

Rettung Safe Place

Zahnärztliche Hypnose bei posttraumatischer Belastungsstörung – Ein Fallbericht

Christian E. Besimo

Einleitung

Eine 56-jährige Pressefotografin litt berufsbedingt an einer posttraumatischen Belastungsstörung und war zum Zeitpunkt der zahnärztlichen Behandlung wegen dieser Erkrankung arbeitsunfähig. Im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit hatte sie zahllose traumatisierende Ereignisse dokumentiert. Bis zu ihrem Zusammenbruch schien die Patientin eine starke Persönlichkeit gewesen zu sein, die gerade in schwierigen und belastenden Situationen immer in der Lage gewesen war, absolute Ruhe zu bewahren. Infolge der posttraumatischen Belastungsstörung hatte sie begonnen, durch bestimmte Sinnesindrücke ausgelöst, immer wieder schwerwiegende Ereignisse neu zu erleben, die sie einmal dokumentiert hatte, aber längst vergessen bzw. verarbeitet glaubte. Eine solche Rück Erinnerung war nun bei der letzten Zahnbehandlung aufgetreten, während der die Patientin anlässlich einer Abszesseröffnung ihr eigenes Blut gesehen hatte. Seither hatte sie Angst, die zahnärztliche Behandlung, die u. a. parodontale Therapiemaßnahmen und die Extraktion eines Molaren umfassen sollte, fortzusetzen. Die Patientin hoffte, mit Hilfe von Hypnose weitere, zahnärztlich ausgelöste Rück Erinnerungen vermeiden und auf diese Weise die Therapie wieder aufnehmen zu können.

Verankerung eines Safe Places

Es wurde vereinbart, in einer Übungs-trance vorerst einen Safe Place zu verankern, der der Patientin jederzeit das Aufsuchen eines geschützten Rückzugsortes ermöglichen und es ihr erlauben sollte, Ruhe und Zuversicht während der geplanten zahnärztlichen Eingriffe zu bewahren. *Dieser und alle nachfolgend beschriebenen zahnärztlichen und hypnotherapeutischen Therapieschritte wurden jeweils vorausgehend mit der behandelnden Psychiaterin abgesprochen.* Die Übungs-trance wurde zur Vorbereitung der eigentlichen Therapie bewusst im Behandlungszimmer und auf dem Behandlungsstuhl durchgeführt. Die Induktion erfolgte über die Atmung. Aus dem Vorgespräch war bekannt, dass die Patientin sich gerne in der Natur aufhielt und sich dort auch gut entspannen konnte. Deshalb wurden der Patientin auch bewusst Bilder aus der Natur angeboten. Es kam in der Folge zu einer sichtbaren Entspannung, die Atmung wurde ruhiger und tiefer. Um die Dissoziation zu verstärken, wurde der Patientin suggeriert, dass sie an ihrem sicheren Ort über allem schweben könne, frei und unbeschwert, in absoluter Ruhe und in Frieden, dass sie alle Dinge und Ereignisse auf der Erde, auch sich selbst, gelassen wie von außen betrachten könne und dass ihr diese Perspektive

erlaube, neutral und unbelastet zu beobachten und zu erkennen, dass vieles längst nicht so schwerwiegend ist, wie es auf der Erde erscheint.

Diese erste Trance wurde auch dazu benutzt, eine zahnärztliche Behandlungssituation übungsweise zu simulieren. Die Patientin blieb dabei völlig ruhig und entspannt und konnte problemlos kooperieren. Vor der Rückführung aus der Trance wurde der sichere Ort verankert.

Nachgespräch

Die Patientin berichtete über eine spürbare Entspannung in Trance. Sie schilderte von sich aus ihren sicheren Ort als eine Waldlichtung mit einem Teich und Elfen in schönen, bunten Gewändern, die sie in ihre Mitte nahmen und in ihren Armen schweben ließen.

Offensichtlich fühlte sich die Patientin auf allen Sinneskanälen gut angesprochen. So konnte sie dem Bild eines Baches gut folgen, hörte das Plätschern des Wassers, konnte das feuchte Moos riechen und gleichzeitig das Zwitschern eines Vogels im Baum vor dem Fenster des Behandlungszimmers von sich aus in die Trance einbauen.

In den folgenden Sitzungen konnten die zahnärztliche Befundaufnahme und die parodontale Therapie in Trance ohne Probleme durchgeführt werden. Mit der Zeit induzierte die

Patientin die Trance selbst. Im Vorfeld der Sitzungen wurde jeweils das genaue Vorgehen mit der Dentalassistentin vereinbart:

- Blut wurde mit keinem Wort erwähnt
- Anstelle von Taschenmessung wurde vom Messen der Tiefe des Waldbodens gesprochen
- Bluten auf Sondieren wurde durch Messen der Weichheit des Waldbodens ersetzt
- Bei der Messung der Zahnbeweglichkeit schüttelten wir Bäume
- ...



In allen Trancen spielten die beschützenden Elfen auf der Waldlichtung eine sehr wichtige Rolle. Die Patientin brachte in die Sitzungen

wunderschöne Fotografien aus Wäldern mit, die sie auf ihren Wanderungen angefertigt hatte

Auf diesen Bildern waren oft auch seltsam geformte Wurzelstöcke und Äste dargestellt, die die Patientin an Sagen- und Märchengestalten erinnerten. Es wurde offensichtlich, dass es ihr gelungen war, ihren sicheren Ort in den Alltag zu integrieren.

Bruxismusbehandlung in Trance

Nach erfolgreichem Abschluss der parodontalen Therapie wünschte die Patientin, in Trance auch an ihrem Bruxismus zu arbeiten. Hierzu wurde die Metapher der mahlenden Mühlsteine verwendet, die wie die Zahnreihen auch mit Hilfe eines Hebels getrennt werden können, sobald es nichts mehr zu mahlen gibt.¹ Der Weg zur Mühle wurde über den sicheren Ort im Wald gewählt. Während der Trance war vorübergehend eine starke Unruhe der Patientin zu beobachten.

Die Nachbesprechung ergab vorerst nur, dass die Patientin bei der Erwähnung der Mühlsteine vorübergehend eine starke Unruhe im Rücken verspürt hatte, deren Ursache ihr unerklärlich blieb. Zudem berichtete sie, dass sie die Mühlsteine mit Filz überzogen hatte, um diese weicher zu machen und auf diese Weise das laute und durchdringende Geräusch

der mahlenden Mühlsteine etwas zu dämpfen.

Rückfall in ein traumatisches Kindheitserlebnis

Telefonisch berichtete die Patientin einige Wochen später, dass beim Erwähnen der Mühle in Trance nicht, wie zu erwarten, ein Reibegeräusch, sondern ein sehr schlimmes Kreischen aufgetreten war, das sich die Patientin, wie bereits berichtet, nicht erklären konnte. Deshalb hatte sie sofort die Mühlsteine und offensichtlich auch ihre Zahnreihen mit Filz überzogen. Zwei Tage nach der Hypnose war die Patientin nachts wegen eines schlimmen Alpträumens aufgewacht. Sie fand sich in der Kindheit wieder, zu Hause bei ihrem Paten, der eine Sägerei besaß und damals das Mädchen unbedingt adoptieren wollte. Seine Frau mochte aber das Kind überhaupt nicht und hatte das Mädchen einmal in Abwesenheit des Paten stundenlang in die Auffangkammer für Holzspäne unter den laufenden Sägen eingesperrt. Anscheinend hatte die Metapher der Mühle dieses längst vergessen geglaubte Kindheitstrauma wieder aufleben lassen. Mit dem Alptraum erlebte die Patientin auch die Brandkatastrophe im Gotthard-Straßentunnel neu, sah die Bilder der anlässlich des Flugzeugattentats auf die Zwillingstürme in New York aus

den Fenstern stürzenden Menschen und hörte wieder die Geräusche der auf dem Boden aufprallenden Körper. Die Bedeutung der Bilder mit den in den Tod stürzenden Menschen blieb der Patientin zunächst verschlossen, bis ihr bewusst wurde, dass sich ihr Pate durch einen Sturz aus dem Fenster das Leben genommen hatte. Dieser Albtraum belastete und verstörte die Patientin in den folgenden Tagen sehr. Der fest in ihr verankerte sichere Ort gab ihr aber in dieser schwierigen Situation den notwendigen Rückhalt. Sie begann einerseits, in Gedanken die Mühle mit schönen Bildern auszuschnücken, die sie ihrem sicheren Ort entnahm. Andererseits machte sie allein und ohne festes Ziel mit ihrem neu gekauften Wohnmobil eine Ausfahrt, wobei ihr plötzlich bewusst wurde, dass sie in die Gegend unterwegs war, in der früher ihr Pate gelebt hatte. Dort begab sie sich auf eine lange Wanderung, in Gedanken beschützt durch ihren sicheren Ort. Auf diese Weise war es ihr möglich, ohne fremde Hilfe das wieder aufgetauchte Kindheitserlebnis zu verarbeiten und die schrecklichen Bilder aus ihrer beruflichen Vergangenheit wieder verblassen zu lassen. Zudem gelang es ihr in der Folge erstmals, mit ihrer Schwester und ihrer Mutter über das Erlebte und die damals im Raum stehende Adoption ohne Anklage zu sprechen.

Schlussfolgerungen

Dieser Fallbericht zeigt auf der einen Seite auf, dass die Patientin in Bezug auf ihre Erkrankung große Fortschritte gemacht hatte und offensichtlich wieder in der Lage war, belastende psychische Erlebnisse ohne therapeutische Unterstützung zu bewältigen. Zudem stellte die Patientin fest, dass die Bruxismusattacken seit der letzten Trance an Häufigkeit und Stärke deutlich abgenommen hatten. Die Metapher der Mühle hatte also trotz allem ihre Wirkung getan. Auf der anderen Seite verdeutlichte dieses Fallbeispiel *die Bedeutung eines gut verankerten sicheren Ortes insbesondere für psychisch belastete Patienten als Vorbereitung auf weitere hypnotherapeutische Maßnahmen und als wirksames Instrument zur Selbsthilfe bei nicht voraussehbaren Zwischenfällen.*

Anmerkung

¹ Soerger K: Die Mühle-Trance. CD gegen Zähneknirschen und Zähnepressen. Psionic Verlag, Hanau.



Prof. Dr. Christian E. Besimo
Abteilung für Orale Medizin
Aeskulap-Klinik
CH-6440 Brunnen
christian.besimo@aeskulap.com