

MEDIZINISCHE HYPNOSE:

Zwischen Mythos und Realität

Die seit den Griechen verwendete Methode der Hypnose hat zunehmend auch in der Medizin einen wichtigen Stellenwert.

Echon 500 v. Chr. setzten griechische Priester Hypnose erfolgreich ein, aufgegriffen wurde sie im Asklepios-Kult, der auch ins Römische Reich getragen wurden, wobei aus „Asklepios“, „Äskulap“ wurde. Die neuzeitliche Hypnose wurde vor allem vom amerikanischen Psychiater und Psychotherapeuten Milton H. Erickson in den 60er-Jahren entwickelt.

„Ein wichtiges Einsatzgebiet der medizinischen Hypnose ist die Schmerztherapie, gerade auch, wenn es um chronische Beschwerden geht“, erklärt der Facharzt für Anästhesie und Intensivmedizin Dr. Nidal Moughrabi. Er betreibt auch das „Institut für Coaching und medizinische Hypnose“ in Wien und Graz und ist als Notarzt tätig. Die Unterstützung bei schmerzhaften Behandlungen bzw. der Angst davor – gerade auch in der Zahnmedizin oder bei Magen- und Darmspiegelungen – sind „klassische Anwendungsfälle“ aus Sicht des Mediziners.

Gut abgesicherte wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der medizinischen Hypnose gibt es zudem bei der Behandlung des Reizdarmsyndroms. Ähnliches gilt für Felder wie die Unterstützung und Ergänzung der klassischen Schulmedizin bei der Betreuung dermatologischer Erkrankungen, Tinnitus, gynäkologische Erkrankungen, Burn-out und Essstörungen. Medizinische Hypnose kommt zudem häufig in der Raucherentwöhnung zum Einsatz, sowie in der Geburtshilfe.



Facharzt für Anästhesie und Intensivmedizin Dr. Nidal Moughrabi. Er betreibt das „Institut für Coaching und medizinische Hypnose“ in Wien und Graz.

MYTHEN VERHINDERN DURCHBRUCH

Moughrabi bedauert, dass es viele Klischeebilder und Ammenmärchen zu Hypnose gibt. Zu diesen würden auch die aktuell wieder sehr beliebten Hypnose-shows beitragen, in denen es hauptsächlich um Unterhaltung auf einem niedrigen Niveau dreht. Es geht, wie Moughrabi betont, auf keinen Fall darum, Macht über eine Person auszuüben: „Ein zentrales Ziel ist die Unterstützung im Entdecken und in der bewussten Auseinandersetzung mit inneren Bildern.“ Eine Besonderheit der Hypnose ist, dass es sich dabei nicht um ein schematisches Entspannungsprogramm handelt, sondern für jeden Menschen eine individuelle Wirkungsweise entfaltet.

Durch den Trancezustand wird die Aufmerksamkeit des Patienten in eine spezifische

Richtung gelenkt. Diese Fokussierung ermöglicht neue Zugänge und neue Erkenntnisse. Für Menschen mit chronischen Schmerzen wird mit der Hypnose oft erstmals eine echte Entspannung möglich, alleine dies lindert bereits den Schmerz. In Bereichen wie der Raucherentwöhnung geht es stark um das Thema der individuellen Motivation: „Natürlich ist es nicht möglich, jemanden in der Hypnose quasi zu ‚befehlen‘, mit dem Rauchen aufzuhören und nachher ist alles vorbei.“ Es kann aber verstärkt werden, was an Motivation zum Aufhören schon da ist. Moughrabi sieht keine Gefahr, dass Mediziner, die Hypnose einsetzen, Grenzen überschreiten, in denen psychotherapeutische Behandlung oder eine psychiatrische Konsultation angesagt ist. Ein wichtiges Ziel ist es, die Selbstheilungskräfte des Patienten zu aktivieren und zu unterstützen.

AUSBILDUNG SCHON IM TURNUS MÖGLICH

Die Ausbildung zum Thema medizinische Hypnose wird von der „Österreichischen Gesellschaft für ärztliche und zahnärztliche Hypnose“ (ÖGZH) angeboten. Sie dauert mindestens ein Jahr, zusätzlich müssen Supervisionen absolviert werden. Es gibt in Österreich ein paar Hundert Mediziner, die eine entsprechende Qualifikation haben, teils arbeiten sie im Spitalsbereich „und setzen dort medizinische Hypnose als zusätzliches Tool ein.“ So etwa Prof. Dr. Henriette

Walter am AKH Wien. Sie ist auch in einem neuen Universitätslehrgang an der Medizinischen Universität Wien involviert (www.meduniwien.ac.at/hypnose), in dem Teilnehmer ab November in zwei Semestern Inhalt und Technik der Medizinischen Hypnose kennen- und einsetzen lernen. Ebenso im November startet in Wien zudem ein Universitätslehrgang für zahnmedizinische Hypnose.

Die Ausbildung bei der ÖGZH kann schon während des Turnus begonnen werden: „Hilfreich ist ein starkes Interesse an der Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit sowie das Bedürfnis, über den üblichen Tellerrand der Schulmedizin hinaus zu schauen. Auch wenn es vielleicht ein leider viel missbrauchtes Wort ist: Es geht um ein ganzheitliches Konzept, bei dem Zusammenhänge zwischen der psychischen und der physischen Ebene analysiert und aktiv bearbeitet werden“, erklärt Moughrabi.

Trotz etlicher gut abgesicherter wissenschaftlicher Ergebnisse ist die medizinische Hypnose in den Katalogen der Sozialversicherungen nicht enthalten. „Argumentiert wird nach wie vor mit einer unzureichenden Absicherung der Wirkung“, bedauert Moughrabi. Es gibt in Österreich einige Mediziner, die Hypnose auch in freier Praxis anbieten, diese haben aber immer auch weitere Standbeine wie etwa Coaching, Schmerzmedizin oder auch die Notfallmedizin. **(CFT) ■**