

Hypnosebehandling

Information om hypnosebehandling

Tandplejen
Sønderborg Kommune
– en  bedre

Tandklinikken Gråsten
Engparken 4
6300 Gråsten
T 8872 4185
TKgrasten@sonderborg.dk

Tandklinikken Humlehøj
Stråbjergvej 5
6400 Sønderborg
T 8872 4185
TKhumlehøj@sonderborg.dk

Tandklinikken Nordborg
Luffes Plads 4
6430 Nordborg
T 8872 4185
TKnordborg@sonderborg.dk



Hypnose hos tandlægen

Den medicinske hypnose er et effektivt middel til at opnå et angstfrit og forholdsvis afslappet besøg hos tandlægen. Hypnose er specielt effektiv, når man lider af stærk angst for tandbehandling, især hvis behandlingen indbefatter brug af indsprøjtninger.

Hvad er hypnose?

Ordet „hypnose“ er græsk og er navnet på den oldgræske gud for søvn. Hypnose er en metode til forlængelse af en forandret „bevidsthedstilstand“, den såkaldte hypnotiske trance. Denne trance er kendetegnet ved dyb afslapning og modtagelighed for suggestioner. I trance er den samlede opmærksomhed rettet mod et bestemt emne, hvorfor alle andre indtryk helt eller delvis udelukkes. Lignende situationer kan opleves i hverdagen, fx under motionsløb, eller når man koncentrerer sig om at løse en vanskelig opgave.

Sådan virker hypnose

Patientens naturlige evne til at opleve trance i hverdagen bliver målrettet fremmet og forstærket med den medicinske hypnose. Derved bliver det muligt for patienten at fortrænge den øjeblikkelige behandlingssituation. Patienten udvikler en særlig evne til kun at lytte til hypnotisørens ord og suggestioner, og til at koncentrere sig om den *indre* oplevelse (svarende til meditation). Dette medfører en kropsmæssig afslapning: åndedrættet bliver roligere, blodtrykket bliver lavere og pulsen bliver langsommere.

Bemærkninger

Evnen til at modtage hypnose afhænger hovedsagelig af hvor stærkt et menneske kan koncentrere sig om et enkelt emne. Denne koncentrationsevne kan ikke forventes at være fuldt udviklet før man er mindst 12-13 år. Ca. 80 % af personer over denne alder anslås at være egnede til hypnose.

- Hypnose er grundlæggende kun muligt på basis af samarbejde og tillid, og aldrig mod patientens vilje
- Hypnose kræver altid Kooperation fra patienten
- Der er ingen risiko for ikke at vågne efter en hypnosebehandling
- Under den hypnotiske trance er man på ingen måde viljeløs – patienten følger ikke forslag som kan opfattes som ubehagelige.

Fordele ved en behandling i hypnose er bl.a. et roligere behandlingsforløb med mindre stress samt en effektiv smertebehandling.

Yderligere information

En eventuel hypnosebehandling foregår på Tandklinikken Gråsten. Behandlingen udføres af tandlæge Henrik Detzner, som har gennemført en certificeret hypnoseuddannelse.