

Clemens R. Kaindlstorfer, Robert Gasser und Leopold Dorfer

DIE HYPNOAKUPUNKTUR UND IHR EINSATZ IN DER PRAXIS

HYPNOACUPUNCTURE AND ITS USE IN PRACTICE

Zusammenfassung

In diesem Überblicksartikel wird auf die Hintergründe der Hypnoakupunktur – die 5 Elemente (Wandlungsphasen) – eingegangen. Anhand dreier ausgewählter Krankheitsbilder wird dargelegt, wie die beiden großen Kerngebiete der Chinesischen Akupunktur und der medizinischen Hypnose ineinander greifen. Die Behandlungsgrundlage der Hypnoakupunktur bildet das traditionelle Pathologieverständnis der 5 Elemente und der Meridiane auf der einen Seite und die Metaphern und Suggestionen der Hypnose auf der anderen Seite.

Schlüsselwörter

Hypnoakupunktur, 5 Elemente, Hypnose, Akupunktur, Metaphern, Akupunkturpunkte, Meridiane

Summary

The aim of this article is to provide a background of Hypnoacupuncture. Based on the 5 elements (phases), the interaction of the two major core areas of Chinese acupuncture and medical hypnosis are shown in three selected medical conditions. It is mainly the traditional pathology understanding of the elements and meridians on the one hand and the metaphors and suggestions of hypnosis on the other side, which form the basis of Hypnoacupuncture treatment.

Keywords

Hypnoacupuncture, 5 elements, hypnosis, acupuncture, metaphors, acupuncture points, meridians

Einleitung

Hypnose und Akupunktur – die beiden Themen sind in der heutigen Zeit aktueller denn je und viele Patienten profitieren von diesen lang bewährten Methoden der Komplementärmedizin [1–4]. Die Hypnoakupunktur, als Kombination von medizinischer Hypnose und chinesischer Akupunktur, vereint nun wie eine Brücke zwei Uferzonen des lebendigen Flusses einer schonenden und ganzheitlichen Medizin. Auf die Einsatzgebiete dieser neuen Disziplin und auf ihre Möglichkeiten wurde bereits in einem Review eingegangen [5]. Der vorliegende Artikel beginnt nun mit den dichterischen und mystischen Bildern der 5-Elemente-Lehre und leitet im Folgenden in den direkten Praxiseinsatz der Hypnoakupunktur über. Die alte und ursprünglich daoistische Weisheit der 5-Elemente stellt sozusagen die Pfosten der Brücke zwischen Metaphern und Suggestionen der Hypnose auf der einen Uferseite und den Meridianen und Punkten der Akupunktur

auf der anderen Seite des Ufers dar. Die Theorie zu den 5 Elementen und Wandlungsphasen ist in Büchern ausführlich behandelt und die Hypnoakupunktur wurde bereits dargelegt [5–11]. Dadurch ergibt sich die Chance, direkt in drei bezeichnende Krankheitsbilder einzutauchen und ihren Kern aus der Sichtweise der Hypnoakupunktur zu erläutern. Diese drei Krankheitsbilder sind: Raucherentwöhnung, Ängste/Phobien und Schmerzen.

Methoden

Zuteilung von Element und Krankheitsbild

Das Prägende an der Hypnoakupunktur ist nicht etwa, dass es sich um eine einfache Kombinationstherapie und Zusammenlegung zweier alter und gut funktionierender Therapiesysteme handelt. Es geht vielmehr um das tiefere Verständnis und die Verknüpfung, welche hinter den beiden Behandlungskonzepten steht: Primär sind es die Wir-

kungen der Bilder, welche in Metaphern und Suggestionen angesprochen werden, und die ganzheitlichen Ansätze der 5 Wandlungsphasen der TCM, welche den Menschen in seine gesamte kosmische Umwelt einbetten [6, 7]. Die therapeutischen Schritte gestalten sich daher ebenfalls sehr individuell. Vereinfacht betrachtet kann aber aus praktischen Gründen eine Zuteilung von Krankheitsbild und Element im Sinne der Hypnoakupunktur gewählt werden: Raucherentwöhnung → **METALL**; Schmerzen → **HOLZ und/oder WASSER**; Angststörungen/Phobien → Nadelphobie (Akupunkturnadeln) → **WASSER** [10–12].

Aufbau einer Hypnoakupunktur

Der Hypnoakupunkteur/die Hypnoakupunkteurin wählt seinen/ihren Zugang immer patient/innenbezogen und individuell. Es gibt hier seitens der Hypnose direktere Induktionstechniken, ebenso wie langsamere und offenere Einführungen zur Tranceinduktion [13–15]. Des Weiteren können der Sprachstil und die Vorlieben des Hypnoakupunkteurs/der Hypnoakupunkteurin den Behandlungsablauf stark prägen. Um dennoch eine Struktur zu ermöglichen, konnte ein **10-Stufen-Schema** erstellt werden. Dieses besteht aus einer geeigneten TCM-Anamnese und Befunderhebung, einer Ressourcenerhebung für die medizinische Hypnose und einer Nadelung der geeigneten Akupunkturpunkte (entspricht einer Fokussierung von außen nach innen). Diesen Schritten folgt die Tranceeinleitung/die Induktion mit diversen Induktionstechniken, im Sinne der 5 Elemente, welche einen sicheren Ort, den so genannten „Safe Place“, ansteuern. Das passende TCM-Gedankengut der 5-Elemente und Meridiane kann anschließend zur Entfernung der Nadeln überleiten (= Tranceverstärker) und die eigentliche **TRANCEARBEIT** (Metaphern/Suggestionen) ermöglichen. Wichtig sind dann die Rückführung der Trance und ein abschließendes Austesten der Punkte (RAC).

Ergebnisse

Raucherentwöhnung

TCM: Das zugeordnete Element ist das **Metall**, da Rauchen im Körper unter anderem zu Trockenheit und/oder Schleim führt. Dieses Element zeichnet sich nach der TCM sehr vielfältig aus – dementsprechend können viele Zusammenhänge und Pathologien beschrieben werden. Es sind jedoch in erster Linie Lunge und Dickdarm betroffen, der Geruchssinn wird geschädigt, Haut und Haare altern rascher und die Emotion „Weinen“ steht im Vordergrund.

Der zugeordnete Meridian ist der Lungenmeridian [6–11]. **Punkte eines Akupunkturprogrammes** könnten zum Beispiel Dickdarm 4, Lunge 7, Herz 7, Kreislauf-Sexualität 6 und Lenkergesäß 20 sein [11, 12].

Hypnose: Zugeordnete **Metaphern** sind unter anderem ein Spaziergang von der Stadt in die Natur, die Vergangenheit in weite Ferne rücken lassen, eine Befreiung von Ankettung oder eine Wanderung auf einen Berg. Zudem kann von einem Wind der Veränderung gesprochen werden, der altes gegen neues Leben austauscht. Stellvertretergeschichten wie Probleme mit einem Raucherbein, Utilisieren von Erlebnissen und Geschichten, eine Reise in eine rauchfreie Kindheit, oder das Kartenspiel mit den Organen sind starke und wirksame Bilder [13–16].

Hypnoakupunktur: Nach Auswahl geeigneter Punkte und Vorbereitung des Patienten/der Patientin auf „sein/ihr“ Element kann die Induktion bereits spezifisch für das Element Metall erfolgen. Gewählt werden kann ein Wandern durch den Lungenmeridian, das Einströmen von Trockenheit oder auch ganz abstrakt eigene Bilder, welche sich auf das Metall beziehen. Nach der Entfernung der Nadeln, welche wie ein Tranceverstärker funktionieren, kann die eigentliche **Trancearbeit zum Thema Raucherentwöhnung** beginnen und geeignete Suggestionen wirken im Unbewussten. Derart verknüpft ergänzen sich die beiden Techniken nicht nur, sie potenzieren sich vielmehr gegenseitig und ein Impuls folgt auf den Nächsten [4, 5, 16].

Chronische/therapieresistente Schmerzen

TCM: Das zugeordnete Element ist entweder das **Wasser**, da Schmerzen im Körper unter anderem chronifizieren können und zu Kälte führen. Hier sind nun in erster Linie Niere und Blase betroffen und das Gehör (auch das „Hinhören“ auf den eigenen Körper) wird geschädigt. Es gibt den Ausdruck, dass Schmerz und Kälte in den Knochen sitzen. Dementsprechend hat das Element Wasser die Knochen als Körpergewebe. Die Emotion „Furcht“ steht im Vordergrund und äußert sich im Seufzen. Der zugeordnete Meridian ist der Nierenmeridian [6–11]. Die zweite Option der Schmerzen sind akute Schmerzen. Hier ist das Element **Holz** vordergründig zu beachten, da akute Schmerzen zu Wind/Tränen führen können. Betroffene Organe sind Leber und Gallenblase und das Sehen ist betroffen (ein „Verzerrt-Sehen“ der Realität unter Schmerzschüben). Das Körpergewebe des Holzes sind die Sehnen und die Emotion „Zorn“ äußert sich mit Geschrei. Der

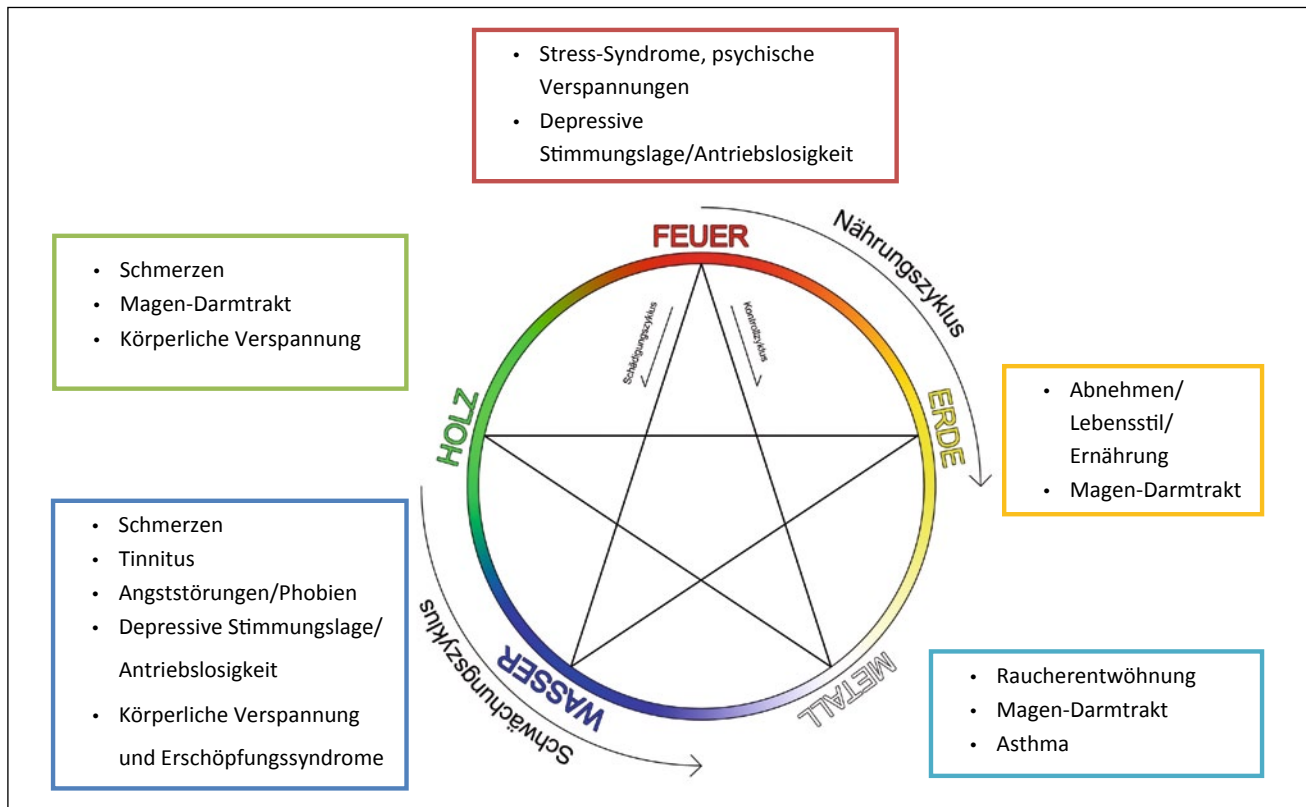


Abb. 1: Zuordnung weiterer Krankheitsbilder zu den 5 Wandlungsphasen
 Bildquelle frei modifiziert aus Wikipedia: <http://de.wikipedia.org/wiki/F%C3%BCnf-Elemente-Lehre#mediaviewer/File:5-Elemente.jpg>

zugeordnete Meridian ist der Lebermeridian [6–11]. **Punkte eines Akupunkturprogrammes** können bei akuten und chronischen Schmerzen sehr variieren. Dies hängt auch stark von der Lokalisation der Beschwerden und der aktiven Punkte ab – üblich sind unter anderem Meisterpunkte, Kardinalpunkte und lokale Punkte [8, 11, 12].

Hypnose: Zugeordnete **Metaphern** zum Thema der „Schmerzreduktion“ sind unter anderem das Verändern einer Farbskala von Rot zu Grün, oder die Variation eines schrillen, einschneidenden Tones, welcher sich allmählich zu einer eigenen Lebensmelodie verändert. Auch kann mit der Schmerzqualität gearbeitet werden: Diese kann sich von einem stark beeinträchtigenden Schmerz bis hin zu einem leichten Jucken verbessern. Oft ist auch das Erlernen spezieller Atemtechniken, welche dann unbewusst die Schmerzspitzen „weg-atmen“, ein wesentlicher Punkt in der Trance [13, 15].

Hypnoakupunktur: Das Vorgehen ist anschließend ähnlich den vorhergegangenen Beispielen: Die Induktion kann hier entweder spezifisch für das Element Wasser oder Holz erfolgen. Suggestionen entstehen und wirken bei der Wan-

derung durch den Nieren- oder Lebermeridian, durch eigene Bilder, welche sich auf Holz oder Wasser beziehen und zudem durch den Atemrhythmus der Patient/Innen. Nach der Entfernung der Nadeln, kann wiederum die eigentliche **Trancearbeit zum Thema Schmerzen** beginnen [1, 2, 5, 14].

Angststörungen/Phobien → Nadelphobie Akupunktur
TCM: Das zugeordnete Element ist hier das **Wasser**, da Ängste und Phobien innerlich frösteln lassen können – ein Aspekt des Wassers, welches als Witterung die Kälte besitzt. Hier sind nun ebenfalls, wie bei den Schmerzen, in erster Linie Niere und Blase betroffen und das Gehör (auch das „Hin-Hören“ auf den eigenen Körper) wird geschädigt. Nicht nur Schmerz und Kälte sitzen sprichwörtlich in den Knochen, auch die Angst hat im Sprachgebrauch dort ihren Platz gefunden. Der zugeordnete Meridian ist der Nierenmeridian [6–11]. **Punkte eines Akupunkturprogrammes** wären unter anderem Niere 3, Niere 6, Blase 23, Milz-Pankreas 6, Blase 13, Blase 14, Herz 7 und Kreislauf-Sexualität 4 [11, 12].

Hypnose: Zugeordnete **Metaphern** zu Ängsten und Phobien sind einerseits das Skizzieren einer beängstigenden Si-

tuation – wie in einem lächerlichen Comic, oder auch das „ins Kino gehen“ und derartig die Situation ganz passiv auf der Leinwand verfolgen lassen. Andererseits ist es wichtig in echten „Not-Situationen“ die Patienten anzufassen und eine direkte Sprache zu verwenden. Generell gilt hier, auf den „Safe-Place“ zu achten und eine entspannte Grundhaltung während der Therapie zu ermöglichen – zum Beispiel durch sanfte Musik. Bei Nadelphobie ist es wichtig, den Patienten/ die Patientin von Beginn an mit Trancesprache ruhig werden zu lassen und seine Aufmerksamkeit aufzuteilen, zwischen der äußeren und der inneren Welt [13–15].

Hypnoakupunktur: Hier bekommt die Induktion das eigentliche Augenmerk – einen guten Rapport und eine ruhige Situation zu schaffen ist praktisch die Grundvoraussetzung, vor allem bei Patient/Innen mit Nadelphobie. Zudem erfolgt die Tranceinduktion hier spezifisch für das Element Wasser. Suggestionen entstehen und wirken bei der Wanderung durch den Nierenmeridian, durch eigene Bilder, welche sich auf die Holz oder Wasser beziehen und zudem durch den Atemrhythmus der Patient/Innen. Nach der Entfernung der Nadeln, kann wiederum die eigentliche **Trancearbeit zum Thema** Ängste/Phobien beginnen [1, 14].

Weitere Krankheitsbilder

Neben den genannten Indikationen zur Hypnoakupunktur gibt es noch viele weitere Krankheitsbilder. Abbildung 1 zeigt

dazu eine leichte Adaption der 5 Wandlungsphasen und stellt in einer Zusammenfassung die Zuordnung der einzelnen Interventionsmöglichkeiten dar:

Diskussion

Abschließend an diese drei Krankheitsbilder kann nun zusammenfassend ein Ausblick auf die weitere Entwicklung der noch jungen Disziplin der Hypnoakupunktur erfolgen. In den Diplombildungen der OGKA wird im Dezember dieses Jahres der erste **Ausbildungslehrgang von Hypnoakupunkteur/Innen mit dem Diplom der Hypnoakupunktur** abschließen. Daran anschließend startet im **Jänner 2015** erneut der erste Teil dieses Kurses von insgesamt vier intensiven Wochenenden – dieses Mal in Salzburg. Es ist sehr kostbar, engagierte Akupunkteur/Innen für die ärztliche Hypnose zu begeistern und ihnen die Hypnoakupunktur als ganzheitliche Kombination lehren zu können. Weitere Arbeiten auf diesem spannenden Thema werden folgen. Nur so kann das oben Erwähnte auch lebendig werden und wir können unserem Patientengut ein starkes Tool zur Genesung an die Seite stellen. ■

Details zur Ausbildung auf Seite ... in OGKA-Aktuell dieses Hefts

Literatur

- [1] Abdeslahi SK, Hashemipour MA, Mesgarzadeh V, Shahidi Payam A and Halaj Monfared A.: Effect of hypnosis on induction of local anaesthesia, pain perception, control of haemorrhage and anxiety during extraction of third molars: a case-control study. *Journal of cranio-maxillo-facial surgery official publication of the European Association for Cranio-Maxillo-Facial Surgery* 2013; 41: 310–315.
- [2] Manyanga T, Froese M, Zarychanski R, et al.: Pain management with acupuncture in osteoarthritis: a systematic review and meta-analysis. *BMC complementary and alternative medicine* 2014; 14: 312.
- [3] Steyer TE and Ables A.: Complementary and alternative therapies for weight loss. *Primary care* 2009; 36: 395–406.
- [4] Tahiri M, Mottillo S, Joseph L, Pilote L and Eisenberg MJ.: Alternative smoking cessation aids: a meta-analysis of randomized controlled trials. *The American journal of medicine* 2012; 125: 576–584.
- [5] Kaindlstorfer C R, Gasser R, Dorfer L: Hypnose und Akupunktur – verbesserter Outcome durch die Kombination der beiden sich ergänzenden Therapien. In: *Zeitschrift für Akupunktur & Aurikulomedizin | ZAA Heft 4-13*, pp. 10ff.
- [6] Seefelder E: Die fünf Elemente: Die Wandlungsphasen – altes und neues Wissen. Orig.-Ausg., 1. Aufl. Darmstadt: Schirner, 2010.
- [7] Ploberger E: Die Fünf Wandlungsphasen: Pathologie: Lehrtafel in A4. 4. Aufl. Schiedlberg: BACOPA, 2010.
- [8] OGKA Graz.: Diplombkurs Körperakupunktur 1–3: Skriptum zum Diplombkurs Körperakupunktur. <http://ogka.at/ogka-downloads/categories/downloads-fuer-studenten/>.
- [9] Herzberg D.: *Gesund und Vital mit den Fünf Elementen: Das Grosse Praxisbuch*. 1. Aufl. Tutzing: BIO Ritter, 2007.
- [10] Hecker H, Peuker ET, Steveling A and Kluge H.: *Handbuch Traditionelle Chinesische Medizin: Umfassend und praxisnah: Akupunktur, Akupressur, 5-Elemente-Ernährung, Kräuter-Therapie, Moxibustion - Qi Gong, Tuina*. Köln: Anaconda, 2012.
- [11] Bahr F R, Dorfer L, Jost F, Litscher G, Suwanda S, Zeitler H: *Das große Buch der klassischen Akupunktur*. 2. Aufl. München: Elsevier, Urban & Fischer, 2014.

- [12] Focks C: Leitfaden Chinesische Medizin. 6. Aufl. Munich: Urban & Fischer, 2010.
- [13] Keil P: Ärztliche Hypnoseverfahren und Induktionstechniken: Ein Leitfaden für die Praxis. 1. Aufl. Wien: Verl.-Haus der Ärzte, 2012.
- [14] Erickson M H, Rossi E L: Hypnotherapie: Aufbau, Beispiele, Forschungen. 9. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta, 2008.
- Erweiterte ärztliche Kommunikation: Am Beispiel von Hypnose und NLP. 1. Aufl. Saarbrücken: AV Akademikerverlag, 2014.
- [15] Vom Turbocompound bis Notbremsassistent – so schlägt sich der Mercedes Actros 1863 im Profi-Test.
- [16] Hahnkamper B: Raucherentwöhnung mit Hypnose: [medizinische Hypnose]. 1. Aufl. Wien: Verl.-Haus der Ärzte, 2012.



Clemens R. Kaindlstorfer
 St. Peter-Hauptstraße 29/5/8
 A-8042 Graz
 0043 650 28 36 9 36
 E-Mail: clemens.kaindlstorfer@gmail.com



Robert Gasser
 Gaußgasse 4
 A-8010 Graz
 0043 316 385 12 5 44
 E-Mail: robert.gasser@klinikum-graz.at



Prof. Dr. med. Leopold Dorfer
 Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Kontrollierte Akupunktur und TCM (OGKA)
 Glacisstraße 7, A-8010 Graz
 Tel. +43 316/37 40 50
 E-Mail: office@ogka.at, Internet: www.ogka.at