

Zerrin Tüfekçi
Diş Hekimi

Diş Hekimliğinde Hipnoz, NLP ve Koçluk Metotlarının Kullanımı

Modern çağda tıpta ve diş hekimliğindeki teknolojik ilerlemeler, hastalarla iletişim alanında da gelişmeyi ve güne ayak uydurmayı zorunlu hale getirmiştir.

Ç aımızda insanların yaşadığı korkuların başında, diş hekimine muayene olma ve “diş hekim koltuğu” olarak tanımlanan korkular gelmektedir. Hastaların bir kısmı, dişlerindeki ağrı ya da ağızlarındaki problem dayanılmaz hale gelene kadar diş hekimine gitmezler. Halbuki gitmek zorunda kaldıklarında da, işlem bitip de koltuktan kalkarlarken kafalarında yarattıkları korku yaşananın yanında çok anlamsız kalır. Hastaların diş hekim korkuları ve hekimlerin hastalara yardımcı olma isteği, hekimleri farklı arayışlara yöneltmiştir. İşte Hipnoz, NLP ve Çözüm Odaklı Koçluk, bu arayış sonucu hekimlerin kendilerine yardımcı, araç çantalarında kullana geldikleri metotlar olmuştur.

Bu metotların en bilinen ve en eskisi Hipnoz’dur. Zannedilenin aksine Hipnoz, kişinin

kendinden geçtiği bir hal değil, istekle oluşan bir konsantrasyon halidir. Bu metot ile, korkan hastaların dişleri çekilebilir, diş tedavileri yapılabilir. İğne korkusu olan hastaya iğne yapılabilir. Bulantı refleksi olan hastadan ölçü alınabilir. Gece diş sıkın hastalar bu alışkanlıktan vazgeçirilebilir. Tırnak yeme, parmak emme gibi alışkanlıklara son verilebilir. Önemli olan, hastanın bu tedaviyi istemesi ve kabul etmesidir; böylece zaten yarı yarıya sorun çözülmüş demektir. Hasta istemezse ve inanmazsa Hipnoz gerçekleşmeyecektir.

NLP ile hastalar, istenilmeyen davranışlardan vazgeçirilebilir ve yeni alışkanlıklar kazandırılabilir. Hatta kötü tecrübeler silinip, yerine başkaları konulabilir. Bunlar, basit teknikler kullanılarak, bazen çok da kolay bir şekilde yapılabilir. Hasta ile iletişimde, hastanın kullandığı bilinç programları farzedilip, iletişimde bunlardan faydanılarak hasta daha iyi anlaşılabilir. Yaşanılan her tecrübe,

çocuk yaşta duyulan her korku, bizde bir yer eder. Kimi insan bunların yaşamını etkilemesine mücadele etmez, kimisi ise farkında olmadan bunları alır ve kendine katar. İşte bu tecrübeler, erişkin yaşta pek çok davranışın altında yatan nedenleri oluştururlar.

Çözüm Odaklı Koçlukta ise yine diş tedavisinin hekim ve hasta için, istenilen şekilde yaşanacak bir süreç olması adına kullanılacak yardımcı tekniklerden birisidir. Hasta tüm olasılıkları ve sonuçları değerlendirir. Bu yolda kararlılıkla yürümek için kendi adına doğru adımları doktoru ile belirler. Zorlukları beraber aşarlar. Tedavi süreci tam olarak doğru bir şekilde algılanır.

Aslında yapılacak tedavi bir “diş çekimi” olabilir ama hekim ve hasta arasındaki iletişim ne kadar iyi olursa, kaygı o kadar azalır ve tedavi o kadar başarı ile sonuçlanabilir. Her şey istemekle başlar. İnanç başarıyı kuvvetlendirir.

