

یکی از مؤثرترین موارد استفاده‌ی «هیپنوتیزم»، کاربرد آن در دندان‌پزشکی است. برای تعداد قابل توجهی از افراد، مراجعه به دندان‌پزشکی، همواره با ترس و اضطراب همراه است. گاه این ترس‌ها به حدی است که فرد از مراجعه، امتناع می‌کند و در نتیجه‌ی عدم درمان به موقع، آسیب‌های جبران‌ناپذیری به دندان‌های او وارد می‌شود. با توجه به این که امروزه تنقلات و اسنک‌های سرشار از مواد قندی به کرات مورد استفاده‌ی مردم و به‌ویژه کودکان قرار می‌گیرد، پوسیدگی دندان تبدیل به یکی از شایع‌ترین بیماری‌های انسان شده است. همه‌ی مردم و در هر سنی برای درمان بیماری‌های دهان و دندان، نیازمند مراجعات منظم دندان‌پزشکی هستند، حال آن که ترس از مداخلات دندان‌پزشکی، مانع بزرگی برای این کار محسوب می‌شود. یکی از کاربردهای مؤثر هیپنوتیزم، کنترل ترس‌های بیمارگونه و اغراق‌آمیز (فوبیا) است. البته کاربردهای هیپنوتیزم در دندان‌پزشکی، به این مورد محدود نمی‌شود؛ دانشمندی به نام «فینکل‌اشتاین» در یک پژوهش جدید نشان داد که استفاده از هیپنوتیزم در دندان‌پزشکی، نه تنها موجب تن‌آرامی عمومی، جلب همکاری بیشتر و کاهش ترس مراجع می‌شود، بلکه می‌تواند موجب کنترل ترشح بزاق، کاهش تهوع، کاهش خون‌ریزی و بهبود نشانه‌های مربوط به مشکلات مفصل فکی-گیجگاهی نیز گردد. در این پژوهش آمده که استفاده از هیپنوتیزم، زمان لازم برای انجام عملیات دندان‌پزشکی را نیز کاهش می‌دهد. خوشبختانه اغلب فواید هیپنوتیزم، با یک جلسه‌ی سبک هیپنوتیزی قابل دستیابی است؛ بنابراین وقت زیادی را اشغال نخواهد کرد.

## دندان‌پزشکی در هیپنوتیزم کاربردهای

مهم‌ترین موارد استفاده‌ی هیپنوتیزم در دندان‌پزشکی:

### ۱) ایجاد آرامش عمومی و تن‌آرامی (ریلکسیشن):

همان‌طور که پیش‌تر بیان شد، تعداد زیادی از مردم قادر نیستند به‌خوبی آرامش خود را در مطب‌های دندان‌پزشکی حفظ کنند. ایجاد جلسه‌ی هیپنوتیزی، این امکان را به فرد می‌دهد که با آرامش کامل و حتی بدون احساس حضور در مطب، درمان‌های لازم را دریافت نماید.

### ۲) کنترل واکنش تهوع در خلال عملیات دندان‌پزشکی:

بسیاری از بیماران (به‌ویژه هنگام درمان دندان‌های خلفی و یا در زمان انجام قالب‌گیری)، دچار حالت تهوع می‌شوند. این واکنش، مانع بزرگی برای ادامه‌ی درمان است. با برخی روش‌های مؤثر هیپنوتیزی مانند ایجاد بی‌حسی در کام و حلق، می‌توان این مانع را به‌خوبی رفع نمود.



### ۳) کاهش نگرانی و ترس:

برخی از بیمارانی که بارها به دندان پزشکی مراجعه کرده‌اند، قادر به حفظ آرامش کافی در حین درمان هستند اما بیش تر کسانی که برای اولین بار به دندان پزشکی مراجعه می‌کنند یا در مراجعات قبلی، درد زیادی را تجربه کرده‌اند و نیز اکثر قریب به اتفاق کودکان و نوجوانان، ترس فراوانی از نشستن روی صندلی (یونیت) دندان پزشکی دارند. با استفاده از هیپنوتیزم، می‌توان این ترس را به‌طور کامل از بین برد. در این صورت فرد به راحتی وقت‌های دندان پزشکی خود را تعیین می‌کند یعنی رفتن به مطب را به تعویق نمی‌اندازد. از سوی دیگر، تمام مراحل درمان را با آرامش تحمل می‌کند.

### ۴) ایجاد بی‌حسی و بی‌دردی:

اغلب کارهای دندان پزشکی نیازمند ایجاد بی‌دردی با تزریق داروی بی‌حسی موضعی است. این درحالی‌ست که در برخی بیماران، ترس از تزریق، مانع این کار می‌شود. حتی در برخی افراد، این اختلال به قدری شدید است که با تزریق، دچار غش می‌شوند. کاهش درد، یکی از قدیمی‌ترین و مؤثرترین کاربردهای هیپنوتیزم است. توانایی سوژه در تجربه بی‌دردی، متأثر از میزان هیپنوتیزم‌پذیری اوست. خوشبختانه هیپنوتیزم‌پذیری حدود نیمی از مردم، آن قدر هست که توانایی تجربه بی‌دردی هیپنوتیزمی را داشته باشند. در این افراد به راحتی می‌توان با تلقینات مناسب، بی‌دردی را بدون استفاده از داروی بی‌حسی ایجاد نمود. حتی در ۳۰ درصد مردم، امکان انجام جراحی‌های بزرگ دندان پزشکی فقط با استفاده از «خلسه‌ی هیپنوتیزمی» وجود دارد. برای سایر کسانی که توان تجربه بی‌دردی کامل هیپنوتیزمی را ندارند، می‌توان از تکنیک‌های هیپنوتیزمی برای آمادگی دریافت تزریق بی‌حسی استفاده نمود.

### ۵) کنترل و کاهش خون‌ریزی:

یکی از پدیده‌هایی که هم برای بیمار و هم برای دندان پزشک، مشکلاتی را فراهم می‌کند، خون‌ریزی زیاد در حین انجام کارهای دندان پزشکی است. خون‌ریزی زیاد، موجب کاهش دید دندان پزشک هنگام درمان می‌گردد و می‌تواند کیفیت کار را کاهش دهد. از سوی دیگر، موجب ترس بیش‌تر بیمار و کاهش قوای جسمی او می‌گردد. در پژوهش‌های متعددی، سودمندی هیپنوتیزم در انقباض عروق و کاهش قابل توجه خون‌ریزی به اثبات رسیده است. تلقینات مستقیم هیپنوتیزمی با تأثیر بر مراکز مغزی کنترل قطر عروق، به سرعت و به خوبی خون‌ریزی را کنترل می‌کند.

### ۶) کنترل ترشح بزاق و ایجاد انجماد عضلانی:

درمان‌های دندان پزشکی همیشه نیازمند همکاری بیماران است؛ لازم است درمان‌جو در خلال درمان که گاه ممکن است زمان زیادی را شامل شود، دهان خود را باز و بی‌حرکت نگاه‌دارد؛ کاری که انجام آن برای بیش‌تر افراد دشوار است. از سوی دیگر، ترشح زیاد بزاق و احساس نیاز مکرر برای بلع، مانعی برای دندان پزشک محسوب می‌شود. با تلقینات مناسب هیپنوتیزمی می‌توان ترشح بزاق را به خوبی تحت کنترل درآورد و همچنین موجب

تثبیت و انجماد عضلات فک در وضعیت مطلوب درمان شد. این حالت که «کاتالپسی» نامیده می‌شود، به دندان‌پزشک امکان می‌دهد به راحتی، درمان خود را تا انتها ادامه دهد.

### ۷) طولانی کردن زمان بی‌حسی ایجادشده:

پس از انجام برخی اعمال جراحی و درمان‌های دندان پزشکی، انتظار می‌رود که در ساعات اولیه‌ی پس از درمان، بیمار با درد و ناراحتی‌های شدید مواجه شود. در این شرایط می‌توان پیش از خروج فرد از خلسه‌ی هیپنوتیزمی، با طراحی دقیق تلقینات پس‌هیپنوتیزمی، تأثیر بی‌دردی را برای مدت معینی (برای نمونه ۱۲ یا ۲۴ ساعت) پس از عمل ادامه داد. این یک امکان عالی‌ست که با داروهای بی‌حس‌کننده، به خوبی مقدور نیست.

### ۸) پذیرش بیمار برای به‌کارگیری تجهیزاتمانند انواع پروتز و سیم‌های اورتودونسی:

انواع پروتزهای ثابت یا متحرک دندانی برای کودکان و نوجوانان به‌عنوان درمان‌های اورتودونسی و برای سالمندان به‌عنوان جایگزین دندان‌های از دست‌رفته، کاربرد فراوانی دارند اما تعداد قابل توجهی از مردم، به راحتی وجود این جسم خارجی را در دهان خود تحمل نمی‌کنند. واکنش‌هایی مانند تهوع، درد و آسیب‌های مخاطی، از اصلی‌ترین دلایل این عدم تحمل است. تکنیک‌ها و تلقینات مناسب هیپنوتیزمی با کاهش این واکنش‌ها، میزان پذیرش بیماران را افزایش می‌دهد و درمان را امکان‌پذیر می‌سازد.

### ۹) درمان دندان قروچه:

دلایل متنوعی برای دندان قروچه بیان شده است؛ در مواردی که علت آن یک مشکل دندان پزشکی مانند جفت‌شدن نامناسب دندان‌هاست، درمان دندان پزشکی می‌تواند بهترین راه‌حل باشد اما در برخی موارد، دندان قروچه علامتی از اضطراب است؛ در این صورت، هیپنوتیزم با کشف و درمان اضطراب زمینه‌ای، می‌تواند به خوبی دندان قروچه را برطرف نماید.

### ۱۰) تسهیل مراقبت‌های بهداشتی دهان و دندان:

این کاربرد به‌ویژه در کودکان از اهمیت زیادی برخوردار است. در بسیاری از موارد دیده می‌شود که کودکان و نوجوانان در انجام مراقبت‌های بهداشتی دهان و دندان خود مانند استفاده از مسواک و نخ‌دندان، تنبلی و کوتاهی می‌کنند. با هیپنوتیزم می‌توان انگیزه، انرژی و پشتکار لازم برای انجام به‌موقع و مناسب مراقبت‌ها را در فرد ایجاد نمود.

### دکتر عنایت‌آ... شهیدی

پزشک و روان‌شناس

مدرس انجمن علمی هیپنوتیزم بالینی ایران

WWW.SHAHIDIMD.ORG

۸۸ ۲۴۰ ۷۵۸

### انجمن علمی هیپنوتیزم بالینی ایران

تنها نهاد قانونی در زمینه آموزش، پژوهش و درمان هیپنوتیزم علمی با

مجوز فعالیت از وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

۰۹۱۲-۳۳۳۶۷۱۶ و ۸۸۰۶۳۵۴۷-۸۸۰۳۲۰۳۹