

Functionele buikpijn - behandeling met hypnosetherapie

Wat is hypnotherapie?

Hypnotherapie, ook wel medische hypnose genoemd, is een therapievorm waarbij kinderen en volwassenen leren om via een soort van dagdromen fysieke en emotionele processen te beïnvloeden. Het is dus niet zo dat men leert om beter met de pijn om te gaan; hypnotherapie kan daadwerkelijk leiden tot een beïnvloeding van lichamelijke processen en dus tot minder pijn. Tijdens hypnotherapie zijn patiënten in een staat van veranderd bewustzijn, een soort trance. Deze trance is te vergelijken met dagdromen, een zeer alledaags verschijnsel. Hypnose is afgeleid van het Griekse woord 'hypnos'. Dit betekent 'slaap'. Hoewel het ogenschijnlijk op slaap lijkt, zijn patiënten gewoon wakker en in staat om antwoord te geven op vragen van de therapeut.

Medische hypnose is helemaal geen opzienbarend verschijnsel, zoals op televisie nogal eens wordt gesuggereerd. Het maakt gebruik van alledaagse ontspanningstechnieken en van het voorstellingsvermogen van de patiënt. Er is geen verlies van controle; een hypnotherapeut kan de patiënt nooit iets laten doen wat hij of zij niet wilt.

Hypnotherapie bij chronische buikpijn

Bij chronische buikpijn bestaat de hypnotherapie uit een aantal pijlers. Allereerst worden diverse oefeningen voor stressreductie aangeboden, omdat bekend is dat stress de buikpijn verergert. Daarnaast zijn er therapiesessies gericht op het rustiger laten worden van de darmen (het verminderen van de overgevoeligheid die kenmerkend is bij prikkelbare darmen). Ook zijn er oefeningen gericht op het vergroten van het (zelf-)vertrouwen omdat angst en onzekerheid bij een groot deel van de kinderen met chronische buikpijn een rol speelt.

Wat is zelfhypnose?

Alle patiënten wordt tevens zelfhypnose aangeleerd. Hierdoor kan een patiënt thuis de oefeningen zelf ook doen, om zo het effect van de hypnotherapie te vergroten. Zelfhypnose verhoogt de autonomie van het kind. Kinderen leren invloed uit te oefenen op hun gevoel van welbevinden. Hoe vaker wordt geoefend, hoe makkelijker het in het algemeen gaat.

Naar welke therapeut kan worden verwezen?

Er bestaat geen landelijke richtlijn welke opleiding een therapeut moet hebben gevolgd ten einde kinderen met chronische buikpijn te kunnen behandelen. Bij voorkeur heeft de therapeut in ieder geval de vervolgopleiding “medische hypnose bij kinderen” van Cure & Care gevolgd, inclusief de

Meer informatie vindt u op www.hypnosevoorkinderen.nl of www.medischehypnose.nl.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność,

postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

583910032025