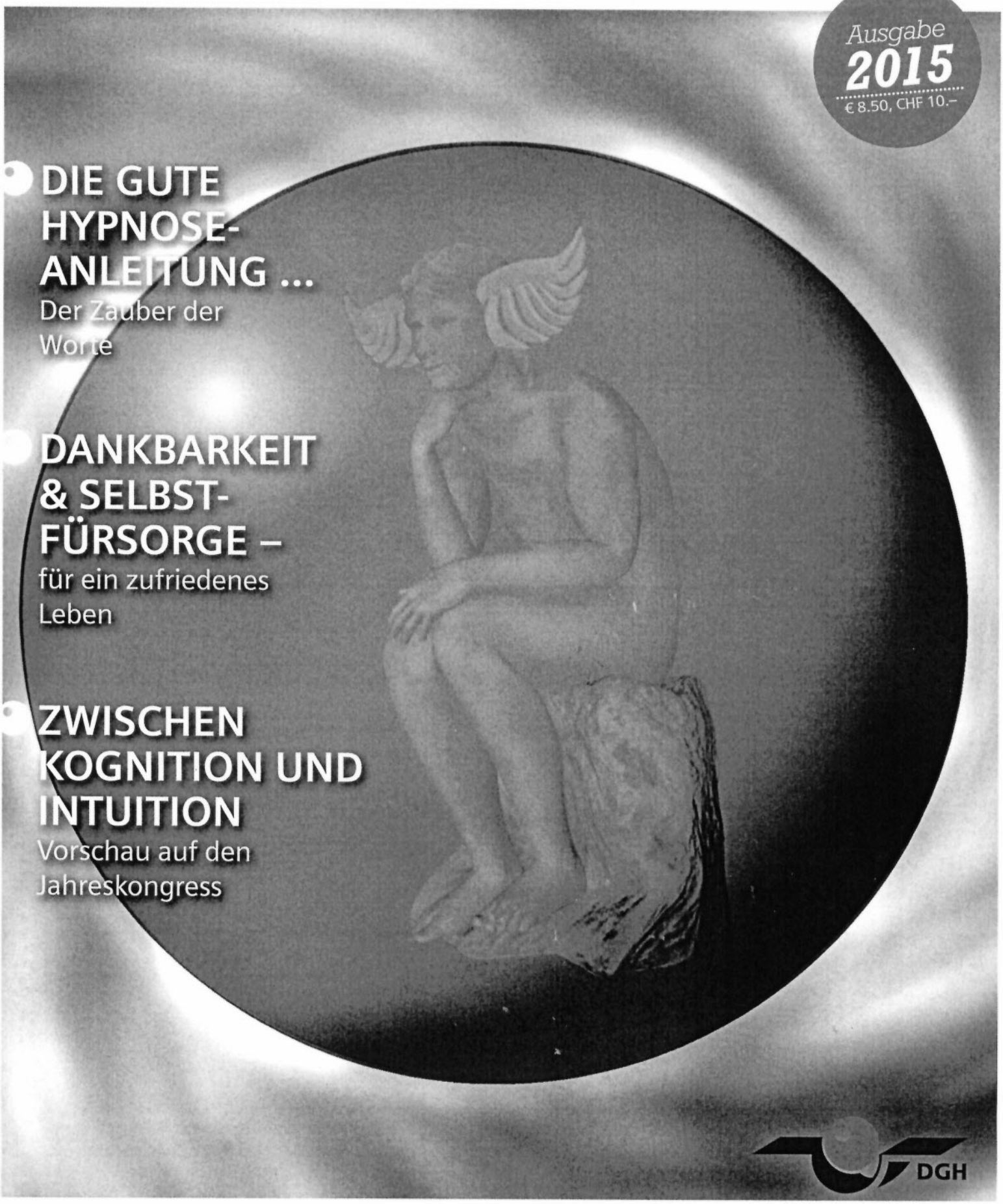
SUGGESTIONEN

Deutsche Gesellschaft für Hypnose und Hypnotherapie e.V.

Ausgabe 2015
€ 8.50, CHF 10.–



DIE GUTE HYPNOSE-ANLEITUNG ...

Der Zauber der Worte

DANKBARKEIT & SELBST-FÜRSORGE –

für ein zufriedenes Leben

ZWISCHEN KOGNITION UND INTUITION

Vorschau auf den Jahreskongress

DGH

Forschungsergebnisse in Kürze: Hypnose in der Onkologie

Autor: Dr. med. Michael Teut
Fotos: DGH, shutterstock

Hypnose wird in der Onkologie vor allem begleitend eingesetzt, um Lebensqualität und Wohlbefinden zu steigern und Nebenwirkungen onkologischer Behandlungen zu lindern. Der aktuelle Forschungsstand zeigt, dass die klinische Wirksamkeit von hypnotherapeutischen Interventionen hier vorwiegend bei Patientinnen mit Mamma-Karzinom und bei erkrankten Kindern erforscht wurde.

Ein gut untersuchtes Anwendungsgebiet ist die Begleitung diagnostischer Eingriffe. In bisherigen Studien konnte gezeigt werden, dass Hypnose klinische Endpunkte verbessert und hilft, Kosten zu sparen: Eine Übersichtsarbeit von Montgomery et al. (2013) identifizierte sieben Studien aus diesem Bereich, darunter drei randomisierte klinische Studien mit insgesamt 246 Patientinnen. In allen drei randomisierten Studien (Lang et al. 2006, Montgomery et al. 2002, Schnur et al. 2008) wurde die Gewinnung von Biopsien bei Verdacht auf Mamma-Karzinom durch Hypnose begleitet und gegen Standardtherapie oder eine Aufmerksamkeits-Kontrolle (empathisches Zuhören) verglichen. Die randomisierten Studien zeigen, dass signifikante und klinisch relevante Effekte in Bezug auf die Reduktion von Ängsten, Schmerzen, Stress, emotionale Aufregung und depressive Stimmung auftreten, Zufriedenheit und Entspannung zunehmen. Trotz des Zusatzaufwandes könnten Gesamtkosten eingespart werden, wie eine Kostenmodellierung von Block et al. (2010) für die USA aufzeigt. Hypnose hilft auch Kindern in der onkologischen Therapie zur Schmerzlinderung und Reduktion von Angst bei Knochenmarkspunktionen und Lumbalpunktionen zur Liquor-Gewinnung (Übersichtsarbeiten: vgl. Richardson et al. 2006, Montgomery et al. 2013), außerdem bei Venenpunktionen (Liossi et al 2009). Eine neuere Metaanalyse von Tefikow (2013) bestätigt diese Erkenntnisse.

In der **Begleitung und Vorbereitung von Operationen** wurden klinisch relevante Effektstärken für Schmerzlinderung, Medikamentenreduktion, Stressreduktion und für Verbesserung klinischer Endpunkte wie Übelkeit, Dauer des stationären Aufenthaltes und Dauer bis zur Erholung gemessen (Montgomery 2013). In vielen klinischen Studien wurde nur eine präoperative Sitzung Hypnose durchgeführt, häufig nicht länger als 15 Minuten. Bei Patientinnen mit Operationen bei Mamma-Karzinom ließen sich zudem Operationsdauern vermindern, Medikamente einsparen und die Gesamtkosten reduzieren.

In einem systematischen Review zur Wirksamkeit der Hypnose zur **Reduktion von Übelkeit und Erbrechen** unter Chemotherapie von Richardson et al. (2007) wurden sechs randomisierte kontrollierte Studien ausgewertet, darunter fünf Studien mit Kindern, die Chemotherapie erhielten. Die Effekte der Hypnose waren sowohl im Vergleich zur Standardtherapie als auch zu einer Aufmerksamkeits-Kontrollgruppe signifikant und klinisch relevant überlegen, allerdings waren die eingeschlossenen Studien in Bezug auf Fallzahlen klein und methodisch deutlich limitiert, ob dies auch unter dem Einsatz moderner Antiemetika noch gilt, ist offen.

Montgomery (2013) berichtet in einem Review, dass zur begleitenden Hypnose bei Radiotherapie bislang drei randomisierte klinische Studien durchgeführt wurden. In einer Studie zeigte sich Hypnose in Kombination mit kognitiver Verhaltenstherapie im Vergleich zur Standardtherapie wirksam zur Vorbeugung/Behandlung von Cancer-Fatigue bei Patientinnen mit Mamma-Karzinom (Montgomery et al 2009). In einer weiteren Studie (Schnur et al. 2009) zeigte die Kombination aus kognitiver Verhaltenstherapie und Hypnose einen positiven Effekt in Bezug auf affektive Symptome von Patientinnen mit Mamma-Karzinom. Eine Studie von Stalpers et al. mit Patienten mit unterschiedlichen Tumoren (2005) zeigte keine relevanten Effekte in Bezug auf Angstreduktion und Verbesserung der Lebensqualität. Die Aussage der drei Studien ist methodisch limitiert durch kleine Fallzahlen.

Überlebende wenden Hypnose an, um ihre Lebensqualität und Alltagsfähigkeit zu verbessern und klinische Symptome zu lindern. In einer Studie von Elkins et al. (2008) zeigte sich Hypnose im Vergleich zu keiner zusätzlichen Behandlung wirksam zur Reduktion von Hitzewallungen bei Patientinnen nach Mamma-Karzinom und verbesserte auch andere Outcomes wie Schlaf, Angst und depressive Stimmung. In einer weiteren Studie (Elkins et al. 2012) wurden diese Ergebnisse repliziert.

Es besteht international ein großer Bedarf an weiterer Forschung, um den klinischen Nutzen der Hypnose bei den bislang nicht oder kaum untersuchten onkologischen Erkrankungen zu erforschen.

Referenzen

Block KI. Cost savings with clinical solutions: the impact of reforming health and health care economics with integrative therapies. Integr Cancer Ther. 2010 Jun;9(2):129-35

Elkins G, Marcus J, Stearns V, Perfect M, Rajab MH, Ruud C, Palamara L, Keith T. Randomized trial of a hypnosis intervention for treatment of hot flashes among breast cancer survivors. J Clin Oncol. 2008 Nov 1;26(31):5022-6

Elkins GR, Fisher WI, Johnson AK, Carpenter JS, Keith TZ. Clinical hypnosis in the treatment of postmenopausal hot flashes: a randomized controlled trial. Menopause. 2012 Oct 22. PubMed PMID: 23096250; PubMed Central PMCID: PMC3556367.

Lang EV, Berbaum KS, Faintuch S, Hatsiopoulou O, Halsey N, Li X, Berbaum ML, Laser E, Baum J. Adjunctive self-hypnotic relaxation for outpatient medical procedures: a prospective randomized trial with women undergoing large core breast biopsy. Pain. 2006 Dec 15;126(1-3):155-64

Liossi C, White P, Hatira P. A randomized clinical trial of a brief hypnosis intervention to control venepuncture-related pain of paediatric cancer patients. Pain. 2009 Apr;142(3):255-63

Montgomery GH, Weltz CR, Seltz M, Bovbjerg DH. Brief presurgery hypnosis reduces distress and pain in excisional breast biopsy patients. Int J Clin Exp Hypn. 2002 Jan;50(1):17-32

Montgomery GH, Kangas M, David D, Hallquist MN, Green S, Bovbjerg DH, Schnur JB. Fatigue during breast cancer radiotherapy: an initial randomized study of cognitive-behavioral therapy plus hypnosis. Health Psychol. 2009 May;28(3):317-22

Montgomery GH, Schnur JB, Kravits K. Hypnosis for cancer care: over 200 years young. CA Cancer J Clin. 2013 Jan;63(1):31-44.

Schnur JB, Bovbjerg DH, David D, Tatrow K, Goldfarb AB, Silverstein JH, Weltz CR, Montgomery GH. Hypnosis decreases presurgical distress in excisional breast biopsy patients. Anesth Analg. 2008 Feb;106(2):440-4

Richardson J, Smith JE, McCall G, Pilkington K. Hypnosis for procedure-related pain and distress in pediatric cancer patients: a systematic review of effectiveness and methodology related to hypnosis interventions. J Pain Symptom Manage. 2006 Jan;31(1):70-84

Richardson J, Smith JE, McCall G, Richardson A, Pilkington K, Kirsch I. Hypnosis for nausea and vomiting in cancer chemotherapy: a systematic review of the research evidence. Eur J Cancer Care (Engl). 2007 Sep;16(5):402-12

Schnur JB, David D, Kangas M, Green S, Bovbjerg DH, Montgomery GH. A randomized trial of a cognitive-behavioral therapy and hypnosis intervention on positive and negative affect during breast cancer radiotherapy. J Clin Psychol. 2009 Apr;65(4):443-55

Stalpers LJ, da Costa HC, Merbis MA, Fortuin AA, Muller MJ, van Dam FS. Hypnotherapy in radiotherapy patients: a randomized trial. Int J Radiat Oncol Biol Phys. 2005 Feb 1;61(2):499-506

Tefikow S, Barth J, Maichrowitz S, Beelmann A, Strauss B,Rosendahl J. Efficacy of hypnosis in adults undergoing surgery or medical procedures: A meta-analysis of randomized controlled trials. Clinical Psychology Review 2013; 33: 623-636.

Ausführlichere Information zu Forschungsergebnissen in der Onkologie und viele praktische Therapieansätze finden Sie in dem neu erschienen Buch: **Kommunikation in der Psychoonkologie: Der hypnosystemische Ansatz. Hrsg. von Elvira Muffler. Carl Auer Verlag, Heidelberg 2015. «**

Der Autor
Dr. med. Michael Teut

Dr. med. Michael Teut
Dr. med. Michael Teut ist Oberarzt an der Hochschulambulanz für Naturheilkunde der Charité in Berlin Mitte und Wissenschaftler am Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie der Charité Universitätsmedizin Berlin. Er ist Facharzt für Allgemeinmedizin, Zertifikat ärztliche Hypnose (DGH).
www.michael-teut.de