

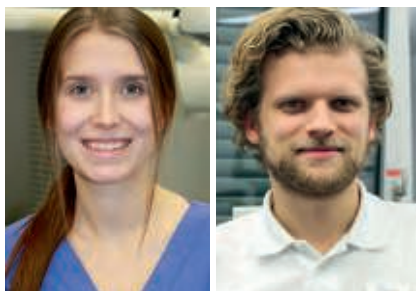
uns. Viele vorher besuchte „Conventions“ im zahnmedizinischen Sektor glänzten da doch eher mit gespielter Fassade vor monetärem Hintergrund.

Als Studenten waren wir wieder in der Minderheit, um nicht zu sagen, mehr oder weniger allein. Um an dieser Situation etwas zu ändern, haben wir bereits das ganze Jahr über einige Ideen gesammelt und Konzepte erstellt. Die DGZH ist eine der größten Vereinigungen von Zahnärzten in Deutschland. Das Potenzial ist jedoch in unseren Augen noch viel größer und die Möglichkeiten noch lange nicht ausgeschöpft. Die zukünftigen Mitglieder durchlaufen alle die universitäre Ausbildung und bereits dort müssen sie abgeholt werden. Derzeitig herrscht in diesem Bereich allerdings sehr viel Handlungsbedarf; ich selbst bin damals auch nur per Zufall auf die DGZH und ihre Weiterbildungsmöglichkeiten gestoßen.

In einem sehr konstruktiven Gespräch mit dem Präsidenten der DGZH – Dr. Albrecht Schmierer – und innerhalb des Curriculums zusammen mit Uwe Rudol konnten wir bereits eine kleine Marschroute festlegen und sind derzeit daran, diese in die Tat umzusetzen. Als Fachschaftsmitglieder werden wir Kontakt zu den Universitäten aufbauen und mit einzelnen Vorträgen, Seminaren und evtl. kleinen Einstiegscurricula die Hypnose in die Köpfe der Studenten bringen, so wie wir es uns selbst gewünscht hätten. Auch bei Themen wie Behandlung von Angstpatienten, Würgereiz, Kindern oder Verkaufsgesprächen herrscht in der universitären Ausbildung großer Handlungsbedarf, den wir dadurch versuchen wollen, zumindest ein wenig zu decken.

Wir hoffen auf eine gute Zusammenarbeit innerhalb der DGZH und sind für Fragen, konstruktive Vorschläge und Wünsche immer offen.

Die Autoren



Carla Kozmacs und **Korbinian Benz** sind Studenten der Zahnmedizin in den klinischen Semestern der Universität Witten/Herdecke.

Korrespondenzadressen:

carla.kozmacs@uni-wh.de, korbinian.benz@uni-wh.de

Fallbericht aus der Praxis

Die schnelle Nadel

Spritzen-/Nadelphobiker in ein bis drei Minuten dauerhaft desensibilisieren

Von Allan Krupka

Das eigentliche Ziel der Hypnoseausbildung in Österreich kann am besten mit dem Satz umschrieben werden: „Du lernst die Hypnose, damit du sie dann, wenn du sie kannst, nicht mehr brauchst.“ Das bedeutet: Die Teilnehmer des Curriculums „Hypnose und Kommunikation“ der ÖGZH erlernen sehr wohl alle notwendigen hypnotischen und dazu passenden NLP- und Kommunikationstechniken. Das Hauptaugenmerk aber wird darauf gelegt, das Wissen so in den Praxisalltag zu integrieren, dass es mit einer fast selbstverständlichen Leichtigkeit und bei Bedarf auch ganz nebenbei und ohne zusätzlichen Zeitaufwand angewendet werden kann.

Als Ausbildungsleiter und Diplomverantwortlicher der österreichischen Zahnärztekammer sowie Präsident der ÖGZH stelle ich die „Speerspitze“ der österreichischen Hypnoseszene dar. Und so werden mir als letzter Anlaufstelle vor der ansonsten notwendigen Vollnarkose sowohl von verschiedensten Institutionen als auch von Kollegen laufend sogenannte „unbehandelbare Patienten“ zugewiesen.



Behandlungsgrundsätze

In meiner Praxis ist es so, dass die Patienten am Telefon von einer Assistentin im Vorhinein darüber aufgeklärt werden, dass die Hypnose selbst bei uns eine kostenfreie Serviceleistung darstellt und der Patient lediglich ein Zeithonorar mit einem definierten Stundensatz zu zahlen hat, dessen Höhe davon abhängt, wie lange er tatsächlich braucht, um behandelbar zu sein. Lässt er sich gut führen und arbeitet er gut mit, dann sind wir auch schnell am Ziel und das Zeithonorar ist gering. Braucht er lange, dann muss er auch entsprechend tiefer in die Tasche greifen. Die Erstsitzung nimmt im Durchschnitt etwa eine Stunde in Anspruch.

Bis auf wenige Ausnahmen sind spätestens in der zweiten Sitzung alle Patienten (selbst die Würgereizpatienten) ohne größeren zusätzlichen Zeitaufwand behandelbar. In mehr als zwei Dritteln der Fälle ist es sogar schon in der ersten Sitzung möglich, eine zahnärztliche Tätigkeit vorzunehmen.

Im telefonischen Aufklärungsgespräch wird dem verängstigten Patienten von der Assistentin zugesichert, dass in der ersten Sitzung lediglich gesprochen und keine „eigentliche“ Zahnbehandlung

vorgenommen wird. Diese Zusicherung bewirkt, dass der Patient relativ locker und ohne innere Abwehr in die Ordination kommt und ich die zur Desensibilisierung notwendige hypnotisch-suggestive Gesprächsführung voll zur Anwendung bringen kann.

Die dem Patienten von mir entgegengebrachte Empathie und die Tatsache, dass sich dieser oft zum ersten Mal von einem Zahnarzt in seinem Problem wahr- und ernst genommen fühlt, bewirkt, dass der Patient mehr und mehr ein Gefühl des Vertrauens zu mir als Behandler entwickelt. Und schon läuft alles nach Plan ab.

Das starke Vertrauen bewirkt eine entsprechend gute Compliance, also die notwendige Bereitschaft zur Mitarbeit und damit auch die Bereitschaft zur Übernahme von Eigenverantwortung. Ist seitens des Patienten die Compliance vorhanden, brauche ich keine zusätzliche Hypnose mehr, sondern kann im Einvernehmen mit dem Patienten oft schon in der ersten Sitzung mit der Behandlung beginnen und damit einen starken Convincer setzen, der ihm die Sicherheit gibt, sein Problem überwunden zu haben.

Die Geschichte der „schnellen Nadel“

Neben all den anderen Phobieformen werden regelmäßig auch Nadelphobiker meiner Ordination zugewiesen. Nach einem durchschnittlich einstündigen therapeutischen Erstgespräch ist die Sache erledigt und in weiterer Folge ist das Setzen einer Anästhesie und damit eine ungestörte zahnärztliche Arbeit möglich.

Vor etwa einem Dreivierteljahr hatte ich in meiner Ordination einen klassischen „Chaostag“ wie er in dieser Form, Gott sei Dank, nur selten vorkommt.

Um 8:30 Uhr begann ein scheinbar harmloser Arbeitstag. Statt eines Schnitzels in der Mittagspause durften wir dank unseres Helfersyndroms drei eingeschobene Schmerzkinder genießen, zwei davon aus anderen Ordinationen zugewiesen – Kategorie: angeblich unbehandelbar. Unser sonst so exakter Zeitplan kam immer mehr durcheinander.

19:30 Uhr. Endlich mein letzter Patient! Nur noch eine kleine Arbeit und noch dazu bei einem lieben Bekannten. Erstes Durchatmen. Es ist geschafft. Die innere Anspannung und die Selbstdisziplin bröckeln langsam ab und die Behandlung wird immer mehr zu einem netten Privatgespräch.

Die Freude sollte aber nicht lange andauern. Die Tür öffnet sich, meine Chefassistentin betritt den Raum, unsere Blicke kreuzen sich und schlagartig ist mir klar, dass die Gute noch irgendwo einen Patienten versteckt hat. Hat sie auch, sehr gut sogar, denn er steht nicht auf meiner Tagesliste. Na toll! Und wer ist es? Ein Neuer. Und was hat er? Eine Nadelphobie. Na bravo! Alles nur das nicht! Nicht heute! Verschieben! Geht nicht! Kommt aus Kärnten und ist 350 Kilometer hergefahren! Mist!

Aber okay, was soll's. Kopf hoch, Brust heraus, Bauch rein, einmal tief durchatmen und ran an den Patienten. Ich öffne die Tür zur nebengelegenen Ordination und trete dem neuen Hypnosepatienten mit einem freundlichen Lächeln auf den Lippen gegenüber, begrüße

ihn und frage ihn, was ihn denn zu mir führe. Er erzählt mir von seiner seit Jahrzehnten bestehenden Nadelphobie, die bis dato die notwendigen Zahnbehandlungen massiv erschwerte oder gänzlich verunmöglichte.

Im Brustton der vollsten Überzeugung antworte ich ihm: „Da sind Sie in der richtigen Ordination gelandet. Sie haben zwei Möglichkeiten, Ihre Nadelphobie ein für alle Mal loszuwerden: eine schnelle und eine langsame Variante. Die schnelle dauert eine Minute, die langsame drei Minuten. In welcher Zeit wollen Sie Ihre Nadelphobie endgültig loswerden?“

Der Patient blickt mich mit großen Augen an und sagt mir: „Herr Doktor! Ich habe eine Nadelphobie und kann deshalb seit etwa 20 Jahren nicht mehr schmerzfrei behandelt werden!“

Ich antworte: „Genau darum geht es. Sie müssen sich nur entscheiden, ob Sie sie schnell oder langsam loswerden wollen. Also in einer Minute oder in drei Minuten.“

Der Patient blickt mich weiterhin mit großen Augen an und sagt dann etwas verhalten: „Na ja, wenn das wirklich so funktioniert, dann bitte auf die Schnelle!“

„Gut“, sage ich und fordere ihn auf, am Handrücken meiner linken Hand, so wie ich es ihm vormache, eine Hautfalte hochzuziehen. Dann nehme ich mit meiner rechten Hand eine Subkutannadel und steche sie durch die Hautfalte. „So! Jetzt habe ich Ihnen gezeigt, wie das funktioniert. Jetzt sind Sie dran.“ Ich nehme eine weitere Subkutannadel, gebe sie ihm in die rechte Hand, hebe meinerseits bei ihm eine Hautfalte hoch und fordere ihn auf, es mir wie vorgezeigt gleichzutun.

Völlig fassungslos sagt er: „Das soll ich jetzt wirklich machen?“ Worauf ich ihm wieder mit einer selbstverständlichen Sicherheit und unmissverständlich antworte: „Genau, sonst würde ich es Ihnen ja nicht sagen!“

Jetzt ist er völlig baff und ganz brav folgt er meiner Anweisung, indem er sich selbst die Nadel durch die Haut seines Handrückens sticht. Einige Sekunden der Sprachlosigkeit folgen, bis er mit langsamer, zu tiefst verwunderter Stimme sagt. „Das hätte ich nicht geglaubt, dass das möglich ist.“

Nach einiger Zeit des bedeutungsvollen Schweigens fordere ich ihn auf, auf seine Uhr zu schauen. „Nicht einmal eine ganze Minute haben wir gebraucht. Ich gratuliere Ihnen! Toll haben Sie das gemacht! Die Nadelphobie sind Sie jetzt ein für alle Mal los und Sie können sich jetzt schon darauf freuen, wie Sie das nächste Mal gemütlich und schmerzfrei die Zahnbehandlung werden genießen können. Und jetzt können Sie draußen an der Rezeption einen Termin ausmachen.“

Wie angekündigt war es dann beim nächsten Mal möglich, ganz normal eine Anästhesie zu legen und ihn zu behandeln. Der Patient läuft seitdem unter der Kategorie „freundlich, dankbar und nett“.

Die Moral aus der Geschichte

Diese aus einer Extremsituation heraus entstandene Erfahrung hat auch bei mir sehr viel bewirkt. Bis zu diesem Erlebnis hatte ich in meinem Kopf einen wirksamen Glaubenssatz installiert, der mir die Sicherheit gab, innerhalb etwa einer Stunde in der Lage zu sein, eine Nadelphobie erfolgreich eliminieren zu können. Das wusste ich und dementsprechend war ich auch nach etwa einer Stunde durchwegs erfolgreich.

Seit diesem Erlebnis aber ist das Programm in meinem Kopf neu geschrieben. Weil ich weiß, dass es mir möglich ist, innerhalb von maximal fünf Minuten eine Nadelphobie zu eliminieren, habe ich seitdem auch die unerschütterliche Sicherheit, dass mir das gelingt. Zwischenzeitlich waren sieben neue Nadelphobiker in meiner Ordination und nie hat es länger als die vorausgesagte Zeit gedauert, um die Phobie definitiv zu überwinden – was wiederum beweist, dass die Begrenzungen unseres Seins und unseres Tuns tatsächlich nur auf unserer Vorstellung und unserer Vorstellungskraft beruhen.

Letztlich wurde bei mir nur ein wirksamer Glaubenssatz durch einen neuen, ebenso wirksamen Glaubenssatz ersetzt. Vielleicht ist dieser Mechanismus ja auch die Grundlage für den Ausspruch: „Der Glaube kann Berge versetzen.“

In diesem Zusammenhang möchte ich auch Sie dazu ermutigen, Begrenzungen durch alte Glaubenssätze aufzugeben und durch den Glauben an Ihre eigene „Grenzenlosigkeit“ zu ersetzen. Lassen Sie sich auf dieses Abenteuer ein und freuen Sie sich schon auf die neuen Erfahrungen, die Sie so in allen Bereichen Ihres Lebens erzielen können.

Der Autor



Dr. med. univ. Allan Krupka ist seit 1986 Facharzt für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde in freier Praxis in Wien.

1993 begann er seine Hypnoseausbildung und übernahm 1995 die Leitung der Arge Hypnose im Zahnärztlichen Interessensverband Österreichs (ZIV).

Seit 1997 ist Allan Krupka Ausbildungsleiter, Referent und Supervisor des Curriculums „Hypnose und Kommunikation“ für Ärzte, Zahnärzte, Hebammen und Physiotherapeuten in Österreich und seit 1998 Gründungspräsident der Österreichischen Gesellschaft für ärztliche und zahnärztliche Hypnose (ÖGZH). Seit 2001 ist er Ausbildungsleiter und Diplomverantwortlicher der Österreichischen Zahnärztekammer für das ZÄK-Diplom „Zahnärztliche Hypnose und Kommunikation“.

Dr. Krupka ist international als Referent tätig.

Korrespondenzadresse:

krupka@oegzh.at