

Auf der Luftmatratze die Zahnbehandlung vergessen

Bei Hypnose-Zahnärztinnen in Altdorf berichten Patientinnen über die ungewöhnliche Behandlungsform

Hand aufs Herz: Bammel vor dem Zahnarzt hat ein jeder. Und es gibt Leute, die aus Angst vor Schmerzen über Jahre keinen Termin mehr vereinbaren. Gegen Schmerzen gibt es Spritzen, nicht aber gegen die Angst. Einen Ausweg eröffnet die Hypnose: Schmerzen treten in den Hintergrund und die Panik verschwindet. Sagen Patienten.

VON HANS-DIETER SCHUH

ALTDORF. Auf dem Zahnarztstuhl im Behandlungszimmer sitzt eine Patientin. Neben ihr steht Zahnärztin Alexandra Hobbach ihr zugewandt, eine Hand liegt auf ihrer Schulter. Die Patientin erzählt ein für sie positives Erlebnis, das sie in die Hypnose führt, geht im Erzählen in die Situation hinein und ist dadurch wie in einer anderen Welt. Die Patientin hört auf zu reden, sie ist jetzt ganz in ihrem Erlebnis, ist zugleich stets ansprechbar und doch völlig weg. Sie liegt völlig entspannt, „wie hingegossen“, so Alexandra Hobbach, auf dem Stuhl.

Für den behandelnden Arzt zeigt sich im Idealfall jetzt die sogenannte kataleptische Hand: Der Unterarm einer Hand wird angewinkelt, die Hand hängt locker nach vorne, der Patient spürt ein leichtes Kribbeln darin – ein sicheres äußeres Zeichen der Entspannung. Oder wenn die Augen zugehen und das Lidflattern beginnt. „Wenn man nun den Finger am Kinn spürt, geht der Mund auf“, sagt die Ärztin. Und so passiert es dann auch.

„Alles ist so wattig und das Zeitgefühl ist weg“

Soweit die Theorie. In der Praxis von Dr. Katrin Stübel-Strauß, die sie vor sieben Jahren in Altdorf eröffnet hat, arbeiten eine weitere Kollegin und ein Kollege. Sie selbst hat seit sechs Jahren Erfahrung mit der zahnärztlichen Hypnose. Alexandra Hobbach hat seit einem Jahr die notwendige Zusatzausbildung abgeschlossen. Patientin Renate Breckl ist sozusagen Profi in Sachen Hypnose. Sie hat schon Wurzelkanalbehandlungen unter Hypnose hinter sich und beschreibt das Gefühl unter Hypnose so: „Ich spüre, was im Halbschlaf passiert. Alles ist so wattig und das Zeitgefühl ist weg.“



Zahnärztin Alexandra Hobbach und Arzthelferin Susanna Pross sind startklar zur Behandlung. Patientin Renate Breckl stellt sich vor, wie sie in die Hypnose geht, und zeigt für die Fotografin die typische Handstellung
KRZ-Foto: Simone Ruchay-Chiodi

Sie sei als Kind „verhunzt“ worden, habe deshalb große Ängste gegenüber dem Zahnarzt entwickelt und habe sich 17 Jahre nicht mehr in eine Praxis getraut. Und sie hat früher auch nichts von Hypnose gehalten, nicht daran geglaubt. Heute bringt sie ihre eigene CD mit, beruhigende Flötenklänge, und hat keinerlei Angst mehr: „Wenn man das Team und die Leute kennt, ist einfach Vertrauen da und

es ist eigentlich egal, wer an einem herumdoktert. Ich weiß, mir passiert nichts.“

Die Musik hilft ihr in die Hypnose. Und ihr vertrauensbildendes Ankerbild der Katze, die auf ihrem Bauch liegt. Für Alexandra Hobbach sind das die Hilfen, wie ein Reflex, dass man automatisch in die Hypnose reinkommt. So einfach funktioniert es auch bei Monika Simmendinger. Ihr Erlebnis, bei dem sie die Welt um sich

herum vergisst, ist eine Szene, bei der sie durch einen Wald geht, einen See entdeckt, ihre Hände am Schilf entlang streichen und sie dann auf einer Luftmatratze auf dem See dümpelt. „Ich nehme die Welt um mich herum nicht mehr wahr“, sagt sie.

„Sie können sich nun im Wald auf den Weg machen“, sagt Alexandra Hobbach, wenn die Patientin auf dem Zahnarztstuhl

Info

Die Deutsche Gesellschaft für zahnärztliche Hypnose (DGZH) bietet eine Liste zertifizierter Hypnosezahnärzte an sowie Informationen für Patienten und über die Ausbildungsgänge.

Platz genommen hat. Und schon beginnt bei der Patientin der Einstieg in ihre ganz eigene Welt.

Auch Monika Simmendinger hat vor dem heute völlig entspannten Zahnarztbesuch schreckliche Ängste erlebt, jahrelanges Verschieben der notwendigen Sanierung ihres Gebisses mit Zahnaufbau und Wurzelkanalbehandlung. Monatlang hat sie sich nicht einmal getraut, beim Zahnarzt anzurufen. Der Gesprächsaufwand vor einer zahnärztlichen Hypnose ist denn auch größer als bei einer konventionellen Behandlung, sagt Alexandra Hobbach. Aber die Behandlung sei effektiver, hat weniger Unterbrechungen. Der Arzt kann zum Beispiel bei der Behandlung den Speichelfluss des Patienten quasi abstellen und eine Schwellung nach einem Eingriff gibt es im Idealfall gar nicht. „Wir nutzen die Sprache für die Heilung“, sagt Zahnärztin Hobbach. „Die Heilung fängt schon an“ sagt sie dem Patienten und dieses Wissen des Patienten entfaltet wohl starke Selbstheilungskräfte.

Hypnose muss selbst bezahlt werden

Der Patient entscheidet selbst, ob er unter Hypnose behandelt werden will. In der Anfangsphase nutzen manche auch parallel konventionelle Schmerzmittel. Und die Hypnose ist keine Kassenleistung, sie muss zusätzlich bezahlt werden. Bei der Erstbehandlung werden 100 Euro verlangt. Die Kosten richten sich dann nach dem zeitlichen Aufwand. Dr. Katrin Stübel-Strauß behandelt vor allem Kinder mit therapeutischer Hypnose und empfiehlt den Eltern, bereits ab dem ersten Zahn der Kinder einen Termin zu vereinbaren. So lernen sie die Abläufe und die Atmosphäre kennen und entwickeln keine unüberwindlichen Ängste vor dem Bohrer. Und vielleicht träumen sie stattdessen einmal vom Schaukeln auf einer Luftmatratze.