

## Medische hypnotherapie (mind body therapie)

Jos Olgers



Medische hypnotherapie is de behandelvorm waarin je hypnotherapie de reguliere behandeling van de arts ondersteund om lichamelijk klachten te verhelpen of te verminderen. De medische hypnotherapie ondersteund de invloed van de geest op het lichaam. Vandaar ook de Engelse naam: mind body therapie. Medische hypnotherapie wordt ook wel medische hypnose genoemd.

Op zich is de invloed van de geest op het lichaam een bekend fenomeen waar alle onderzoekers van nieuwe medische behandelwijzen mee van doen hebben. Zij houden altijd in hun onderzoeken rekening met de placebo werking van bijvoorbeeld medicijnen. Jos Olgers schreef in het eerste hoofdstuk van zijn boek [Medische hypnotherapie](#), hoe een goede therapeut het placebo effect nog meer kan vergroten, zodat de menselijke geest is staat is zijn lichaam nog beter te helen. Dit eerste hoofdstuk werd later als artikel gepubliceerd onder de titel [Versterken van de behandeling](#).

Een van oudste behandelvormen van de hypnotherapie is de medische hypnose. Zeer opmerkelijk zijn de behandelingen van James Esdaile die rond 1840 in India zo'n 300 mensen opereerde met hypnose als anesthesie (verdooving). Hij beschreef dit in zijn boek 'Mesmerism in India, and its Practical Applications in Surgery and Medicine' (1845).

Hoe Esdaile dit deed kun je lezen in het artikel van Jos Olgers; [Medische hypnotherapie: De geboorte van een boek](#).

Er zijn enkele vormen van behandeling van medische klachten die algemeen bekend zijn, zoals het in [regressie](#) op zoek gaan naar de oorzaken van een klacht. Ook kun je in een visualisatie ontdekken wat er mis is in je lichaam en visualiseren hoe je dit repareert. Met deze laatste werkwijze is Carl O. Simonton bekend geworden.

Jos Olgers onderzocht samen met [Bertien van Woelderen](#) diepgaand de mind body therapie, de medische hypnose. Ze brachten specifiek per klacht in kaart welke mogelijkheden er nog meer zijn om medische hypnotherapie in te zetten om lichamelijke klachten te verbeteren. Dit resulteerde in het boek [Medische Hypnotherapie](#), waarin van onder andere hoofdpijn, migraine, pijn bij bevalling, astma, hoge bloeddruk, allergieën, hooikoorts, maagzweer, prikkelbare darm syndroom (PDS ofwel spastische dikke darm) en dergelijke beschreven staat hoe een hypnotherapeut deze gericht kan mede behandelen. Tijdens het onderzoek, dat aan dit boek vooraf ging, ontdekte hij dat in de loop van de jaren veel van deze behandelingen inmiddels bewezen zijn.

### Bijscholing

Hypnotherapeuten die zich in de Medische Hypnotherapie willen bekwamen kunnen dit doen bij de [TranceArt Academie](#), waar ze les krijgen van [Bertien van Woelderen](#). Als handboek wordt daarbij gebruik gemaakt van het boek Medische Hypnotherapie.

### Het boek

Over Medische Hypnotherapie verschenen onder andere recensies in de TETH, het tijdschrift van de Nederlandse Vereniging van Hypnotherapeuten, de [NBVH](#). [Biblio](#) van de Nederlandse Bibliotheken schreef een aanbeveling.

Keerpunt, het vaktijdschrift van de psychologenvereniging [NVPA](#), interviewde Bertien van Woelderen en Jos Olgers na het uitkomen van Medische Hypnotherapie over dit boek.

Meer informatie over het boek Medische Hypnotherapie kun je hier lezen: [Klik hier](#).