



Dr Maria Willemsen
Dermatologie

Tel. 02-270.34.80
Broekstraat 28
1860 St.-Brixius-Rode
www.dermatologiewillemsen.be
praktijk@dermatologiewillemsen.be

WAT IS MEDISCHE HYPNOSE ?

Rond hypnose bestaan er veel misverstanden omdat deze techniek (mis)bruikt wordt door toneelhypnotiseurs. Dit heeft echter niets te maken met de medische (zelf)hypnose techniek die door artsen, tandartsen of psychologen gebruikt wordt.

Hypnotherapie is niet mystiek of magisch. Het lokt alleen een veranderde bewustzijnstoestand uit waarin het lichaam ontspannen is. Deze bewustzijnsverandering is een normaal en natuurlijk verschijnsel van onze menselijke geest. Je kan deze ervaring vergelijken met dagdromen of zo erg opgaan in een spannend boek dat men de omgeving vergeet. Tijdens deze sterke concentratie zijn personen veel ontvankelijker voor bepaalde suggesties.

Binnen de geneeskunde wordt hypnose steeds vaker aangewend om klachten te beïnvloeden. Een voorbeeld hiervan zijn diverse ziekten met acute en chronische pijn. Ook voor talrijke dermatologische aandoeningen is het nut aangetoond. De meeste patiënten zijn voldoende hypnotiseerbaar om een gunstig effect te ervaren.

Hypnose bij huidziekten kan op talrijke manieren gebruikt worden:

- Er kunnen suggesties gegeven worden om pijn, ontsteking en jeuk te verlichten.
- Suggesties kunnen helpen om minder aan de huid te peuteren, de haren uit te trekken of op nagels te bijten.
- Men leert zich beter leren ontspannen. Een hypnose toestand, of een toestand bereikt met zelfhypnose is erg aangenaam.
- Hypnose kan gebruikt worden om je zelfvertrouwen te verbeteren.

Hypnose houdt geen enkel risico in indien het gebeurt in het bijzijn van iemand die er degelijk voor opgeleid is.

Meestal worden er 5 sessies gepland waarna eerst geëvalueerd wordt vooraleer er verder behandeld wordt. De eerste sessie is er enkel een kennismaking.