

Hypnose plus Akupunktur

Schmerztherapie. Viele Patienten informieren sich über die Möglichkeiten der Schulmedizin hinaus über ihre individuellen Therapieoptionen. Die Hypnoakupunktur, eine Kombination zweier bewährter Methoden, verbindet wie eine Brücke zwei Uferzonen des lebendigen Flusses einer schonenden und ganzheitlichen Medizin. Dadurch ergibt sich die Chance, neue Wege in der Schmerzmedizin zu beschreiten.

Von C. Kaindlstorfer, K. Pakovits, R. Gasser und L. Dorfer

Dieser Artikel stellt eine Zusammenfassung dar, wie Hypnose und Akupunktur gemeinsam in der Schmerztherapie eingesetzt werden können. Für weitere Informationen und eine vertiefende Lektüre zu diesem Thema verweisen wir sehr gerne auf das neu erschienene Lehrbuch „Hypnoakupunktur“ (s. Buchtipp).

Hypnose in der Schmerztherapie

Für die Behandlung mittels ärztlicher Hypnose gibt es in der eigentlichen Trancearbeit zehn strategische Anknüpfungspunkte, die je nach Patientin/Patient sowie je nach deren/dessen Schmerzstadium/-ausprägung in der Trance angewendet werden können:

Durch Analgesie und Anästhesie wird das Vorhandensein schmerzveränderter/-vermindernder Gefühle wie beispielsweise Taubheit und Kälte suggeriert, welche die Schmerzwahrnehmung neu erlebbar werden lassen.

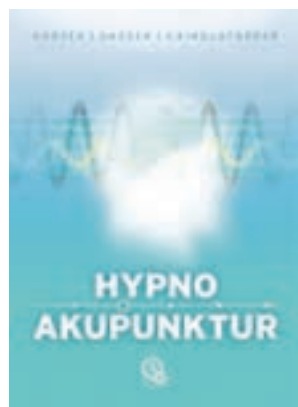
Die Verschiebung bewirkt eine Weiterleitung oder Aufteilung des Schmerzes an eine andere, weniger empfindliche Körperstelle, wo dieser besser ertragen werden kann, beziehungsweise als weniger einschränkend oder störend erlebt wird.

Eine Substitution und Umdeutung ersetzt den Schmerzreiz (bzw. einzelne Schmerzqualitäten) durch eine andere, besser verträglichere Empfindung wie beispielsweise ein leichtes Jucken/Brennen.

Das Ziel der Amnesie ist die psychisch aktive Schmerzkomponente: Schmerzepisoden können derart durch gezielte Trancebausteine in Vergessenheit geraten.

Die Partielle und/oder totale Dissoziation ermöglicht eine Umlenkung der Aufmerksamkeit, weg vom Schmerzort und hinein in ein eigenes Bild, während die Patientinnen und Patienten durch Zeitverzerrung schmerzfreie Phasen subjektiv verlängern, bzw. die Phasen der Schmerzen verkürzt erleben können.

Bei einer Altersregression erfolgt eine Rückversetzung in einen früheren, noch schmerzfreien und emotional positiv besetzten Lebensabschnitt, um derart für einen gewissen Zeitraum Linderung zu schaffen. Die Symbolische Transformation



Buchtipp

Dorfer / Gasser / Kaindlstorfer
Hypnoakupunktur
356 Seiten, Hardcover
Format 19,5 x 27 cm
ISBN 978-3-903102-02-6
www.medienverlag.at



Mit großer Freude stellen wir Ihnen eine neue Methode vor: Eine gute Kombination ist immer mehr als die Summe der Einzelteile!

fördert beispielsweise die Entwicklung eines eigenen Schmerzbildes: Formen und Farbe des Schmerzes werden in ein abstraktes Gedankenbild gepackt und dort verändert und dadurch gelindert.

Abschließend gibt es noch zum einen die Dissoziation, also die Trennung der Patientin/des Patienten vom Schmerzgeschehen, sodass diese nur passiver Teil des Geschehens sind und zum anderen die Assoziation: Genau gegenteilig zur Dissoziation wird bei der Assoziation die Patientin/der Patient den Schmerzen direkt gegenübergestellt. Mithilfe fokussierter Aufmerksamkeit kann so der Schmerz beschrieben und durch hypnotische Sprachmuster verändert werden.

Akupunktur in der Schmerztherapie

Die Fünf-Elemente-Lehre und das Konzept der Meridiane und der Akupunkturpunkte fassen die Schmerzpatientinnen/Schmerzpatienten in ein gesamtes und ganzheitliches Behandlungskonzept ein. Das zugehörige Element ist vor allem beim chronischen Schmerz entweder das Wasser, oder (und hier vor allem bei Schmerzspitzen) das Element Holz. Zugehörige Meridiane sind hier Niere/Blase und Leber/Gallenblase.

Folgende Krankheitssyndrome sind in der TCM als Differentialdiagnosen für Schmerzpatientinnen/Patienten relevant: Eine Qi-Stagnation mit Spannungsschmerzen ohne genaue Lokalisation wird von einer Blut-Stagnation mit einem scharfen und stechenden Schmerz fixer Lokalisation unterschieden. Bei Kälte ist ein krampfartiger Schmerz mit Kältegefühl beschrieben, welcher sich meist auf Wärme bessert. Bei Hitze entsteht ein brennendes Schmerzgefühl, welches sich in der Regel durch Kälte bessert.

Ein Fülle-Syndrom zeigt einen akuten, heftigen Schmerzreiz. Dieser ist scharfschneidend und Druck verschlechtert, während Bewegung eine Verbesserung bewirkt.

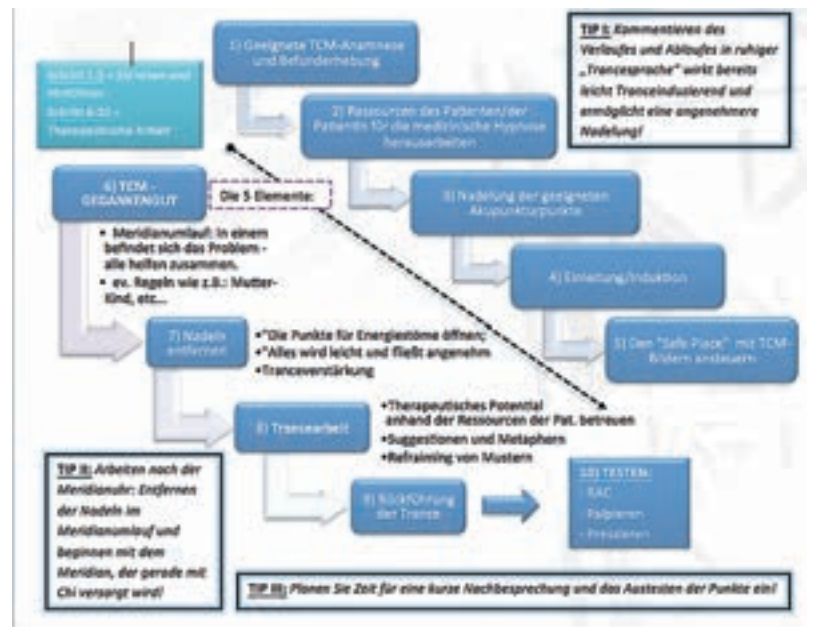
Ein Mangel-Syndrom beginnt schleichend, dumpf und ist beständig. Druck und Ruhe bessert diesen Schmerz. Bei Feuchtigkeit und Schleimretention ist dem Schmerz ein Schweregefühl zu eigen. Qi-Mangel, Blut-Mangel und Nieren-Yin-Mangel zeigen ein Leeregefühl, ähnlich einem Vakuum.

Die Hypnoakupunktur in der Schmerztherapie

In der Hypnoakupunktur wird nun direkt in einer Sitzung von 20 bis 45 Minuten die chinesische Akupunktur mit der ärztlichen Hypnose verknüpft. Abbildung 1 veranschaulicht die nötigen zehn Schritte, die hier gemeinsam mit Patientin/Patient gegangen werden. Über die TCM-Anamnese zur Art des Schmerzes und die Befunderhebung kann zugleich eine Ressourcenanalyse für die ärztliche Hypnose zum Thema Schmerzbewältigung erfolgen. Nach dem Nadeln der geeigneten Akupunkturpunkte erfolgt eine Induktionstechnik, hin zum „Safe-Place“ der Patientin/des Patienten.

Eine Induktion kann mittels TCM-Elementen erfolgen, und die Trance kann mithilfe einer Reise durch die Meridiane und Akupunkturpunkte vertieft werden.

Abb. 1 Die zehn Schritte der Hypnoakupunktur



In der Hypnoakupunktur wird in einer Sitzung von 20-45 Minuten die chinesische Akupunktur mit der ärztlichen Hypnose verknüpft.

© Clemens R. Kaindlstorfer

Abb. 2 Hypnotische Behandlungsmethoden



Die Entfernung der Akupunkturnadeln bewirkt eine Tranceverstärkung, sodass nun mit der eigentlichen Trancearbeit begonnen werden kann.

© Clemens R. Kaindlstorfer

Nach und nach können Metaphern/Suggestionen und TCM-Gedankengut in die Trance eingebaut werden und nach der nötigen Liegedauer der Nadeln können diese in Trance entfernt werden. Die Entfernung der Akupunkturnadeln bewirkt eine Tranceverstärkung, sodass nun mit der eigentlichen Trancearbeit begonnen werden kann (Abb. 2, „Hypnotische Behandlungsmethoden“). Nach der Trancearbeit ist die Rückführung aus der Trance sehr wichtig, um eine gute und tiefe Wirkung der Hypnose, sowie eine posthypnotische Amnesie zu erreichen. Als zehnten Schritt kann nun mittels RAC getestet werden, welcher Akupunkturpunkt (= VIP-Punkt, siehe Lehrbuch „Hypnoakupunktur“) nun durch die Hypnose neu aktiv geworden ist. Dieser Punkt kann dann der Patientin/dem Patienten zur Akupressur mitgegeben werden.

Fazit für die Praxis

Besonders chronische, therapieresistente Schmerzen haben durch

die Kombination dieser beiden starken Behandlungsmethoden das Potential zur Veränderung und Linderung. Die Hypnoakupunktur kann hier neue Wege für Schmerzpatientinnen/Patienten öffnen und ergänzend zu der schulmedizinischen Therapie die Patientinnen und Patienten ganzheitlich begleiten.

Mithilfe hypnotischer Techniken, kann die komplette Schmerzwahrnehmung der Patientinnen und Patienten verändert werden.

Die Akupunktur ergänzt dann diesen Prozess, indem einerseits körperliche, therapeutische Reize gesetzt werden und andererseits durch das zielgerichtete Einsetzen der Nadeln, sowie deren Entfernung, mit der Trance interagiert und diese gezielt verstärkt wird. ■

Korrespondenz:

Dr. Clemens R. Kaindlstorfer, Konventhospital Barmherzige Brüder Linz E-Mail: clemens.kaindlstorfer@gmail.com

Literatur bei den Verfassern