

Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

## Hypnose und Hypnotherapie in der Psychoonkologie

Dr. Klaus Hönig

Leitung Konsiliar- und Liaisonpsychosomatik

Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Universitätsklinik Ulm

11. Forum Palliativmedizin – Das Lebensende gestalten | 10.11.2017 | Berlin

## Spektrum der Belastungsfaktoren

bei Patientinnen und Patienten mit einer Krebserkrankung

Krebserkrankungen sind durch eine Vielzahl von Belastungsfaktoren gekennzeichnet, die in allen Lebensbereichen auftreten, unterschiedlich gravierend sind und die Lebensqualität signifikant beeinflussen können.

### Belastungen durch den Krebs und Behandlung

invasive Behandlungen, Schmerzen, Fatigue, Invalidität, Behinderungen

### Familiäre Belastungen

Veränderung sozialer Rollen und Aufgaben, Veränderungen in sozialen Beziehungen



### Soziale, finanzielle und berufliche Belastungen

Aufgabe wichtiger sozialer und beruflicher Funktionen, neue Abhängigkeiten, Isolation

### Existenzielle und spirituelle Probleme

Konfrontation mit der Endlichkeit des eigenen Lebens, Suche nach Sinn, Erklärungen, neuen Lebenszielen

### Probleme des Versorgungssystems

Inadäquate Kommunikation, fehlende Information, entpersonalisierte Behandlung, Zeitmangel, fehlende Intimität

Mit freundlicher Genehmigung durch Professor A. Mehnert, Universität Leipzig

2

## Demotisch-magischer Papyrus (Leiden)

... frühe schriftliche Niederlegung von Tranceinduktionen

- In einigen Teilen geht er auf die Zeit um 1500 bis 1000 v. Chr. zurück
- Kolumne V sowie an anderen Stellen: Schriftliche Anleitung zur **Induktion von Trance** und zur **Selbsthypnose** mit Hilfe von (Fixationsmethoden)
- Vorhersagen über die Zukunft mit Hilfe eines Mediums („ein reiner Knabe“)
- Keine Erwähnung von Trance zur Heilung von Krankheiten



Aus dem 3. Jhrd. n. Chr.

3

## Tradition des Tempelschlafs

... im alten Ägypten und im antiken Griechenland

- **Therapeutischer Einsatz** von Hypnose um 500 v. Chr. (Serapis-Tempel, Memphis oder Isis-Tempeln entlang des Nils)
- 9-tägiger **Tempelschlaf**
  - Göttin Isis erscheint im Traum
  - stellt Diagnosen und gibt Behandlungsanweisungen
- Asklepios-Tempel z. B. in Epidaurus, Pergamon und Kos



Büste der Göttin Isis, Archäologisches Museum von Thessaloniki

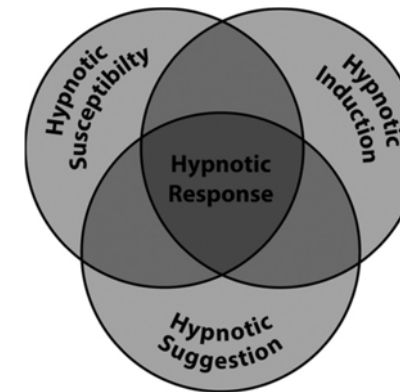
4

**Milton Erickson über die  
„Veränderung sensorisch-perzeptiver Funktionen  
– das Problem von Schmerz und Wohlbefinden“**

Hypnose ist im Grunde nichts anderes als die Vermittlung von **Gedanken** und **Erkenntnissen** an den Patienten in einer Weise, die gewährleistet, dass er für die dargebotenen Gedanken in höchstem Maße **empfänglich** und somit **motiviert** ist, seine eigenen **körperlichen Potentiale** für die Kontrolle seiner psychischen und physischen Reaktionen und Verhaltensweisen zu **explorieren**.

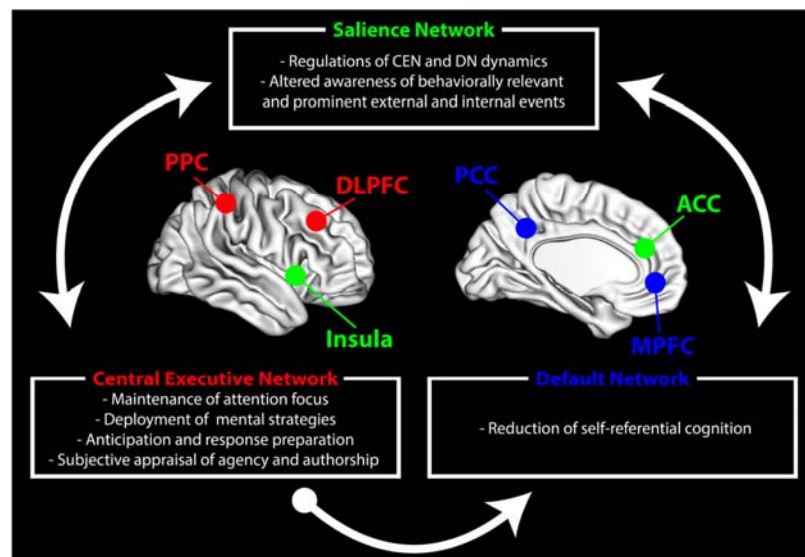
Erickson u. Rossi 1981, S. 128

**Zentrale Bestandteile einer hypnotischen Reaktion**



Landry et al 2017 Neurosci Biobehav Rev

**Neuronale Korrelate der Hypnose**



Landry et al 2017 Neurosci Biobehav Rev

Eine **Suggestion** besteht nicht darin, einen Menschen etwas glauben zu machen, was nicht wahr ist, sondern etwas wahr werden zu lassen, indem man ihn glauben lässt, dass es möglich ist.

## Trance-Erleben

Subjektive Veränderung	Therapeutische Nutzbarkeit
Einengung der Aufmerksamkeit	Fokussierung auf spezifische Erlebnismerkmale bei gleichzeitiger Ausfilterung irrelevanter /störender Aspekte
Veränderung der Körperwahrnehmung	Förderung des Erlebens von Leichtigkeit, Beweglichkeit, körperlich-emotionaler Größe
Trance-Logik	Toleranz gegenüber logischen Widersprüchen ermöglicht u. a. gleichzeitiges Vorliegen sich auf der bewussten Ebene ausschließender Erlebnisqualitäten
intensivere Vorstellungsaktivität	Verstärkung der körperlich-emotionalen Konsolidierung der imaginativen Erfahrungen durch gesteigertes Echtheitserleben und Erinnern zusätzlicher Details
veränderte Zeitwahrnehmung	Verkürzung (Verlängerung) der Dauer negativer (positiver) Erlebniszustände
Zunahme von Suggestibilität	Stärkere Wirksamkeit positiver Suggestionen
Verbesserung dissoziativen Erlebens	Abspaltung unerwünschter /leidvoller Erlebnisqualitäten (z. B. Schmerz, Ängste)
Erleichterter Zugang zu Gefühlen	Vertrauensvollere Annäherung an schwierige /angstbesetzte Herausforderungen; Aktivierung von Ressourcenerfahrungen; rascherer Abbau von Vermeidungsverhalten

Hönig (2017) Nervenheilkunde

9

K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

## Positive Wirkung von Suggestionen

Suggestionen beeinflussen	Parameter
Angst, Stress	Blutdruck, Puls, Arrhythmien, Sedierungsbedarf
Schmerz	Blutdruck, Puls, Sedierungsbedarf
autonome Funktionen	Peristaltik, Blasenentleerung, Würgen
verbesserte Toleranz	Tubus, künstliche Beatmung, Regionalanästhesie
Nebenwirkungen	PONV*, Schwellungen, Entzündungsreaktionen
Blutung	Intra- und post-operativ
Heilung	Wundheilung, Mobilisation, Krankenhausdauer
Allgemeinbefinden	Kooperativität, Zufriedenheit

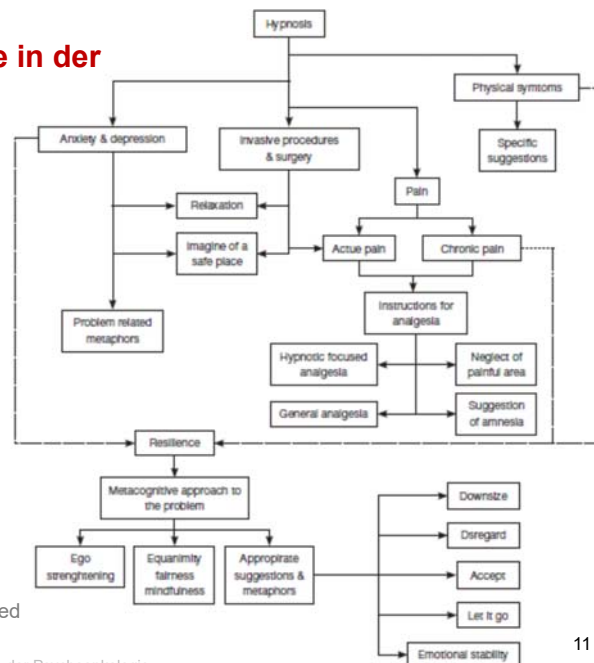
\*PONV = „postoperative nausea and vomiting“

Hansen E & Bejenke C Anästhesist 2010

10

K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

## Hypnose – Funktionen und Ziele in der Palliativmedizin



Facco et al 2017 Ann Palliat Med

K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

11

## Hypnose / Hypnotherapie

Nash MR, Barnier AJ. The Oxford Handbook of Hypnosis OUP, 2008

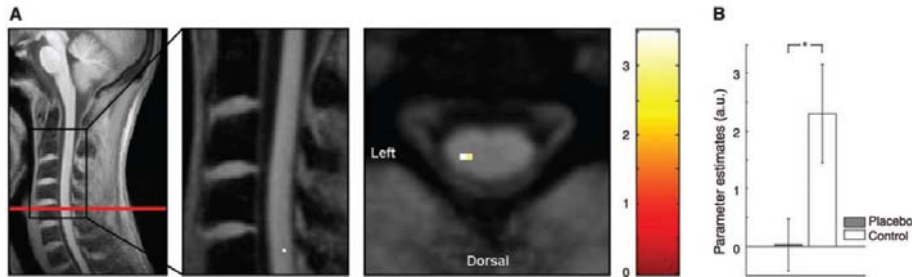
- Bewusstseinsveränderung in sozialer Interaktion (Kihlstrom JF. In The Oxford Handbook of Hypnosis. 2008)
- förderlich bei Distress / Unbehagen bei schwierigen mediz. Behandlungen (Spiegel D, Moore R. Oncology, 1997)
- verringert krebs-assoziierte Schmerzen (NIH technology assessment panel JAMA, 1996)
- reduziert erfolgreich antizipatorische Übelkeit bei Kindern und Erwachsenen (Zeltzer LK et al. Pediatrics, 1991; Morrow GR, Morrell C. N Engl J Med, 1982; Marchioro et al. Oncology, 2000)
- reduziert post-operative Übelkeit und Erbrechen (Faymonville ME, et al. Pain, 1997)
- verbessert Hitzewallungen (Elkins G, et al. J Clin Oncol, 2008)
- verbessert Anpassung an invasive med. Behandlungen (Montgomery GH et al. J Natl Cancer Inst, 2007)

K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

12

## Schmerz

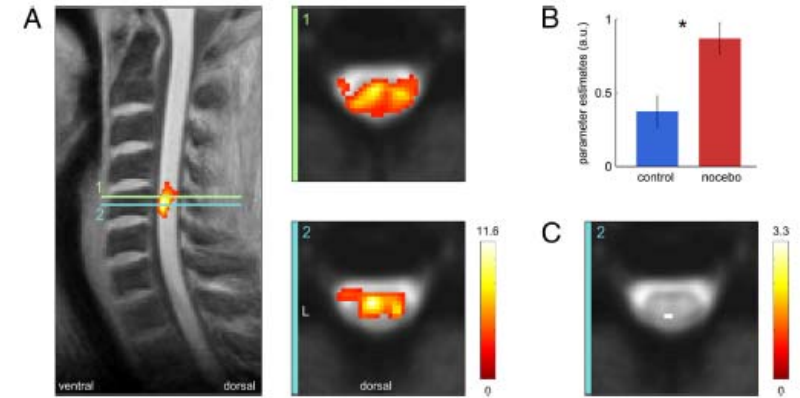
### Placebo-Reduktion schmerzbezogener BOLD-Antworten



- ✓ Psychologische Faktoren beeinflussen die Schmerzverarbeitung auf der frühesten Ebene des Nervensystems, dem dorsalen Horn des Rückenmarks (auf Höhe C6)
- ✓ Mechanismus der Placebo-Analgesie: Hemmung der Schmerzverarbeitung auf Rückenmarksniveau – möglicherweise vermittelt durch absteigende Signale i. S. einer "gate-control"

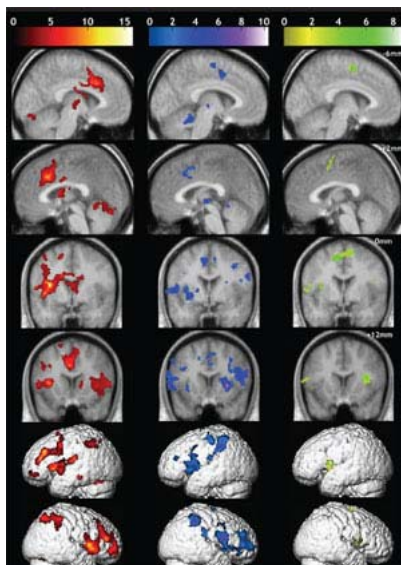
## Schmerz

### Hyperalgesie im Rückenmark



## Hypnotisch induzierter Schmerz vs. Vorstellung

### oberhalb des Rückenmarks

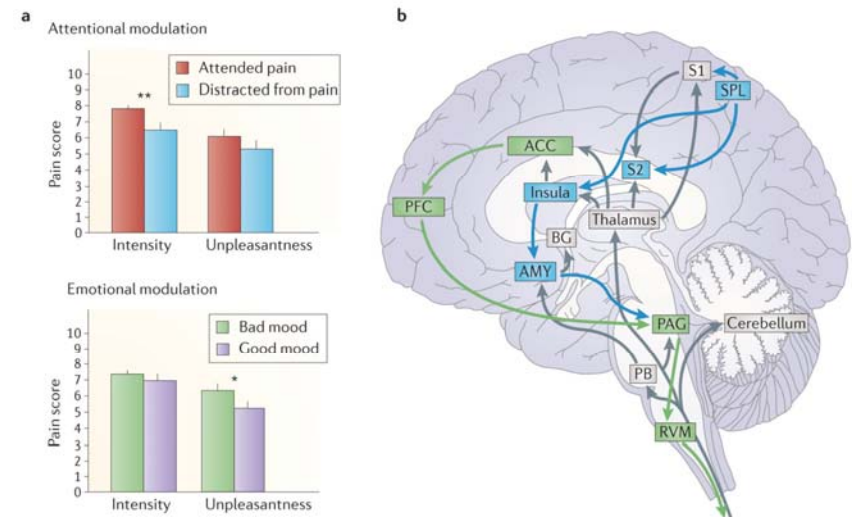


Schädigende (thermische) Stimulation, **hypnotische Suggestion** desselben Schmerzerlebnisses und einfache Vorstellung ohne Induktion:

- fMRT-Aktivitätshübe in ähnlichen Hirnbereichen (Thalamus, ACC, anteriore Insula, parietaler Cortex, PFC)
- Schmerzempfindung NUR bei tatsächlicher Schädigung (5,7) und bei hypnotischer Suggestion (2,8)

## Aufmerksamkeit und Emotionen

### ... modulieren Schmerzwahrnehmung über verschiedene Pfade

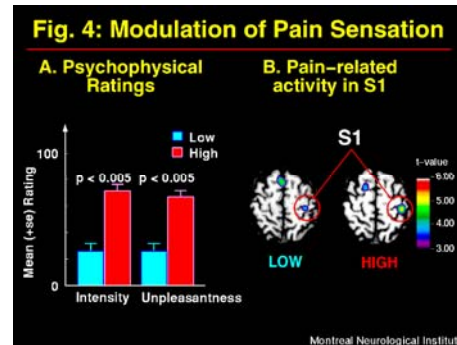


## Schmerz & Hypnose

### supraspinale Verarbeitungsorte

#### Somatosensorischer Kortex

- Ort, Intensität und Qualität der Empfindung
- Suggestionen zur Veränderung der Schmerzqualität / Ausdehnung



M. P. Jensen 2012  
Rainville et al 1997 Science

K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

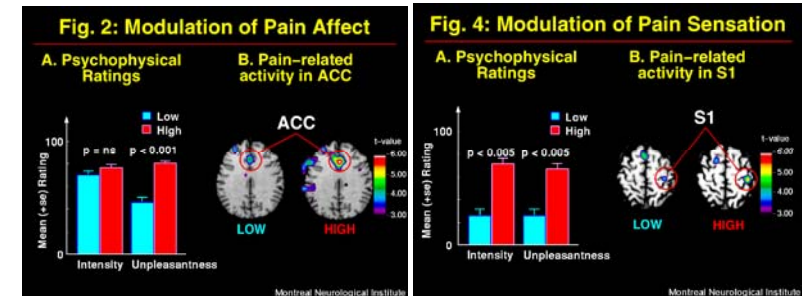
17

## Schmerz & Hypnose

### Selektive Modulation der affektiven Schmerzkomponente

#### ACC

- Emotionale Reaktion auf den Schmerz: Panik und gesteigertes Bedürfnis etwas dagegen zu tun



K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

Rainville et al 1997 Science  
Rainville P 2002 Curr Opin Neurobiol

18

## Hypnose in der Schmerzbehandlung

### Techniken und Strategien

- Suggestierte Anästhesie
  - Taubheit, Kühle;
  - Schmerz = harte, kantige Substanz im Gewebe, die durch Strahlen, Wärmeenergie dematerialisiert wird
- Dissoziation
  - „Verlassen“ des Körpers u. Erleben einer früheren positiv besetzten, schmerzfreien Episode
- Substitution
  - stechender Schmerz ersetzt durch weniger aversive Empfindung (Vibration, Druck)
- Verschiebung (in weniger störende Körperbereiche)
- Umdeutung (Schmerz als Signal / Freund / Schutz)
- Symbolisierung
  - aggressive Auseinandersetzung mit Symbol für Schmerz (z.B. Zertrümmern eines Felsbrockens)

K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

nach W. Bongartz 19

## Relevanz von Hypnose und Hypnotherapie für die Psychoonkologie

- ✓ hohe Problemtrance bei schwerkranken Menschen
  - Dämpfung psychophysiologischer Erregung
  - verbesserte Zugang durch hypno-systemische GF
  - ressourcenbasierte Nutzung der Tranceeignung
- ✓ vielfältige Belastungen, für die H/HT gute Wahl ist
  - Schmerzen
  - Nebenwirkungen (Übelkeit, Erbrechen)
  - belastende med. Behandlungen (Radiatio / Chemo / OP)
  - Panik, Ängste, Depression etc.
- ✓ akuter Mitbehandlungsbedarf bei Hier-und-Jetzt-Problemen
- ✓ Probleme des Versorgungssystems (Kommunikation / Partizipation)
- ✓ „Cancer survivorship“
  - ressourcenorientierte Unterstützung bei KH-Coping
  - Erhalt und Steigerung der Lebensqualität
  - Förderung von Salutogenese

K. Hönig, Hypnose / Hypnotherapie in der Psychoonkologie

20

## Macht der Worte in der Medizin

„Worte sind das mächtigste Werkzeug, über das ein Arzt verfügt. Worte können allerdings – wie ein zweiseitiges Schwert – sowohl tief verletzen, als auch heilen.“

Bernhard Lown. Die verlorene Kunst des Heilens. 2004;  
Kardiologe und Friedensnobelpreisträger

## Nocebo-Effekte der Behandler-Patient-Beziehung

- Hyperalgesie
- Allodynie
- Gesteigerte Ängstlichkeit
- Reduzierte Lebensqualität
- Geringere Behandlungstreue
- ...

Facco et al 2017 Ann Palliat Med

## Problem-Trance

Cheek DB 1962 Am J Clin Hypnosis

*Importance of recognizing that surgical patients behave as though hypnotized*

- Extremsituationen für Patienten (KH, OP, ICU, Palliativstation, Kreißsaal)  
→ Konfrontation mit Angst, Stress, Krankheit, Behinderung, Tod

- Natürliche Trance-Neigung angesichts existenzieller Bedrohung

Rossi EL. 20 Minuten Pause, 2007

- Trance: besonderer Bewusstseinszustand (bildhaftes > rationales Verständnis), verlangt besondere Kommunikationsform

Peter B. In: Revenstorf D, Peter B, 2015

- **Fokussierte Aufmerksamkeit:**

- Patient nimmt begierig auf, was er sieht / hört u. bezieht es auf sich

- **Stark erhöhte Suggestibilität**

Hansen E, Bejenke C. Anästhesist, 2010

- medizin. Milieu ist voller Suggestionen (oft auch unbedacht negativ!)

Bejenke C. In: Revenstorf D, Peter B, 2015

## Negative Effekte von Suggestionen

Nocebo-Effekte in klinischen Studien

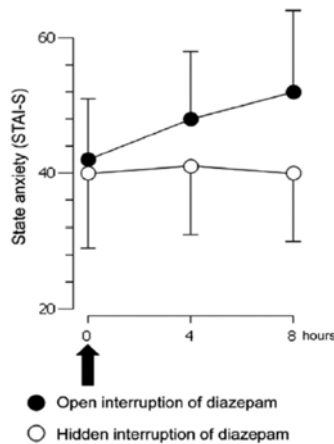
RCT: Finasterid bei benigner Prostatahyperplasie	107	Die verblindete Gabe von Finasterid führte zu einer signifikant höheren Rate von unerwünschten sexuellen Dysfunktionen (44 %) in der Gruppe, die über diese mögliche Nebenwirkung informiert worden war, im Vergleich zur Gruppe, die diese Information nicht erhielt (15 %)
RCT mit 50 mg Atenolol mit koronarer Herzerkrankung	96	Sexuelle Dysfunktion 3 % in der Gruppe, die keine Angaben über Medikament und Nebenwirkung erhielt, 16 % in der Gruppe, die Information über Medikament, nicht jedoch mögliche sexuelle Dysfunktion erhielt, 31 % in der Gruppe, die Information über Medikament und mögliche sexuelle Dysfunktion erhielt
RCT mit 100 mg Atenolol bei koronarer Herzerkrankung	114	Sexuelle Dysfunktion: 8 % in der Gruppe, die keine Angaben über Medikament und Nebenwirkung erhielt, 13 % in der Gruppe, die Information über Medikament, nicht jedoch mögliche sexuelle Dysfunktion erhielt, 32 % in der Gruppe, die Information über Medikament und mögliche sexuelle Dysfunktion erhielt

Häuser W, Hansen E, Enck P 2012 Dtsch Aerztebl

## Erwartung x Angst

Benedetti F et al (2007) Neuroscience (Review)

When words are painful: unraveling the mechanisms of the nocebo effect

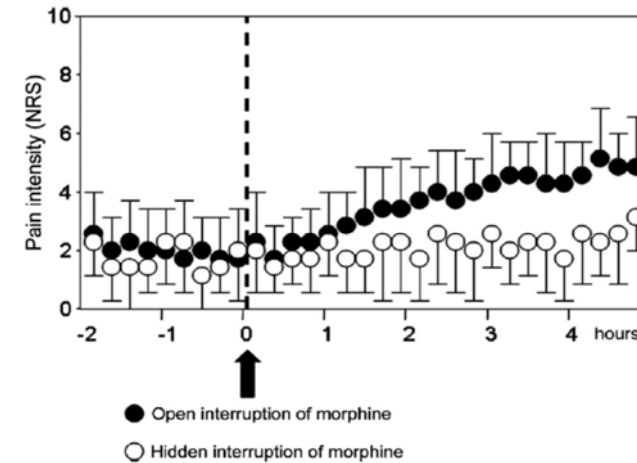


Daten aus: Benedetti et al. 2003 Prevent Treat

## Erwartung x Schmerz

Benedetti F et al (2007) Neuroscience (Review)

When words are painful: unraveling the mechanisms of the nocebo effect



Daten aus: Benedetti et al. 2003 Prevent Treat  
Colloca et al 2004 Lancet Neurol

## Negativsuggestionen



- Verneinung wirkt eher nicht, starke Bilder schon
  - „Sie brauchen keine Angst zu haben, das tut nicht sehr weh“
- Fachjargon und Doppeldeutigkeiten
  - Risikopatient oder Pain-Nurse
  - Bestrahlungstherapie „Ich bringe Sie jetzt in den Strahlenbunker.“
  - Narkoseeinleitung: „ich hol noch was aus dem Giftschränk“ (Tresor für Betäubungsmittel)
- direkte Negativsuggestionen
  - „das tut schon immer höllisch weh“
  - „Ist Ihnen übel, ist Ihnen wirklich nicht übel?“ (mit Spuckschale)
  - „Das wirkt totsicher.“
  - „Da müssen Sie aufpassen, dass Sie nicht eines Tage im Rollstuhl enden.“

Hansen E & Bejenke C Anästhesist 2010  
Hansen E Hypnose-ZHH 2010

## Negativsuggestionen



- Missverständnisse
  - „Wenn Sie erbrechen müssen, können Sie sich ja wieder rühren.“
  - „Dann machen wir Sie jetzt fertig.“
  - „Gleich ist alles vorbei!“
  - „Holen Sie noch einmal tief Luft.“
  - „Gib ihm den Rest ! (der Spritze)“
  - „Ich schau morgen noch einmal nach Ihnen, wenn Sie dann noch da sind.“ (Verlegung)
- falsch verstehen
  - „Ich schneid das jetzt mal durch“ (Faden)
  - „Der (Dr.) Sarek ist da, jetzt können wir anfangen!“

Hansen E & Bejenke C Anästhesist 2010  
Hansen E Hypnose-ZHH 2010

## Negativsuggestionen

Lang et al (2005) , *Can words hurt? Patient-provider interactions during invasive procedures*, Pain (n = 159)

Warnung vor schmerzhafter Manipulation mit negativen Wörtern („kleiner Stich“, „das tut jetzt weh“, „das kann ein bisschen brennen“)



Schmerz stärker / Angst größer

Mitfühlende Äußerungen nach schmerzhafter Manipulation mit negativen Wörtern („drückt es oder sticht es?“, „war das sehr schlimm?“, „haben Sie den Stich gemerkt?“)



Schmerz gleich / Angst größer

Hansen E & Bejenke C Anästhesist 2010  
Hansen E Hypnose-ZHH 2010



## Hypnosystemische Kommunikation 4 Grundsätze zur Reduktion von Belastungen

- ✓ Positive Suggestionen verwenden
- ✓ Negativsuggestionen minimieren
- ✓ Negativen Erwartungen vorbeugen
- ✓ Ressourcen aktivieren

## Vorteile hypnosystemischer Kommunikation

### Für die Patienten

- Verringerung von Angst, Stress, Schmerz, Nebenwirkungen
- Rückgewinnung von Selbstwirksamkeit, Kompetenz und Selbstverantwortung
- Möglichkeit zur Nutzung der eigenen Ressourcen für Stressbewältigung, Homöostase, Heilung

### Für Behandler

- Kreatives, kommunikatives Arbeiten
- Verbessertes Behandler-Patient-Verhältnis
- Steigerung der Behandlungstreue
- Reduktion von kompensatorischen Übersprungshandlungen durch verbesserte Patientenorientierung

Hansen E & Bejenke C Anästhesist 2010



Deutsche Gesellschaft  
für Hypnose und Hypnotherapie e.V.



ulm university universität  
uulm



Comprehensive Cancer Center  
Tumorzentrum Albstadt-Sigmaringen  
Ulm

## Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Dr. Klaus Hönig

Leitung: Konsiliar- und Liaisonpsychosomatik  
Psychoonkologische Ambulanz  
Psychosoziale Krebsberatungsstelle Ulm

Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
Universitätsklinik Ulm

