



Endlich Durchstarten

ein Projekt von

Mein Hypnosestudio & Wissen fürs Leben



Enrico Gühne

Kontraindikationen



Kontraindikationen

Als Kontraindikation oder auch Gegenanzeige werden Faktoren bezeichnet, unter deren Einfluss von Hypnose unter Umständen abgeraten wird. Solltest du feststellen, dass eine der folgenden Indikationen auf dich zutrifft, solltest du genauer beim Hypnotiseur deines Vertrauens nachfragen.

Psychosen (z.B. Schizophrenie, Bipolare Störung, Endogene Depressionen...)

Persönlichkeitsstörungen

Epilepsie und ähnliche Anfallserkrankungen

Herzerkrankungen

Erkrankungen des zentralen Nervensystems

Thrombose

Depressionen (bestimmte Arten)

ADS (bestimmte Formen)

Kürzlich vorgefallener Herzinfarkt oder Schlaganfall

Geistig behinderte Menschen

Suchterkrankungen (Drogenabhängigkeit, Alkoholabhängigkeit, Medikamentenabhängigkeit)

Einnahme von Psychopharmaka

Schwangerschaft

Wichtige Hinweise!

Bitte versetze dich nur in Momenten in Hypnose, in denen nichts in deiner Umgebung deine Aufmerksamkeit benötigt. Also z.B. kein offenes Feuer, brennende Kerzen oder auch Essen auf dem Herd. Hypnose kann auch zur Steigerung der sportlichen Erfolge oder während Tätigkeiten eingesetzt werden, allerdings sollte man dann schon sehr darauf achten, dass diese Tätigkeiten nicht die volle Aufmerksamkeit oder ein anderes „Programm“



verlangen. Also solltest du dich z.B. nicht beim Autofahren oder beim Führen von Maschinen Hypnotisieren.

Auch unter dem Einfluss von Alkohol, Drogen oder bestimmten Medikamenten solltest du von der Anwendung von Hypnose absehen. Das fängt bei gängigen Schmerzmitteln wie Ibuprofen oder Paracetamol an, weil diese das Erreichen von bestimmten Zuständen verhindern können. Es geht weiter über Psychopharmaka, Neuroleptika aber auch Beruhigungsmittel, wobei es völlig egal ist, ob diese Pflanzlich oder Synthetisch hergestellt sind. Befrage dazu vielleicht auch deinen Arzt oder Apotheker.

Nach Operationen solltest du die Wunden erst verheilen lassen, da sich in Hypnose häufig die äußeren Blutgefäße weiten und so unter Umständen ein Gerinnsel weiterwandern und eine Embolie verursachen kann.

Wenn du dir nicht sicher sein solltest, ob Hypnose bei dir aufgrund einer Sondersituation angemessen ist, frag lieber deinen Arzt und/oder den Hypnotiseur deines Vertrauens.