

Dr.med. Gisela Zehner

Fachzahnärztin für Kinderstomatologie

Akupunktur - Hypnose - Kieferorthopädie

Robert-Brauner-Platz 1  
44623 Heme  
Tel: 02323/170310  
Fax: 02323/170314  
email: dr.zehner@t-online.de  
www.milchzahnarzt.de

## Akupressur während der Kinderzahnbehandlung

Zur *Akupressur* während der Kinderzahnbehandlung eignen sich *Akupunkturpunkte*, die für den Behandler, die zahnärztlichen Mitarbeiterinnen oder die Begleitperson des Kindes bzw. den kleinen Patienten selbst gut zugänglich sind. Nur mit solchen Punkten ist ohne großen zusätzlichen Zeitaufwand eine effektive Unterstützung der Kinder bei der Zahnbehandlung möglich. Wir verwenden deshalb Punkte an den Händen, den Unterarmen, am Kopf und teilweise auch an den Füßen.

Die hier beschriebene kleine Auswahl an Punkten ist zum Einstieg in die *Akupressur* gedacht und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Umfangreicher wurde die *Akupressur* von Prof.Dr.Hermine Tenk beschrieben (*Soforthilfe mit Akupressur*, Verlag für medizinische Wissenschaften Wilhelm Maudrich, Wien 2007).

Die Punkte können einfach und schnell von den zahnärztlichen Mitarbeiterinnen, dem Patienten selbst oder dessen Begleitpersonen aufgesucht und mit leichter Vibration massiert werden. Als Hilfsmittel eignen sich kleine Pflaster mit Metallkügelchen (*Magrain-Pflaster*) oder auch Samenkügelchen, die man aus dem *Akupunktur-Fachhandel* beziehen kann. Sie werden auf die entsprechenden *Akupunkturpunkte* geklebt, sodass man beim Massieren eine Orientierung über die Lage des Punktes hat, der dabei durch die Kugel intensiv stimuliert wird. Auch mit einem mittelgroßen Kugelstopfer oder einfach nur mit der Fingerkuppe oder dem Fingernagel kann die *Akupressur* durchgeführt werden, und für den „Hausgebrauch“ können sich die Patienten selbst Kugelpflaster aus kleinen handelsüblichen Druckknöpfen herstellen, über die ein Pflaster geklebt wird.

Die hier dargestellten Abbildungen beschreiben dem Leser die Lage der *Akupunkturpunkte* zur Anwendung in der Praxis, die genaue Lokalisation dieser Punkte ist in der entsprechenden *Akupunktur-Fachliteratur* nachzulesen. In unserer Praxis verwenden wir *Akupressur* an diesen Punkten seit vielen Jahren und haben festgestellt, dass durch eine solche Begleitbehandlung bei den meisten kleinen Patienten auch eine Tranceeinleitung zur Hypnosezahnbehandlung sehr erleichtert bzw. häufig überhaupt erst möglich wird. Insbesondere wenn Kinder sehr ängstlich, aufgeregt und unruhig sind oder unter einem starken Würgereflex leiden, ist die

Kombination von Akupressur und Kinderhypnose bei der Zahnbehandlung sehr hilfreich, ebenfalls zur Schmerzlinderung bei der Füllungsbehandlung oder bei Extraktionen.

Im Folgenden werden diese *Akupunkturpunkte* und ihre Indikation bei der Zahnbehandlung kurz vorgestellt.

### **Wirkbereiche: Beruhigung und Angstlinderung**

- Als wichtigster Akupunkturpunkt mit psychisch ausgleichender Wirkung, besonders bei Angst, ist der Punkt *Pe 6* am Unterarm zu nennen (Abb. 1). Er gehört zum *Pericardmeridian* und liegt auf der Mittellinie der Unterarminnenseite, gegenüber der Stelle, an der man üblicherweise die Armbanduhr trägt. Man findet den Punkt *Pe 6*, indem man drei Querfinger einer Hand an die Handgelenkbeugefalte der anderen Hand legt. Der Punkt liegt genau darunter in der Mitte der Unterarminnenseite. Er ist auch als ein wichtiger übergeordneter Akupunkturpunkt anzusehen, da er ein sehr weit reichendes Indikationsspektrum hat, was die weiteren Ausführungen zeigen. In seiner Wirkung kann er noch durch den Punkt *Pe 7* auf der Mitte der Handgelenkbeugefalte unterstützt werden.
- Ebenfalls an der Unterarminnenseite befindet sich der *Herzmeridian* auf dem Strang des kleinen Fingers. Hier liegt der Punkt *He 7*, ein allgemein sedierend und anxiolytisch wirkender Punkt. Er wird von den Chinesen auch „*Shen Men*“ oder „*Tor der Geisteskraft*“ genannt. Seine Wirkung kann durch den Punkt *He 5* unterstützt werden. Dieser Punkt liegt auf dem Herzmeridian im Abstand von einer Daumenbreite = 1 Cun (chinesisches Körpermaß) *proximal von He 7*.

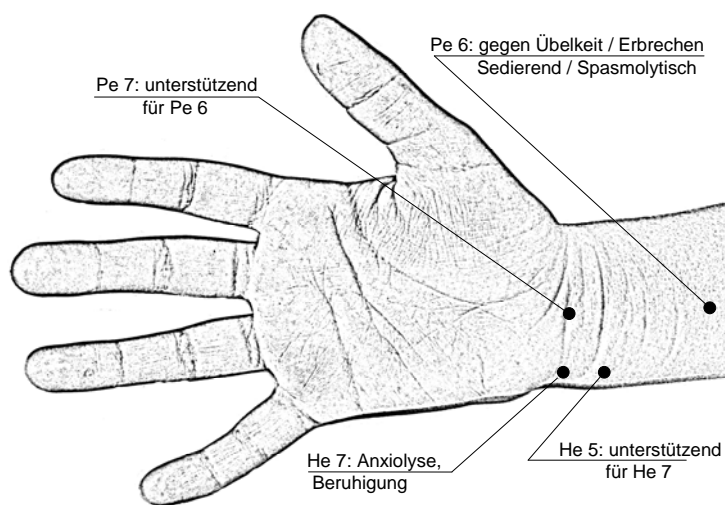


Abb. 1: Akupunkturpunkte zur Beruhigung und Anxiolyse am Unterarm

Diese Punkte sind von der Begleitperson des Kindes, die auf der Zahnarztseite neben dem Behandlungsstuhl sitzen sollte, gut zu erreichen. Sie werden während der gesamten Behandlung stimuliert. Auch eine *Akupressur* zu Hause zwischen den einzelnen Behandlungsterminen ist bei sehr ängstlichen und unruhigen Kindern anzuraten. Als Hilfsmittel für die *Akupressur der Punkte Pe 6 und He 7* empfehlen wir ein Gesundheitsarmband (*Sanaband oder Seaband*), das auf die entsprechenden Akupunkturpunkte gesetzt und zur Druckmassage verwendet wird. Es kann in jeder Apotheke bestellt und insbesondere zur häuslichen Akupressur genutzt werden, da neben der Beruhigung auch eine Wirkung bei Übelkeit und Erbrechen (Reisekrankheit, Schwangerschaft, Chemotherapie) erzielt wird. Ein kleines Begleitheftchen erklärt für die Patienten gut verständlich die Lage dieser Punkte.

- Ein weiterer Beruhigungspunkt ist der *In Tang* oder *Ex-KH 3 (Extrapunkt Kopf Hals 3)*, der in der Mitte zwischen den Augenbrauen liegt (Abb. 2). Er wird insbesondere bei der Hypnoseeinleitung akupressiert und wirkt beruhigend, entspannend und Trance fördernd.

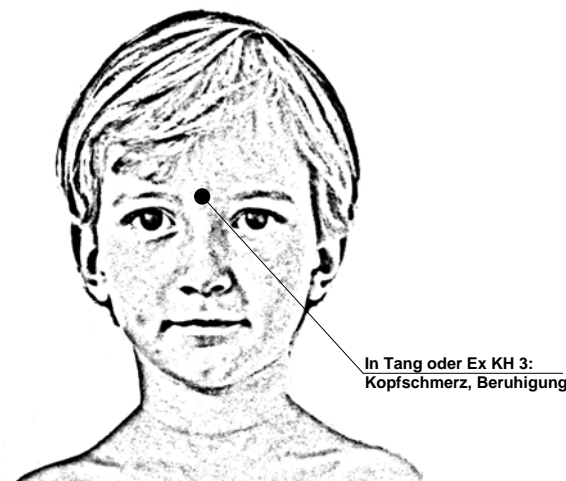


Abb. 2: Punkt zur Beruhigung am Kopf: In Tang (Ex KH 3)

- Am Kopf befindet sich außerdem als ein herausragender Beruhigungspunkt auf dem *Lenkergesäß* der Akupunkturpunkt *LG 20*. Er liegt am Kreuzungspunkt einer Verbindungslinie der beiden Ohrspitzen mit dem Lenkergesäß auf der Mittellinie des Kopfes und wird als ein bedeutender Punkt zur psychischen Harmonisierung bezeichnet. Unterstützt wird er durch vier *Extrapunkte (Ex-KH 1)*, von den Chinesen „*Vier zur Schärfung der Geisteskraft*“ oder „*Die vier Weisen*“ genannt. Sie befinden sich jeweils eine Daumenbreite (1 Cun) vor, neben und hinter *LG 20* (Abb. 3 a und b).

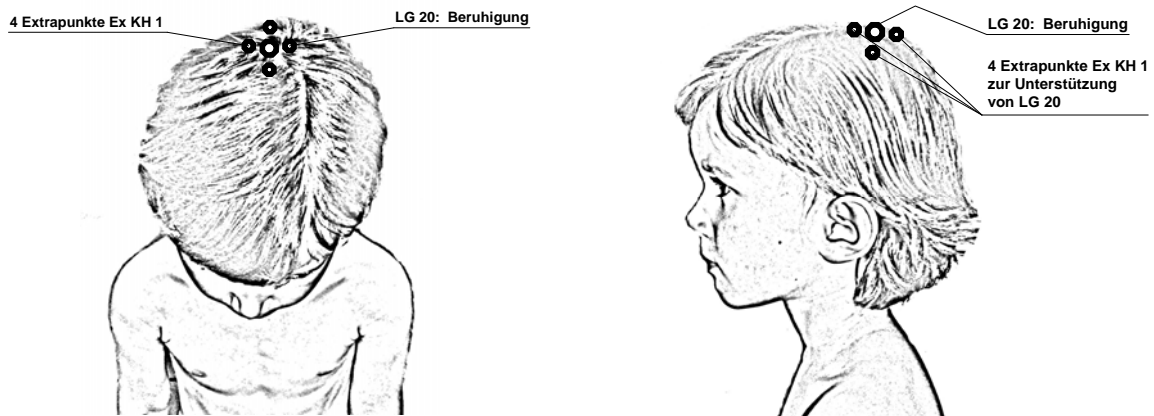


Abb. 3 a und b: Punkte zur Beruhigung am Kopf: LG 20, 4 Extrapunkte (Ex KH 1)

Diese Punkte können zur Beruhigung während der gesamten Zahnbehandlung akupressiert werden, was überwiegend durch die Zahnarthelferin oder den Behandler selbst unter sanftem Kreisen mit den Fingerkuppen erfolgt.

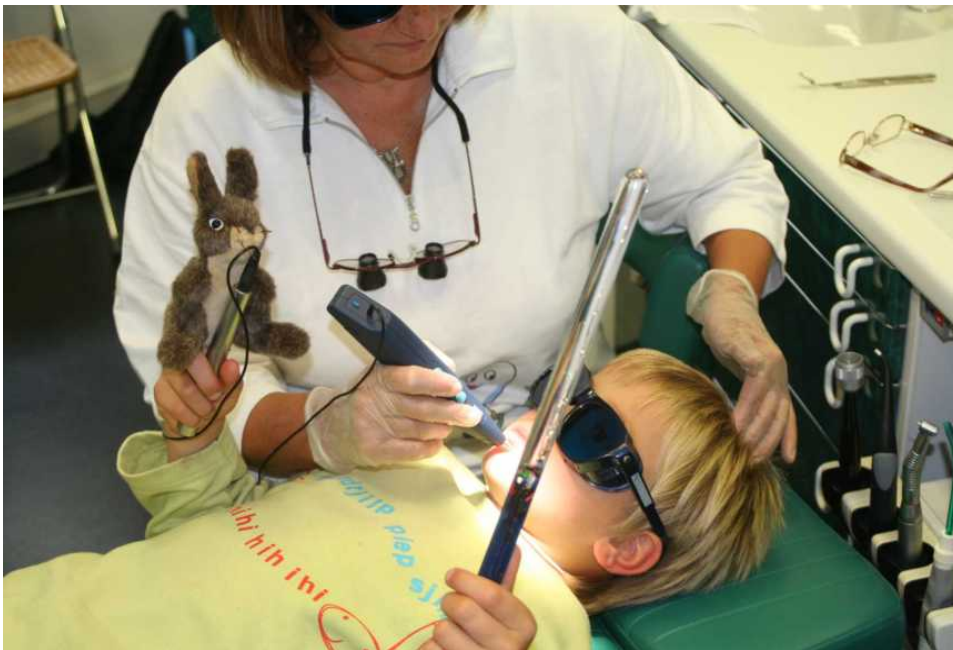


Abb. 4: Beruhigung durch Akupressur (LG 20) und Laserakupunktur (KG 24) bei einer Kinderhypnose - Zahnbehandlung

- Einigen Akupunkturpunkten am Fuß wird eine harmonisierende Wirkung bei psychosomatischen Störungen sowie zur Schmerzlinderung zugeschrieben (Abb. 5: *Lebermeridian 3, Magenmeridian 45 und Milzmeridian 1*). Diese Fußpunkte werden im Rahmen einer entspannenden Fußmassage während der Zahnbehandlung des Kindes von der Mutter massiert und beklopft, dabei können sich die meisten Kinder recht gut entspannen und in Trance gehen.

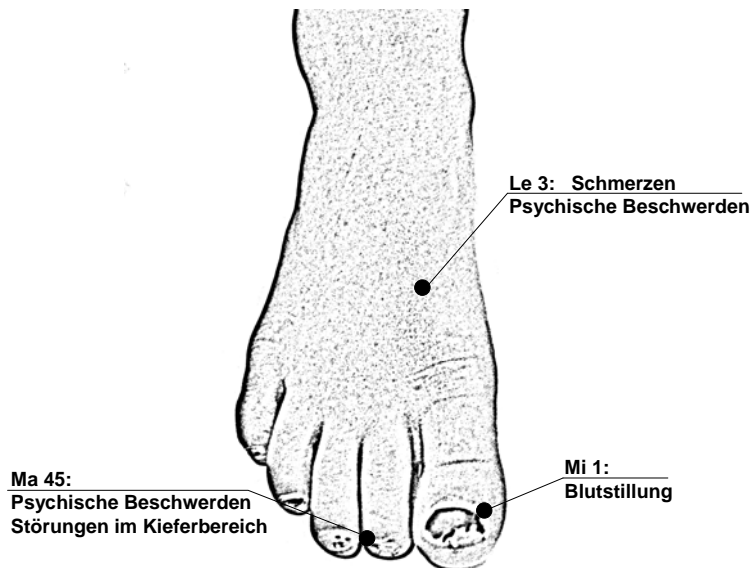


Abb.5: Punkte zur Entspannung und Beruhigung am Fuß

Bei manchen Patienten kann die Positionierung der Mutter am Fußende des Behandlungsstuhles wegen der weiteren Entfernung vom Behandlungsgeschehen recht hilfreich sein, insbesondere wenn sie selbst sehr ängstlich ist und diese Angst bei zu großer Nähe zum Kind unbewusst überträgt. Durch die Fußmassage hilft sie ihrem Kind, sich bei der Zahnbehandlung zu entspannen, und ist selbst auch durch die Konzentration auf die Akupressur und Massage abgelenkt und entspannt.

### **Wirkbereich: Linderung des Würgereflexes**

Besonders eindrucksvoll ist die Wirkung der Kombination von *Akupressur/Laserpunktur* und Hypnose bei starkem Würgereiz, denn für solche Patienten kann jede Zahnbehandlung zur Qual werden. Deshalb sind diese Kinder meistens sehr dankbar, wenn sie durch Akupressur oder auch Laserpunktur eine Linderung des Würgereflexes verspüren und somit ganz entspannt eine Zahnbehandlung oder den Abdruck für eine Zahnspange überstehen können. Auch die häusliche Zahnpflege kann bei solchen Patienten durch Akupressur enorm erleichtert werden.

- Der Hauptpunkt gegen Würgereiz liegt auf dem Konzeptionsgefäß im Gesicht und heißt *KG 24*. Er befindet sich am Kreuzungspunkt der Mentolabialfalte mit der Mittellinie (Abb. 6).



Abb. 6: Akupunkturpunkt gegen Würgereiz KG 24

- Dieser Punkt hat auch eine sehr gute *Speichel reduzierende Wirkung* und kann bei kleinen Kindern, die oft während konservierenden Behandlungsmaßnahmen einen übermäßig starken Speichelfluss entwickeln, entweder mit dem Laser stimuliert (Abb. 4) oder auch von der zahnärztlichen Mitarbeiterin während der gesamten Zahnbehandlung akupressiert werden (*Speichelkontrollgriff*).

Während der Hypnosezahnbehandlung dreht das Kind dabei noch einen imaginären *Spuckehahn* zu, damit es im Mund schön trocken wird – was in der Regel auch tatsächlich passiert. Hierbei ist die positive Wirkung der Kombination von *Akupressur und Hypnose* besonders deutlich zu spüren und auch zu sehen, denn wenn nach der Behandlung der imaginäre *Spuckehahn* wieder geöffnet wird, kommt sehr häufig eine regelrechte Speichelfontäne aus der sublingualen Speicheldrüse herausgespritzt!

- Bevor *Abdrücke für Zahnsparangen oder Kinderprothesen* genommen werden, bekommt in unserer Praxis jedes Kind bereits routinemäßig eine Akupressur des Punktes *KG 24* (Abb. 6) zur Linderung des Würgereizes. Meistens wird der Punkt schon während des Anmischprozesses mit einem Kugelpflaster beklebt und von den Kindern selbst massiert, bei unruhigen Kindern wird durch eine Mitarbeiterin noch zusätzlich eine Akupressur am Kopf (*LG 20 und Extrapunkte*) zur Beruhigung vorgenommen (Abb. 7).



Abb. 7: Akupressur von KG 24 und LG 20 vor der Abdrucknahme

- Wird der übergeordnete Punkt *Pe 6* mit seinem Zusatzpunkt *Pe 7* (Abb. 1) in die Akupressur mit einbezogen, erreicht man eine Verstärkung der Wirkung, da diese Punkte neben der psychischen Harmonisierung und Entspannung auch Linderung bei Übelkeit und Erbrechen sowie bei Reisekrankheit bringen (s.o.).
- Bei Patienten, die von einem ganz *besonders starken Würgereiz* geplagt werden, verwenden wir einen *Akupunktur-Softlaser*. Die sanfte Laserstimulation der o.g. Punkte zusammen mit entsprechenden Punkten der *Mikroakupunktursysteme* (Ohrakupunktur, Mundakupunktur nach Gleditsch, Schädelakupunktur nach Yamamoto) bringt in Kombination mit Kinderhypnose oft sehr lang anhaltende Besserung des übermäßigen Würgerreflexes.
- Während einer solchen Laserakupunktur kann bereits die Tranceeinleitung erfolgen, beispielsweise mit einem Luftballonflug in den Zauberwald oder der Lieblingsbeschäftigung des Kindes. Die kleinen Patienten sind nach einer solchen ‚Hypnoselaserpunktur‘ meistens völlig entspannt und ausgeglichen und können die Hypnosezahnbehandlung regelrecht genießen!
- Auch der Einsatz des homöopathischen Mittels *Ipecacuanha* in Kombination mit Akupressur/Laserpunktur und Hypnose bringt bei starkem Würgereiz sehr gute Linderung.

## Wirkbereich: Schmerzlinderung

Die Punkte mit schmerzlindernder Wirkung (Abb. 8) werden bei der Kinderzahnbehandlung von der Begleitperson (Mutter) oder vom Patienten selbst akupressiert:

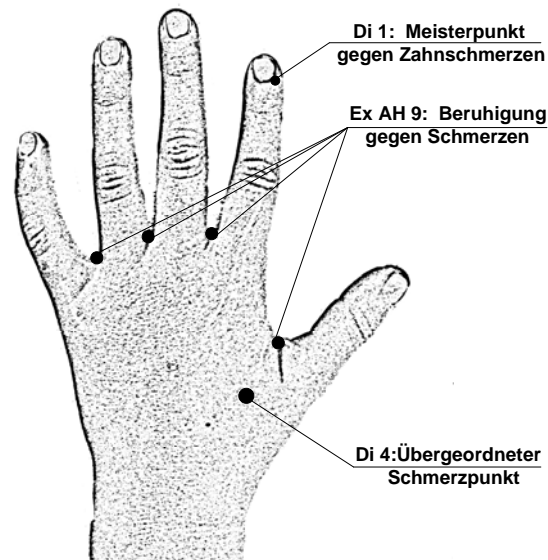


Abb. 8: Schmerzpunkte an der Hand

- Der wichtigste Analgesiepunkt in der Akupunktur mit Wirkung auf den ganzen Körper befindet sich auf dem *Dickdarmmeridian* an der Hand, es ist der übergeordnete Schmerzpunkt *Di 4*. Er liegt auf der höchsten Erhebung des Muskelhügels, der sich bei angelegtem Daumen am Ende der Falte zwischen Daumen und Zeigefinger bildet. Man findet ihn bei abgespreiztem Daumen der einen Hand, indem durch Palpation und Druck des abgewinkelten Daumens der anderen Hand in der Tiefe ein ziehendes Schmerzgefühl – von den Chinesen *De- Qi- Gefühl* genannt – hervorgerufen wird. Um die Intensität zu steigern erfolgt die Akupressur von *Di 4* unter Zuhilfenahme von kleinen Kugelpflastern.
- Ebenfalls auf dem Dickdarmmeridian liegt der *Meisterpunkt für Zahnschmerzen Di 1*. Er befindet sich im daumenwärts gelegenen Nagelfalzwinkel des Zeigefingers.
- Als Punkte gegen Schmerzen und Unruhe finden wir an der Hand noch die *Extrapunkte Arm-Hand 9 (Ex-AH 9)*, die von den Chinesen „Acht gegen schädigende Einflüsse“ genannt werden. Sie liegen jeweils am Ende der Zwischenfingerfalten und können in die Akupressurbehandlung bei schmerzempfindlichen und unruhigen Patienten mit einbezogen werden.
- Der bereits bekannte übergeordnete *Punkt Pe 6* (Abb. 1) ist ebenfalls in jede Schmerzakupressur mit einzubeziehen, da er auch eine schmerzlindernde und entspannende Wirkung hat.



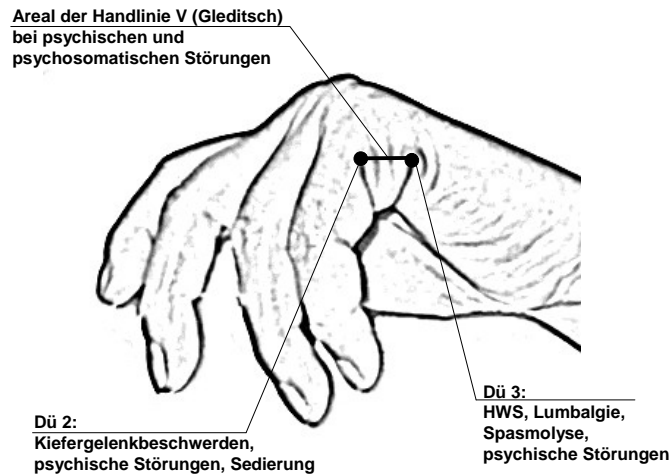


Abb. 9: Akupunkturpunkte Dü 2 und Dü 3 und *psychotropes Areal der Handlinie V* (Gleditsch)

- Im Rahmen der Schmerzbehandlung ist ein Punkt auf dem *Dünndarmmeridian* als sehr wirksam bekannt, der Punkt *Dü 3* am Ende der langen Handflächenbeugefalte (Abb. 9). Er wird als Fernpunkt für Halswirbelsäulenbeschwerden, gegen Lumbalgie und zur Spasmolyse beschrieben und hat außerdem auch eine psychosomatische Wirkung.
- Über diesem Punkt, am Ende der distalen Falte des Kleinfinger-Grundgelenkes, liegt der Punkt *Dü 2*. Er wird bei Schmerzen und Funktionsstörungen im stomatognathen System empfohlen und hat ebenfalls eine psychosomatische Wirkung.
- Zwischen diesen beiden Punkten befindet sich ein Gebiet, das von Gleditsch als Teil eines eigenen *Mikroakupunktursystems (MAPS Handlinie V)* oder auch als *psychotropes Punkteareal* bezeichnet wird (Abb. 9). Er gibt als therapeutische Besonderheit dieses Systems „seine Wirksamkeit bei der Überwindung psychischer Blockaden“ an.
- In diesem Areal an der Handkante sind also nach Gleditsch Akupunkturpunkte zu finden, bei deren Stimulierung sich psychische Blockaden lösen können. Das entspricht unseren Beobachtungen in der Kinderzahnarztpraxis, denn wir erleben immer wieder, dass sich die kleinen Patienten nach der *Klopfakupressur an der Handkante* schnell beruhigen und die anfängliche Angst plötzlich verfliegen ist.

### **Behandlung über die Mikroakupunktursysteme MAPS**

Als Mikroakupunktursysteme (MAPS) bezeichnet man begrenzte kleine Punkteareale am Körper (Somatotopien), die erst in den letzten 50 bis 60 Jahren entwickelt wurden und die ein vernetztes, eigenständiges Akupunktur-Regelsystem darstellen. Die bekanntesten MAPS sind die Ohrakupunktur, die Mundakupunktur nach Gleditsch und die Schädelakupunktur nach Yamamoto. An diesen Somatotopien wurden Punkte mit entspannender, beruhigender und

psychisch ausgleichender Wirkung gefunden, ebenso sind Punkte mit Würgereiz reduzierender und schmerzlindernder Wirkung bekannt. Auch eine direkte Einflussnahme auf bestimmte Körperstrukturen, beispielsweise auf das Kiefergelenk, die Halswirbelsäule oder die Extremitäten, ist mit der Mikrosystemakupunktur gut möglich. Die genaue Lage der Punkte kann an dieser Stelle nicht detailliert wiedergegeben werden, deshalb wird auf die einschlägige Literatur verwiesen:

1. Gleditsch, Jochen M. (2007): Lehrbuch und Atlas der MikroAkuPunktSysteme (MAPS), Grundlagen und Praxis der somatotopischen Therapie. 2., korrigierte Auflage, KVM - Der Medizinverlag Dr.Kolster GmbH, Marburg.
  2. Hieber, G.(2007): Akupunktur in der Zahnarztpraxis. Spitta Verlag, Balingen
- Die behandlungsbedürftigen Punkte sind individuell je nach Empfindlichkeit zu ermitteln, denn bei der Mikrosystemakupunktur werden immer nur die jeweils aktiven schmerzhaften Punkte behandelt, da nur pathologisch veränderte Punkte eine Druckdolenz und einen veränderten Hautturgor aufweisen. Bei der Kinderbehandlung werden diese Punkte vorzugsweise mit dem Akupunktursoftlaser stimuliert (Abb.4).
  - Sehr ängstliche und aufgeregte Kinder werden zur Anxiolyse und Beruhigung vor der eigentlichen Zahnbehandlung mit Kinderhypnose im Rahmen eines komplexen Behandlungskonzeptes (Kombination der entsprechenden Punkte der MAPS mit den Punkten LG 20, He 7 und Pe 6 sowie bei Patienten mit starkem Würgereiz auch mit dem Punkt KG 24) einer *Laserakupunkturbehandlung* unterzogen.
  - Auch bei der Hypnosebehandlung zum Abgewöhnen von Habits wie Fingernuckeln, Nägelkauen und Bruxismus kann Laserakupunktur am Mikroakupunktursystem Ohr unterstützend wirksam sein. Ähnlich wie bei der Raucherentwöhnung oder der Gewichtsreduktion werden bestimmte Punkte am Ohr überprüft und die jeweils empfindlichen Punkte anschließend mit dem *Akupunktur-Softlaser* behandelt, während der Patient an seinem Wohlfühlort Kraft und Energie tanken und sich von seinem täglichen Stress erholen kann. Dabei verringert sich sein Drang, Finger zu nuckeln oder Nägel zu kauen, bis diese Habits ganz und gar überwunden sind.
  - Voraussetzungen für den erfolgreichen Einsatz dieser Kombination von Hypnose und Laserakupunktur sind selbstverständlich eine Ausbildung in zahnärztlicher Hypnose sowie ausreichende Erfahrungen in deren Anwendung bei Kindern und Jugendlichen, eine Ausbildung und intensive Beschäftigung mit Akupunktur einschließlich der Mikroakupunktursysteme sowie Erfahrung und Sicherheit im Umgang mit dem Akupunktur-Softlaser.