

2/2025

# tranceform

Magazin für zahnärztliche Hypnose und medizinische Kommunikation

9,50 €

SCHWERPUNKT

## Herausforderungen



**PRAXIS** Menschen mit Beeinträchtigung behandeln

**METHODEN** Eingriffe in Tieftrance

**PRISMA** 30 Jahre DGZH – Geschichte einer Idee

**REZENSION** Einführung in die Rangdynamik

# Eingriffe in Tieftrance

**METHODE** Mit der Elman-Hypnose lassen sich chirurgische Eingriffe ohne chemische Anästhesie durchführen. Ein Fallbeispiel aus der operativen zahnärztlichen Hypnose macht die Vorgehensweise anschaulich

*Brice Lemaire*

**D**ave Elman war ein US-amerikanischer Hypnotiseur, Komponist, Musiker, Radiosprecher und Autor, der zwischen 1948 und 1962 Kurse in medizinischer Hypnose gab. Seine Lehre war ausschließlich für (Zahn-)Mediziner:innen vorgesehen. Da er selbst kein Arzt war, therapierte er nie selbst, denn er wollte nicht beschuldigt werden, illegal Medizin zu betreiben. Das war für ihn eine rote Linie. Auch lehrte er niemals Hypnose an Nichtmediziner:innen oder empfing persönlich Patient:innen in einer Praxis. Vielmehr lud er Mediziner:innen ein, ihre Patient:innen zu seinen Kursen mitzubringen, und zeigte ihnen dann, wie sie Hypnose in ihrer Arbeit nutzen konnten. Elman war der erste Hypnotiseur weltweit, der einem Herzchirurgen bei einer Herzoperation unter Hypnose ohne chemische Anästhesie assistierte und einen Geburtshelfer dabei unterstützte, eine Geburt unter Hypnose ohne chemische Anästhesie durchzuführen.

In seinen Kursen zur medizinischen Hypnose bestand Dave Elman darauf, eine wissenschaftliche Form der medizinischen Hypnose zu entwickeln, die frei von Mythen und Aberglauben ist. Er verwendete einen induktiven und deduktiven Ansatz. Seine Tranceinduktionen beerbten insbesondere die großen Autoren der französischen Hypnose. Aber Elman arbeitete auch häufig mit einem deduktiven, mitgehenden Ansatz. Da er Hypnose von innen anstatt von außen verstehen wollte, befragte er die Patient:innen, die er behandelte, oft zu den auftretenden Trancephänomenen. So lernte er aus deren Innenperspektiven und nutzte diese Phänomene gleichzeitig zur Trancevertiefung. Wir kennen mehr als fünf Versionen seiner Unterrichtsreihe zwischen 1948 und 1962, und sie zeugen von seinem ständigen Wunsch, zu experimentieren und seinen hypnotischen Ansatz sowohl theoretisch als auch praktisch weiterzuentwickeln. Darüber hinaus war Elman ein großer Kenner der Psychologie des 20. Jahrhunderts. Er kannte Freuds Neffen Edward Bernays persönlich und las Freud, wie seine Vorlesungsnotizen belegen. Er wurde auch von großen Autoren der angelsächsischen Psychologie wie William James, Karl Menninger oder John B. Watson beeinflusst. Erkenntnistheoretisch suchte Elman stets ein Gleichgewicht zwischen der Validierung wissenschaftlicher Fakten und den Rückmeldungen der Anwendenden und Klient:innen. Über einen Zeitraum von mehr als zehn Jahren bildete er mehr als 10.000 Mediziner:innen in medizinischer Hypnose aus und behandelte mit ihnen mehr als 30.000 Personen, sodass er in der Lage war, mit hypnotischen Techniken an zahlreichen Patient:innen zu experimentieren, insbesondere mit dem Esdaile-Zustand einer hypnotischen Anästhesie. Diese weite Verbreitung medizinischer Hypnose führte 1958 zur Anerkennung der Hypnose durch die American Medical Association als medizinische und wissenschaftliche Disziplin.

### Die Elman-Hypnose

Die Elman-Hypnose ist eine formale Hypnose, welche die Patient:innen gleichberechtigt und arbeitsteilig in den Prozess einbezieht. Diese Einbeziehung reduziert den Wi-

derstand, da die Hypnose einvernehmlich und egalitär geschieht. Elmans Ansatz ist klientenzentriert und verwendet keine standardisierten Skripte oder Vorschläge, sondern passt das Vorgehen an den individuellen Menschen und den Kontext an. Die Hypnose beruht auf Freiwilligkeit und zielt auf Selbstermächtigung ab. Die Therapeut:innen sind lediglich Traumleitende, die die Klient:innen führen. In der Trance sind sie die Pilot:innen und die Klient:innen die Co-Pilot:innen. Die Elman-Hypnose ist weder autoritär noch direktiv, sondern verfolgt eine weitere Strategie, die sich indirekt von innen nach außen entwickelt. Die Anwendenden leiten die Klient:innen suggestiv an, aktiv selbstwirksam mit ihrem Unterbewusstsein zu arbeiten und ihre eigenen Antworten zu finden. Hypnose ist eine intensive Aktivität und physiologisch oder psychologisch nicht passiv. Trance verstärkt nur die unwillkürlichen Phänomene und ist ein Katalysator, der nach der Sitzung verschwindet.

Methodisch arbeitet Elman mit unterschiedlichen Trancestadien. Hypnotische Phänomene folgen der jeweiligen Trancetiefe, umgekehrt können diese Phänomene auch als Trancegeneratoren verwendet werden. Um einen spezifischen Trancezustand zu erzeugen, schlägt Elman vor, die Merkmale dieses Zustands herzustellen, um ihn in der Hypnose zu erhalten. In der Elman-Hypnose lernen die Anwendenden, vier Trancestadien zu produzieren und zu steuern: leichte Trance oder körperliche Entspannung, Somnambulismus, Esdaile-Anästhesie und Hypnoschlaf. Letzterer ist eine Hypnose, die an den Schlaf gebunden ist, und ein Schlaf, der an die Hypnose gebunden ist. Elman beschrieb auch einen fünften Zustand, die wache Hypnose, bei der verschiedene hypnotische Phänomene ohne die zugehörige Trance produziert werden, die aber nichts mit der Gesprächshypnose gemeinsam hat.

Praktiker:innen wählen pragmatisch je nach den Indikationen für operative, medizinische oder therapeutische Hypnose den Typ und das Niveau der jeweiligen Trance. Hierbei ist nicht die Trancetiefe entscheidend, sondern der angestrebte Nutzen. Wenn in der chirurgischen Hypnose etwa eine Analgesie erforderlich wird, ist eine tiefe Trance unabdingbar. In der medizinischen Hypnose ist tiefe Trance wesentlich, wenn man die unwillkürlichen physiologischen Prozesse beeinflussen möchte. In der therapeutischen Hypnose ist tiefe Trance unerlässlich, wenn man Regression verwenden möchte, die das klassische therapeutische Format in der Elman-Hypnose darstellt. Aus diesem Grund ziehen wir es in der Elman-Hypnose vor, in einer tiefen Hypnose mit Somnambulismus zu arbeiten.

### Klinische Indikationen in der Zahnmedizin

Als Zahnärzt:innen verwenden wir zwei Arten von Hypnose: operative Hypnose und therapeutische Hypnose. Eine operative Hypnose zielt darauf ab, den Stress, die Angst und den Schmerz der Patient:innen zu lindern und ihnen Komfort zu ermöglichen. Therapeutische Hypnose hingegen soll psychologische Störungen wie Stress, Angst oder

Phobie behandeln sowie Verhaltensstörungen wie Zähneknirschen, Rauchen, Essgewohnheiten, Übelkeit, Onychophagie, Saugen oder atypisches Schlucken. Der folgende klinische Fall beschreibt die vielen Elman-Strategien, die wir in der operativen Hypnose verwenden.

### Fallbeispiel: Entfernung eines Weisheitszahns unter Hypnoanästhesie

Ein 26-jähriger Patient kommt zu einer zahnärztlichen Behandlung, die mehrere zahnärztliche Eingriffe und die Extraktion impaktierter Weisheitszähne erforderlich macht. Seine Frau, bei der wir zuvor zahnärztliche Behandlungen unter Hypnose durchgeführt haben, hat uns empfohlen. Nach einer klinischen und radiologischen Beurteilung erstellen wir einen Behandlungsplan und schlagen dem sehr ängstlichen Mann vor, eine operative Hypnose zu verwenden. Nach dem Beziehungsaufbau führen wir bei ihm eine differenzialdiagnostische Untersuchung zum Ausschluss einer Zahnarztphobie durch. Eine Phobie hätte eine hypnotherapeutische Vorbehandlung erfordert, während die zahnärztliche Angst, die bei der hoch sensiblen Mundregion durchaus legitim ist, leicht durch eine hypnotische Sedierung gemanagt werden kann. Wir beruhigen den Patienten, dass in seinem Fall die hypnotische Behandlung unter komfortablen Bedingungen durchgeführt werden kann.

Vorbereitend geben wir ihm eine kurze dreistufige Aufklärung über Hypnose. Im ersten Schritt beschreiben wir Hypnose und Trance als einen natürlichen Zustand und eine Art des Tagträumens, was wir während der Behandlung verstärken und nutzen werden. Im zweiten Schritt räumen wir hemmende Vorurteile und falsche Überzeugungen aus, die mit Hypnose verbunden sein können. So befürchten viele Menschen, die Kontrolle oder das Bewusstsein zu verlieren, oder erwarten einen schlafähnlichen Zustand. Drittens schaffen wir konstruktive Erwartungen, indem wir dem Patienten erklären, dass jede Hypnose eine Selbsthypnose ist. Wir seien nur dazu da, um ihn zu führen, und er dürfe mit einem offenen Geist neugierig sein und experimentieren, um so zum Zuschauer von allem zu werden, was während der Trance passiere. Die Elman-Hypnose ist eine

## Operative Hypnose zielt darauf ab, den Stress, die Angst und den Schmerz zu lindern und so Komfort zu ermöglichen

formale Hypnose, die Patient:innen ermutigt, am dynamischen Prozess der Trance teilzunehmen.

Einige Informationen zur operativen Hypnose ermöglichen ein besseres Verständnis der Techniken, die während dieser Behandlung verwendet werden. Eine Hypnosedierung reduziert das Bewusstsein für den Körper und Geist. Sie wird als eine Bewältigungsstrategie von Stress und Angst eingesetzt und mit einer geringen Dosis Lokalanästhetikum kombiniert. In der Regel sind nur 20 Prozent der üblichen Dosis erforderlich. Die Sedierung basiert auf einer tiefen stuporösen Entspannungstrance, auch Esdaile-Zustand oder lethargische Trance genannt. Durch den teilweisen Verlust der Empfindsamkeit ermöglicht dies viele minimalinvasive Eingriffe, beispielsweise Kavitätenpräparationen, zahnprothetische Präparationen an lebenden Zähnen, Oberflächenbearbeitungen, leichte parodontalchirurgische Eingriffe. Hypnoanästhesie hingegen ist ein totaler Verlust der Empfindung. Sie ermöglicht invasive Eingriffe ohne Anästhesie, beispielsweise bei Extraktionen sowie Knochen- und parodontalchirurgischen Eingriffen. Sie basiert ebenfalls auf einer somnambulischen Trance, die aber zusätzlich mit negativen kinästhetischen Halluzinationen kombiniert wird.

Die erste zahnärztliche Behandlungssitzung in operativer Hypnose führen wir mit einem klassischen Suggestibilitätstest durch: der Handlevitation über eine Luftballonimagination. Die ideomotorischen Reaktionen des Patienten erfolgen sehr schnell und flüssig, was darauf hinweist, dass er schnell in Trance geht. Da der Mann sehr suggestibel ist, leiten wir zügig zu einer einminütigen Dan-Elman-Induktion über, vertiefen durch Fraktionierungen und Countdowns und testen dann das erreichte Tranceniveau, indem wir hypnotische Phänomene durch direkte Suggestion erzeugen. Diese Tests sind ein integraler Bestandteil der Elman-Hypnose. Sie haben drei Funktionen: Erstens können die Anwendenden das erreichte Tranceniveau bewerten und zweitens überzeugen sich die Patient:innen von der Wirksamkeit, was drittens die Trance weiter vertieft. Während dieser ersten Hypnose-Behandlungssitzung geht der Patient in eine tiefe Trance (Arons-Niveau 4), was wir zu einer Zahnreinigung und Kavitätsbehandlung unter Hypnoanalgesie ohne Lokalanästhesie nutzen. Bevor wir den Mann entlassen, geben wir ihm posthypnotische Suggestionen zur Optimierung biologischer Heilungsfunktionen und seiner Fähigkeit, in kommenden Sitzungen tief und schnell sowie gelassen und vertrauensvoll in Trance zugehen.

In der zweiten Sitzung behandeln wir die Zahnkaries abschließend. Eine vorherige Beratung oder ein Suggesti-



Foto: Brice Lemaire

Das vollständige Video der Behandlung ist verfügbar unter <https://youtu.be/s4KcBqU2GHs>

bilitätstest vorab ist überflüssig. Wir führen eine sofortige Induktion des Typs Jacquin Powerlift durch und erzeugen eine starre Armkatalepsie. Die Vertiefung wird erreicht, indem das Senken des Arms automatisch, unwillkürlich und mühelos suggestiv herbeigeführt wird, während der Patient weiter und tiefer in die Hypnose geht. Wir testen das Niveau der Trance, indem wir die starre Katalepsie und dann eine Amnesie für eine Ziffer in einem Countdown induzieren. Anschließend entwickeln wir suggestiv eine vollkommene Hypnoanästhesie nach der Zahndrucktechnik von Moss und führen die zahnärztliche Behandlung in völliger Stille durch, indem wir die Elman-Kompositionstechnik verwenden. Bevor der Patient aus der Trance erwacht, geben wir zahlreiche Suggestionen für salutogene posthypnotische Effekte.

In der dritten Sitzung werden die impaktierten Weisheitszähne entfernt. Da der Patient eine bemerkenswert tiefe Trance entwickeln kann, bieten wir ihm an, die Entfernung unter Hypnoanästhesie durchzuführen, wobei wir selbstverständlich erklären, jederzeit eine Lokalanästhesie verabreichen zu können, wenn er das Bedürfnis verspüre. Er stimmt diesem Vorschlag zu. Wir verwenden die von unserem Kollegen und Freund Dr. Albrecht Schmierer entwickelte Turboinduktion. Sie ermöglicht eine tiefe somnambulische Trance und bei suggestiblen Patienten schnell eine Hypnoanästhesie. Wir vertiefen die Trance, indem wir die Hypnosiedierung durch Atemfokussierung induzieren. Die Entfernung des Weisheitszahns erfolgt unter optimalen Bedingungen und Wohlbefinden. Vor dem Erwachen erhält der Patient wieder posthypnotische Suggestionen für Komfort, Abschwellung und Heilung.

### Fazit

In über 20 Jahren operativer Hypnose haben wir bei etwa 5 bis 6 Sitzungen pro Tag mehr als 15.000 Operationen in Hypnose durchgeführt, aufgezeichnet und als Datenbank für die universitäre Lehre zugänglich gemacht. Davon wurden über 2.500 Eingriffe wie Zahnextraktionen, Implantationen oder Parodontosebehandlungen unter Hypnoanästhesie durchgeführt, das sind etwa 15 Prozent, was dem epidemiologischen Durchschnitt entspricht, der in der operativen zahnärztlichen Hypnose allgemein anerkannt ist.

In unserer Praxis sind Hypnosiedierung und Hypnoanästhesie alltägliche Werkzeuge. Sie etablieren eine therapeutische Allianz, für deren Gelingen mehrere Elemente erforderlich sind: Die Patient:innen müssen für eine Behandlung ohne Lokalanästhesie motiviert sein und dazu in der Lage sein, eine vollständige somnambulische Trance zu erreichen. Sie brauchen möglicherweise eine Schulung, um die notwendige Trancetiefe und entsprechende negative kinästhetische Halluzinationen zu erreichen, und großes Vertrauen in die Anwendenden, in die Hypnose und in sich selbst. ■

*Aus dem Englischen von Dorothea Thomaßen*



Foto: privat

**Dr. Brice Lemaire** ist Autor, Trainer und Speaker in medizinischer Hypnose sowie Lehrbeauftragter für »Operative hypnosis« an der zahnmedizinischen Universität in Nizza. Er hat das Dave Elman Hypnosis Institute France gegründet und ist Verfasser zahlreicher Bücher zum Thema Hypnose. Kontakt: drbricelamire@gmail.com

### Literatur

1. LEMAIRE Brice. Les indispensables de l'hypnose Elmanienne (15 tomes) éditions DEHIS 2022–234.
2. LEMAIRE Brice, POUYSSEGUR Valérie. Operative und therapeutische zahnärztliche Hypnose. Éditions Satas, 2019.
3. STOLZENBERG Jacob Psychosomatics and Suggestion Therapy In Dentistry. Literary Licensing, 1948.
4. MOSS Aaron Hypnodontics. Brooklyn NYC. 1952.
5. FROST Thomas. Hypnosis in General Dental Practice. Kimpton Editions 1957.
6. SHAW S. Clinical Applications of Hypnosis in Dentistry. Saunders Co LTD, 1958.
7. ERICKSON M. The Practical Application of Medical and Dental hypnosis. Routledge, 1961.
8. CHERCHÈVE Raphaël L'hypno-sophrologie en art dentaire. Privat, 1970.
9. HARTLAND John Medical & dental hypnosis, Churchill Livingstone, 1977.
10. ROBERT Simpson. Hypnosis in dentistry. Thomas Editions 1985.
11. DANIEL Simons. Hypnosis And Communication In Dental Practice. QB Editions, 2007.
12. SCHMIERER Albrecht. Zahnärztliche Hypnose: Erfolgreiche Hypnose und Kommunikation in der Zahnarztpraxis. Published by QB, 2007.
13. ACOSTA Juan. Hypnodontics. Editions Indpt, 2014.
14. COMAR Beryl. Hypnodontics. Editions DEHI 2016.