

HYPNOSE als Therapieform

„MAN MUSS ETWAS NEUES MACHEN, UM NEUES ZU SEHEN“

Die Worte von Georg Christoph Lichtenberg aus dem 18. Jahrhundert beschreiben sehr gut meine Einstellung !

Ich habe im Oktober 2003 mit dem Studium der „HYPNOSE und MEDIZINISCHE KOMMUNIKATION“ an der Universität Liechtenstein begonnen. Es ist eine Ausbildung, die sich an mehreren verlängerten Wochenenden bis Juni 2004 erstreckt.

Was ist Hypnose, korrekter: Hypnotherapie (=Schlaftherapie) und wozu kann man im Alltag eines Hausarztes die Hypnoseausbildung brauchen ?

Die Hypnose ist eine der ältesten Therapieformen überhaupt und hat wenig mit der Showhypnose in Discos gemeinsam. Es gibt Beweise, daß sich bereits die Sumerer vor 4000 Jahren dieser Therapieform bedienten und auch im alten Ägypten war Hypnose bekannt. Die Hypnoseausbildung, die ich jetzt lerne, wurde vom amerikanischen Arzt Miltaun H. Erickson an die moderne Medizin angepaßt und nennt sich „Hypnotherapie“.

Man hat festgestellt, daß es zwischen dem Wachzustand und dem Schlaf einen 3. Bewußtseinszustand - Trance genannt- gibt, in dem die körperlichen Funktionen herabgesetzt sind, während die geistigen Funktionen aktiviert sind. In diesem Zustand wird die Aufmerksamkeit des Patienten auf Muskelentspannung, Stressabbau, körperliche Erholung, Abbau von Ängsten und Verbesserung der Leistungsfähigkeit gelenkt. Die therapeutische Hypnose wird angewandt zur Schmerzlinderung bei Kopfschmerzen, Angst- und Panikattacken, Menstruationsbeschwerden, chronischen Schmerzen, zur Suchttherapie im Rahmen von Raucherentwöhnung und bei Essstörungen und Zahnbehandlungen .

Eine Voraussetzung für Hypnose ist das Vertrauen an den Hypnotiseur, daß dieser nur das Beste für den Patienten will. Kein Mensch kann hypnotisiert werden, wenn er es nicht selbst will ! Kein Mensch kann allerdings gesund werden, wenn er es nicht selbst will und wenn er dem Arzt nicht vertraut ! Die Hypnose ermöglicht es mir als Hypnotiseur, meinen Patienten positiv zu beeinflussen und in seinem Sinne zur Gesundung diverser Leiden beizutragen.

Ich bitte um Verständnis, daß ich an manchen Tagen die Ordination an meine Vertretungen Frau Dr. Eva Brennessel und Herrn Dr. Siegfried Zöhler übergebe, um mich für Sie in Liechtenstein in dieser sehr spannenden und äußerst wirksamen Therapieform weiterzubilden!

Ihre Hausärztin Dr. Martina Rinnhofer