

«Das Wichtigste ist die Hilfe zur Selbsthilfe»

Ärztin Alexandra Rosmus hielt in Rheinfelden einen Vortrag über medizinische Hypnose – für die Ärztin ist klar, dass die Anwendungsbereiche vielfältig sind.

VON UWE MELZER

Was ist eine medizinische Hypnose? Alexandra Rosmus, Fachärztin für Allgemeine Innere Medizin, Medizinische Hypnose, Psychosoziale und Psychosomatische Medizin, referierte dazu in Rheinfelden. Im Interview mit der AZ erklärt sie, was die medizinische Hypnose ausmacht – und warum das Wichtigste die Hilfe zu Selbsthilfe ist.

Frau Rosmus, bei welchen Krankheitsbildern empfehlen Sie den Einsatz der medizinischen Hypnose?

Alexandra Rosmus: Der Anwendungsbereich der medizinischen



Alexandra Rosmus.

Hypnose ist sehr breit: von den psychosomatischen Leiden wie zum Beispiel Reizdarmsyndrom, Herz-, Magen-, Schluckbeschwerden, Schlafstörungen über chronische Schmerzen inklusive Migräne, psychische Probleme wie beispielsweise Lebenskrisen, Depressionen und Angststörungen, Nervosität und Burnout bis zu Suchtkrankheiten

wie Übergewicht und Nikotinabhängigkeit. Daneben gibt es spezielle Bereiche in der Chirurgie und Anästhesie. Wichtige Voraussetzung für die medizinische Hypnose ist eine gute körperliche Abklärung und Begleitung durch den Hausarzt oder Spezialisten und die Neugier beziehungsweise den Leidensdruck des Ratsuchenden sein eigenes unterbewusstes Potenzial zu nutzen, um zu genesen oder einen anderen Umgang mit seinen Themen zu finden. Hier geht es mir um das Prinzip «Hilfe zur Selbsthilfe».

Wo stösst die medizinische Hypnose an ihre therapeutischen Grenzen?

Das ist eine komplexe Frage. Die medizinische Hypnose wird von Ärzten und Psychologen angeboten, die ihren Auf-

trag darin sehen, den Patienten zu unterstützen, im Idealfall der Genesung zuzuführen. Tagtäglich werden wir aber auf die Grenzen menschlichen Tuns hingewiesen, trotz technischer Fortschritte. Die Grenzen können auch in einer unbefriedigenden Arzt-Patienten-Beziehung liegen, dem Zeitdruck, der fehlenden Bereitschaft des Patienten zur Selbsthilfe und dem Schicksal.

Wird die medizinische Hypnose im Verbund mit der Schulmedizin auch im klinischen Bereich eingesetzt?

Je nach Land heisst es medizinische Hypnose oder klinische Hypnose. Sie wird zunehmend auch in der Kommunikation über die Sprache eingesetzt, wie das Beispiel vom Unispital Genf zeigt.

Ist die medizinische Hypnose als alternative Heilmethoden anerkannt?

Die medizinische Hypnose ist ein neurowissenschaftlich einwandfrei belegtes Therapieverfahren. Da staunen manchmal auch die skeptischen Akademiker. «Wir wissen mehr, als was wir meinen zu wissen» und davon profitieren alle Fachbereiche.

Welche Motivation haben Sie, sich trotz manch ablehnender Haltung einiger Protagonisten eines starren Systems sich intensiv für die medizinische Hypnose starkzumachen?

Meine eigene Neugier und die Arbeit auf Augenhöhe mit den Ratsuchenden auf der Suche nach deren Ressourcen macht Sinn in der meiner ärztlichen Tätigkeit.