

## tema: sundt smil

### HYPNOSE ER IKKE HOKUS-POKUS

- **Hypnose** er en helt almindelig tilstand, som vi alle kender, når vi dagdrømmer, eller når vi sidder i bilen og kører af sted og så pludselig tænker: "Hov, hvordan er jeg kommet hertil".
- **Det er en fysisk og mental** afslappet tilstand, hvor man har fuld kontrol og ved alt, hvad der foregår.
- **Hypnotisøren kan ikke** gøre noget, som personen ikke ønsker.
- **Under hypnosen** slapper den bevidste del af hjernen af, så underbevidstheden bliver mere aktiv.
- **Hypnotisøren kan** så komme med nye, positive forslag, som underbevidstheden opfanger og husker. Alle kan som udgangspunkt hypnotiseres.
- **Via en coachende samtale** afklarer hypnotisøren - sammen med klienten - målet for sessionen. Derefter guides personen til en fysisk og mentalt afslappet tilstand, hvor klienten har fuld kontrol og vil vide og huske alt, hvad der sker.
- **Ann Levin** er NGH-certificeret hypnotisør og har sin klinik på Poppelvang 15 i Brejning.

ge eller måske bare tænker tanken om, at det snart tid til et tandlægebesøg, fortæller Ann Levin.

**En session kan være nok**  
Hun peger på, at det er underbevidstheden, som har misforstået situationen og i stedet tror, at det altid er "farligt" at gå til tandlæge.

Det er denne misforståelse, som Ann Levin bearbejder sammen med sine klienter.

- Det sker under hypnose, og det handler om at få underbevidstheden til at forstå, at tandlægebesøg er helt ok, og at det ikke er noget at

være bange for, fortæller Ann Levin.

Under hypnose kan ens underbevidsthed finde frem til de tidligere oplevelser, som har været angstprovokerende.

Disse hændelser bearbejdes ved hjælp af hypnose-terapi, som er strukturerede, systematiske metoder.

- Typisk vil en til to sessioner være nok til at slippe af med tandlægeskrækken på en positiv og varig måde, fortæller Ann Levin, der også kurerer skræk over for eksempelvis eksamen, edderkopper og fly.

Der findes i det hele taget

mange forskellige former for fobier.

- Jeg møder mennesker, der er bange for at køre over broer, hunde, edderkopper og elevatorer. Eller for at rejse sig i en forsamling og fremlægge en præsentation. Listen er lang, men der er heldigvis hjælp at hente. Det handler om at finde årsagen og derefter bearbejde den ved hjælp af hypnose-terapi, fortæller hun.

Læs mere om Ann Levin og hypnose på [www.ann-levin.dk](http://www.ann-levin.dk).



## tandlæge per kjeldbjerg

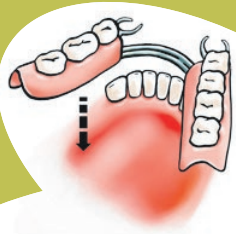
orla lehmannsgade 8 · 7100 vejle



# tlf. 75 82 10 42

alt i moderne tandpleje - samme tandlæge hver gang  
din tandlægeskræk fjerner vi

[tdl.per-kjeldbjerg@mail.dk](mailto:tdl.per-kjeldbjerg@mail.dk) · [www.vejletand.dk](http://www.vejletand.dk)



## Tandproteser - et ? om livskvalitet

Ring for GRATIS undersøgelse...

### ALLE TYPER TANDPROTESER

Tandudtrækning, isættes ved tandudtrækning  
Tandlæger i huset - alt samlet på et sted  
Berettiget til tilskud? - Vi hjælper med at søge.  
Op til 6 års garanti på nye tandproteser

✓ **Protese reparation mens du venter...**

**Pris aftale  
med  
kommunen**

**TANDPROTESE KLINIKKEN**

Bødkervej 3 - 7000 Fredericia  
Tlf. 7592 7273

[www.infotand.dk](http://www.infotand.dk)

Flegborg 13, stuen - 7100 Vejle  
Tlf. 7582 7273

SE MERE PÅ [WWW.VORTING.DK](http://WWW.VORTING.DK)



TandlægeCenter Vorting

## PARODONTOSE PÅVIRKER HELE DIT HELBRED

- og ikke kun  
dine tænder...



Du ved sikkert, at sygdommen  
parodontose fører til tab af tænder,  
hvis den ikke behandles?

Men ved du også at...

- du kan have parodontose uden at vide det?
- parodontose sættes i forbindelse med forhøjet blodtryk og blodpropper?
- parodontose påvirker udvikling og behandling af diabetes, gigt og andre kroniske sygdomme i negativ retning?
- dårlig ånde kan skyldes ubehandlet parodontose?
- rygning "skjuler" symptomer på parodontose?

Parodontose skal behandles, ellers risikerer det at udløse en dominoeffekt, som påvirker hele dit helbred.

Pas godt på dig selv  
- bliv undersøgt for parodontose!

➤ **RING TIL OS PÅ TELEFON 75 82 04 26**

Vi benytter de nyeste metoder til diagnostik og behandling af parodontose.

Bestil tid til en undersøgelse og behandlingsplan hos en af vores eksperter i parodontose.

Besøg os på:  
[www.vorting.dk](http://www.vorting.dk)