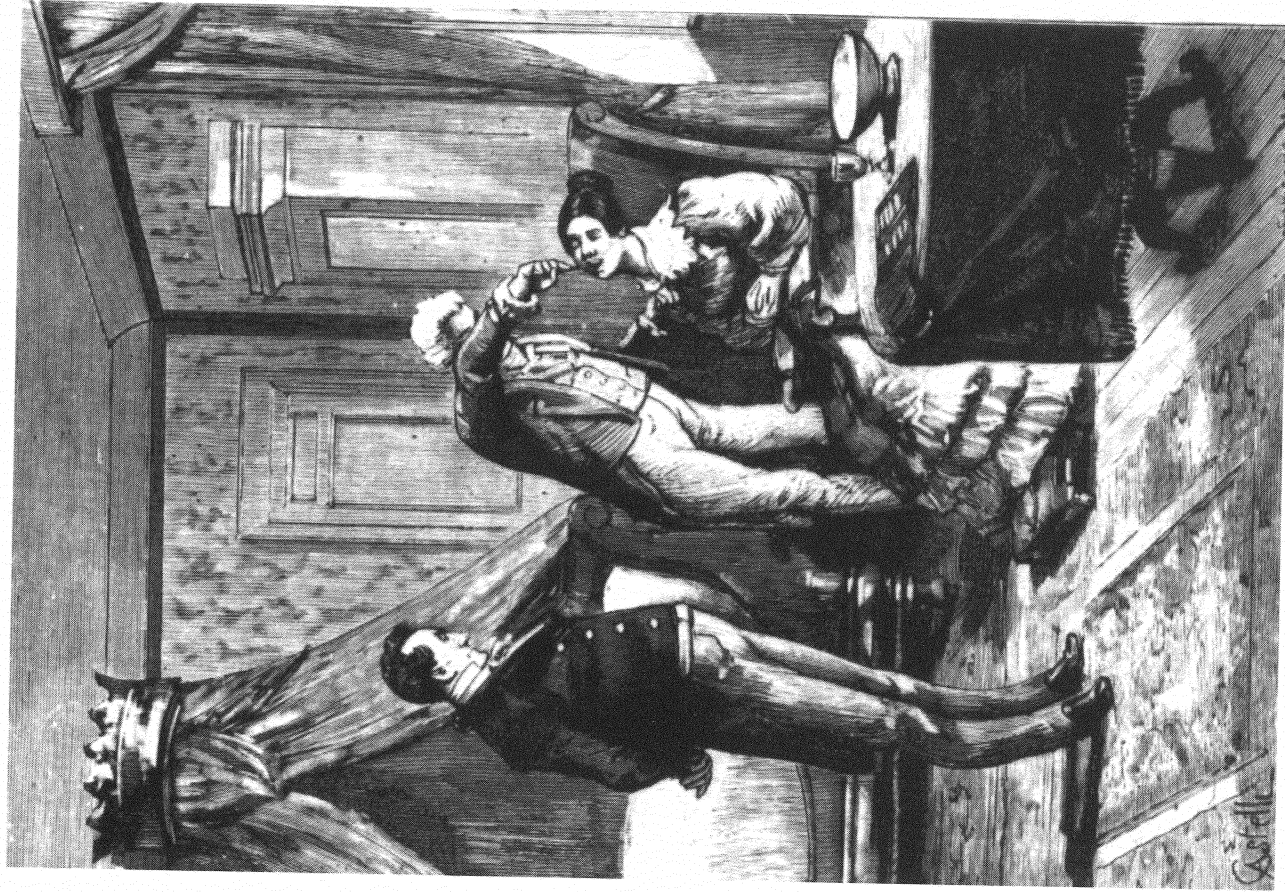




*The first documented extraction of a tooth under hypnosis
performed by J.E. Oudet on 14.11.1836
(from the library of Walter Bongartz)*

Zur Anwendung von Hypnose in der zahnärztlichen Praxis. Ergebnisse von zwei Befragungen

Albrecht Schmierer,
Gudrun Schmierer und
Hans-Jörg Hautkappe

■ Mit Hilfe von Fragebögen wurde in den Jahren 1992 bis 1996 in einer Zahnarztpraxis die Nachfrage nach Entspannungshilfen untersucht und mit neueren Erhebungen aus dem Jahre 1996 verglichen, als auch explizit Hypnose angeboten wurde. Aussagen bezüglich Schmerztoleranz und Wunsch nach Anästhesie, beruhigender Musik, Entspannungstonbändern und ab 1996 auch Hypnose und Vollnarkose werden den tatsächlichen Gegebenheiten in der späteren Behandlung gegenübergestellt. Nach Änderung der Fragebögen im Jahre 1996 zeigte sich eine höhere Nachfrage nach Hypnose und Entspannungsverfahren.

Eine weitere Umfrage unter 693 Zahnärzten, die an mindestens einem Hypnoseseminar teilgenommen hatten, ergab einen Rücklauf von 122 Fragebögen. Von diesen Kollegen wiederum gaben nur relativ wenige an, daß sie in ihrer Praxis regelmäßig Hypnose anwenden würden. Aus beiden Befragungen ist zu schließen, daß sowohl für Patienten als auch für Zahnärzte selbst noch ein erheblicher Informationsbedarf über die Möglichkeiten der Hypnose besteht.

Suchbegriffe: Hypnose, Entspannung, Zahnbehandlung, Befragung

Einführung

Seit 1982 bieten wir in unserer Praxis Hypnose als Unterstützung der zahnärztlichen Behandlung an. Die Hypnoseanwendung und ihre Integration in den Praxisalltag hat sich in diesen nunmehr 17 Jahren ständig verändert. Es kam zu einer Differenzierung und Aufteilung der Hypnoseaktivität: (1) Die Vorbereitung der zahnärztlichen Hypnose erfolgt in Zusammenarbeit mit einer Hypnoseassistentin; (2) ein Diplom-Psychologe ist für Hypnotherapien zuständig; (3)

Tonzuspielungen werden zur routinemäßigen Begleitung der Zahnbehandlung angewandt; (4) im Vergleich zu den Anfangsjahren führt der behandelnde Zahnarzt und erste Autor (AS) relativ selten direkte Hypnose aus.

Obwohl selten formelle Hypnoseinduktionen unmittelbar vor der Behandlung durchgeführt werden, berichtet die Mehrzahl der Patienten, daß sie die Behandlung kaum miterleben, daß sie sich nach der Behandlung erholt fühlen und gar nicht bemerkt haben, wie die Zeit vergangen ist. Wir führen das auf die „hypnotische Gesamtatmosphäre“ der Praxis und die Erwartungshaltung der Patienten zurück, die es ermöglichen, nur durch minimale Hinweisreize und (zeitunaufwendige) indirekte Techniken beiläufig eine Trance zu induzieren. Vieles trägt dazu bei: das „Seeding“ bereits bei der Anmeldung, die ruhige, konzentrierte Praxisatmosphäre, die Schulung aller Mitarbeiter in indirekten Suggestionstechniken, die Anwendung von Hypnosetonbändern und Entspannungsmusik bereits während der Mundhygienevorbehandlung, die eingestauten Sug- gestionen während der Zahnbehandlung, der monotone Arbeitsrhythmus, das Lob für jedes Ent- spannungszeichen - letztendlich die Erwartungshaltung aller Beteiligten, des Teams und der Patienten, lassen natürliche, spontane Trancezustände entstehen, die durch die „Arbeitstrance“ des Teams noch unterstützt werden.

Im folgenden soll zunächst anhand von Befragungen der Patienten aus unserer Praxis darge- stellt werden, wie sich die Nachfrage nach Hypnose und ihre tatsächliche Anwendung im Ver- lauf der Jahre von 1992 bis Ende 1996 entwickelt haben. Danach berichten wir über eine Befra- gung unter Zahnärztkollegen, die an mindestens einem Hypnoseseminar teilgenommen haben, um zu erfahren, in welchem Ausmaß sie das Gelernte in ihrem Praxisalltag verwenden.

Befragung von Patienten

Von 1992 bis 1996 verwendeten wir eine einfachere Form des Fragebogens:

Legen Sie Wert auf eine absolut schmerzfreie Behandlung? ja nein
Möchten Sie auf jeden Fall eine Spritze? ja nein
Wir möchten die Behandlung für Sie möglichst angenehm gestalten.
Dafür können wir Ihnen a) beruhigende Musik, b) Entspannungstonbänder, c) eine Anleitung zur Selbstentspannung anbieten.

Eine Stichprobe von 750 Anmeldeformularen aus dieser Zeit erbrachte folgende Ergebnisse:

Beruhigende Musik wünschten	60 = 8%
keine Aussage dazu machten	408 = 54,4%
Entspannungstonbänder wünschten	25 = 3,3%
keine Aussage dazu machten	440 = 58,7%
Eine Anleitung zur Selbstentspannung wünschten	31 = 4,1%
keine Aussage dazu machten	421 = 56,1%
Eine absolut schmerzfreie Behandlung wünschten	57 = 7,6%
mit nein beantworteten diese Frage	205 = 27,3%
Auf jeden Fall eine Spritze wünschten	82 = 10,9%
mit nein beantworteten diese Frage	142 = 18,9%

349 der 750 Patienten (46,5%) füllten diese Fragen auf dem Anamnesebogen nicht aus.

1996 haben wird unseren Anamnesebogen erweitert, um auch Patientenwünsche nach Hypnose erfassen zu können. Zusätzlich zur Auskunft über die medizinische Vorgeschichte konnten neue Patienten (n = 270) ab Anfang 1996 auch folgende Fragen ankreuzen:

Legen Sie Wert auf eine absolut schmerzfreie Behandlung?	ja	nein
Möchten Sie auf jeden Fall eine Spritze?	ja	nein
Wir möchten die Behandlung für Sie möglichst angenehm gestalten. Dafür können wir Ihnen folgendes anbieten:	- Vollnarkose - Entspannungstonbänder - Hypnose - eine Anleitung zur Selbstentspannung	

Von den 1996 neu aufgenommenen 270 Patienten wünschten:

beruhigende Musik	70 = 25,9%
Entspannungstonbänder	43 = 15,9%
Anleitung zur Selbstentspannung	45 = 16,7%
Hypnose	47 = 17,4%
Vollnarkose	4 = 1,5%

158 der 270 Patienten (46,5%) füllten diese Fragen auf dem Anamnesebogen nicht aus.

Interessant sind auch die Aussagen bezüglich Schmerztoleranz bzw. Spritzenwunsch:

Eine völlig schmerzfreie Behandlung wünschten sich	130 = 48,1%
mit nein beantworteten diese Frage	78 = 28,0%
Auf jeden Fall eine Spritze wünschten	67 = 24,8%
mit nein beantworteten diese Frage	114 = 42,2%

In der tatsächlichen Behandlungssituation ergab eine Auswertung der Patientenkarten allerdings ein anderes Bild: 43% der Patienten wünschten eine „Spritze“ (chemische Anästhesie) und 140 von 270 (52%) nahmen ein Hypnosetonband während der Behandlung an.

Diskussion

Obwohl 58,5% der Patienten 1996 die Fragen nach Entspannungshilfen ignorierten, hörten in der Behandlungssituation selbst dann doch 140 von 270 (52%) ein Hypnosetonband an. Das zeigt, daß u.U. erst der unmittelbare Behandlungseindruck den Wunsch nach Hypnose als Aus- weg aus dem unmittelbaren Erleben der Zahnbehandlung entstehen läßt.

1996 wünschten sich 48,1% der Patienten absolute Schmerzfreiheit, wobei 42,2% gleichzei- tig keine Spritze wollten. Daraus ist zu folgern, daß ein erheblicher Teil der Patienten annimmt, daß Schmerzfreiheit ohne Spritze möglich ist. Eigentlich hätten diese Patienten Hypnose beson- ders häufig ankreuzen müssen. Das war jedoch nicht der Fall. Unentschiedenheit in diesem Punkt bekundeten einige Patienten durch Bemerkungen wie „kommt darauf an“ oder durch Nicht-Beantworten der Fragen. In der Behandlungssituation entschieden sich dann 43% der Patienten aber doch für eine Behandlung mit Spritze. Eine (zusätzliche Kosten verursachende) direkte Hypnosesitzung wählten 17,4% der Patienten, die Mehrheit (52%) wählte die (kosten- neutrale) Tonzuspielung einer Hypnose-CD bzw. eines Hypnose-Tonbandes (Schmierer, 1992).

Den alten Anamnesebogen aus den Jahren 1992-96 füllten 46,5% der Patienten nicht aus, den neuen von 1996 sogar die Mehrzahl (58,5%) der Patienten, teilweise auch diejenigen, die speziell wegen Hypnose in unsere Praxis gekommen waren. Auf Nachfragen hin gaben sie Antworten wie „ich habe keine Angst“, „ich brauche das nicht“, „ich kann mir darunter nichts vorstellen“, „ich weiß nicht, was ich hinschreiben soll“. Während beim alten Anamnesebogen selten die angebotenen Entspannungshilfen angekreuzt wurden (Musik: 8%; Tonband: 3,3% und Selbstentspannung: 4,1%) war 1996 eine höhere Nachfrage festzustellen (25,9%, 15,9% und 16,7%). Das neu hinzugekommene Angebot Hypnose wurde von 17,4% der ausfüllenden Patienten gewünscht. Wir führen dies einmal auf das Angebot von Hypnose in unserem Fragebogen zurück; direktes Anbieten fördert offensichtlich die Nachfrage.

Zum anderen hat die Medienarbeit zur Aufklärung über Hypnose in der Medizin und Psychotherapie im Verlauf der letzten Jahre ständig zugenommen. Insbesondere der *Zweite Europäische Kongress für Ericksonsche Hypnose und Psychotherapie* der Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.) an der Universität München 1995 (vgl. Peter, Trenkle, Kinzel, Duffner & Iost-Peter, 1996; Kinzel, Peter, Trenkle, Duffner & Iost-Peter, 1996; Trenkle, Peter, Kinzel, Duffner & Iost-Peter, 1997) wurde in mehr als 200 Zeitungsartikeln gewürdigt. Die meisten Publikationen berichteten auch über zahnärztliche Hypnose, natürlich besonders gerne über Eingriffe in hypnotischer Anästhesie.

Befragung von Hypnosezahnärzten

1996 wurde von der *Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose (DGZH)* eine Umfrage unter zahnärztlichen Kollegen vorgenommen mit dem Ziel, eine Liste von Hypnosezahnärzten zu erstellen. Dazu wurden 693 Kollegen angeschrieben, die an mindestens einem Hypnoseseminar teilgenommen hatten. 122 Fragebögen wurden zurückgeschickt. Die Antworten verteilen sich wie folgt auf die Fragen:

- Ich wende hypnotische Techniken an, ohne das Wort Hypnose zu benutzen, möchte aber auf der Liste der Hypnose-Zahnärzte stehen! Diese Aussage wurde 50 mal bestätigt.

Ich wende Hypnose in meiner Praxis an:	beantwortet
- 1 - 3 Mal pro Monat	44 mal
- 1 - 4 Mal pro Woche	35 mal
- fast täglich	26 mal
- täglich bzw. mehrmals täglich	22 mal

Einige Kollegen differenzierten mit Mehrfachnennungen, wie z.B. „richtige Hypnose“ (mit Berechnung) ca 1 - 3 Mal pro Monat, indirekte Techniken wende ich ständig an. Viele berichteten, daß sie Hypnosetombänder routinemäßig einsetzen.

Die 122 Kollegen, die 1996 in die DGZH-Liste der Hypnosezahnärzte eingetragen wurden, haben zu 90% das Curriculum zahnärztliche Hypnose der DGZH/M.E.G. durchlaufen und das Zertifikat erhalten. Von diesen wollten 50 Kollegen (41%) allerdings nur „indirekte Hypnose“ einsetzen und nur mit der oben angegebenen Einschränkung („Ich wende hypnotische Techniken an, ohne sie so zu benennen“) auf der Liste genannt werden.

Diskussion

Sowohl die zurückhaltende Reaktion unserer Patienten, sich direkt für Hypnose zu interessieren, wie auch die Zurückhaltung der Kollegen zeigt, daß noch viel Basisarbeit zur Anerkennung der Hypnose als medizinisch-wissenschaftliches Verfahren zu leisten ist.

Angst in der Zahnarztpraxis - insbesondere Angst vor Schmerzen - stellt noch immer ein schwerwiegendes Problem für Patienten wie Behandler dar. Angstabbau ist demnach der Hauptteinsatzbereich für zahnärztliche Hypnose. Die einfachste Art, Angst abzubauen, geschieht mit dem Einsatz von Hypnosetombändern. Sie können mit minimalem Zeitaufwand eingesetzt werden. Es wurden seit 1992 ca. 1200 dieser Tonbänder an Zahnarztpraxen abgegeben. Daraus ist zu schließen, daß der Gebrauch der Tonbänder sich in vielen Praxen etabliert hat. Unser Hauptaugenmerk gilt deshalb zunächst der Klärung der Wirksamkeit von Tonzuspielungen. In einer ersten Untersuchung von Maldooff konnte die Wirksamkeit des Bandes „Beim Zahnarzt ohne Streß“ (Schmierer, 1992/1995) nachgewiesen werden. Sie soll im nachfolgenden Artikel vorgestellt werden.

Literatur

- Kinzel, C., Peter, B., Trenkle, B., Duffner, C. & Iost-Peter, A. (Hrsg.) (1996). *Münchner Vorträge I. Hypnose und Kognition*, 13(1+2).
- Peter, B., Trenkle, B., Kinzel, C., Duffner, C. & Iost-Peter, A. (Eds.) (1996). *Munich lectures on hypnosis and psychotherapy*. [Hypnosis International Monographs 2] Munich: M.E.G.-Stiftung.
- Schmierer, A. (1992/1995). *Beim Zahnarzt ohne Streß* - Audiokassette oder CD. Hypnos-Verlag, Stuttgart (erste Auflage 1992 bei Iskopress).
- Trenkle, B., Peter, B., Kinzel, C., Duffner, C. & Iost-Peter, A. (Hrsg.) (1997). *Münchner Vorträge II. Hypnose und Kognition*, 14(1+2).

Use of hypnosis in a dental practice - survey results

With the help of questionnaires, the demand for relaxation methods and aids has been examined from 1992-1996 in a dental practice and compared with a survey in 1996, in which hypnosis had been explicitly offered. Statements as to pain tolerance, preference for anaesthesia, relaxing music and tapes, and - since 1996 - also on hypnosis and general anaesthesia have been compared to preferences in the actual treatment situation. After alteration of the questionnaire in 1996, a stronger demand for hypnosis and relaxation techniques was observed. Additionally, a survey among 693 dental colleagues who had participated in at least one hypnosis workshop has resulted in the return of 122 questionnaires. From these dentists only a few stated that they would use hypnosis on a regular basis. It is concluded that more information to the public as well as to the profession of the dentists is needed.

Keywords: Hypnosis, relaxation, dental treatment, survey of patients and dentists

erhalten 15.1.1997, revidierte Version akzeptiert 16.3.1999

Albrecht Schmierer, Dr.med.dent.

Esslingerstr. 40

70182 Stuttgart