

Medizinische Hypnose in der Gastroenterologie Baden-Wettingen

Welche Patientinnen und Patienten profitieren von Medizinischer Hypnose (Hypnotherapie)?

Gerade bei den Beschwerden des Magendarmtrakts gibt es oft keine Erklärung, die auf eine organische Krankheit hinweist. Körperliche Untersuchungen wie Bluttests, Ultraschall, Magen- oder Darmspiegelung zeigen keine pathologischen Befunde und trotzdem sind die Beschwerden real und evt. sehr intensiv. Es sind Patienten mit sog. funktionellen Beschwerden, darunter fallen u.a. der sog. „Reizdarm“ oder auch „Reizmagen“. Die Behandlung solcher Beschwerden mit Medikamenten oder Ernährungsmassnahmen ist häufig nicht vollkommen zufriedenstellend. Hypnose bietet sich in solchen Situationen als ganzheitliche Therapiemöglichkeit an.

Auch Patienten mit körperlichen Beschwerden ohne organische Diagnose ausserhalb der Bauchorgane können ebenso profitieren wie Patienten, bei denen milde Störungen psychischer oder psychologischer Natur zu einer vermehrten Beschwerdeintensität und Leidensdruck führen.

Was ist Hypnose? Wie läuft eine Hypnosesitzung ab?

Nach einem ausführlichen Vorgespräch über Erwartungen, Ziele und erhoffte Erfolge der Therapie führt der Therapeut den Patienten in die sog. Trance. Die Trance ist ein Zustand körperlicher Entspannung, wo das Erleben auf Gedanken, Ideen, Bilder usw. vollkommen fokussiert ist. Die Trance ist vergleichbar mit dem Zustand, den man beim Schauen eines spannenden Films erlebt, wo man vollkommen vom Film absorbiert ist, die Zeit vergisst und das, was in der Umgebung passiert, ausblendet. In der Trance ist der Zustand, in der unterbewusste Muster und Assoziationen angesprochen werden. Nach der Trance fühlt man sich wie nach einem erquickenden Kurzschlaf, entspannt und frisch. Hypnosesitzungen werden je nach Patientenpräferenz in zeitlichen Abständen wiederholt durchgeführt.

Was ist Medizinische Hypnose nicht?

Hypnotherapie distanziert sich in aller Form von sog. „Showhypnose“, bei der Menschen auf der Bühne zur Schau gestellt, entmündigt und entwürdigt werden. Während der Hypnotherapie ist der freie Wille jederzeit vorhanden und respektiert. Die Trance ist kein Zustand von Wehrlosigkeit oder Ausgeliefertsein. Im Gegenteil. Medizinische Hypnose ist ein integrativer Bestandteil in der ganzheitlichen Therapie, ist schulmedizinisch voll anerkannt und in zahlreichen Beobachtungs- und Behandlungsstudien breit abgestützt und erfüllt die Kriterien der evidenzbasierten Medizin.

Ziele der Hypnotherapie?

Hypnotherapie weckt Selbstheilungskräfte, die bei uns allen im Unterbewussten sind. Sie bricht schädigende Assoziationen oder Muster in der Krankheitsverarbeitung, moduliert die Kommunikation vom zentralen und vegetativen Nervensystem positiv und lässt mögliche Auslöser für körperliche oder seelische Beschwerden erkennen. Erfahrungen während der Trance eignen sich nicht nur zur körperlichen Entspannung sondern auch als ideale therapeutische Wiederholung als Übung für zu Hause.

Hypnotherapeuten in der Praxis

Rachel Weiss, Hypnosystemischer Coach und Therapeut/Dachverband Hypnose Schweiz
Dr.med. Ivan Stamenic, Facharzt FMH für Innere Medizin und Gastroenterologie