

Z MEDICINSKO HIPNOZO NAD BOLEČINO

PRVA OPERACIJA V HIPNOZI V SLOVENIJI



V Sloveniji je bila pred kratkim uspešno opravljena prva operacija izključno pod hipnozo (hipnoanestezijo), brez kemične anestezije (lokalne ali splošne). Projekt smo izvedli v okviru raziskave in nikakor ne pomeni vsakodnevne prakse. Raziskava je potekala znotraj interdisciplinarne delovne skupine za klinično hipnozo.

Besedilo: Mitja Perat, terapevt medicinske hipnoze, direktor Inštituta za razvoj človeških virov

Z uspešno opravljeno prvo operacijo v hipnozi smo v slovensko zdravstvo vnesli nov mejnik in odprli možnosti poglobljenih raziskav, ki jim bo sledila uspešna in varna praksa.

Kako je potekal poseg

Interdisciplinarno delovno skupino za klinično hipnozo smo pod mojim vodstvom ustanovili na Inštitutu za razvoj človeških virov v sodelovanju z Univerzitetnim kliničnim centrom. Vodja omenjene raziskave je bil hkrati tudi pacient, to je bil zdravnik Matej Serdinšek, operiral ga je prof. dr. Uroš Ahčan, hipnoanestezijo in priprave nanjo pa sem izvedel Mitja Perat. Pred samim posegom sem z vodjo raziskave izvedel temeljito pripravo na operacijo. Najprej sem ugotavljal primernost pacienta za tako globoko hipnozo, kot je pri popolnem blokiranju bolečine pri operaciji potrebna. Po potrditvi ustreznosti pacienta za tak poseg sem izvedel pripravljalne seanse za operacijo in končno v sami operacijski dvorani neposredno pred posegom inducirala hipnoanestezijo. Poseg je bil opravljen brezhibno in povsem



Moč hipnoze je daleč najbolj opazna ravno pri tako izredni zmožnosti uma, da lahko povsem prepreči bolečino.

brez bolečin, kar smo ugotavljali tudi s posebnimi anesteziološkimi napravami, ki nemudoma zaznajo, ali človek doživlja bolečino, tudi če bi se jo trudil skrivati. Poleg odsotnosti bolečine sem pri pacientu vzpostavil poseben način doživljanja časa, fenomen časovne distorzije, tako da se je pacientu zdelo, da je bil poseg opravljen v nekaj sekundah.

Kaj je hipnoza

Ker je pojav hipnoze tako zelo kompleksen in večplasten, za zdaj še ni splošno sprejete znanstvene definicije, kaj je hipnoza. Hipnoza je vsekakor posebna oblika budnega stanja s povečano koncentracijo in absorpcijo v notranjem doživljanju ter povečano sugestibilnostjo. Hipnotski trans se vpelje s posebnimi postopki, ki omogočajo delo v hipnozi. Vsak hipnotski trans se varno konča, zato res ni razloga za skrb, da bi človek večno ostal v transu. Strahovi in predsodki glede hipnoze izhajajo tako iz nerazumevanja procesa kot popačenih predstav, ki si jih ljudje oblikujejo na podlagi dostopnih laičnih informacij (romanov, filmov ali nastopov odrske hipnoze). Medicinska hipnoza nima z nič skupnega zabavljaštvom. Medicinska hipnoza je v visoko razvitih državah že desetletja povsem sprejeta terapevtska praksa v psihologiji, psihoterapiji in medicini. Moč hipnoze je daleč najbolj opazna ravno pri tako izredni zmožnosti uma, da lahko povsem prepreči bolečino.

Možnosti zdravljenja z medicinsko hipnozo

Poleg za zdravljenje akutnih in koničnih bolečin se medicinska hipnoza uporablja še za zelo široko paleto telesnih in psihičnih težav. S hipnozo večamo samozaupanje, spomin in koncentracijo. Med drugim z medicinsko hipnozo uspešno obravnavamo anksioznost in fobije, vse vrste psihosomatskih bolezni,

potovalne slabosti in težave. Zelo pogosto se ženske odločajo za pripravo na porod ali umetno oploditev. Obstajajo raziskovalni članki, ki potrjujejo učinke hipnoze na večanje prsi. Obvladovanje stresa in učenje samoumiranja sta samo dva od postopkov, s katerimi učimo stranke samohipnoze. Britansko zdravniško združenje priporoča hipnozo kot eno najuspešnejših metod za opustitev kajenja, prav tako uspešna pa je tudi pri hujšanju. Hipnoza se uporablja tudi pri odpravljanju tako ženske kot moške spolne disfunkcije in nezmožnosti doživljanja orgazma. Zelo pogosto hipnozo uporabljajo vrhunski športniki in igralci, da bi izboljšali nadzor nad telesom in umom.

Za koga je primerno zdravljenje z medicinsko hipnozo

Za odpravljanje večine težav ni potrebna visoka stopnja hipnotizabilnosti, kar pomeni, da je več kot 80 odstotkov ljudi povsem primernih za zdravljenje z medicinsko hipnozo. Le redke kontraindikacije zahtevajo posebno stopnjo pazljivosti. Med te štejemo težja srčna obolenja, epilepsijo in psihoze. V hitrem tempu življenja se vse več ljudi odloča za obravnavo prav zaradi obvladovanja stresa in samoumiranja, saj se tako preventivno zaščitijo pred številnimi boleznimi in motnjami današnjega časa. Prav nobena meditacija, telovadba ali avtogeni trening se v intenzivnosti in globini prijetne izkušnje ne more kosati z mirom in energijo, ki jo prinese hipnotski trans.

80 %

Ljudi je povsem primernih za zdravljenje z medicinsko hipnozo.