Schlüsselerlebnis: Vieles von dem, was ich bis dahin intuitiv schon immer gemacht hatte, bekam eine Erklärung und mir wurde klar, dass Hypnose „mein Ding“ ist. Ich habe dann 1997 meine sechsmonatige Ausbildung zum Hypnotherapeuten bei der DGZH absolviert. Seitdem wende ich Hypnose regelmäßig an und bilde mittlerweile Zahnärzte und ganze Praxisteams aus.

**Ist jeder Patient für eine Hypnose geeignet oder gibt es Patienten, die nicht hypnotisiert werden können oder dürfen?**



Physisch im Behandlungsstuhl und mental am Strand.

Wissenschaftliche Untersuchungen gehen davon aus, dass 90 Prozent der Bevölkerung hypnotisierbar sind. Ich persönlich habe die Erfahrung gemacht, dass jemand, der sich hypnotisieren lassen will, auch in der Lage ist, in eine entspannte Trance zu gehen.

Als Hindernis stehen einer erfolgreichen Hypnose im Grunde nur eingeschränkte Kommunikationsmöglichkeiten vonseiten des Patienten entgegen. So kann man sich mit sehr kleinen Kindern oder Menschen

mit einer ausgeprägten geistigen Behinderung nur schwer unterhalten und somit kaum die Inhalte einer Hypnose vermitteln.

Eine Kontraindikation für Hypnose liegt vor bei hirnorganischen Beeinträchtigungen, zwanghaften oder schweren Persönlichkeitsstörungen, schweren Zwangs- und Geisteskrankheiten, bei psychotischen Zuständen, bei starkem Alkoholkonsum, Drogen- oder Medikamentenmissbrauch bzw. -einfluss. Bei entsprechenden Vorkehrungen gibt es psychotherapeutische Experten, die auch hier Hypnotherapie einsetzen. In einer Zahnarztpraxis werden bei Vorhandensein derartiger Kriterien jedoch keine Sitzungen durchgeführt.

**Können Sie uns beschreiben, wie eine Hypnosebehandlung in Ihrer Praxis abläuft?**

Wenn die Patienten zur Angstprechstunde kommen, findet noch keine Behandlung statt. Diese privat zu leistende Besprechung dient dem Kennenlernen, dem Abbau der größten Angst, einer ungefähren Kostenübersicht, einer Erläuterung der Hypnose und der Erhebung der Hypnoseanamnese.

Der zweite Termin ist bei uns die sogenannte Lehrhypnose ohne Behandlungsdruck. Der Patient wird hypnotisiert und lernt, wie eine Trance funktioniert. Am Ende dieser Sitzung etablieren wir beim Patienten die Selbsthypnose. Dadurch wird der Patient in die Lage versetzt, selbstständig in Trance zu gehen und diese später im täglichen Leben bei Bedarf eigenverantwort-

lich herzustellen. Ab dem dritten Termin wird dann behandelt.

**Und was genau passiert bei der Hypnosebehandlung?**

Bei der Einleitung der Hypnose wird der Patient auf sein „Inneres“ fokussiert. Alle Eindrücke, die von außen auf ihn eindringen, werden allmählich durch verschiedene Kommunikationstechniken ausgeblendet. Der Patient soll einen bestimmten Punkt an der Decke, ein Licht oder ein Pendel mit den Augen fixieren. Das ermüdet die Augen



Einleitung einer Kinderhypnose mit der „Zaubermöwe“.

und macht den Lidschluss auf unsere Anweisung hin leichter. Durch gezielte Formulierungen wird ganz allmählich die Aufmerksamkeit des Patienten in die von uns gewünschte Richtung geführt und eine immer mehr nach innen gerichtete Fokussierung erreicht. Wichtig ist stets eine gute Beobachtung des Patienten, um so die Möglichkeit zu gewinnen, ein Feedback auf dessen momentane Befindlichkeit zu geben.

Diese Einleitungsphase der Hypnose beansprucht ca. 5–10 Minuten. Während die Hypnose aufrechterhalten wird, kann danach die Behandlung beginnen. Am Ende der Behandlung wird die Trance ausgeleitet und der Patient reorientiert. Es folgt eine Nachbesprechung der Sitzung. Kein Patient verlässt die Praxis, ohne dass sichergestellt ist, dass er vollständig wach und erholt ist.

**Wie nehmen Patienten die Behandlung unter Hypnose wahr?**

Der Patient nimmt in der Trance das wahr, was für ihn wichtig und angenehm ist. Dies kann auch bedeuten, dass er sich später nur rudimentär an das ehemals gefürchtete Bohrgeräusch erinnert, aber dies als vollkommen nebensächlich einstuft. Oftmals können sich die Patienten nach der Trance nur noch schemenhaft an die Behandlung erinnern.

**Spüren die Patienten trotz Hypnose noch Schmerzen?**

Es gibt Kollegen, die osteotomieren Weisheitszähne unter Hypnose ohne chemische Lokalanästhesie. Die Wahrnehmung von äußeren Reizen ist in der Trance deutlich reduziert und kann durch spezielle Hypnose-techniken vollständig ausgeschaltet werden. Ich persönlich empfinde es aber – gerade für unsere Angstpatienten – als angenehmer und sicherer, wenn wir

auch unter der Hypnose eine Betäubung verwenden.

**Und kann der Patient auf Ihre Anweisungen reagieren, zum Beispiel den Kopf drehen oder ausspülen?**

Uneingeschränkt – ja. Der Patient reagiert auf Anweisungen und kann auch von sich aus mit uns kommunizieren.

**Besteht die Gefahr, dass der Patient unter Hypnose die Kontrolle über seinen Körper verliert oder nicht mehr erwacht?**

Gerade Angstpatienten fürchten den Kontrollverlust. Deshalb ist für sie die Hypnose besonders geeignet, denn man behält vollständig die Kontrolle. Unsere Patienten bekommen ausdrücklich die Erlaubnis, dass sie jederzeit aufstehen und nach Hause gehen können, wenn etwas geschehen sollte, mit dem sie nicht einverstanden sind. Um den Patienten die Sicherheit zu geben, dass alles mit rechten Dingen zugeht, nehmen wir mit Genehmigung des Patienten jede Behandlungssitzung auf Video auf: zur Dokumentation, zu Unterrichtszwecken und um den Patienten die Möglichkeit zu geben, sich die Sitzung anzuschauen.

**Wie funktioniert die Abrechnung?**

Hypnose ist keine Kassenleistung. Die Abrechnung kann über einen Zeitfaktor geschehen oder durch eine Pauschale. Wir bevorzugen die Pauschale über eine GOZ-Analogposition. Im Schnitt liegen die Investitionen bei etwa 90 Euro pro Sitzung.

**Vielen Dank für das Gespräch, Herr Rehe!**

Kontakt:

**Gemeinschaftspraxis Heiko Rehe und Hein Rösemeier**  
Kassauer Straße 3  
29459 Clenze  
zahnarzt.rehe@t-online.de  
[www.rehe-online.de](http://www.rehe-online.de)