

„Die Weite in den Körper fließen lassen“

Begleitende hypnotherapeutische Behandlung eines Patienten mit Lähmungen (Tetraparese) nach Sepsis und Spinalabszess

Ein Fallbericht

Michael Teut

Zur Vorgeschichte

Herr B. (67 Jahre) bekam plötzlich Fieber und zunehmende Lähmungserscheinungen. Er stellte sich in der Notaufnahme einer Klinik vor und es entwickelte sich in Folge rasch eine Sepsis (Überschwemmung des Organismus mit Bakterien mit Zusammenbruch der Abwehrfunktion und Organversagen). Er fiel ins Koma und musste auf der Intensivstation beatmet und antibiotisch behandelt werden. Als Ursache wurde eine Eiteransammlung im Rückenmark (spinaler Staphylokokkenabszess) festgestellt. Nach einer Woche wurde dieser operativ entfernt. Herr B. wurde nach dem Erwachen mit einer Luftröhrenkanüle versorgt, mit einem Heimbeatmungsgerät ausgestattet und in die Frührehabilitation für beatmete Patienten verlegt. Dort erfolgten ein Training zum eigenständigen Atmen, Schlucken und Urinieren, die erste orale Nahrungsaufnahme und erste Sprechübungen mit einer Sprechmembran. Seitdem besteht eine schlaffe Tetraparese (Lähmung aller Extremitäten).

Aus dieser Zeit erinnert der Patient starke Gefühle von Ausgeliefertsein, Orientierungslosigkeit, Hilflosigkeit, Angst und depressiven Verstimmungen. Über dem Kreuzbein entwickelte sich eine offene Wunde (Dekubitalulkus) mit einer Besiedlung mit antibiotikaresistenten Keimen (MRSA), was eine zeitweise Isolierung erforderlich machte. Weil bzw. nachdem eigenständiges Atmen schließlich möglich wurde, erfolgte die Verlegung auf eine Rehabilitations-Normalstation, wo weiter geübt und trainiert wurde. Nach 5 Monaten gab es erste Anzeichen dafür, dass die Extremitäten motorisch angesprochen werden können; weiterhin lag jedoch eine schlaffe Lähmung (Parese) vor und Herr B. war vollständig pflegebedürftig.

Nach 9 Monaten stationärer Behandlung wurde Herr B. schließlich in die häusli-

Michael Teut

Hochschulambulanz für Naturheilkunde, Charité Universitätsmedizin Berlin

**„Die Weite in den Körper fließen lassen“
Begleitende hypnotherapeutische Behandlung eines Patienten mit Lähmungen
(Tetraparese) nach Sepsis und Spinalabszess. Ein Fallbericht**

Die unterstützende hypnotherapeutische Behandlung (22 Sitzungen über insgesamt 18 Monate) eines 67jährigen Patienten, der eine Lähmung beider Arme und Beine (Tetraparese) in Folge einer Staphylokokkensepsis mit Spinalabszess entwickelt hatte, wird dargestellt und diskutiert. Aus Sicht des Patienten war die hilfreichste und am häufigsten zu Hause, selbständig mittels Audioaufnahme praktizierte Hypnose die Red Balloon-Technik zur Lösung von Unruhe, Angst und Missempfindungen. Besonders wohltuend empfand er auch das Erlebnis von Trance an sich. Die wichtigste Therapiestrategie aus Sicht des Autors war das hypnotherapeutische Mentaltraining, in dem durch Wiedererinnern alter Bewegungserfahrungen Ressourcen aktiviert, verankert und in den motorischen Trainingsprozess integriert werden konnten. Eine hypnotherapeutische Unterstützung in der neurologischen Rehabilitation ist gemäß Erfahrung des Autors ein sinnvoller und wirksamer Therapieansatz, der weitere wissenschaftliche Untersuchung verdient.

Schlüsselwörter: Hypnotherapie, neurologische Rehabilitation, Lähmung, Tetraparese, Mentaltraining, motorische Imagination, Red Balloon-Technik, Aktiv-Wach-Hypnose

**„Let the vastness flow into the body“
Complementary hypnotherapy of a patient with paralysis (tetraparesis) after
sepsis and spinal abscess. A case report**

The supportive hypnotherapeutic treatment (22 sessions in 18 months) of a 67-year-old patient who developed a paralysis of the upper and lower extremities after a staphylococcal sepsis and a spinal abscess is presented and discussed. From the patient's point of view, the most helpful hypnosis and the one most often practiced at home (assisted by audiorecording) was the "Red Balloon" technique for resolving restlessness, anxiety and discomfort. The patient also found the experience of trance itself particularly beneficial. The most important therapeutic strategy from the author's point of view was hypnotherapeutic mental training, in which resources were activated, anchored and integrated into the motor training process by recalling old movement experiences. From the author's experience, hypnotherapeutic support in neurological rehabilitation is a useful and effective therapeutic approach that deserves further scientific investigation.

Keywords: hypnotherapy, neurological rehabilitation, paralysis, tetraparesis, mental training, motor imagination, red balloon technique, active alert hypnosis

Michael Teut, Dr. med.

Hochschulambulanz für Naturheilkunde, Charité Universitätsmedizin Berlin

Luisenstr. 17

10017 Berlin

michael.teut@chrite.de

che Pflege zu seiner Lebensgefährtin entlassen. Hier wird er seither von ihr und von ambulanten Pflegediensten versorgt. Die Mobilisierung mit einem Lift in den Rollstuhl gelang, ein Training mit dem Motomed (ein motorunterstütztes Ergometer) wurde hoffnungsvoll begonnen. Allerdings wuchs darunter das Dekubitalgeschwür und sein Zustand verschlechterte sich zunehmend – ein Rückschritt; auch die motorisch mühsam erarbeiteten Fähigkeiten wurden wieder weniger. Schließlich erfolgte die Krankenhauseinweisung zur chirurgischen Sanierung, da das Dekubitalgeschwür massiv zugenommen hatte. Ein künstlicher Darmausgang musste gelegt werden, um die Wunde zu entlasten. Mehrfach musste danach noch operiert werden, weil die Wunden wieder aufrissen und abgestorbenes Gewebe abgetragen werden musste. Herr B. zeigte zunehmend Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung, entwickelte eine Krankenhausphobie und seine Depression nahm stark zu. Nach 3 Monaten erfolgte dann wieder die Zurückverlegung nach Hause.

Wegen der schlecht heilenden Wunde war aber nun an eine Mobilisierung aus dem Bett nicht weiter zu denken. Zudem musste Herr B. wegen mehrerer Wundrevisionen zwischen zu Hause und dem Krankenhaus pendeln. Nach bereits zweieinhalb Jahren Leidensgeschichte trat dann auch noch eine eitrige Appendizitis (Blinddarmentzündung) mit einem Darmverschluss auf, die eine akute Bauchoperation nötig machte, und ein viertel Jahr später auch noch eine Blutvergiftung (Urosepsis) bei suprapubischem Dauerkatheter (direkte Ableitung des Harns aus der Blase in einen Beutel unter Umgehung der Harnröhre). Danach lehnte Herr B. jede weitere Krankenhausbehandlung ab. Er hatte einen Chirurgen gefunden, der ihn ambulant zu Hause weiterbetreute, durfte jedoch weiterhin nicht aus dem Bett mobilisiert werden und lag auf einer luftgefüllten Spezialmatratze. In dieser Situation kontaktiert mich die Partnerin des Patienten mit der Frage, ob ich Herrn B. mit Hypnose unterstützen könne.

Erstgespräch und Behandlungsziele

Zum Hausbesuch finde ich einen sehr freundlichen, aber depressiv gestimmten Herrn mit einer schlaffen Lähmung von Armen und Beinen (Tetraparese) in seinem Bett liegend vor. Rasch wird klar, dass er eine große Neugier mitbringt, wie eine Therapie mit Hypnose wohl aussieht. Da er 24 h im Bett liegt, sind – neben den anderen Beschwerden – Langeweile und fehlende intellektuelle Stimulation spürbar. Er hat früher als Geisteswissenschaftler gearbeitet, was ihm viel Freude bereitet hat. Aufgewachsen ist er auf einem kleinen Bauernhof in Norddeutschland. Er ist sozial gut versorgt, seine Partnerin kümmert sich rührend und es gibt viele Freunde, die häufig zu Besuch kommen und ihn unterstützen. Die Behandlungsziele, die vorrangig von ihm geäußert werden, sind: Reduktion von Ängsten und Unruhe und Schmerzlinderung im Bereich der Extremitäten, wo er Spannungen, Schwere und Schmerzen verspürt, sowie die Unterstützung bei der motorischen Rehabilitation. Insbesondere wünscht er sich, dass die Hände wieder mehr motorische Fähigkeiten entwickeln. Seine Beine sind vollständig gelähmt, beide Hände und Arme kann er gerade so gegen die Schwerkraft heben und

Fallbericht

leicht bewegen. Die Physiotherapeutin ist mehrfach wöchentlich da, aber wegen der Wunde an Gesäß und Rücken kann nur eine vorsichtige Mobilisierung im Bett erfolgen. Ihm ist besonders wichtig, dass seine Partnerin emotional entlastet wird, indem sich seine Stimmung und sein Allgemeinzustand verbessert. Als weitere Therapieziele erarbeiten wir sowohl eine Unterstützung der Wundheilung des Ulcus als auch eine Steigerung des Wohlbefindens und der Stimmung.

Therapieverlauf

1. Hypnose Sitzung (Woche 0): Wir beginnen nach der Induktion mit Augenfixation, atemsynchron von 10 bis 0 zählen, einer Vertiefung mit der Fahrstuhlsuggestion und mit dem klassischen „Ort des Wohlfühlens“. Er hat viele schöne Erinnerungen an seine Jugend auf dem Bauernhof und seine Reisen mit den Pfadfindern durch Skandinavien. Er genießt es, in Trance in einem See zu baden und sich vom Wasser tragen zu lassen. Nach der Reorientierung fühlt er sich wohl und leicht und ist sehr erstaunt, dass seine Ängste und Schmerzen verschwunden sind. Eine Audioaufnahme stelle ich zum weiteren Üben zu Hause zur Verfügung.

2. Hypnose-Sitzung (Woche 2): Die Übungen haben ihm gut getan, der wohltuende Effekt hält nach eigenständiger Übung etwa einen Tag an. Allerdings kam er nicht täglich zum Üben. Nach der Induktion durch Augenfixation und Zählen leite ich eine Altersregression an, bei der eine wohltuende und angenehme Bewegungserfahrung wiedererinnert und erlebt und so die motorische Rehabilitation unterstützt werden soll, insbesondere der Hände. Das gelingt ihm gut mit dem Wiedererleben von Schwimmen in der Trance. Er berichtet, dass er allerdings auch einen inneren Skeptiker habe, der ab und zu „hineinreden“ würde. Diesen Skeptiker wertschätze ich und vermittele, dass ein solcher innerer Skeptiker ja wichtig sei, damit man sich nicht auf einen zu schnellen Fortschritt einstelle, da die Regeneration von Nerven ja langsam stattfinde. Eine Audioaufnahme für die selbständigen Übungen wird bereitgestellt. Im Folgenden das Skript diese Übung zur motorischen Rehabilitation (vgl. Teut, 2018):

Seeding: Über Jahrhunderte galt es als wissenschaftlich akzeptiert, dass unser Gehirn, sobald es einmal im Erwachsenenalter angekommen ist, nicht mehr formbar ist, und dass weitgehend keine neuen Nerven-Verbindungen mehr in unserem Gehirn entstehen. Dies hielt sehr lange an, bis die Wissenschaftler einen erstaunlichen Prozess namens Neuroplastizität entdeckten. Neuroplastizität ist die Fähigkeit des Gehirns, sich den Umständen anzupassen, zu ändern und weiterzuentwickeln. Diese Fähigkeit führt auch dazu, dass unser Gehirn erstaunliche Selbstheilungskräfte entwickeln kann. Wir sind also in der Lage, durch Gedanken und Übung unsere Gehirnstruktur zu beeinflussen und zu formen. Das Gehirn kann sogar durch die Aktivierung bestimmter Bereiche an Volumen zunehmen und größer werden. Bei Patienten mit Gehirnverletzungen, wie z.B. dem Schlaganfall, bedeutet dies, dass andere Gehirnzellen die Aufgaben von verletzten Zellen übernehmen können und wir diesen Prozess durch Aktivierung unserer Selbstheilungskräfte unterstützen und fördern können. Wichtig ist

jedoch, dass wir den Nervenzellen die nötige Zeit dazu geben und sie durch Übungen und Vorstellungen aktivieren. Das Wiedererinnern und intensive Vorstellen von Fähigkeiten in Trance, die trainiert und geübt werden sollen, hilft dem Gehirn, diese Fähigkeiten neu zu erlernen und zu trainieren. In dieser Hypnose-Übung lernen Sie, durch das Wiedererinnern angenehmer und wohltuender Fähigkeiten die Selbstheilungskräfte ihres Nervensystems zu aktivieren und durch Anregung der Neuroplastizität Fähigkeiten wieder zu erlernen und zu intensivieren. Dazu möchte ich Sie bitten, es sich auf Ihre Weise, dort wo Sie jetzt sind, bequem zu machen, so dass sie mir in die Trance folgen können ...

Induktion: Bitte suchen Sie sich einen Punkt auf Augenhöhe, auf den Sie Ihren Blick fest richten können. Und während Ihr Blick fest auf diesen Punkt gerichtet ist, dürfen Sie sich von Ihrer Atmung, dem Ein- und Ausatmen, ganz allmählich in einen angenehmen Zustand der Trance tragen lassen. Mit dem rhythmischen Wechsel zwischen Ein- ... und Aus- ... und Einatmen und Ausatmen ... (usw.) ... Immer tiefer ... sich treiben ... tragen ... lassen in die Trance Und vielleicht bemerken Sie, während Ihr Organismus umschaltet von außen nach innen, wie ganz allmählich die Augen müde und schwer werden, die Augenlider sich schließen möchten, der Blick in der Peripherie verschwimmt. Und das ist ein positives Zeichen, das zeigt, dass Sie ganz allmählich, tiefer und tiefer, in den Zustand der Trance getragen werden ... Und dann dürfen Sie, wohltuend wie es ist, den Augen nachgeben und die Augen einfach schließen ... und genießen, wie angenehm sich das anfühlt, wenn die Augen geschlossen sind, und die Entspannung sich, von den Augen ausgehend, im Gesicht ausbreitet. ... Und während Sie immer tiefer in die Trance sich tragen lassen, darf ein Teil von Ihnen meiner Stimme zuhören, die gleich von 10 nach 0 zählen wird, mit jedem Atemzug eine Zahl tiefer, und dabei dürfen Sie, mit jeder Zahl, mit jedem Atemzug, noch tiefer in die Trance sinken, genau so ... und ich beginne mit 10 ... 9 ... 8 ... 7 ... 6 ... 5 ... 4 ... 3 ... 2 ... 1 ... 0. Wunderbar. Erlauben Sie sich jetzt, eine Weile diese Trance einfach zu genießen ... [Pause].

Spezifische Suggestionen: In der nun folgenden Übung nutzen Sie positive Erinnerungen von früher, um heute zu lernen. Die meisten Menschen erinnern sich an positive Erfahrungen in der Vergangenheit. Insbesondere das Körpergedächtnis erinnert sich. In dieser Übung nutzen diese gespeicherten angenehmen Erfahrungen und Erinnerungen, um die Neuroplastizität, die Selbstheilung anzuregen, und diese Fähigkeiten jetzt zu trainieren.

Erlauben Sie sich also, sich zu erinnern, Bilder, Empfindungen und Erfahrungen aus dem Körpergedächtnis aufsteigen zu lassen, an eine Zeit, einen Ort, einen Moment, in dem es Ihnen richtig gut ging. Eine Zeit, in der Sie die Fähigkeiten, die Sie jetzt trainieren möchten, so richtig genossen haben. Erlauben Sie sich, sich von ihrer Erinnerung tragen, treiben zu lassen. Ich bin schon neugierig, welche Erinnerungen da in Ihnen aufsteigen. Angenehme Erinnerungen, von [Fähigkeit], wo sie [Fähigkeit] so richtig genossen haben. Genauso. Lassen Sie sich dabei so viel Zeit, wie Sie benötigen!

Fallbericht

Ich weiß natürlich nicht, welche hilfreiche Erinnerung Ihr Gedächtnis Ihnen zeigt, aber ich möchte Sie einladen, diese Erinnerung mit allen Sinnen, hier und jetzt, erneut zu erfahren ... zu genießen ... Und auf diese Weise die heilsame Lernerfahrung, die daraus für Ihr Gehirn und Körpergedächtnis hervorgeht, zu nutzen, Neuroplastizität anzuregen.

Schauen Sie einfach, welche Fähigkeit das bei Ihnen ist und wie sich das dort jetzt anfühlt. Erlauben Sie dem Unbewussten, der Intelligenz Ihres Körpers, sich zu erinnern und schauen Sie einfach zu, fühlen Sie, welche Bilder, Empfindungen, Emotionen, Fähigkeiten da auftauchen. Erlauben Sie, sich zu erinnern. Wie war das ... wo waren Sie ... wie hat es sich angefühlt ... Reisen Sie zu einer positiven Erfahrung in die Vergangenheit ... genau so!

Und jetzt genießen Sie diese körperliche Erfahrung. Wie fühlt sich das in Ihrem Körper an, welche Empfindungen haben Sie dort? Wo in Ihrem Körper spüren Sie diese Erfahrung wohl am intensivsten? Genießen Sie es! Und erlauben Sie sich dann, dass diese Erfahrung sich ausbreitet, mit jedem Atemzug sich ausbreitet, sie trägt. Genau so!

Und jetzt können Sie auch einmal schauen, wie sich das in [betroffene/n/r Körperbereich/e] anfühlt. Richtig. Erlauben Sie sich, diese [Fähigkeit] einfach kommen und gehen zu lassen, ganz automatisch und von selbst. Einfach zuschauen und fühlen, wie das ist. Sich davon tragen lassen.

Wenn Sie möchten, können Sie auch experimentieren und einmal diese Erfahrung langsamer ablaufen lassen, so wie in Zeitlupe ... wie fühlt sich das jetzt an? Und wenn Sie [Fähigkeit] einmal unterbrechen und dann langsam und etappenweise weiter durchführen, wie fühlt sich das an? ... Und wenn Sie dann diese Erfahrung wieder schneller ablaufen lassen, wie fühlt sich das jetzt in [Körperregion] an?

Und während Sie das ganz selbstverständlich tun, verankert das Gedächtnis Ihres Körpers diese Erfahrung, diese [Fähigkeit] ganz tief in ihrem Nervensystem. So dass Ihr [Körperbereich] ganz von selbst, automatisch, von dieser Erfahrung lernt. Und Ihre Nervenzellen sich neu verbinden können, wachsen können, neue Verbindungen herstellen. Neuroplastizität. Diese Erfahrung wird abgespeichert.

Wunderbar. Und während Sie diese Erfahrung, diese Empfindung von [Fähigkeit] in Ihrem Körper genießen, können Sie nun auch einmal Ihre Aufmerksamkeit auf die inneren Bilder richten, die mit dieser Erfahrung einhergehen. Genießen Sie diese Eindrücke und Bilder von [Fähigkeit]. Erlauben Sie sich, die Bilder, die Farben, die Formen zu genießen, die Sie sehen können.

Genau so! ... Wunderbar ... Und dann – gibt es dort auch Geräusche – oder vielleicht auch Stille, die Sie genießen können? Welche Geräusche sind das? Nehmen Sie sie wahr ... Erlauben Sie sich, die Geräusche zu genießen ... Gibt es vielleicht auch angenehme Gerüche, die zu dieser Erfahrung gehören? Erlauben Sie sich, die Gerüche zu genießen ... Einen angenehmen Geschmack? Erlauben Sie sich, den Geschmack zu genießen. ... Und jetzt, während sie genießen, erlauben Sie Ihrem

Körpergedächtnis, ganz von selbst und automatisch, während Sie die Erfahrung genießen, zu lernen.

Und je häufiger Sie diese Übung, diese Erfahrung für sich wiederholen, desto einfacher und selbstverständlicher wird Ihnen diese Aktivierung von [Fähigkeit] gelingen. Und Sie werden zunehmend mehr Kontrolle über diese Fähigkeit entwickeln. Viele Menschen machen früher oder später die Erfahrung, dass sich in [betroffene Körperregion] etwas regt, etwas bewegt, etwas verändert, etwas in Fluss kommt. Das ist ein gutes Zeichen, weil es zeigt, dass sich dort etwas ändert, die Nerven und Muskeln angesprochen werden. Beobachten Sie es geduldig, und lassen Sie es geschehen, in seinem Tempo, auf seine Art weiß Ihr Körper, was gut für ihn ist. Auf welche Weise bemerken Sie wohl diese Änderungen und wie werden sich diese für Sie auswirken? Was wird sich dadurch wohl verändern?

Und Sie können immer wieder, dann wenn es für Sie passt, in der Trance, in der Selbsthypnose, aber auch im Wachbewusstsein, auf diese Erinnerungen, diese Ressourcen zurückgreifen, sie nutzen. Nach einer Weile der Übung ist es bei vielen Menschen sogar so, dass die Erinnerungen automatisch hervorgerufen werden, wenn Sie Ihre Aufmerksamkeit auf [Körperregion] richten, und Sie sich davon tragen lassen dürfen. Erlauben Sie sich nun, diese Erfahrungen einfach noch einmal einige Atemzüge lang zu genießen. Was wird sich durch diese Übung in den nächsten Tagen und Wochen bei Ihnen wohl verändern?

Reorientierung: Um dann, ganz allmählich und auf Ihre Art und Weise, mit all den hilfreichen Erfahrungen und Empfindungen wieder hierher zurück kehren, frisch und wach, während ich von 0 nach 10 zähle, um mit jeder Zahl etwas wacher zu werden, um bei 10 frisch, wach und erholt, mit all den positiven Erfahrungen und Erkenntnissen, mit allem, was Sie gelernt haben, wieder hier an diesem Ort, in diesem Raum, in dieser Zeit anzukommen und die Augen zu öffnen ... 0 ... 1 ... 2 ... 3 ... 4 ... 5 ... 6 ... 7 ... 8 ... 9 ... 10 und frisch und erholt jetzt aufzuwachen.

3. Hypnose-Sitzung (Woche 3): Das Schwimmen als Ressource wurde in seinen eignen Übungen kompliziert, weil er sich erinnert, dass er im Koma erlebt hat, dass er in einem Behälter eingeschlossen war, schwimmt und schwimmt und nicht herausfindet. Wir schauen uns nun dieses Erlebnis in der Trance dissoziiert (Bildschirmtechnik) noch einmal an. Er findet als Lösung, dass seine Partnerin ihn befreit, indem sie die Schale mit einer Schere aufschneidet. Das fühlt sich gut an und er ist erleichtert. Im Anschluss suchen wir einen (neuen) Ort des Wohlfühlens. Er erlebt sich in der Trance auf einer Reise in Nordskandinavien, die er im Jugendalter mit den Pfadfindern gemacht hat, zeitlos, in der Mitternachtssonne. Das wirkt sehr leicht und befreiend auf ihn. Hiervon wird eine Audioaufnahme bereitgestellt zum Üben.

4. Hypnose Sitzung (Woche 5): Die Übungen helfen, sagt er, er wüsche sich aber eine Übung zur raschen emotionalen Entlastung bei Unruhe und Angst. Es erfolgt eine Übung zur Selbsthypnose, angelehnt an die „Red Balloon“ Technik (Walsh, 1976) und vereinfacht. Bei dieser Übung werden belastende Symptome (Affekte,

Fallbericht

Gedanken, Schmerzen, was auch immer) als Blasen oder Ballons „abgeatmet“. Die entsprechende Suggestion ist: „... und dann erlauben Sie sich, mit jedem Ausatmen, die belastenden Gedanken, Gefühle oder Beschwerden abzuatmen ... und lassen sie davonfliegen, wie Blasen, Seifenblasen oder Ballons, in den weiten Raum hinein ... und spüren, wie angenehm sich das anfühlt, wenn sie damit immer leichter, freier, ruhiger (anderer Begriff) werden ... mit jedem Ausatmen ... wie es für Sie richtig ist ... so lange, wie es nötig ist und gut tut ...“

Damit kommt Herr B. sehr gut zurecht und fühlt sich freier und leichter. Eine Audioaufnahme wird bereit gestellt.

5. Hypnose (Woche 6): Die Ballon-Übung schafft ihm die größte Befreiung und er kann sie sehr gut anwenden, um zur Ruhe zu kommen, die Ängste zu reduzieren und Schwere und Spannung in den Extremitäten zu lösen. Er will das Wohlbefinden noch weiter verstärken und wir arbeiten damit, im Körper positive Empfindungen zu suchen und diese mit dem Atmen zu verstärken. Er identifiziert angenehme Empfindungen im Kopfbereich. Diese Übung dient dazu, das Bewusstsein wieder auf positive (Teil-) Empfindungen zu richten und negative körperliche Empfindungen in den Hintergrund rücken zu lassen. Mit dieser Richtung der Aufmerksamkeit auf Positives kann man das „Schmerzgedächtnis“ modifizieren.

Skript: „Und dann erlauben Sie sich, einmal Regionen im Körper aufzusuchen, die sich angenehm anfühlen ... vielleicht warm, oder kühl, oder auch einfach nur neutral, ohne Empfindung ... und erlauben sich einfach einmal, diese Empfindungen wahrzunehmen und zu genießen. Und es wird Sie überraschen, dass es bei den meisten Menschen Stellen gibt ... an die sie vielleicht gar nicht denken ... die sich angenehm, normal, gut anfühlen ... vielleicht kleine ... oder größere Stellen ... schauen Sie sie einfach einmal an ... und können die angenehmen Empfindungen mit dem Atem genießen, stärker werden lassen, vielleicht sogar sich ausbreiten lassen? ... Und je häufiger Sie das tun ... für längere oder auch kürzere Zeit ... desto mehr wird sich das Bewusstsein daran gewöhnen, auch wieder angenehme Empfindungen zu genießen ... normal zu finden ... und alles andere einfach einmal in den Hintergrund zurücktreten zu lassen ... vergessen lassen zu dürfen ... wie es für Sie eben gut ist ...“

Die Stärke der angenehmen Empfindungen lässt sich dabei auch therapeutisch skalieren: „Und dann schauen Sie einmal, auf einer Skala des Wohlbefindens, wobei 0 minimales und 10 maximales Wohlbefinden bedeutet, wie sich das da, jetzt, an dieser Stelle mit den angenehmen Empfindungen, anfühlt, wo Sie da sind, zwischen 0 und 10, auf der Skala des Wohlbefindens?“

6. Hypnose (Woche 9): Eine Mobilisierung aus dem Bett soll nun wieder erfolgen. Der Chirurg hat wegen guter Wundheilung sein OK gegeben, so dass die Physiotherapeutin mit ihm auf dem Motomed trainieren kann und er in den Rollstuhl kann. Insgesamt ist die Stimmung deutlich besser und die Ängste sind reduziert, die Motorik der Hände hat sich sehr deutlich verbessert, und er kann mit den Fingern deutlich mehr und gezielter agieren. Wir führen ein Mentaltraining durch und simulieren in

Trance den Ablauf der geplanten Mobilisierung mit dem Lift in den Rollstuhl in kurzen 5 Minuten Trancen. Die Suggestionen sind dreischrittig. „Aktivierung“: Der Patient stellt sich vor, wie er die Aktivität durchführt. „Entspannung“: Er genießt im Anschluss den Erfolg und kommt zur Ruhe, und schließlich die „Integration“: Die Lernerfahrungen werden verinnerlicht und in das Körpergedächtnis integriert. Diese 5 Minuten-Trancen üben wir mehrfach hintereinander und nehmen sie auch auf eine Audiodatei zum Üben auf.

7. Hypnose (Woche 12): Die Kurztrancen haben sehr gut geholfen. Herr B. wurde erfolgreich aus dem Bett in den Rollstuhl geliftet und die Physiotherapeutin hat wieder mit Übungsbehandlungen im Sitzen begonnen. Die Stimmung und das Wohlbefinden sind weiter vergleichsweise gut. Wir üben das Mentaltraining „Aktivierung - Entspannung - Integration“ weiter. Dabei möchte Herr B. nun eine deutlich längere Induktion; wir nutzen dazu die Augenfixation und Zähltechnik.

8. Hypnose (Monat 4): Durch die zunehmende Mobilisierung und motorische Aktivierung haben Missempfindungen und Spannungen in den Beinen zugenommen. Um damit besser umgehen zu können, machen wir eine ressourcenaktivierende Trance. Schlüsselressourcen für Herrn B. sind innere Gelassenheit und Trance, Symbol dafür ein Zen-Mönch. In der Trance verbindet sich Herr B. mit innerer Ruhe und Gelassenheit und schlüpft in den Zen-Mönch, was ihn sehr gut zur Ruhe kommen lässt. Eine Audiodatei zum Üben wird bereit gestellt.

9. Hypnose (Monat 5): Herr B. möchte einfach noch mehr die Trance genießen. Ich leite eine „tiefe Trance“ an mit Augenfixation, 3 x Augenschließen und Öffnen (fraktionierte Induktion), Ballon Technik, Zählen von 100 nach 95 und dabei tiefer in Trance gehen und Zahlen vergessen lassen, tiefe Trance genießen, Suggestion: „Das Bewusstsein schweigt, das Unbewusste wirkt.“ Die tiefe Trance mit Teilamnesie wird als sehr erfrischend und wohltuend erlebt.

10. Hypnose (Monat 5): Als Unterstützung für das Motomed-Training führen wir eine Aktiv-Wach-Hypnose durch. Die motorunterstützte Bewegungstherapie ist in Deutschland von den gesetzlichen Krankenkassen als Hilfsmittel anerkannt. Dabei wird die Bewegung des Patienten durch das Gerät automatisch unterstützt. Skript (vgl. Teut, 2018):

„In dieser Übung geht es darum, die heilsame Kraft der Bewegung zu nutzen, damit der Körper, die Nerven, die Muskeln und Bindegewebe Bewegungsmuster tief erlernen, abspeichern und verankern können. Wir nutzen dazu ein motorunterstütztes Sportgerät, dass Sie dabei unterstützt, sich in einen kontinuierlichen Bewegungsrhythmus einzufinden und diesen im Körpergedächtnis abzuspeichern. Durch diese aktive und passive Bewegung trainieren Sie das Nervensystem und das Gehirn, stärken die Muskelkraft und Ausdauer, aktivieren den Stoffwechsel und die Durchblutung, versorgen den Körper mit Sauerstoff und Energie, verbessern die Stimmung und stärken das Immunsystem. Gelähmte Gliedmaßen lernen durch die Bewegung wieder, Bewegungen durchzuführen und die Neuroplastizität des Gehirns wird stark angeregt.“

Fallbericht

Nun nehmen Sie bequem auf dem Ergometer Platz und finden Ihr persönliche Tret- und/oder Kurbelgeschwindigkeit ... sehr gut, so passt es optimal. Und während Sie in die Pedale treten, können Sie schon jetzt wahrnehmen, wie ihr Körper anfängt, gemeinsam mit dem Gerät seinen Rhythmus zu finden. Schauen Sie einfach geradeaus, wie es passt, oder schließen Sie die Augen, wie es Ihnen angenehm ist. Und während Sie sich so bewegen, bemerken Sie schon bald, wie sich ein angenehmes Gefühl von Wärme in Ihren Beinen, Armen, Oberkörper ausbreitet. Und schon bald können Sie beobachten, wie sich ihr Körper wie von selbst, automatisch bewegt, bewegt wird. Arme, Beine bewegen sich automatisch, in ihrem eigenen Rhythmus ... Genau so! ... Und während ich von 10 nach 0 zähle, können Sie sich erlauben, immer tiefer in diesen inneren Rhythmus der Bewegung zu finden, diese Erfahrung der Bewegung zu genießen:

10 Arme und Beine bewegen sich in ihrem Rhythmus ... 9 Arme und Beine bewegen sich ganz automatisch ... 8 Der Geist ist wach und klar ... 7 wach und klar ... 6 Mit jeder Bewegung vertiefen Sie die Trance ... 5 Erleben, wie der Körper in eine Bewegungstrance sinkt ... 4 im eignen Rhythmus ... 3 ganz von selbst ... 2 und der Geist ist frisch und wach ... 1 klar, kristallklar ... 0 und sie genießen diese Trance ... Wunderbar. Genau richtig.

Und die meisten Menschen machen die Erfahrung, dass ihr Geist während dieser Übung immer wacher und klarer wird. Wach und frisch. Ihr Geist ist wach und frisch. Alles können Sie klarer beobachten, kristallklar ... Sie brauchen sich darüber nicht zu wundern, das sind ganz normale Prozesse, die viele Menschen an sich beobachten, die kontinuierlich Sport betreiben. Und auch die Arme und Beine, die sich rhythmisch bewegen, dürfen immer frischer und lebhafter werden, aufwachen, aktiviert werden. Ihr Atem fließt gleichmäßig, in dem Rhythmus, der für diese Bewegung notwendig ist ... Und während Ihr Körper ganz von selbst und automatisch den Bewegungen folgt, kann Ihr Nervensystem, Ihr Gehirn sich neu organisieren, von dieser Bewegungserfahrung lernen. Neuroplastizität. Ganz von selbst, weiß Ihr Körper, was gut für Sie ist. Und unangenehme Gefühle, die vielleicht noch da waren, dürfen in der Bewegung, in der Wärme schmelzen, wie Eiswürfel in einem warmen Glas Wasser.

Und in diesem angenehmen Zustand können Sie sich viele Dinge vorstellen, ganz wach, ganz klar.

Und ihr Unbewusstes darf sich jetzt an eine angenehme Erfahrung von [Fähigkeit, die trainiert werden soll] erinnern. Genau so! ... Lassen Sie diese Erinnerungen aufsteigen, während Ihr Körper sich automatisch bewegt, und spüren Sie, wie sich das anfühlt, in Ihrem Körper, wie Ihr Körper diese [Fähigkeit] genießt, sich ganz von selbst und automatisch davon tragen lässt. Welche Empfindungen verspüren Sie in Ihrem Körper. Wo, an welcher Stelle, sind diese Empfindungen besonders intensiv?

Und während Sie so wach und frisch vorankommen, wird Ihnen klar, dass diese Bewegung eine wunderbare Methode des Lernens von [Fähigkeit] darstellt. Weil wir wissen, dass jeder Lernprozess, der von Bewegung begleitet wird, noch effektiver und

intensiver in ihrem Körpergedächtnis verankert, abgespeichert wird. Und diese Bewegungstrance eignet sich hervorragend, um Kraft und Energie zu speichern, ganz einfach, indem die Muskeln, das Gehirn, die Nerven und der Stoffwechsel aktiviert und mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden ... Genießen Sie einfach diese Bewegung, diese Übung. Der Körper bewegt sich automatisch, der Geist ist wach und klar, Ihr Körpergedächtnis lernt automatisch.

Und immer, wenn Sie diese Übung wiederholen, darf Ihr Körper sich an diesen angenehmen wachen, klaren und frischen Zustand erinnern, und darf ganz von selbst lernen. Ganz von selbst, automatisch, dürfen Sie in diesen Zustand kommen und die Bewegung abspeichern, verankern. Wunderbar.

Und jetzt erlauben Sie sich, diese Übung selbst noch für einige Minuten zu genießen ... [Pause].

Ihr Geist ist klar und frisch. Ihr Körper gestärkt und voller Kraft. Die Bewegungen rhythmisch und harmonisch. Und je häufiger Sie diese Übung wiederholen, desto mehr Kontrolle gewinnt Ihr Geist, Ihr Körpergedächtnis. Was sich dadurch wohl verändern wird in der nächsten Zeit?

Und dann wird es Zeit, diese Tranceübung zu beenden. Und langsam beginne ich von 0 bis 10 zu zählen. Und während ich von 0 bis 10 zähle, können Sie ganz allmählich wieder aus dieser Bewegungstrance hierher zurückkehren, und alles mitbringen, was gut für Sie war, was Sie gelernt haben. Und bei 5 bitte ich Sie, aufzuhören zu treten/kurbeln.

0 Ihr Geist ist frisch und wach ... 1 Ihre Arme und Beine bewegen sich kraftvoll und harmonisch ... 2 Ihr Atem geht gleichmäßig ... 3 Ihr Gehirn lernt dabei von selbst ... 4 Welche Änderungen werden Sie in den nächsten Tagen an sich verspüren? ... 5 Sie beenden die Bewegung ... 6 Genießen jetzt die Ruhe ... 7 Lassen die Übung nachwirken ... 8 Genau so! ... 9 Machen sich bereit, wieder wach zu werden ... 10 Die Hypnose ist beendet. Sie sind wach, frisch und klar, der Körper angenehm trainiert.“

Eine Audiodatei wird zum Üben zur Verfügung gestellt.

11. Hypnose (Monat 8): Eine Obstipation (Verstopfung) belastet ihn, wir führen eine „Bauch“-Hypnose durch, mit Altersregression in eine Zeit, wo sich der Bauch wohl gefühlt hat, und Ressourcentransfer in die Gegenwart. Eine Audiodatei wird unterstützend zur Verfügung gestellt.

12. Hypnose (Monat 9): Herr B. hat eine Bronchitis. Es wird eine stärkende Trance durchgeführt. In der Trance erlebt er die Kraft des Frühlings auf dem Bauernhof seiner Kindheit wieder und genießt, wie die Natur und Pflanzen zum Leben erwachen. Diese Trance wird ausgesprochen gut aufgenommen. Eine Audiodatei wird zur Übung zur Verfügung gestellt.

13. Hypnose (Monat 10): Die Motomed-Physiotherapie klappt immer besser, Wiederholung der Motomed-Trancen.

14. Hypnose (Monat 11): Herr B. möchte die Feinmotorik der Hände jetzt weiter verbessern. Nach Augenfixation und Zählinduktion wird er angeleitet, sich vorzustel-

Fallbericht

len, wie unter Aufhebung der Schwerkraft die Hände in einem angenehmen Wasserbad schweben. Dann wird suggeriert, dass eine angenehme feinmotorische Tätigkeit im schwebenden Zustand der Hände intensiv eingeübt wird. Der Patient soll sich dabei intensiv auf die Bewegungserfahrung in den Händen fokussieren. Es wird dann suggeriert, dass die Erfahrungen im Körpergedächtnis verankert werden und in den Wachzustand mit hinüber getragen werden, und je öfter die Übung wiederholt wird, desto stärker wird dieses Bewegungsmuster verankert und wirksam. Eine Audiodatei wird bereit gestellt.

15. Hypnose (Monat 12): Der Faustschluss wird in Trance zunächst imaginiert und dann real durchgeführt. Die stärkenden Kräfte des Faustschlusses dürfen sich im Körper ausbreiten. Dann erfolgt die Entspannungs- und die Integrationsphase (vergleiche 6. Hypnose).

16. Hypnose (Monat 12): Die „Red Balloon“-Technik wird wiederholt.

17. Hypnose (Monat 12): Die Übung der Feinmotorik im Wasserschwebbad wird wiederholt (vgl. 14. Hypnose). Dem Patienten geht es deutlich besser, die Feinmotorik der Hände hat sich weiter gebessert, allerdings sind die Beine nach wie vor schlaff gelähmt.

18. Hypnose (Monat 13): Es wird wegen Bauchbeschwerden durch Obstipation eine Körperreise in den Bauch mit der Nutzung anatomischer Metaphern zur Stimulation der Darmtätigkeit durchgeführt. Eine Audiodatei wird bereit gestellt.

19. Hypnose (Monat 14): Der Fokus wird nun auf die Rehabilitation der Beine gerichtet. Im Schwebbad übt der Patient mental das Wassertreten, woran er sich gut erinnern kann und lebhaft empfindungen dabei imaginiert. Eine Audiodatei wird bereit gestellt.

20. Hypnose (Monat 15): Herr B. fühlt sich nicht stark genug, immer weiter zu üben, spürt Verdruss. In der Trance begegnet er am Ort des Wohlfühlens seiner inneren Stärke. In einem langen Gespräch geht es um Motivation und den Sinn der Therapie und Erkrankung. Eine Audiodatei wird bereit gestellt.

21. Hypnose (Monat 17): Es geht gut, er ist täglich im Rollstuhl und kann die Hände gut bewegen, die Beine beginnen, beweglich zu werden. Die Wunde heilt gut. Die zunehmende motorische Aktivierung geht auch mit zunehmenden Schmerzen einher. Die medikamentöse Schmerztherapie mit Pregabalin wird durch hypnotherapeutische „Gegen- und Heilmittel“ ergänzt. Der Patient verspürt in den Muskeln der Extremitäten ein Zusammenziehen und Spannung. Als Gegenmittel wird in der Trance mit der Imagination von „Weite“ gearbeitet. Er imaginiert dazu die Weite der norddeutschen Landschaften und Wiesen und lässt das Gefühl der Weite in die betroffenen Muskeln hineinfließen, wo es im Körpergedächtnis verankert wird. Es wird die Schnellaktivierung der „Weite“ als Ressource geübt. Eine Audiodatei wird bereit gestellt.

22. Hypnose (Monat 18): Die „Weite“ als Ressource wird in einer tiefen Trance nochmal verankert und genossen.

Evaluation

Über 18 Monate wurden 22 Hypnose-Sitzungen im Hausbesuch durchgeführt. In dieser Zeit wurden folgende Verbesserungen erreicht:

- Deutliche Verbesserung der Stimmung und des Wohlbefindens
- Angstreduktion
- Besseres Gefühl von Selbstwirksamkeit
- Deutliche motorische Verbesserungen im Bereich der Grob- und Feinmotorik
- Aktivierung aus dem Bett in den Rollstuhl
- Übungstherapie mit dem Motomed
- Schmerzlinderung
- Weitgehende Verbesserung der Wundheilung

Aus der Sicht des Patienten war die hilfreichste und am häufigsten zu Hause praktizierte Hypnose die „Red Balloon“-Technik zur Lösung von Unruhe, Angst und Missempfindungen. Besonders wichtig war dem Patienten auch das Erlebnis der Trance an sich, die ihn ein Stückweit aus den Nöten des Alltages befreit hat, immer wieder hat er sich daher lange und langsame Induktionen gewünscht.

Die wichtigste Therapiestrategie aus Sicht des Autors war das hypnotherapeutische Mentaltraining, in dem durch Wiedererinnern alter Bewegungserfahrungen Ressourcen aktiviert, verankert und in den motorischen Trainingsprozess integriert wurden. Motorische und visuelle Imagination haben nicht nur im Leistungssport (Mentaltraining), sondern auch in der neurologischen Rehabilitation eine große Beachtung in der Therapie und Forschung erhalten. Grundprinzip ist, dass die mentale Repräsentation einer Bewegung der kortikalen Bewegungsplanung entspricht. Auf diese Weise kann durch die Imagination von Bewegungsprozessen das reale Bewegungsmuster trainiert werden. Eine ganze Reihe von Studien, zurückgehend bis in die 1980er Jahre, belegen diese Hypothese und zeigen auch in der klinischen Anwendung Wirksamkeit (vgl. Wopfner, 2015; Sharma, Pomeroy, & Baron, 2006; Lotze & Halsband 2006; Decety, 1996; Jackson, Lafleur, Malouin, Richards, & Doyon, 2001; Müller, Bacht, Schramm, & Seitz, 2001).

Allgemeine Diskussion über die kasuistische Darstellung hinaus

In der wissenschaftlichen Literatur zur Hypnose gibt es einige Fallberichte, Skripte und Anleitungen, die den Einsatz in der Neurorehabilitation unterstützen und bis zu Milton Erickson zurück reichen (Crasilneck & Hall, 1970; Erickson, 1963; Erickson, 1964; Rossi, 1980; Holroyd, 1989; Manganiello, 1986; Rossi, 2004; Trenkle, 1994; Teut, 2018).

Naturgemäß eignet sich eine Kasuistik nur bedingt für Kausalitätsbeurteilungen, da wiederholte Beobachtungen und Kontrollbedingungen meist fehlen. Allerdings gibt es hier doch einige Kriterien auf der Grundlage der Cognition Based Medicine (Kiene, 2001; Kiene, Hamre, & Kienle, 2013), die auf der Gestalttheorie Karl Dunck-

Fallbericht

ers beruht, die für eine spezifische Wirksamkeit der Hypnotherapie im geschilderten Fall sprechen. Mit Beginn der Hypnose wuchsen Motivation und Änderungsbereitschaft des Patienten und es stellten sich rasch erste Erfolge ein (positives Prä-/Post-Zeitverhältnis). Die schmerztherapeutischen Übungen hatten verlässlich und jeweils reproduzierbar eine starke Entlastung in der Trance zur Folge, die bis zu 30 Stunden im Wachzustand anhielt (positive Zeit-Muster-Korrespondenz). Die Gestalt der imaginierten motorischen Bewegungsmuster im Mentaltraining hatte eine Ähnlichkeit zu den tatsächlich beobachteten Verbesserungen (prozessuale Korrespondenz). Eine Dosis-Wirkungs-Beziehung war ebenfalls zu beobachten, denn intensives und häufigeres Üben führte jeweils zu besseren Ergebnissen.

Letztendlich sind aber alle Verbesserungen nur im Teamwork der betreuenden Physiotherapeuten, Ärzte, Pflegekräfte und der Partnerin sowie den Freunden von Herrn B. realisiert worden. Der Hypnotherapeut hat in der neurologischen Rehabilitation eine Schlüsselposition, weil er die Reaktionen des Patienten auf die therapeutischen Angebote imaginativ vorzubereiten und mental zu optimieren vermag. Eine hypnotherapeutische Unterstützung in der neurologischen Rehabilitation ist aus der Erfahrung des Autors ein sinnvoller und wirksamer Therapieansatz, der weitere wissenschaftliche Untersuchung verdient.

Literatur

- Crasilneck, H.B. & Hall, J.A. (1970). The use of hypnosis in the rehabilitation of complicated vascular and post-traumatic neurological patients. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 18(3), 145-59.
- Decety, J. (1996). Do imagined and executed actions share the same neural substrate? *Brain Research. Cognitive Brain Research*, 3(2), 87-93.
- Erickson, M.H. (1963/1980). Hypnotically oriented psychotherapy in organic brain damage. In E.L. Rossi (Ed.), *The Collected Papers of Milton H. Erickson, Vol. IV*, (pp. 283-311). New York, NY: Irvington.
- Erickson, M.H. (1964/1980). Hypnotically oriented psychotherapy in organic brain damage: An addendum. In E.L. Rossi (Ed.), *The Collected Papers of Milton H. Erickson, Vol. IV*, (p. 312-314). New York: Irvington.
- Holroyd, J. & Hill, A. (1989). Pushing the limits of recovery: hypnotherapy with a stroke patient. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 37(2), 120-28.
- Jackson, P. L., Lafleur, M. F., Malouin, F., Richards, C., & Doyon, J. (2001). Potential role of mental practice using motor imagery in neurologic rehabilitation. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 82(8), 1133-1141.
- Keine, H. (2001). *Komplementäre Methodenlehre der klinischen Forschung. Cognition-Based Medicine*. Berlin, Heidelberg, New York: Springer. Full text: (last download 02.03.2020)
- Kiene, H., Hamre, H.J., & Kienle, G.S. (2013). In Support of Clinical Case Reports: A System of Causality Assessment. *Global Advances in Health and Medicine*, 2(2), 64-75. Full Text: (last download 02.03.2020)
- Lotze, M., & Halsband, U. (2006). Motor imagery. *Journal of Physiology, Paris*, 99 (4-6), 386-395.
- Manganiello, A.J. (1986). Hypnotherapy in the rehabilitation of a stroke victim: a case study. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 29(1), 64-68.

- Müller, K., Bacht, K., Schramm, S., & Seitz, R.J. (2012). The facilitating effect of clinical hypnosis on motor imagery: an fMRI study. *Behavioural Brain Research*, 231(1), 164-69.
- Rossi, E.L. (2004) Gene expression and brain plasticity in stroke rehabilitation: a personal memoir of mind-body healing dreams. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 46 (3), 215-27.
- Sharma, N., Pomeroy, V.M., & Baron, J.C.I. (2006). Motor imagery: a backdoor to the motor system after stroke? *Stroke*, 37(7), 1941–1952.
- Teut, M. (2018). Hypnotherapie in der motorischen Schlaganfallrehabilitation. In A. Kaiser-Rekkas (Hrsg.), *Hypnose und Hypnotherapie: Manual für Praxis, Fortbildung und Lehre*. Carl Auer Verlag, Heidelberg. 3. Auflage (Druck vorauss. 2020, online bereits verfügbar).
- Trenkle, B. (1994). Der Utilisationsansatz in der Ericksonschen Rehabilitationsarbeit mit Gelähmten. *Hypnose und Kognition*, 11(1+2), 107-119.
- Walsh, S.L. (1976). The red balloon technique of hypnotherapy. A clinical note. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 24(1), 10-12.
- Wopfner, S. (2015). *Autobiografische Erinnerung und motorische Imagination als Lernmittel in der Rehabilitation*. Masterarbeit. Innsbruck. Link: (zuletzt abgerufen 01.03.2020)

Danksagungen

Ich danke dem hier beschriebenen Patienten für sein Einverständnis, diese Fallgeschichte veröffentlichen zu dürfen, ohne seinen Namen zu nennen. Mein Dank geht auch an Hansjörg Ebell für das Lektorat und Review. Entscheidende Anregungen zu den oben dargestellten hypnotherapeutischen Strategien verdanke ich Norbert Loth (tiefe Trance), Bernhard Trenkle (alte Erfahrungen als Ressource), Hansjörg Ebell (Schmerztherapie) und Claude Ribaux (Aktiv-Wach-Hypnose).

„Die große Weide“

Medizinische Hypnose / Hypnose in der Medizin, d.h. Utilisation individueller Fähigkeiten und Möglichkeiten im Kontext eines angemessenen Gesamt-Therapiekonzepts

Kommentar zum Fallbericht von Michael Teut

Hansjörg Ebell

Positive Suggestionen ermöglichen den Zugang zu einem erstaunlichen Entwicklungspotential; Wiederholungen und konsequentes selbständiges Üben münden in notwendiges und Notwendendes Um-Lernen und Neu-Lernen (Neuroplastizität); heilsame Konsequenzen erwachsen aus Präsenz und professionellem Austausch (therapeutische Beziehung) und persönlich liebevoller Zuwendung durch Partnerin und Freunde in einem unterstützenden Netzwerk; ...! Summa summarum: Man kann ganz schön weit kommen in der Rehabilitation von medizinisch gravierenden Folgen einer schweren Erkrankung, wenn hypnosystemisch gedacht und gehandelt wird.

Die Schlussfolgerung von Michael Teut aus dieser vorbildlichen *clinical case study* (gemäß den 2019 im International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis definierten wissenschaftlichen Kriterien; s.a. meinen Kommentar zur Fallgeschichte von Matthias Mende im letzten Jahr) kann man nur unterschreiben: Solche Ergebnisse sollten Anlass sein für prospektive Untersuchungen vieler ähnlicher „Fälle“. Auch nach strengen summenstatistischen Kriterien einer „Evidence based Medicine“ würden sich voraussichtlich wirksame Effekte nachweisen lassen. Bin mir allerdings nicht sicher, wie man den spezifischen Anteil der „Hypnose“ an solchen und ähnlichen Erfolgsgeschichten klären könnte. Jedoch: Wie bei einem köstlichen Cappuccino ist es nicht möglich, Kaffee, Milch und ggf. Zucker wieder auseinander zu dividieren; aus Sicht der Betroffenen erschiene diese Frage sicherlich sehr abstrakt und eher irrelevant.

Der gewählte literarische Titel „Die Weite in den Körper fließen lassen“ beruht auf der großen persönlichen Bedeutung bestimmter Erfahrungen in Hypnose bzw. Selbsthypnose für Herrn B. Mir klingt assoziativ sofort die Stimme einer Patientin im Ohr, die an meiner prospektiven Studie zur Unterstützung der medikamentösen Schmerztherapie durch Selbsthypnose (1988-91) teilgenommen hat (Ebell, 2008). Sie kam aus Franken und in der fränkischen Mundart gibt es nur „weiche“ Gonsonanden. Ihre Atemnot auf Grund einer ausgedehnten Metastasierung einer Brustkrebserkrankung in der Lunge besserte sich über einen längeren Zeitraum deutlich bzw. verging, wenn

sie „die große Weide“ (Weite) erblickte „von Kornfeldern bis zum Horizont, mit wogenden Wellen vom Wind“. Grundlage war die lebhafte Erinnerung an einen Film über Kanada, den sie einmal gesehen hatte. Sicherlich hatte diese Erfahrung objektivierbare Grundlagen, d.h. eine bessere Sauerstoffsättigung im Blut und niedrigere Partialdrucke von Kohlendioxid durch eine mit dieser Imagination einhergehende Veränderung der Atmung. Subjektiv entscheidend war die Abrufbarkeit dieser physiologischen Veränderungen durch eine ausgesprochen angenehme Vorstellung in Selbsthypnose; wahrlich eine Alternative zum Angst besetzten Gefühl von Atemnot, „nicht genug Luft zu bekommen“. Auch ihre typisch neuropathischen Schmerzen („wie wenn man mit dem Arm über einen Kaktus mit tausend Stacheln fährt“) auf Grund dessen, dass das den Arm versorgende Nervengeflecht vom Krebs durchwachsen worden und durch Bestrahlung geschädigt war, konnte sie mit einer „intensiven Vorstellung“ von „Eiskühle“ so gut kontrollieren, dass wir im Nachhinein in einem Interview Schritt für Schritt rekonstruieren mussten, wie es sich – trotz fortschreitender Krebserkrankung – „damals“ angefühlt hatte.

Mein Plädoyer für die Hypnose in der Medizin bzw. Medizinischen Hypnose: Nicht nur in der Akutsituation (Operationen, zahnärztliche Behandlung u.v.a.m.) sondern auch bei komplexen chronifizierten Ausgangsbedingungen kann/sollte gelten, dass es sicherlich objektive und subjektive Grenzen gibt, dass es sich aber lohnt, gemeinsam (die Behandelnden als Experten für die *Krankheit* und die Betroffenen als Experten für ihr *Kranksein* auf der Basis „intersubjektiver Resonanz“; Ebell, 2010, 2017) zu recherchieren, wo genau diese verlaufen.

Ich hoffe sehr, dass mich weiterhin interessante Fallberichte zur Verwendung von Hypnose erreichen. Bitte, gerne auch weniger spektakulär und aus allen Bereichen, nicht nur im medizinischen Kontext. Kommentare, Ideen, Vorschläge und Fragen bitte an:

dr.h.ebell@t-online.de

(2019). Evidence-Based Clinical Case Studies, International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, 67(1), 114-115, DOI: 10.1080/00207144.2019.1567206

Ebell, H. (2008). Selbsthypnose als ergänzendes Therapieangebot für Patienten mit starken Schmerzen auf Grund einer Krebserkrankung - Ausführliche Darstellung der klinischen Forschungsarbeit im Klinikum Großhadern 1988-91. PDF auf www.doktorebell.de.

Ebell, H. (2010). Hypnose und Selbsthypnose als wesentliche Elemente der therapeutischen Kommunikation mit chronisch Kranken. Hypnose-ZHH, 5 (1+2), 199-216.

Ebell, H. (2017). Hypno-Therapeutische Kommunikation: Kernelement einer auf Resonanz basierten Medizin ("Resonance Based Medicine"). Hypnose-ZHH, 12 (1+2), 173-202.

Hinweise zum Verfassen eines Fallberichtes

Titel (Literarischer "Aufmacher" und deskriptiv, in Deutsch und Englisch)

Name Autor/in

Zusammenfassung (Deutsch und Englisch)

Schlüsselwörter (Deutsch und Englisch)

Die Falldarstellung: Wen bzw. was habe ich wie behandelt? Ausgangssituation. Darstellung des Therapie-Prozesses. Wann bzw. in welcher Situation habe ich Hypnose verwendet und warum? „Utilisation“ / Indikation: Anschauliche Schilderung der spezifischen Behandlungssituation, die aus Ihrer Sicht ausschlaggebend war, gerade dafür Hypnose anzuwenden, damit die Leser es mit eigenen Erfahrungen bzw. Therapieauffassungen abgleichen können, um prüfen zu können, was davon auf ihre Situation übertragbar ist.

Die Hypnose: Wie habe ich die Hypnose durchgeführt: Exakte Beschreibung des Settings, der beobachteten Phänomene (z.B. Fingersignale, Levitation) und der als Intervention verwendeten verbalen Formulierungen (wie ein „Transkript“ - sollte keine exakte verbale Dokumentation wie Tonband oder Video zur Verfügung stehen, so „erfinden“ Sie es bitte: genau so wie es Ihrem Sprachduktus, Stil bzw. Arbeitsweise entspricht) ggf. mit den nonverbalen Suggestionen.

Evaluation: Darstellung der erzielten Effekte und selbstkritische Reflexion des Therapieverlaufs. Welchen Stellenwert hatte die Hypnose im Gesamt-Therapie-Konzept. Kurze Verallgemeinerung bzw. „Hochrechnung“ des Ansatzes über die kasuistische Darstellung hinaus: z.B. Darstellung eines „Konzepts“ für diese Art von Störung und/oder zu Ihrer Auffassung von „Hypnose“.

Adresse Autor/in

Bitte schicken Sie Ihren Fallbericht direkt an

**Dr.med. Hansjörg Ebell, Breisacherstr. 4 (Rückgebäude), D 81667 München
dr.h.ebell@t-online.de**