

HİPNOZ ve SINIRLARI

Yrd.Doç.Dr.Serap ERDOĞAN
Gaziosmanpaşa Ünv. Tıp Fak. Psikiyatri AD
Gazi Ünv. Nöropsikiyatri Merkezi



- 💧 Tarihçe
- 💧 Nedir ?
- 💧 Olmalı mı, olmamalı mı?
- 💧 Kullanım alanları
- 💧 Bilimsel çalışmalara bir bakış
- 💧 Hipnoz etiği
- 💧 Soru işaretleri...

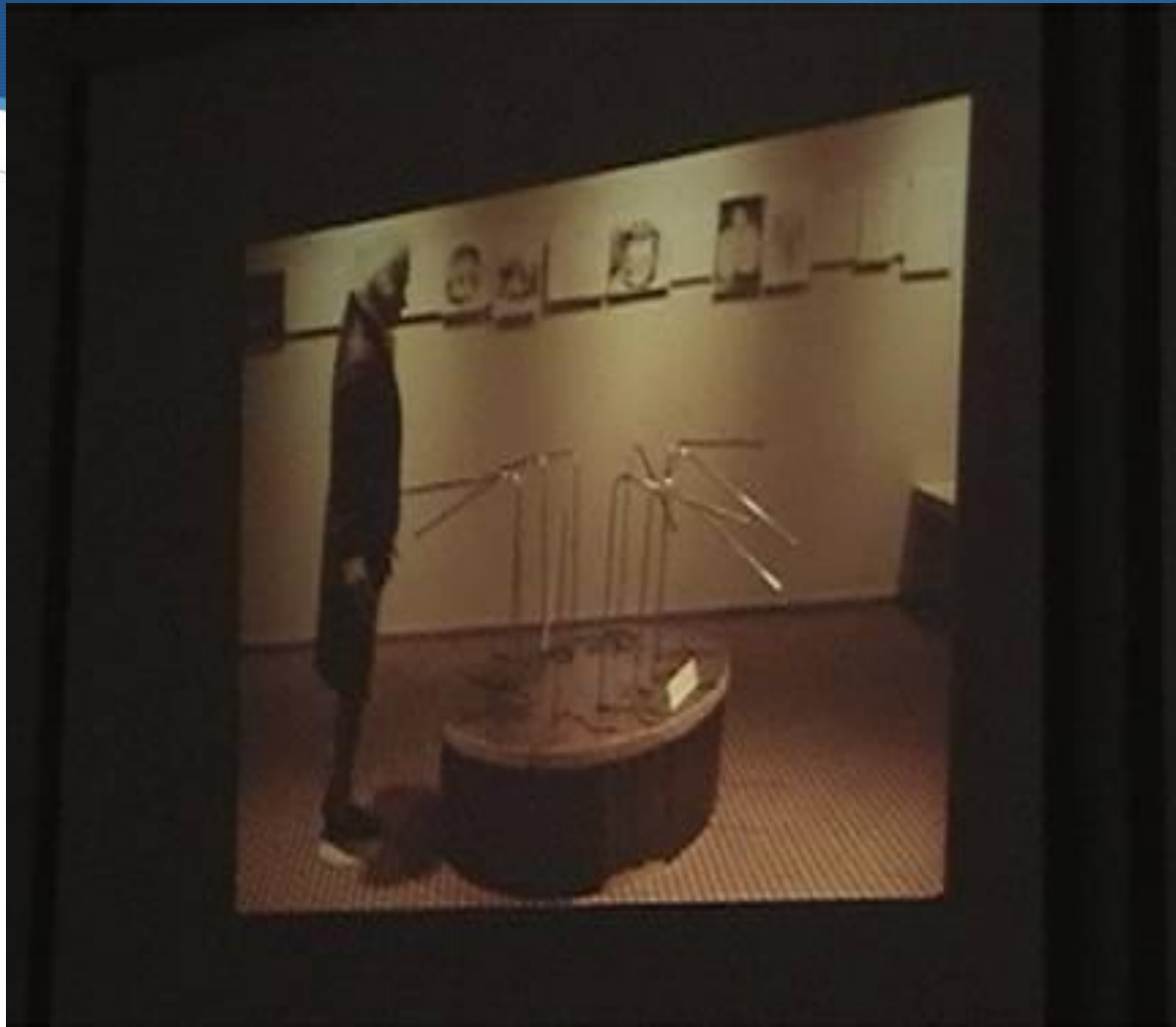
Tarihçe

- ◆ Kadim zamanlar... M.Ö. 4000...
- ◆ İlk hipnotik indüksiyon prosedürü, Mısır piramitleri
- ◆ Uyku tapınakları, Aesculapios
- ◆ Din adamları, kabile büyücüleri, şifacılar

Franz Anton Mesmer (1734-1815)

Mesmerizm, Animal Magnetizm



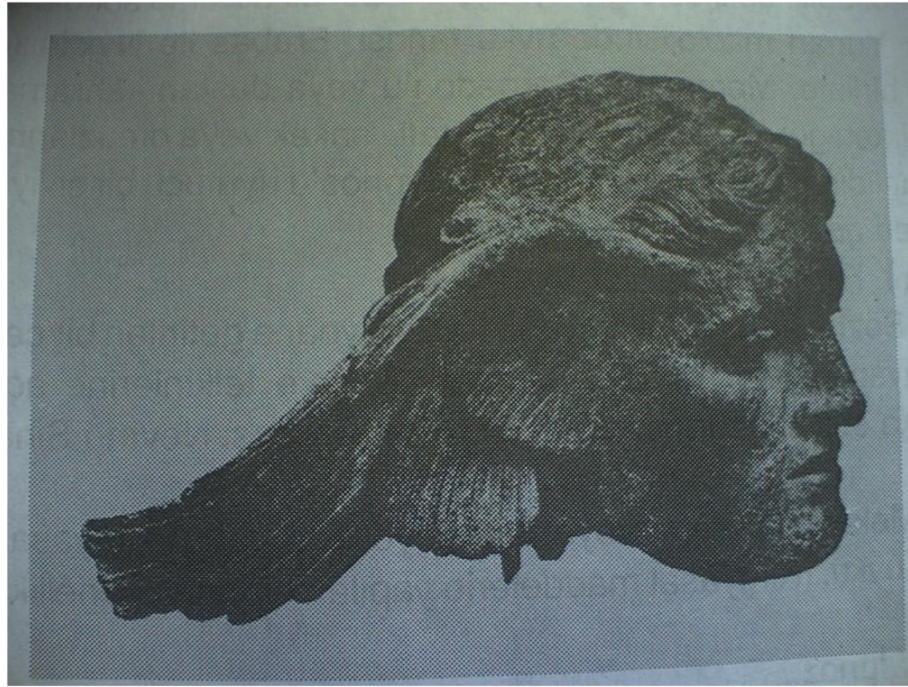


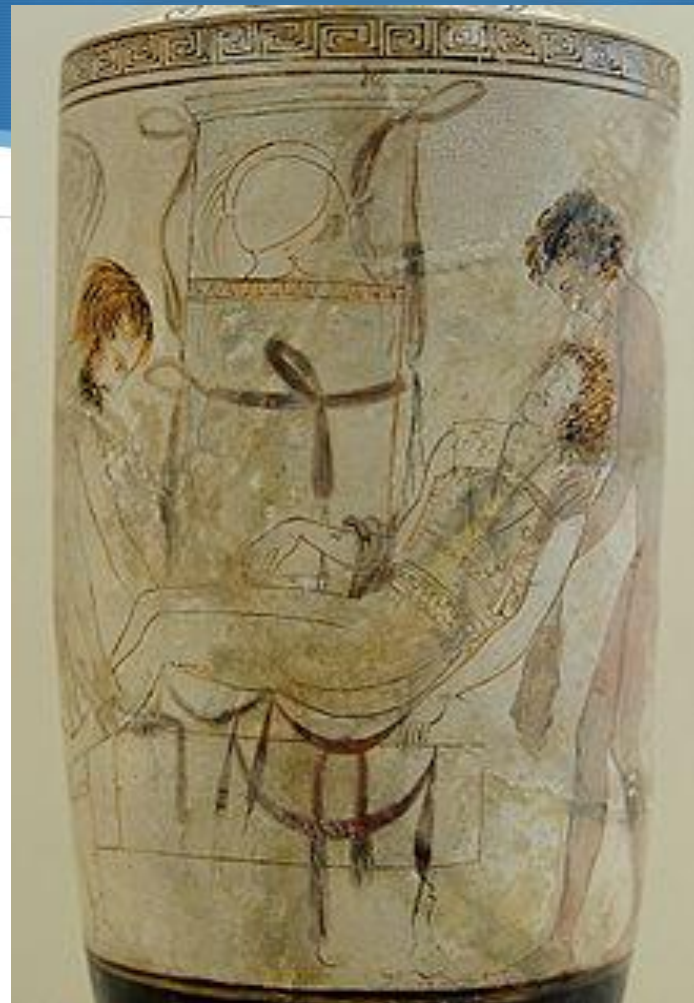
James Braid (1795-1860)

Hipnotizma-Monoideizm



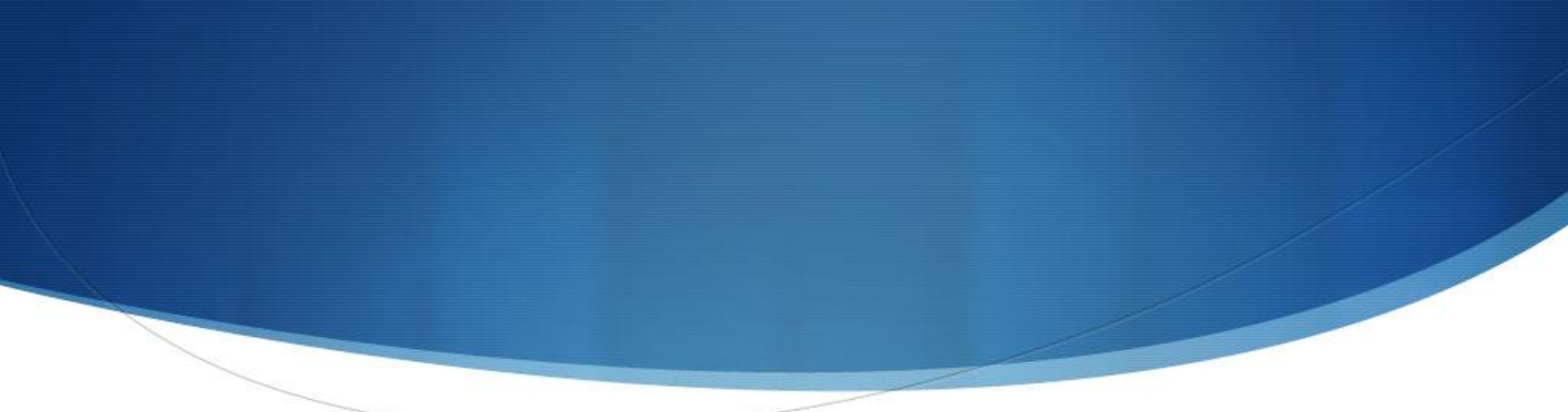
Hypnosis



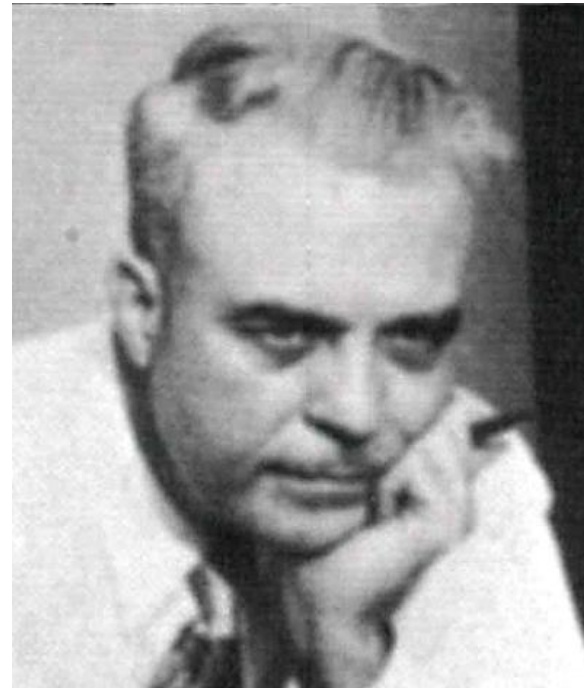


Hipnoz kuramları

- ◆ Freud ⇒ 'tranferans', bilinçdışı materyalin anımsanması
- ◆ Pavlov ⇒ kortikal inhibisyon, subkortikal bölgelerin baskın hale gelmesi, 'koşullu refleks'
- ◆ Janet ⇒ 'dissosiasyon'

- 
- ◆ İçsel güçler
 - ◆ Terapist ile kurulan ilişki
 - ◆ Semptomların krizler yoluyla dışa vurumu ve iyileşmesi

💧 Milton Erickson (1901-1980)



Türkiye'den isimler...

- ◆ Cemil Sena Ogun
- ◆ Dr. Recep Doksat
- ◆ Dr.Turhan Cengiz
- ◆ Dr.Cenan Tan
- ◆ Dr. Hüsnü İsmet Öztürk

- 💧 İngiliz Tıp Birliği 1953,
- 💧 Amerikan Tıp Birliği 1958

Hipnoterapi bir tedavi yöntemi olarak kabul edilmiştir

Tanım

- 💧 Telkin ile oluşturulan *özel bir bilinç durumu*
- 💧 Telkin – söz, bakış, imajinasyon, yardımcı nesneler
- 💧 Konsantrasyon + hayal gücü $\Rightarrow$ Hipnoz

Gündelik Hayat...

- 💧 Anne - çocuk ilişkisi (ninniler, 'öpeyim de geçsin'...)
- 💧 Otoyol hipnozu
- 💧 Televizyon izleyicileri...

Olmalı mı olmamalı mı?...

- ◆ Kişiyeye ait faktörler
- ◆ Hipnoz uygulayıcısına ait faktörler
- ◆ Çevresel faktörler

Kişıye ait faktörler-I

- ◆ Hipnotizabilite kavramı
- ◆ Hipnotizabilite ölçekleri [Stanford Hypnotic Susceptibility Scale form A, B, C (Weitzen-hoffer and Hilgard, 1959,1962); University of Tennessee Hypnotic Susceptibility Scale for the Deaf (Repka ve Nash 1995)...]
- ◆ 6-10 yaş arası pik yapar, tedricen azalır
- ◆ Genel nüfusun %10-15'inde oldukça yüksek

% 10-15' inde yok

% 70-80' inde orta düzeyde

Kişiye ait faktörler-II

- ◆ Bağımlı, histrionik kişilik özellikleri olanlarda hipnoza yatkınlık yüksek
- ◆ Narsisistik, paranoid, obsesif kişilik özellikleri olanlarda hipnoza yatkınlık düşük
- ◆ Yeme bozuklukları, dissosiyatif bozukluklar, travma sonrası stres bozukluğunda hipnoza yatkınlık yüksek
- ◆ Şizofreni, depresyon, demans, mental retardasyonu bulunanlarda hipnoza yatkınlık düşük

Kullanılmaması gereken durumlar

- ◆ Psikotik bozukluklar
- ◆ Prepsikotik süreç, şizotipal, şizoid kişilik özellikleri
- ◆ Borderline kişilik özellikleri

- ◆ İçsel güç $\Rightarrow$ hipnoz uygulanacak kişinin özellikleri
- ◆ Terapistle kurulan ilişki $\Rightarrow$ hipnoz ortamı, uygulayıcının özellikleri ve kullandığı yöntemler
- ◆ Semptomların kriz şeklinde ortaya çıkması $\Rightarrow$ hedeflenen davranış/durum

Kullanım alanları

- ◆ Genel Tıpta
- ◆ Psikiyatride

Genel Tıpta Hipnoz-I

◆ Ağrı kontrolünde

Migren, gerilim tipi baş ağrılarında

Kanser ağrıları

Kronik fiziksel ağrılar

Ağrısız doğum

Trigeminal nevralji

Genel Tıpta Hipnoz-II

💧 Anestezi sağlama yolu ile cerrahide

Diş çekimi, diş eti ameliyatları

Mide ameliyatları, tonsilektomi, tiroidektomi, appendektomi,
sezeryan

Genel Tıpta Hipnoz-III

◆ Diğer hastalıklar

Esansiyel hipertansiyon

Astım

Peptik ülser

İrritabl kolon

Ülseratif kolit

J. Verucae Plane (Siğil)

Psöriazis

Psikiyatride Kullanım

- ◆ Anksiyete bozuklukları (Panik bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk, sosyal fobi, basit fobiler)
- ◆ Yeme bozuklukları
- ◆ Dissosiyatif bozukluklar
- ◆ Tik bozuklukları, kekemelik, enürezis noktürna
- ◆ Psikojenik ağrı bozuklukları
- ◆ Sigara bağımlılığı
- ◆ Cinsel işlev bozuklukları

Psikiyatride Kullanım -II

- ◆ Genel olarak pek çok terapi yöntemlerinde (psikanaliz, bilişsel davranışçı terapi...) tekniği uygulamaya yardımcı bir araç olarak kullanılabilmektedir.

Evidence-based hypnotherapy for depression. (Alladin, 2010)

Unexplained physical symptoms successfully treated by symptom based psychotherapy (Reinders and Veth, 2009)

Integration of psychodynamic imaginative trauma therapy in a modified psychoanalytic concept of a inpatient psychotherapy unit (Beckrath-Wilking, 2004)

Bilimsel Çalışmalarda Hipnoz

- ◆ Elektroensefalografi (EEG),
- ◆ Pozitron emisyon tomografi (PET)
- ◆ İşlevsel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI),

EEG Çalışmaları

- ◆ Hypnotizability-related EEG alpha and theta activities during visual and somesthetic imageries. (Cavallaro et al, 2010)
- ◆ EEG correlates of virtual reality hypnosis. (White et al, 2009)
- ◆ EEG source localization and global dimensional complexity in high- and low- hypnotizable subjects: a pilot study (Isotani et al, 2009)

Genel olarak: Hipnoza özgü EEG belirtisi bulunmamakla birlikte hipnoz yatkınlığı farklı olan kişilerin hipnoz telkinleri sırasında kaydedilen EEG'leri de farklı

PET Çalışmaları

- ◆ Functional neuroanatomy of the hypnotic state. (Faymonville et al, 2006)
- ◆ Hypnosis modulates activity in brain structures involved in the regulation of consciousness. (Rainville et al, 2002)
- ◆ Increased cerebral functional connectivity underlying the antinociceptive effects of hypnos. (Faymonville et al, 2003)

fMRI Çalışmaları

- 💧 Hypnotic induction decreases anterior default mode activity. (McGeown et al, 2009)
- 💧 Pain and non-pain processing during hypnosis: a thulium-YAG event-related fMRI study. (Vanhaudenhuyse et al, 2009)
- 💧 Fibromyalgia pain and its modulation by hypnotic and non-hypnotic suggestion: an fMRI analysis (Derbyshire et al, 2009)

Genel olarak: Dikkat ve algılama ile ilgili bölgelerde işlev değişikliği tespit edilmiş. Anterior singulat korteks etkilendiği belirlenen ortak alanlardan biri.

Etik-I

Türk Psikiyatri Derneği, Hipnoz ve Hipnoterapi Uygulama Etik Kuralları

- ◆ Uygun, yeterli eğitime sahip ve Sağlık Bakanlığınca onaylı sertifikaları olan *hekim, dış hekimi ve klinik psikologlar* tarafından, kendi uzmanlık alanlarının sınırları dahilinde ve tedavi amaçlı olarak kullanılabilir
- ◆ Eğlence ve gösteri amaçlı kullanılamaz
- ◆ Hipnoz uygulamalarına ait görüntü ya da fotoğraflar, kitle iletişim araçlarında, web sitelerinde, çeşitli amaçlarla hazırlanan kitap ya da broşürlerde, reklam, gösteri, haber programlarında kullanılamaz

Etik-II

- ◆ Hipnoz uygulayıcıları, kendi sosyal, ekonomik yarar ya da çıkarları doğrultusunda telkin veremezler
- ◆ Hipnoz uygulayıcıları kendilerini ‘hipnoterapist’ olarak tanıtamaz, ‘hipnoterapist’ sözcüğünü tableda, kartvizitte, antetli kağıtta ya da imzalarında kullanamaz
- ◆ Uygulayıcılar, hastaların başka bir uygulayıcının telkinlerini kabul etmeyeceği, başka bi uygulayıcının telkinlerinden yarar görmeyeceği şeklinde posthipnotik telkinler veremezler

Mitler Ne Durumda??

- ☐ “İstemediğim halde zorla hipnoza sokulabilir miyim?”
- ☐ “Hipnoz sırasında insana normalde istemeyeceği bir şeyi yaptırmak mümkün müdür?”
- ☐ “Ya hipnozdan uyanamazsam ? ”
- ☐ “Saf, eğitimsiz ve zeka engelliler daha mı kolay hipnoza girer ? “