DOI: 10.23888/humJ20192414-427

ГИПНОЗ: ВОЗМОЖНОСТИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

HYPNOSIS: OPPORTUNITIES AT THE PRESENT STAGE

ГИПНОЗ: ВОЗМОЖНОСТИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Федотов Илья Андреевич

к.м.н., доцент кафедры психиатрии

DOI: 10.23888/humJ20192414-427

ПЛАН

1. Место гипноза в истории психиатрии и психотерапии
2. Современная концептуализация феномена гипноза
3. Нейрофизиология и психология гипноза
4. Мифы по поводу гипноза
5. Применение гипноза в практике лечения соматических болезней:
 - Онкология
 - Неврология
 - Хирургия
 - Стоматология
 - Акушерство-гинекология
 - Терапия

UNE LEÇON CLINIQUE À LA SALPÊTRIÈRE

Pierre Aristide André Brouillet (1887)

Harris, J. C. (2005). *A Clinical Lesson at the Salpêtrière*. *Archives of General Psychiatry*, 62(5), 470.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- Термин "гипноз" используется для обозначения как **измененного состояния сознания** (синоним: гипнотический транс), так и **процедуры**, с помощью которой это состояние индуцируется.
- Во время гипнотического транса **можно изменить физиологические, когнитивные, аффективные и поведенческие процессы**.
- Гипнотическое состояние и гипнотические явления могут быть вызваны **другим человеком** (терапевтом) или **самостоятельно** (самогипноз).
- Субъективное переживание гипноза характеризуется **высокой степенью достоверности** (переживается как реальное) и **непроизвольностью** ("это происходит само собой").

Häuser, W., Hagl, M., Schmierer, A., & Hansen, E. (2016). *The Efficacy, Safety and Applications of Medical Hypnosis: A Systematic Review of Meta-analyses*. *Deutsches Aerzteblatt Online*.

ВИДЫ ГИПНОЗА

- **Классический**
 - Директивный
 - Используются прямые внушения
 - Возможен только в глубоком трансе
- **Эриксоновский**
 - Недирективный
 - Используются косвенные внушения
 - Возможен и при неглубоком трансе

«Эриксонизм в большей степени - форма краткосрочной психотерапии, основанная на суггестии, когнитивно-поведенческом подходе, психоанализе, но не на гипнотерапии. Успешное распространение Эриксонизма как направления краткосрочной психотерапии определяется появлением в 70-е гг. XX в. в странах Запада запроса на краткосрочные формы психотерапии и удачной маркетинговой политикой и рекламной стратегией первых Эриксоновцев»

(Р.Д. Тукаев, 2006)

НЕЙРОФИЗИОЛОГИЯ ГИПНОЗА (1)

Изменения в нейрональном ответе при погружении в гипноз (фМРТ)

Передняя часть поясной извилины
 Высокогипнабельные: понижение активности
 Малогипнабельные: нет изменений

Дорсолатеральная префронтальная кора
 Высокогипнабельные: нет изменений
 Малогипнабельные: повышение активности

TMS →

Landry, M., Lifshitz, M., & Raz, A. (2017). Brain correlates of hypnosis: A systematic review and meta-analytic exploration. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 81, 75–98.

НЕЙРОФИЗИОЛОГИЯ ГИПНОЗА (2)

Landry, M., Lifshitz, M., & Raz, A. (2017). *Brain correlates of hypnosis: A systematic review and meta-analytic exploration*. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 81, 75–98.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ ГИПНОЗА

- Неодиссоциативная теория гипноза
- Регрессивная теория
- Социо-культурная теория (теория ролевого поведения)
- Вторично-феноменологическая нейрофизиологическая теория гипноза (Р.Д. Тукаев)

Yapko, M. D. (1995). *Essentials of hypnosis*. New York: Brunner/Mazel.

МИФЫ ПО ПОВОДУ ГИПНОЗА

Со стороны врачей:

- Гипноз – это просто релаксация
- В гипнозе внушения дают сразу в бессознательное, сознание человека отключается (использование вместо наркоза)
- Гипноз должен обязательно включать в себя *ritual* индукции
- В гипнозе можно восстановить подробно все воспоминания

Со стороны клиентов:

- Гипноз требует силы гипнотерапевта (с гипнозом рождаются)
- В гипнозе полностью теряется контроль, клиент попадает под власть гипнотерапевта
- От гипноза можно «сойти с ума»

Yapko, M. D. (1995). *Essentials of hypnosis*. New York: Brunner/Mazel.

ПРИМЕНЕНИЕ ГИПНОЗА

- Гипноз в общемедицинской сети
 - Облегчение соматических симптомов (в первую очередь боли)
 - Снижение психического напряжения во время лечения (тревоги и депрессии)
 - Улучшение неупорядоченных физиолого-биохимических показателей
 - Облегчение физиологических / биохимических процессов заживления
- Гипнотерапия - психотерапия с пациентом в трансе: решение психологических проблем путем предоставления пациенту доступа к собственным ресурсам, содействие изменениям в поведении, реструктуризация (минимизация, усиление, изменение обуславливания) когнитивно-аффективных паттернов, перестройка эмоционально стрессовых событий и ощущений, еинтеграция недоступных (диссоциированных) чувств
- Гипноз в коммуникациях (использование результатов гипнотерапии для эффективного общения врача и пациента, для продаж, переговоров)
- Экспериментальный гипноз (фундаментальные исследования соматических ощущений (например, боли), эмоций и состояний сознания)
- Эстрадный гипноз (демонстрация гипнотических феноменов как шоу)

Häuser, W., Hagl, M., Schmierer, A., & Hansen, E. (2016). *The Efficacy, Safety and Applications of Medical Hypnosis: A Systematic Review of Meta-analyses*. *Deutsches Aerzteblatt Online*.

2. Шкала
оценки уровней достоверности доказательств (УДД)
для методов профилактики, лечения и реабилитации (профилактических,
лечебных, реабилитационных вмешательств)

УДД	Расшифровка
1.	Систематический обзор рандомизированных клинических исследований с применением мета-анализа
2.	Отдельные рандомизированные клинические исследования и систематические обзоры исследований любого дизайна, за исключением рандомизированных клинических исследований, с применением мета-анализа
3.	Нерандомизированные сравнительные исследования, в том числе когортные исследования
4.	Несравнительные исследования, описание клинического случая или серии случаев, исследование «случай-контроль»
5.	Имеется лишь обоснование механизма действия вмешательства (доклинические исследования) или мнение экспертов

ГИПНОЗ ДЛЯ ТЕРАПИИ ТРЕВОГИ У ПАЦИЕНТОВ С РАКОМ

ДА!

Chen, P.-Y., Liu, Y.-M., & Chen, M.-L. (2017). The Effect of Hypnosis on Anxiety in Patients With Cancer: A Meta-Analysis. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 14(3), 223–236.

ГИПНОЗ ПРИ ФИБРОМИАЛГИИ

Table 2 Effect sizes of guided imagery/hypnosis on selected outcome variables at end of treatment.

Outcome title	Number of studies	Number of patients	Effect size (95% CI)	Test for overall effect p-value	Heterogeneity I ² (%)
50% and more pain relief	6	299	RD 0.24 (0.06, 0.42)	0.008	80
20% and more improvement of HRQOL	3	164	RD 0.06 (-0.15, 0.26)	0.57	54
Psychological distress	3	178	SMD -0.40 (-0.70, -0.11)	0.008	0
Disability	1	64	SMD -0.40 (-0.70, -0.11)	0.32	Not applicable
Acceptability	7	187	RD 0.03 (-0.31, 0.07)	0.36	0
30% and more pain relief	5	292	RD 0.25 (0.01, 0.50)	0.01	80
Mean pain intensity	6	299	SMD -1.12 (-1.97, -0.28)	0.009	91
Coping with pain	4	228	SMD -0.32 (-0.59, -0.05)	0.02	5
Fatigue	3	164	SMD -0.91 (-1.51, -0.11)	0.01	8
Sleep problems	3	164	SMD -0.19 (-0.62, 0.24)	0.66	47
Mean HRQOL	3	164	SMD -0.19 (-0.62, 0.24)	0.66	47

HRQOL, Health-related quality of life; RD, Risk difference; SMD, Standardized mean difference; CI, Confidence interval.

Zech, N., Hansen, E., Bernardy, K., & Häuser, W. (2016). Efficacy, acceptability and safety of guided imagery/hypnosis in fibromyalgia - A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *European Journal of Pain*, 21(2), 217–227.

ГИПНОЗ ДЛЯ УМЕНЬШЕНИЯ БОЛИ

83 РКИ
Более 4000 пациентов

ДА!
Но только для
высокогипнабельных
и при директивном
внушении

Thompson, T., Terhune, D. B., Oram, C., Sharangpani, J., Rouf, R., Solmi, M., ... Stubbs, B. (2019). The effectiveness of hypnosis for pain relief: A systematic review and meta-analysis of 85 controlled experimental trials. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*.

ГИПНОЗ ПРИ ОЖОГОВОЙ БОЛЕЗНИ

6 РКИ
Боле 800 пациентов

Fig. 3 – Effect of hypnosis on pain.

боль **ДА! Снижает боль**

Fig. 4 – Effect of hypnosis on anxiety.

тревога **ДА! уменьшает тревогу**

Fig. 5 – Effect of hypnosis on medication needs.

Потребность в ЛС **Гипноз** **Контроль**

НЕТ! Не снижает потребность в препаратах

Provençal, S.-C., Bond, S., Rizkallah, E., & El-Baalbaki, G. (2018). Hypnosis for burn wound care pain and anxiety: A systematic review and meta-analysis.

ГИПНОЗ В СТОМАТОЛОГИИ

Уменьшает дистресс

Fig. 2. Efficacy of non-pharmacological interventions on mental distress.

Контроль **Гипноз**

Снижение уровня дистресса

Fig. 3. Efficacy of non-pharmacological interventions on pain/analgesic use.

Контроль **Гипноз**

Снижение уровня боли/ обезболивание

Не может заменить анестезию

Burghardt, S., Koranyi, S., Magnucki, G., Strauss, B., & Rosendahl, J. (2018). Non-pharmacological interventions for reducing mental distress in patients undergoing dental procedures: Systematic review and meta-analysis. Journal of Dentistry, 69, 22–31.

ГИПНОЗ ПРИ КЛИМАКТЕРИЧЕСКИХ ВЕГЕТАТИВНЫХ НАРУШЕНИЯХ

Нет доказательств
эффективности

Частота приступов

Тяжесть приступов

Goldstein, K. M., Shepherd-Banigan, M., Coeytaux, R. R., McDuffie, J. R., Adam, S., Befus, D., ... Williams, J. W. (2017). Use of mindfulness, meditation and relaxation to treat vasomotor symptoms. *Climacteric*, 20(2), 178–182.

ГИПНОЗ ПРИ ОБЕЗБОЛИВАНИИ РОДОВ

Помогает уменьшить боль в тех
случаях, когда эпидуральная или
интравенечная анестезия не требуется

Не уменьшает общую оценку
болевых ощущений, успешности
родов

Madden, K., Middleton, P., Cyna, A. M., Matthewson, M., & Jones, L. (2016). Hypnosis for pain management during labour and childbirth. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.

ГИПНОЗ ПРИ СРК

Уменьшает выраженность
симптомов у 54% пациентов,
резистентных к обычной терапии

Schaefer, R., Klose, P., Moser, G., & Häuser, W. (2014). *Efficacy, Tolerability, and Safety of Hypnosis in Adult Irritable Bowel Syndrome. Psychosomatic Medicine, 76*(5), 389–398.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- Гипноз представляет собой современный метод коррекции психологических проблем, ассоциированных с соматическими заболеваниями
- Наиболее выражен эффект гипноза **на уменьшение боли и тревоги**
- Эффективность гипноза прямо коррелирует с гипнабельностью пациента и обратно – со степенью тяжести основного заболевания
- Гипноз мало влияет на вегетативные процессы (кроме соматизированной на ЖКТ тревоги), **не может вылечить соматическое заболевание**

ГИПНОЗ ДЛЯ ИНДУКЦИИ РОДОВ

Nishi, D., Shirakawa, M. N., Ota, E., Hanada, N., & Mori, R. (2014). *Hypnosis for induction of labour*. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.

ГИПНОЗ ДЛЯ ТЕРАПИИ ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫХ НАРУШЕНИЙ

26 РКК
Более 1800 пациентов

**Снижает тревогу и уровень боли
после малых операций
Не снижает потребность в
обезболивающих, рвоту, период
послеоперационного
восстановления**

Kekecs, Z., Nagy, T., & Varga, K. (2014). *The Effectiveness of Suggestive Techniques in Reducing Postoperative Side Effects*. *Anesthesia & Analgesia*, 119(6), 1407–1419.

ЧТО ПОЧИТАТЬ?

ЧТО ПОЧИТАТЬ?

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

Федотов Илья Андреевич – кандидат медицинских наук, доцент кафедры психиатрии
Рязанского государственного медицинского университета имени академика И.П. Павлова;
390026, Рязань, ул. Высоковольная, д. 9. email: if@psychiatr.ru.

INFORMATION ABOUT AUTHORS:

Fedotov Ilya Andreevich – MD, PhD (Medicine), assistant professor at the Department of Psychiatry of
the Ryazan State Medical University named after academician I.P. Pavlov; 390026, Ryazan, 9
Vysokovoltynaya str.. email: if@psychiatr.ru.

Дата поступления / Paper received: 18.05.2019.

Дата принятия в печать / Paper accepted: 28.05.2019.

ССЫЛКА ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ:

Федотов И.А. Гипноз: возможности на современном этапе (презентация доклада) // Личность в
меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие: сетевой журн. 2019. Т.7, № 2 (25). Доступно
по ссылке: <http://humjournal.rzgmu.ru/art&id=382> Ссылка активна на чч.мм.гггг. doi:
10.23888/humJ20192414-427

REFERENCE FOR CITING:

Fedotov I.A. Hypnosis: opportunities at the present stage (presentation of the report). *Personality in a
changing world: health, adaptation, development: a network journal*. 2019; 7 (2). Available at:
<http://humjournal.rzgmu.ru/art&id=382> Accessed: dd Month yyyy. doi: 10.23888/humJ20192414-427