



HYPNOSIS and Other Stories By M. G. Dahl

© June 21, 2022 M. G. Dahl

M.G. Dahl

111 W. Main St., #310, Inverness, FL 34450

monica@geershypnosis.com

keywesthypnosis.com

Cellphone: 305-923-9945

Anesthésie Dentaire



Chapitre 6 - Anesthésie dentaire

L'art dentaire avec l'hypnose : Le doigt vert d'Elman et une visite à la plage.

Pendant des années, mes compétences en matière d'hypnose m'ont permis de cultiver un seuil élevé de tolérance à la douleur. L'avantage ? Je peux éteindre la douleur. L'inconvénient ? En ignorant les signaux naturels du corps, je peux me blesser gravement.

L'avantage est le plaisir de subir des soins dentaires. J'aime aller chez le dentiste. "Prenez soin de vos dents et vos dents prendront soin de vous."²

Pour les soins dentaires, j'ai perfectionné l'idéal du cabinet dentaire comme spa buccal. Le nettoyage est un bon grattage de mes dents qui me démangent. Le goût des gants en caoutchouc et la légère pression des mains du dentiste dans ma bouche m'envoient à la plage dans ma tête, tout va bien dans le monde extérieur. Je fais confiance à mon équipe dentaire.

Lorsque je me fais poser une obturation, la bande de métal qui entoure ma dent pour maintenir le composite en place pendant qu'il durcit est la partie la plus manifestement inconfortable de l'obturation, et je l'ai recadrée pour en faire ma partie préférée. Cela signifie que nous avons presque terminé.

Lorsque la première dent de sagesse a dû être retirée, j'ai demandé au dentiste quel était le résultat idéal. Il m'a répondu : "Elle saigne jusqu'à ce qu'elle remplisse l'alvéole, puis le saignement s'arrête." Lorsqu'il est revenu me voir après l'extraction, ses yeux se sont écarquillés. J'ai demandé : "Quoi ?"

Il a dit : "Il a saigné jusqu'à ce qu'il remplisse la cavité, puis il s'est arrêté".

"C'est ce que vous m'avez dit être le résultat idéal. J'ai demandé à mon corps de faire ce que vous avez dit être l'idéal."

Lorsque la dernière dent de sagesse a été incluse, avec des racines dans les sinus, les dentistes locaux voulaient une anesthésie complète pour une intervention chirurgicale dans ma cavité sinusale. J'ai attendu l'arrivée en ville d'un nouveau chirurgien oromaxillaire, un jeune homme. Je me suis présenté à mon rendez-vous, je lui ai remis mes radiographies de la bouche et je lui ai dit d'aller de l'avant et de procéder à l'extraction. Il m'a proposé une

²E. Margaret Metzinger, ma mère, 1936-2012

Une aiguille pour l'anesthésie dans une main, et un masque pour le gaz dans l'autre. Je lui ai dit que j'avais l'intention d'utiliser la technique du doigt vert. Il ne la connaissait pas, alors je lui ai montré.

"J'imagine que le doigt s'engourdit tellement qu'il est raide comme une chauve-souris. Puis je pense au mot 'vert'. J'imagine que le doigt est tellement engourdi que c'est comme un millier d'injections de ce que vous avez dans votre aiguille, puis je pense au mot 'vert'. Puis j'imagine qu'il est si raide, si rigide, si engourdi comme une batte de bois qu'il ne veut pas se plier, quels que soient mes efforts, et ensuite je pense "vert", après avoir confirmé, ah là, qu'il ne veut pas se plier. Je transfère ensuite cet engourdissement à ma mâchoire et à ma bouche. D'abord l'extérieur de la gencive et les dents".

Trois pressions du doigt sur la gencive extérieure ont transféré l'engourdissement à la gencive entre les dents et la joue.

Puis rechargez le doigt, "vert, vert, vert".

Trois coups de doigt sur la gencive à l'intérieur de l'arcade dentaire, le long du palais dur.

"Maintenant, je suis presque prêt. Il y a des choses que je veux que tu fasses. Tu dois éviter de me demander comment je me sens. Si tu dois le faire, demande-moi :

"Comment vas-tu ?". Si j'ai besoin que vous vous arrêtiez, je lève la main et vous vous arrêtez pour que je puisse me concentrer à nouveau correctement, et lorsque la main s'abaisse, vous reprenez. Évitez d'utiliser des mots qui évoquent la douleur, comme sang, pointu, coupe, point de suture, aiguille, pince ou scalpel. Dites à votre infirmière : "Donnez-moi cet outil" et montrez-le du doigt. Y a-t-il quelque chose que je doive savoir pour que ce soit un résultat idéal ?

"Vous reviendrez dans une semaine pour l'ablation

des points de suture." "Pas de points de suture

dissolvants ?"

"Non.

Je me suis envoyé dans cet endroit profond où je peux partir et où le corps peut être réceptif à l'équipe médicale ou dentaire qui s'occupe de moi. Je me suis préparé,

"Toutes les expériences de toucher ne sont que de légères pressions qui me

conduisent à un résultat positif. "Tous les bruits de fond et les odeurs me rassurent sur le fait que tout va bien dans le monde extérieur.

Et je suis allé à la plage pour visiter nos belles eaux bleues dans mon esprit.

En arrière-plan, loin du bruissement des feuilles de palmier au-dessus de mon coin de plage ombragé,

. ... ok, je brûle facilement. Si je vais à la plage, je vais m'allonger à l'ombre, profiter de l'eau bleue, du ciel bleu et de la brise légère.

Je pouvais entendre le son de l'outil qui ouvrait ma gencive, comme le son d'un couteau tranchant que j'utilisais pour éplucher la chair d'un poisson frais, jusqu'à l'os.

Mais l'eau scintillante devant moi, dans mon esprit, était exquise, et le doux clapotis des vagues

J'ai senti le lambeau de gencive se détacher pour exposer la dent.

Je pouvais sentir l'odeur de l'océan, l'odeur salée du poisson, le bruit des mouettes qui se disputent une source de nourriture et qui se demandent qui a le droit de se nourrir en premier.

J'ai entendu parler d'os brisé, quelque part dans la conscience, une fois, deux fois, peut-être trois fois, l'os a été brisé pour libérer la dent de sagesse qui s'était enfoncée dans mes sinus.

Nous nous en sommes bien sortis jusqu'à la fin.

J'ai été soudainement électrisé par un courant froid qui partait de mon alvéole dentaire, passait par le sommet de ma tête, le bas de mes pieds et revenait à mon alvéole dentaire. J'ai levé la main, j'ai ouvert les yeux pour dire : "Je ne peux pas faire ça...", mais je n'ai pas pu sortir de ma bouche. "mais cela n'est pas sorti de ma bouche.

Le dentiste a sorti ma dent, intacte, de l'alvéole. Il

dit à sa secrétaire : "Donnez-moi cet outil."

Il a fait les deux premiers points de suture facilement. Puis il a dit "encore un point". J'ai senti l'aiguille brûler la gencive lorsqu'il a fini de la rattacher.

Puis il sourit et dit : "Je n'ai rien vu de tel depuis que j'étais étudiant et que je faisais des visites à Walter Reed. Un grand vétérinaire est venu, s'est fait enlever ses quatre dents de sagesse en n'utilisant que le doigt vert. Il l'a fait à peu près de la même manière que vous. Je pensais que c'était un truc militaire. Qu'est-ce que c'est ?"

"La technique du doigt vert de Dave Elman".

Il m'a ensuite remis la facture. Elle comportait une marge énorme par rapport au prix qu'il avait proposé pour l'ablation, j'ai demandé quelle était la différence de prix. Il m'a répondu qu'il était normalement payé pour l'anesthésie, mais que celle-ci n'était pas incluse, puisque je l'avais faite moi-même. Le coût supplémentaire correspondait au coton supplémentaire qu'il avait utilisé. Il me l'a facturé. C'est beaucoup.

Je lui ai demandé : "Pourquoi ne m'avez-vous pas dit

d'arrêter la salive ?" Il a eu l'air surpris : "Vous pouvez

faire ça ?"

"Si mon corps est correctement informé des résultats et processus idéaux, il peut ralentir ou réduire le flux sanguin. Je suppose que la salive aurait la même réactivité, mais nous n'avons pas posé la question, donc nous ne savons pas".

En deux jours, j'étais complètement guérie. L'enflure s'est résorbée et les points de suture sont restés suspendus dans ma bouche, tout au fond, me chatouillant pendant les cinq jours suivants en attendant d'être retirés. Si j'avais eu une paire de ciseaux avec une longue et fine lame incurvée, je les aurais retirés moi-même.

J'ai déposé un exemplaire de l'ouvrage d'Elman sur l'hypnothérapie lorsque je suis retournée une semaine plus tard pour me faire enlever les points de suture.

En discutant de mon expérience avec un autre hypnotiseur, j'ai appris que les nocicepteurs de la douleur et de la température se trouvent l'un à côté de l'autre. Je savais qu'il fallait désactiver la conscience des signaux de douleur, mais je n'avais pas réalisé qu'il y avait des récepteurs de température que je devais également désactiver.

Références

Elman, D. (1970). Hypnotherapy. Glendale, CA : Westwood Publishing Co. Site web pour l'accès à la formation et au matériel d'Elman <https://elmanhypnosis.com/>

Monica Geers Dhal est une figure emblématique de l'hypnose contemporaine aux USA.

Membre à vie de l'ACHE (American Council of Hypnotist Examiners) et de l'IACT/ IMDHA (International Association of Counselors and Therapists / International Medical & Dental Hypnotherapy Association) elle a écrit 4 ouvrages de référence, fondateurs de l'hypnose moderne sous la forme de cours d'enseignement : HYP 100 (Bases de l'hypnose), HYP 200 (Hypnothérapie), HYP 300 (Hypnothérapie avancée) et HYP 400 (Hypnoanalyse)

Elle découvre très jeune le pouvoir du subconscient par l'intermédiaire de sa mère, Eva Margaret, professeur d'université lorsque Jose da Silva vient sur le campus enseigner sa méthode d'auto hypnose aux étudiants , intitulée la méthode Silva.

En 1985, elle décide de se consacrer professionnellement à l'hypnose et étudie avec Jerry Kein et Jack Mason avec Omni Hypnosis.

Jerry Kein présente à Monica trois éducateurs qui vont déterminer le cours de sa carrière en hypnose : Gil Boyne (fondateur de l'ACHE), Irene Hickman (auteur de « Mind Probe Hypnosis »), et l'hypnose de Dave Elman (applications médicales).

Monica ouvre sa pratique libérale à Key West, en 1985.

En 1987, Monica participe à la première conférence ACHE de Gil Boyne et devient son assistante. Elle rencontre et travaille avec plusieurs des grands hypnotiseurs de cette époque notamment, Ormond McGill, et Charles Tebbets.

Lorsque Anne Spencer crée l'IMDHA, Monica participe également à cette association et devient membre à vie de l'IACT/IMDHA.

Le cours HYP 100 ici traduit est devenu le cours de Base pour la certification IMDHA que dispense Monica depuis 1994.

L'hypnose étant à la fois un art et une science, Monica Geers Dhal s'est approprié les trois grands courants de l'hypnose moderne : médicale, thérapeutique et spirituelle, pour délivrer une synthèse personnelle.