



Die zahnärztliche Hypnose

von Dr. med. dent. Olaf Blum



Schätzungsweise 60 bis 80 Prozent der Bevölkerung in Deutschland leiden unter irgendeiner Form der Angst vor Zahnbehandlungen. Das reicht von einem mulmigen Gefühl im Bauch bis hin zu schlaflosen Nächten vor dem Gang zum Zahnarzt. In 5 bis 10 Prozent der Fälle besteht sogar eine krankhafte Angst (Phobie) gegenüber der Zahnbehandlung, die eine Behandlung komplett verhindert. Selbst Papst Benedikt XVI gestand einmal auf die Frage, ob er sich denn vor etwas fürchte: „Ja natürlich – vor dem Zahnarzt.“.

Stellen Sie sich einmal vor, Sie würden mit Ihrer Aussage, dass Sie Angst vor der Zahnbehandlung haben, bereits am Telefon ernst genommen. In der Praxis riecht es nicht sofort „nach Zahnarzt“, sondern irgendwie anders. Der Wartezimmerstuhl lädt zum Wippen ein. Im Hintergrund ertönt leise, entspannende Musik. Und wenn Sie den Sprung auf den Behandlungsstuhl nicht im ersten Anlauf schaffen, steht ein Beratungszimmer zur Verfügung,

in dem keines von den ungeliebten Instrumenten zu sehen ist. Nach der Befundaufnahme wird gemeinsam ein Stufenplan erstellt, der Sie langsam an die Behandlungssituation heranführt. Und sollte die Lokalanästhesie („Spritze“) nicht ausreichen, um eine normale Therapie zu ermöglichen, offeriert Ihnen der Zahnarzt eine medikamentöse Sedierung, Hypnosetechniken, eine Intubationsnarkose oder weitere Möglichkeiten, um sein Tun für Sie annehmbar zu gestalten. Dieses ist das Grundkonzept der Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose, wie es circa 2000 Zahnärzte deutschlandweit handhaben. Sachgerecht angewendet bietet gerade die Hypnose ein ganzes Arsenal von Möglichkeiten zur Lösung Ihres Problems und ist bei fachgerechter Durchführung nebenwirkungsfrei.

In der Zahnmedizin erfolgt die Anwendung von Hypnosetechniken schwerpunktmäßig in den Bereichen Angstabbau, Schmerz- und Würgereizkontrolle, Bruxismustherapie, Allergiebehandlung. Dabei ist die Hypnose der Weg in einen Bewusstseinszustand, der sich vom Alltagsbewusstsein und vom Schlaf unterscheidet. Er ist so alt wie die Menschheit selbst und nennt sich „Trance“. Dieser natürliche Zustand tritt bei jedem Menschen gelegentlich spontan auf und jeder Mensch kann ihn selbst „produzieren“. Die Aufmerksamkeit geht nach innen. Das Gehirn beschäftigt sich mit sich selbst und mit körperlichen

Prozessen, ohne die Kontrolle nach außen vollständig abzugeben. Störende Reize oder Schmerzen werden ausgeblendet und der Körper anders empfunden. Logik und Zeit zählen nicht mehr. Die Grenzen zwischen Fantasie und Realität werden durchlässiger; Selbstheilungskräfte können aktiviert werden. Der Mensch in Trance gewinnt mehr Kompetenz über den eigenen Körper und wird zum „Chef“ seiner Gesundheit. Dass der menschliche Körper dabei unglaubliche Fähigkeiten entwickelt, zeigten mir meine persönlichen Erfahrungen, die ich bei einem Motorradunfall im Jahr 1989 und einem Fahrradunfall im Jahr 2009 machte. Wie ich selbst willkürlich auf diese Ressourcen zurückgreifen kann, lernte ich durch die zertifizierte Ausbildung in zahnmmedizinischer Hypnose bei der Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose (DGZH) in Stuttgart und ich gebe diese Fähigkeit gerne in meiner täglichen Arbeit weiter.

zahnarztpraxis

Dr. med. dent. Olaf Blum

Saarring 8

32425 Minden

Tel.: 05 71 – 3 98 84 98

Fax: 05 71 – 6 45 76 85

www.gernezumzahnarzt.de

info@gernezumzahnarzt.de