Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 113 (2015)
Heft: 4

Artikel: "Ich fordere alle Hebammen auf, eine Hypnoseausbildung zu machen"
Autor: Muanasaka, Etienne
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-949581

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Ich fordere alle Hebammen auf, eine Hypnoseausbildung zu machen»

Das Waadtländer Universitätsspital (Centre hospitalier universitaire vaudois, CHUV) in Lausanne führt die Selbsthypnose schrittweise ein und bietet eine Einführung dazu. Dadurch sollen die verschiedenen Phasen der Geburt mit einer Periduralanästhesie (PDA) besser erlebt werden und auch jene Frauen optimal betreut sein, die ohne gebären möchten. Ausserdem erhöht die Hypnose das Wohlbefinden der Gebärenden mit einer PDA, ohne dass irgendwelche Vorbereitungen nötig wären. Das Personal mit entsprechender Ausbildung fehlt allerdings noch.

Ein Interview mit Dr. Etienne Muanasaka

Welche Wirkungen erwartet man von einer Hypnose während der Geburt?
In der Geburtshilfe geht man davon aus, dass die Selbsthypnose der Gebärenden hilft, die verschiedenen Phasen der Geburt mit einem Wohlempfinden zu erleben. Gegebenenfalls wird sich die Frau auch bei einer PDA mit Selbsthypnose helfen.

Welche Hypnose haben Sie gelernt?
Ich absolvierte meine Ausbildung am Institut romand d'hypnose suisse. Der Schwerpunkt lag auf der Anwendung der Hypnose im medizinischen Bereich. Da die medizinische Hypnose zu einem bestimmten Zeitpunkt an einem bestimmten Ort gezielt eingesetzt wird, kann man sie meines Erachtens nicht in mehrere Kategorien unterteilen. Ich wende sowohl die indirekten Methoden nach Erickson als auch die direkten Methoden an, je nach Bedürfnis der Gebärenden.

Können PDA und Hypnose kombiniert werden?
Die beiden Techniken können durchaus kombiniert werden. Die Hypnose wirkt entspannend und wohltuend während der Durchführung einer PDA. In diesem Fall versetze ich die Patientin nicht in eine hypnotische Trance, sondern wähle Worte und ein Verhalten, das der Frau Vertrauen gibt und das Wohlempfinden nach der Anästhesie antizipiert.

Wie hoch ist heute die Rate der PDA in der Geburtenabteilung des CHUV, und wie viel Prozent der Gebärenden verlangen nach einer Hypnose?
Dazu möchte ich festhalten, dass die PDA bei Weitem die wirksamste Technik zur Linderung der Wehen ist. Die Hypnose kann jenen Frauen helfen, die sich entschieden haben, ohne PDA zu gebären. Ausserdem wird sie eingesetzt, wenn bei einer schwangeren Frau die PDA kontraindiziert ist. In beiden Fällen sollte die Frau von Pflegefachleuten begleitet sein, die eine Hypnoseausbildung durchlaufen haben: Hebamme, Arzt oder Pflegefachperson. Die Geburtenabteilung des CHUV hat heute noch kein qualifiziertes Personal, das den Frauen bei der Geburt mit Hypnose beistehen kann. Deshalb fordere ich alle Hebammen auf, eine Hypnoseausbildung zu machen, denn die Nachfrage wächst stetig.
Als Anästhesiearzt in Ausbildung wechsle ich alle drei bis sechs Monate die Abteilung und kann daher nicht regelmässig Geburten oder PDA mit Hypnose begleiten. Mehrere Kolleginnen und Kollegen sind in Ausbildung, und wir hoffen, in drei bis fünf JAhren in einem Team arbeiten zu können, in dem die Anästhesieärzte zugleich auch Hypnosetherapeuten sind.

Dr. Etienne Muanasaka
Assistenzarzt in Anästhesie und Hypnosetherapeut am Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV), Lausanne

etienne.muanasaka@chuv.ch

Wer kann theoretisch von einer Hypnose profitieren?
Jede gebärende Frau kann von der Hypnose profitieren, wenn sie das Bedürfnis danach hat. Unter der Voraussetzung, dass qualifizierte Fachpersonen sie begleiten. Die Geburtenabteilung im CHUV kann den Frauen diese Möglichkeit vorderhand noch nicht dauerhaft anbieten – die Gründe dafür habe ich bereits erwähnt. Bei jenen Frauen, die im CHUV von einer Hypnose profitieren konnten, war es ein glücklicher Zufall, dass ein Anästhesiearzt mit der entsprechenden Ausbildung und eine Gebärende, die eine Hypnose benötigte wegen Angstzuständen, einer hohen Schmerzempfindlichkeit, einer abgeschlossenen Eröffnungsphase oder einer bevorstehenden Geburt, aufeinander trafen.

Unter welchen Bedingungen ist eine Hypnose sinnvoll?
Wie ich bereits sagte, kann eine Geburt unter Selbsthypnose – ein Hypnosetherapeut führt die werdende Mutter während der Schwangerschaft ein – oder mit hypnotischer Begleitung, beispielsweise der Hebamme, stattfinden. Ausserdem ist die Hypnose wohltuend, während eine PDA angelegt wird. Die Frau muss zu einem günstigen Zeitpunkt das Bedürfnis äussern.

Gibt es Kontraindikationen?
Es gibt einige Kontraindikationen, zum Beispiel eine psychische Dekompensation oder wenn die Patientin keine Hypnose möchte und vor allem, wenn der Therapeut an seine Grenzen stösst.

Wer schlägt eine Hypnose vor?
Die Gebärende kann danach fragen, aber auch die Geburtshelfer, Hebammen oder Anästhesisten können eine Hypnose vorschlagen. Eine Vorbereitung ist nötig, wenn möglich mit einer Hebamme – Hypnosetherapeutin –, falls die schwangere Frau unter Selbsthypnose gebären möchte. Wenn jedoch eine PDA mit einer Hypnose kombiniert stattfinden soll, braucht es keine Vorbereitungen.

Wie läuft das konkret ab?
Für eine Geburt unter Hypnose ist eine Vorbereitung mit einem Therapeuten ratsam. Beispielsweise im Rahmen von zwei Hypnosesitzungen, welche die verschiedenen Phasen der Geburt antizipieren. Die Gebärende sollte dann während der Geburt in der Lage sein, die Hypnose respektive Selbsthypnose einzusetzen, wenn sie das möchte. Manchmal bestimmt man einen Körperanker, welcher der Person hilft, je nach Bedarf während der Wehen in die Hypnose zu sinken. Als Anästhesist lasse ich immer ein Türchen offen für eine PDA, falls die Hypnose allein nicht genügen würde.
Wenn ich eine PDA unter Hypnose plane, mache ich eine kurze Anamnese der Gebärenden und stelle einen therapeutischen Kontakt her. Dabei bitte ich die Frau um ihr mündliches Einverständnis. Manchmal empfehle ich der Frau, sich während der Wehen auf persönliche Wohlfühlzonen zu besinnen, sich an einen Ort zu versetzen, der ihr angenehm ist, sich auf den Schmerz zu konzentrieren oder irgendetwas anderes zu tun, das im Moment gut für sie ist. Das Material für die PDA habe ich vorgängig schon bereitgelegt, und die Stelle für die Punktion ist bestimmt. Sobald ich sicher bin, dass die Patientin bereit ist, lege ich die PDA an. Wenn diese wirkt, begleite ich die Frau aus dem hypnotischen Zustand heraus.

Werden die Hebammen bei einer Hypnose einbezogen?
Die Begleiterin einer gebärenden Frau ist die Hebamme. Unsere Rolle als Anästhesisten ist nur punktuell. Die Beziehung zwischen der Gebärenden und der Hebamme muss stets gestärkt werden. Nach der PDA übergebe ich die Frau wieder der Hebamme, die sie vorher begleitet hat und sie auch während der Geburt begleiten wird. Wir arbeiten im Team, und eine gute Kommunikation ist immer ein Gewinn für die Patientin.

Sind Nebenwirkungen bekannt?
Wie jede Therapie kann auch die Hypnose Nebenwirkungen haben, doch ein Hypnosetherapeut hat gelernt, sie vorauszusehen, mit ihnen umzugehen und die Patientin optimal zu betreuen.

Gibt es in Lausanne Untersuchungen zu diesem Thema?
In der Intensivpflege im CHUV gab es einige klinische Untersuchungen im Zusammenhang mit der Versorgung von Menschen mit schweren Verbrennungen. Auf diesem Gebiet haben wir langjährige gute Erfahrungen mit der Hypnose gemacht. Dafür ist die Intensivpflegefachfrau Maryse Davadant zuständig, die auch die paramedizinischen Teams ausbildet. Sie praktiziert die Hypnose regelmässig mit schwerverletzten Brandopfern.
Für den Anästhesiebereich haben wir eine klinische Studie angeregt, die noch nicht abgeschlossen ist. Doch wirklich aussagekräftige Studien sind bei Hypnosen selten, denn wir können keine Doppelblindversuche machen!

Wie kamen Sie als Anästhesist dazu, die Hypnose zu praktizieren?
Ich kam während meiner Ausbildung in Lyon im Rahmen der Behandlung chronischer Schmerzen mit der Hypnose in Kontakt. Im Pariser Schmerzbehandlungszentrum war ich zum ersten Mal bei einer Hypnosesitzung dabei. Es ging um eine Patientin mit chronischen Schmerzen, bei der die verschiedenen Eingriffe nur beschränkt wirksam gewesen waren.
Anschliessend schrieb ich mich am Institut romand d'hypnose suisse ein. Dort erfuhr ich, dass mehrere Anästhesisten, darunter auch Dr. Alain Forster, Hypnosetherapeut und früherer stellvertretender Anästhesiechefarzt im Universitätsspital Genf, eine Ausbildung in Hypnose absolviert hatten. Ich wollte meinen therapeutischen Horizont erweitern. Allerdings ist mir bewusst, dass auch diese Therapie an ihre Grenzen stösst. Die Hypnose ist ein humanistischer und individualisierter Ansatz, der unter anderem bei Ängsten, gewissen Phobien sowie starken und chronischen Schmerzen sinnvoll ist. Doch sie sollte wie jede Therapieform richtig eingesetzt werden. Man muss ihre Grenzen kennen.

Wird die Hypnose in den Geburtsabteilungen der ganzen Schweiz Einzug halten?
Ein frommer Wunsch! Ich wäre schon zufrieden, wenn in jedem Team ein Drittel der Hebammen eine entsprechende Ausbildung hätte und den Frauen regelmässig eine Hypnose anbieten könnte. Vielleicht kommt der Tag, an dem die Hypnose in die Grundausbildung der Pflegefachleute, Hebammen und Ärzte integriert wird. Lassen Sie uns weiter träumen: Nach und nach lässt sich die Wirksamkeit der Hypnose auch wissenschaftlich beweisen. Sie verlässt den Bereich der Scharlatanerie und ist dann einfach als eine der vielen Formen von Komplementärmedizin anerkannt.

Interview Josianne Bodart Senn
mit Unterstützung von Marie Blanchard,
Bénédicte Michoud Bertinotti und
Viviane Luisier