

„Stellen Sie sich vor, Sie könnten Schmerzen mit Worten lindern“

## Klinisch Interventionelle Hypnose in der Pädiatrie

Elke Hochenleitner

### Was ist Hypnose?

Bei einer hypnotischen Trance wird die Aufmerksamkeit in besonderer Weise gebündelt, nach innen gelenkt und im Inneren gehalten, so dass innere Bilder intensiv erlebt werden. Dadurch entsteht ein veränderter Bewusstseinszustand, in dem sich das Kind einerseits losgelöst von seiner Umgebung empfinden kann und andererseits einen besseren Zugang zu seinen Gefühlen, seinen eigenen Ressourcen und Heilungskräften hat. Gleichzeitig können störende Reize, wie zum Beispiel Angst und Schmerz leichter ausgeblendet werden. Medizinische Hypnose ist nicht Macht ausübend und arbeitet nicht gegen den Willen des Kindes bzw. seines Bezugssystems. Mit selbstorganisatorischer Hypnose erfahren die Kinder Selbstwirksamkeit, Selbstzufriedenheit und eine positive Steigerung ihres Selbstwertgefühls. Die veränderte Arbeitsweise des Gehirns unter Hypnose ist durch vermehrt langsamere Gehirnwellen und eine Aktivierung von Bereichen des Cortex und des Mesencephalons nachweisbar.

### Rapport

Unter Rapport versteht die Psychologie die Beziehung oder Verbindung zwischen zwei Menschen. Sie soll

vertrauensvoll, und von wechselseitig empathischer Aufmerksamkeit getragen sein. Hierfür braucht es eine positive, den Patienten wertschätzende Kommunikation. Der Rapport bildet einen sicheren Rahmen, in dem die hypnotische Trance stattfinden kann.

Zu den ersten Fachleuten, die sich ernsthaft und erfolgreich mit der therapeutischen Anwendung von Hypnose bei kritisch kranken Kindern beschäftigten, gehörte die klinische Psychologin Dr. Leora Kuttner. Sie unterwies das Medizinische Personal des BC Children's Hospital in Vancouver und die Eltern krebskranker Kinder in hypnotherapeutischen Techniken. Die große Besonderheit neben dem Einsatz der Hypnose lag darin, dass die Eltern von Anfang an zu „Co-Therapeuten“ ausgebildet wurden. Sie konnten bei der Therapie aktiv mitwirken, waren jedoch von jeglicher Verantwortung befreit. Dies habe ich in meiner Arbeit gezielt übernommen.

Der medizinische Fortschritt bei kranken Kindern steht im krassen Gegensatz zu den stressreichen und angstgefüllten inneren Vorgängen vor, während und nach meist langwierigen High-Tech-Behandlungen. Zu den Medikamenten, die eine bestimmte Therapie erfordert, kommen weitere Medikamente, die der Schmerz- und Angstbehandlung dienen, sowie Anästhetika. Alle diese Medikamente sind sehr nebenwirkungsreich.

Bei allen Beteiligten – an erster Stelle den Patienten, deren Eltern und deren Familie, sowie dem gesamten Behandlungsteam der Klinik entstehen aber Erleichterung, Stolz und Freude, wenn hypnotische Techniken gelingen, und so Schmerz, Angst und Stress soweit reduziert werden können, dass sie nicht mehr als beeinträchtigend und störend empfunden werden (**Abb.1**). Auf diese Weise können nebenwirkungsreiche Medikamente effektiv eingespart werden.

Kinder und Jugendliche aller Altersstufen lassen sich sehr gut mit Hypnose behandeln, denn sie haben aufgeweichte Grenzen zwischen Phantasie und Realität. Kinder sind meist stark motiviert, sich besser zu fühlen und während der Behandlungsprozeduren zur Reduktion ihres Unbehagens beizutragen. Die Erfahrung der Schmerzminimierung und Angstreduktion verringert insgesamt den Behandlungsstress für alle Beteiligten und vermittelt den Kindern das Wissen und die Gewissheit, sich in schwierigen, bedrohlichen Situ-



1 Praxisanleitung auf der kinderchirurgischen Station durch die Hypnotherapeutin Elke Hochenleitner.

ationen selbst helfen zu können. Das Vertrauen in die eigenen Kompetenzen wächst. Das entscheidende Mittel ist die Imaginationskraft des Kindes.

Im klinischen Alltag verbringen Pflegekräfte die meiste Zeit mit den Patienten.

Über sie laufen täglich unzählige Informationen vom und zum Patienten. Daraus ergibt sich die Möglichkeit, neben pflegerischen Handlungsabläufen positive Suggestionen einzustreuen und Klinisch Interventionelle Hypnose anzuwenden. Das gibt unseren Patienten Vertrauen, Sicherheit und aktiviert ihre Selbstheilungskräfte. Spätere posttraumatische Störungen können vermieden werden.

Außerdem führt eine positive Kommunikation und ein veränderter Blickwinkel verbunden mit dem richtigen „Handwerkszeug“ zu mehr Berufszufriedenheit bei den Mitarbeitern, zu Resilienz anstatt Burnout und damit zu einem längeren, zufriedenen Verbleib in ihrem Beruf.

Im Rahmen meiner mehrjährigen Ausbildung am „Zentrum für angewandte Hypnose“ in Mainz wurde die inspirierende Lehre des Pioniers der Kinderhypnose in Deutschland, Prof. Dr. Dr. Siegfried Mrochen die Grundlage meiner Arbeit mit Hypnose bei Kindern. Meine große klinische Erfahrung sammelte ich im

Zeitraum von 1994-2013 auf der kardiologischen und neurochirurgischen Kinder-Intensivstation der LMU am Campus Großhadern, sowie seit 2013 in meiner privaten Praxis.

Seit 2016 finden meine Inhouse-Seminare mit den Grundlagenmodulen I und II am Dr. von Hauner'schen Kinderspital statt. In meinen Seminaren sind alle klinischen Mitarbeiter, die direkten Kontakt mit den Patienten haben herzlich willkommen: Ärzte, Pflegende, Physiotherapeuten, Erzieher, Mitarbeiter diagnostischer Abteilungen, Klinik-Clowns, Sekretärinnen, Stationshilfen...

*Elke Hochenleitner  
Dipl. Krankenschwester,  
Heilpraktikerin für Psychotherapie,  
Systemische Familientherapeutin,  
Medizinische und Psychotherapeutische  
Hypnose für Kinder, Jugendliche  
und Erwachsene, Inhouse-Schulungen,  
Klinisch Interventionelle  
Hypnose.*



## Das Hauner-Kinder-Schmerz-Team

**Jörg Hermann**

Durch eine Vielzahl von Erkrankungen, aber natürlich auch in Folge von Verletzungen und Operationen sind viele Kinder in unserer Klinik oftmals akuten, aber auch chronischen Schmerzen ausgesetzt und auch im Behandlungsverlauf selbst müssen immer wieder teils schmerzhafte Prozeduren wie Blutentnahmen oder Wundversorgungen „gemeistert“ werden.

Um eine möglichst schmerz- und damit auch stressfreie Behandlung unserer Kinder sicherzustellen, hat das interdisziplinäre Hauner-Kinder-Schmerz-Team, das seit Frühjahr 2019 über eine Drittmittelfinanzierung (Haunerverein) zur Verfügung steht, in enger Vernetzung mit allen behandelnden Abteilungen und auf Basis der aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse bereits gut etablierte Standards weiterentwickelt und in die tägliche Routine integriert mit dem Ziel einer ganzheitlichen Schmerztherapie.

Als wichtigen Bestandteil des Gesamtkonzeptes sehen wir die regelmäßigen Schulungen und Schmerzvisiten durch das Kinder-Schmerz-Team, mit in denen wir unsere Erfahrungen für eine ganzheitliche und möglichst schmerz- und stressarme Behandlung unserer jungen Patienten in den Klinikalltag einbringen können.

Darüber hinaus kümmert sich unser Kinder-Schmerz-Team, bestehend aus erfahrenen Ärzten der Kinderchirurgie, Pädiatrie und Anästhesie sowie einer speziell ausgebildeten „pain nurse“ um eine stetige Weiterentwicklung der Standards unter Einbeziehung der neuesten Forschungsergebnisse.

So werden zunehmend auch verschiedene nichtmedikamentöse Maßnahmen und Verfahren aus der Komplementärmedizin, wie zum Beispiel Akupunktur/-pressur, TENS, Ablenkungsstrategien, Imaginationsverfahren und interventionelle Hypnose – wann immer möglich unter Einbeziehung der Eltern – mit gutem Erfolg bei unseren Patienten in der Kinderklinik angewendet und kontinuierlich das medizinische Personal darin geschult.

Zusätzlich besteht rund um die Uhr der anästhesiologische Schmerzdienst zur Betreuung der stationären Patienten zur Verfügung.

Besonders komplexe Fälle werden bei Bedarf über ein interdisziplinäres Assessment weiter abgeklärt und gegebenenfalls einer multimodalen Schmerztherapie zugeführt.

