



# Newsletter

1/2023

nierenpatienten.ch  
maladierenale.ch  
malattiaarenale.ch

## Im ersten Newsletter 2023:

- **Erste Erfahrungen mit der Hypnosebehandlung bei PatientInnen während der Hämodialyse.** Von Sadegh Ebrahimzadeh Pflegefachmann Transplantationsimmunologie und Nephrologie, Dialyse, Universitätsspitals Basel

## Mit Hypnose bei der Dialyse Angst und Schmerzsymptome lindern

*Angst vor Shunt-Punktion, chronischen Schmerzen und Nervosität sind bekannte Beschwerden bei Hämodialyse-PatientInnen. Hypnose ist eine ergänzende Behandlungsoption bei PatientInnen, die an diesen Symptomen leiden. Im Universitätsspital Basel wurden bei fünf PatientInnen erste Erfahrungen mit der Hypnosebehandlung gesammelt.*

Menschen mit chronischen Nierenerkrankungen sind fortlaufend mit Ängsten, seelisch-geistiger Erschöpfung, Schmerzen und Depressionen, Unmut und Ablehnung konfrontiert. Die Entscheidung für die Anlage eines Shunts – eine operativ angelegte Verbindung zwischen einer Arterie und einer Vene – kann Ängste und Ablehnung auslösen. Auch ein Permcath kann für einige PatientInnen als ein Fremdkörper empfunden werden. Ebenso kann eine Nierenbiopsie Grund für Ängste und Schmerzen sein<sup>1</sup>.

## Durch Krisensituationen begleiten

Im Laufe der Zeit wuchs mein Bewusstsein für die seelischen Beschwerden dieser PatientInnen und es wurde mir ein Bedürfnis, ihnen hierfür professionelle Hilfe anbieten zu können (s. persönliche Motivation am Schluss). Mein Ziel ist es, die PatientInnen gut durch Krisensituationen zu begleiten. Hierbei möchte ich ihnen helfen, innere Kräfte zu mobilisieren und sich auf die eigenen Fähigkeiten verlassen zu können. Um dies zu erreichen, versuche ich ihnen während der Hypnose einen sicheren Rahmen zu gewährleisten. Mein Fokus liegt darauf, den PatientInnen durch Hypnose akut helfen zu können, damit sie mit Ängsten, Schmerzen, Ablehnung und Wut umzugehen lernen. Hypnose erweist sich in folgenden Einsatzgebieten als hilfreich:

- Vorbereitung auf medizinische Eingriffe
- Verarbeitung schlechter Erfahrungen
- Lösen von Angstzuständen
- Entspannung während laufender Dialysebehandlung
- Schmerzverarbeitung

## Zwischen leichter und tiefer Trance

Hypnose ist eine ergänzende Behandlungsoption bei PatientInnen, die an diesen Symptomen leiden. Hypnotische Trance ermöglicht die Kommunikation mit dem Unterbewusstsein und kann zu geistiger Entspannung führen<sup>2,4</sup>.

Nach den Trancetiefen-Stufen nach Arons wird die Hypnose nachfolgender Tiefenskala durchgeführt:

- Stufe 1–2: leichte Trance, Katalepsie
- Stufe 3–4: mittlere Trance, Amnesie /Anästhesie
- Stufe 5–6: tiefe Trance, Somnambulismus<sup>5</sup>.

Inzwischen liegen erste Erfahrungen vor mit der Hypnosebehandlung bei PatientInnen mit Angst- und Schmerzsymptomen während der Hämodialyse. Die PatientInnen wurden angesprochen und über die Auswirkungen und möglichen Nebenwirkungen einer Hypnosebehandlung informiert. Bei allen PatientInnen wurde eine Einverständniserklärung eingeholt. Die pharmakologische Behandlung wurde während der Hypnosebehandlung nicht verändert. Der Behandlungserfolg und die Linderung der Symptome wurden mit einem numerischen Bewertungsschema (numeric rating scale NRS<sup>6</sup>) mit einer Skala von 1 bis 10 und einem Fragebogen gemessen. Die angewandte Hypnosetechnik wurde aufgrund der Symptome und Wünsche des Patienten oder der Patientin gewählt – entweder die klassische oder die moderne Hypnose (Methode von Gabriel Palacios)

## Ergebnisse bei fünf PatientInnen

Bisher wurden fünf HämodialysepatientInnen mit Hypnose behandelt.

PatientIn 1: Leidet unter allgemeinen Schmerzsymptomen:

Die Trance-Stufe beträgt 3–4 auf der Arons-Skala Die Symptom-Linderung dauerte 4 Stunden, mit 2 Punkten auf dem numerischen Bewertungsschema.

PatientIn 2: Leidet unter starken Schmerzen durch eine nekrotische Extremitätenwunde: Die Trance Stufe beträgt 3–4. Die Symptomlinderung nach der Hypnose dauerte 3 Stunden, mit 4 Punkten auf der Skala.

PatientIn 3: Leidet unter Angst vor Shunt-Punktion:

Die Trance-Stufe beträgt 3–4. Die Symptomlinderung erfolgte während der Punktion. Die Linderung der Symptome wurde mit 2 Punkten bewertet.

PatientIn 4: Leidet an unruhigen Beinen:

Die Trance-Stufe beträgt 4 auf der Arons-Skala. Der Patient beobachtete während der Hypnose und 3 Stunden danach keine Symptome unruhiger Beine.

PatientIn 5: Leidet an Schlaflosigkeit, Nervosität und Ratlosigkeit:

Die Trance-Stufe beträgt 5. Linderung der Symptome während der Hypnose bis zum nächsten Tag.

### Schlussfolgerungen

Hypnose bei HämodialysepatientInnen könnte eine neue, nicht pharmakologische Behandlungsoption bei PatientInnen bieten, die unter Angst, Schmerz und Nervosität leiden. Weitere Studien sind erforderlich, um mehr Erfahrung und eine stabile wissenschaftliche Grundlage zu sammeln.

### AutorInnen

Sadegh Ebrahimzadeh Pflegefachmann Transplantationsimmunologie und Nephrologie, Dialyse, Universitätsspitals Basel, Sadegh.Ebrahimzadeh@usb.ch Co-AutorInnen der Studie: Gabriel Palacios (Hypnose Zentrum Bern), Liane Hornung Knauft, Michael Dickenmann, Anja Ulrich, Jürg Steiger, Melanie Schönenberger, Petra Meury (alle Universitätsspital Basel).

### Literaturverzeichnis

1. Rayner HC, et al. Clin J Am Soc Nephrol 2017;12:2000-07.
2. Erfahrungsberichte aus dem Artikel "Living with pruritus associated with chronic kidney disease" auf der Website der European Kidney Patient Association: [https://ekpf.eu/wp-content/uploads/2022/04/Living-with-CKD-aP\\_FR\\_V2.pdf](https://ekpf.eu/wp-content/uploads/2022/04/Living-with-CKD-aP_FR_V2.pdf)
3. Ständer S. et al. S2k-Leitlinie zur Diagnostik und Therapie des chronischen Pruritus, 2022
4. Hagl, M. (2015). 66. Wirksamkeit von klinischer Hypnose und Hypnotherapie. In D. Revenstorff & B. Peter (Hrsg.), Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin (526). Heidelberg: Springer-Verlag.
5. Arons, H., The New Master Course in Hypnotism: A Comprehensive Textbook of Modern Hypnotism. Borden Publishing Company, 1997.
6. Hartrick, C. T., Kovan, J. P., Shapiro, S., The Numeric Rating Scale for Clinical Pain Measurement: A Ratio Measure? World Institute of Pain, Pain Practice, Volume 3, Issue 4, 310

Der Autor hat keine Interessenkonflikte anzugeben

## PERSÖNLICHE MOTIVATION

### «Leben im Fluss halten»

Der Pflegefachmann Sadegh Ebrahimzadeh hat selber erfahren, wie es ist, die Kraft des Unterbewusstseins durch Hypnose zu wecken und sich dadurch Schritt für Schritt positiv zu verändern. Er habe enorme Kräfte gespürt, schreibt er, «die meine Lebensgeister weckten und ich erlebte eine Art der Wiederbelebung aus der Tiefe.» Er wollte mehr über Hypnosetherapie und deren Einsatzgebieten erlernen und absolvierte die Ausbildung zum anerkannten Diplom Hypnosetherapeut VSH/NGH/Gesprächstherapeut nach Invaluation®. «Wenn sich das Wasser in einem Bach staut, fängt es an zu faulen und die Wasserbewohner sterben. Denn nur wenn das Wasser fließen kann, bleibt es frisch und voller Leben.» Genauso sei es im Leben, sagt Sadegh Ebrahimzadeh.

Man müsse lernen, auf seine innere Kraft und seine Fähigkeiten zu vertrauen, um so sein Leben «im Fluss zu halten». Um ein Ziel erreichen zu können, brauche es immer einen Hauptplan, einen Ersatzplan und einen Notfallplan. Scheitert auch der Notfallplan, müsse man einen neuen Weg suchen

**Unterstützen Sie finanziell in Not geratene Nierenpatienten!**

**Jetzt mit TWINT spenden!**



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Spende bestätigen



**mesogeios<sup>+</sup>**  
NIERENZENTREN

**EXKLUSIVE ERSTKLASSIGE URLAUBSDIALYSE  
IN GRIECHENLAND**

Kontaktieren Sie unsere Mesogeios-Gästeservice-Spezialisten unter:  
☎ T: +30 2810 371560 📠 M: +306946285615  
@ E: info@mesogeios.gr 🌐 www.mesogeios.gr