

Tıbbi Hipnozün Klinik Uygulamaları

Clinical Applications of Medical Hypnosis

Ali Özden Öztürk¹, Gizemnur Öztürk²

¹ Tıbbi Hipnoz Derneği (THD) Başkanı, İstanbul

² Tıbbi Hipnoz Derneği (THD), İstanbul

Yazışma Adresi / Correspondence:

Dr. Ali Özden Öztürk

Ali Özden Öztürk, MD, Koşuyolu Cad. As Çamlık Sitesi B1 Blok No: 77 Daire: 7 Kadıköy 34718 İstanbul/ Turkey

E-mail: : auchozturk@gmail.com

Orcid

Ali Özden Öztürk : <https://orcid.org/0000-0001-5870-9678>

Gizemnur Öztürk : <https://orcid.org/0000-0002-6156-4796>

Geliş Tarihi / Received : 16-04-2019

Kabul Tarihi / Accepted : 21-06-2019

Yayın Tarihi / Online Published: 30-09-2019

Öztürk Ö.A., Öztürk G. Tıbbi Hipnozün Klinik Uygulamaları,
J Biotechnol and Strategic Health Res. 2019;3(Özel Sayı):119-130 DOI: bshr.554710

Özet

Yakın tarihteki modern tıp alanında gerçekleştirilen hipnoz uygulamalarının gelişim sürecine bakıldığında hipnozün yasal ve bilimsel otoritelere kabulü ve bilinirliğinin, klinik alandaki başarılı tıbbi hipnoz uygulamaları ile paralel olarak ilerlediği söylenebilir. Tıbbi hipnozün klinik uygulamalarına dair güncel gelişmeler ise yasal otoritelerin düzenlemeleri ve hipnoz derneklerinin oluşturduğu standartlar doğrultusunda ilerlemektedir. Tıbbi hipnozün klinik uygulamalarına dair bu güncel ilerlemeler, hipnozün mekanizmasının daha iyi anlaşılması yolunda ışık tutmuştur. Hipnoza dair yapılan tanımlamalar ve tıbbi hipnozün klinik kullanım alanları da bu süreçte birlikte belirlenmiş ya da revize edilmiştir.

Dünya ve Avrupa çapındaki tıbbi hipnozün klinik uygulamalarına dair bu gelişmelere uyumlu bir şekilde katılım ve katkıda bulunan Türkiye, günümüzde hipnozün tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair güzel bir konuma gelmiştir. Bu konuma gelmesinde kişisel çabalar ve hipnoz alanında faaliyet gösteren derneklerin çalışmalarının yanı sıra T.C. Sağlık Bakanlığının gerçekleştirmiş olduğu yasal düzenlemeler ve standartlar rol oynamıştır.

Türkiyede tıbbi hipnozün güncel klinik uygulamalarına "Bilinçli Hipnoz Farkındalığı (Awareness Under Conscious Hypnosis - AUCH®)" metodu ile gerçekleştirilen tıbbin çeşitli alanlarındaki birçok başarılı ameliyat örnek gösterilebilir. Bu ameliyatlarda, sadece hipnoanestezi kullanılarak ve başka hiçbir farmakolojik anestezi, sedatif ya da aneljezik ajan kullanılmadan hasta tamamen bilinçli farkındalık hali içerisindeyken gerçekleştirilmiştir. Tıbbi hipnozün klinik uygulamaları, cerrahinin yanı sıra tıbbin birçok alanında başarılı ve etkin bir şekilde kullanılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Bilinçli Hipnoz Farkındalığı (Awareness Under Conscious Hypnosis - AUCH®) Metodu, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp, Klinik Hipnoz ve Ameliyat, Tıbbi Hipnoz, Hipnoanestezi

Abstract

When the progress of the hypnosis applications in medicine in the recent history is examined, it can be said that the acceptance and recognition of hypnosis by the legal and scientific authorities goes parallel with the successful clinical applications of medical hypnosis. On the other hand, the regulations made by the legal authorities and the standards set by hypnosis societies shape the current developments regarding the clinical applications of medical hypnosis. This current progress regarding the clinical applications of medical hypnosis has shed light on understanding the mechanism of hypnosis. This progress has also been effective in determining and revising the descriptions and clinical applications of medical hypnosis.

With its participation and contributions in accordance with the current developments regarding the clinical applications of medical hypnosis in the world and in Europe, Türkiye has reached a good level regarding the current medical, scientific and clinical applications of hypnosis. This level has been achieved by the personal efforts and the studies of the hypnosis societies as well as the legal regulations and standards set by Turkish Ministry of Health.

The various surgeries done successfully under hypnosis in different fields of medicine with "Awareness Under Conscious Hypnosis - AUCH®" method can be given as the examples of the current clinical applications of medical hypnosis in Türkiye. All these surgeries were conducted under hypnoanaesthesia and without the use of any pharmacological anaesthetic, sedative or analgesic agents while the patients were in a state of conscious awareness. The clinical applications of medical hypnosis can also be used in various fields of medicine successfully and efficiently as well as its use in surgical operations.

Keywords: Awareness Under Conscious Hypnosis - AUCH® Method, Traditional and Complementary Medicine, Clinical Hypnosis and Surgery, Medical Hypnosis, Hypnoanaesthesia

Giriş

Modern tıbbın pek çok alanında başarıyla kullanılan hipnoz uygulamalarının tarihi oldukça eskilere dayanmaktadır. Bununla birlikte, yakın tarihteki tıbbi hipnoz uygulamalarının gelişim sürecine bakıldığında hipnozun yasal ve bilimsel otoritelerce kabulü ve bilinirliğinin, klinik alandaki başarılı tıbbi hipnoz uygulamaları ile paralel olarak ilerlediği söylenebilir. Tıbbi hipnozun klinik uygulamalarına dair güncel gelişmeler ise yasal otoritelerin düzenlemeleri ve hipnoz derneklerinin oluşturduğu standartlar doğrultusunda ilerlemektedir. Tıbbi hipnozun klinik uygulamalarına dair güncel ilerlemeler, hipnozun mekanizmasının daha iyi anlaşılması yolunda ışık tutmuştur. Hipnoza dair yapılan tanımlamalar ve tıbbi hipnozun klinik kullanım alanları da bu süreçle birlikte belirlenmiş ya da revize edilmiştir.

Dünya ve Avrupa çapındaki bu gelişmelere uyumlu bir şekilde katılım ve katkıda bulunan Türkiye, günümüzde hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair güzel bir konuma gelmiştir. Bu konuma gelinmesinde kişisel çabalar ve hipnoz alanında faaliyet gösteren derneklerin çalışmalarının yanı sıra T.C. Sağlık Bakanlığının gerçekleştirmiş olduğu yasal düzenlemeler ve standartlar rol oynamıştır.

Dünyada Hipnozun Klinik Uygulamaları

Modern hipnoz uygulamalarının temelini Mesmer ile birlikte atıldığı düşünülmekle birlikte, hipnozun tedavide kullanımı çok eski zamanlara uzanmakta ve geniş bir coğrafyaya yayılmaktadır. Hipnoz ya da benzer değiştirilmiş bilinç halleri antik Yunan, Anadolu, Mısır, Hindistan, Çin, Afrika ve Pre-Columbian Amerika gibi pek çok farklı coğrafyada görülmüştür.¹

Bu köklü tarihçesi içerisinde, hipnozla ilgili ve hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair pek çok tanım yapılmıştır. 1955 yılında İngiliz Tabipler Birliği (British Medical Association-BMA) tarafından düzenlenen “Hipnotizmanın Tıbbi Kullanımı” adlı

raporda yapılan hipnoz tanımı, hipnozun tıp ve bilim alanında ve klinik uygulamalarda kullanımının resmi olarak kabulüne dair hipnoz tarihinde önemli dönüm noktalarından biri olmuştur. Bu tanıma göre: “Hipnoz, kişide meydana gelen geçici bir dikkat değişikliği halidir; bu hal başka bir kişi tarafından oluşturulabilir ve bu hal içerisindeyken kendiliğinden ya da, sözlü veya başka bir uyarana cevap olarak çeşitli fenomenler ortaya çıkabilir. Bu fenomenler, bilinç ve hafızada meydana gelen değişimleri, telkinlere olan yatkınlıktaki artışı, kişinin olağan ruh halinden farklı tepki ve fikirleri üretebilmesini içerir. Daha da ötesi, anestezi, paralizisi, kas katılığı, vazomotor değişiklikler gibi fenomenler hipnoz altında iken meydana getirilebilir ve kaldırılabilir^{2,3}”

Takip eden süreçte, 1958 yılında, Amerikan Tabipler Birliği (American Medical Association-AMA) hipnozu tıbbi tedavilere entegre etmiştir³. Sonrasında, Amerikan Psikoloji Birliği (American Psychological Association-APA) bünyesinde Amerikan Psikoloji Birliği-Hipnoz Bölümü (APA Division 30, the Society of Psychological Hypnosis) kurulmuştur.

Amerikan Psikoloji Birliği, tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair hipnoz tanımını şöyle yapmaktadır: “Hipnoz, relaksasyon sağlamak ve zihnin odaklanması için tasarlanmış bir prosedür aracılığı ile klinisyenlerin, kişilere telkinler verdiği bir tedavi tekniğidir. Hipnoz konusu hakkında farklı görüşler olsa da, günümüzde birçok klinisyen hipnozun ağrı, anksiyete ve duygudurumu bozuklukları dâhil birçok durumda kullanılacak güçlü, etkin bir tedavi tekniği olduğu konusunda hemfikirlerdir. Hipnoz, ayrıca sigara bırakmak gibi davranış değişikliklerinin sağlanmasında da kişilere yardımcı olabilmektedir⁴”

Amerikan Psikoloji Birliği-Hipnoz Bölümü ise hipnoz tanımını yıllar içerisinde geliştirmiş, en son 2014 yılında yaptığı revize ile hipnozu, tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına ilişkin, şu şekilde tanımla-

mıştır: “Hipnoz, odaklanmış dikkat ve azaltılmış çevresel farkındalık içerisindeki bir bilinçlilik halidir ve telkinlere cevap verebilirlik kapasitesinde bir artışla karakterize edilir^{5,6}.”

2002 yılında Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization-WHO) ilk “Dünya Sağlık Örgütü Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Stratejisi: 2002-2005” kitapçığını yayınlamıştır. Türkiye’nin Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölgesi Üye Devletleri arasında anıldığı bu stratejide, “Geleneksel Tıp” ile “Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp” tedavilerinin tüm dünyadaki artan önemine değinilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü tarafından, Geleneksel Tıp/ Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp tanımı şu şekilde yapılmıştır: “hastalığı tedavi etmek, teşhis etmek ve önlemek amacıyla olduğu kadar iyilik halini sürdürmek için de tek başına ya da birlikte uygulanan “bitki, canlı ve/veya mineral tabanlı ilaçları, ruh-beden terapilerini, manuel teknikleri ve uygulamaları” bir araya getiren çeşitli sağlık uygulamaları, yaklaşımlar, bilgi ve inançlardır”. Bu tanımda, hipnoz, Geleneksel Tıp/ Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp içerisinde “ruh-beden terapileri” grubunda sınıflandırılmaktadır.⁷

Dünya Sağlık Örgütü, daha sonra Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp alanındaki güncel gelişmeleri ve üye ülkelerin bu konudaki ilerlemelerini göz önüne alarak bu stratejiyi güncellemiş, “Dünya Sağlık Örgütü Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Stratejisi: 2014-2023” kitapçığını yayınlamıştır.⁸

Dünya çapında pek çok ülkede Dünya Sağlık Örgütü’nün bu stratejisi doğrultusunda, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp alanında çeşitli girişimlerde bulunmuş ve projeler geliştirilmiştir. Türkiye’nin de dâhil olduğu CAMbrella Projesi bu girişimlerden birisidir. 2012’de tamamlanan ve 12 Avrupa ülkesinden 16 akademik araştırma grubunun katıldığı 3 yıllık bu proje kapsamında elde edilen sonuçlar Avrupa Parlamentosunda Kasım 2012’de sunulmuştur.⁹⁻¹¹

Bahsedildiği üzere Türkiye, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp ile hipnozun tıbbi ve bilimsel alanda ve klinik uygulama-

larda kullanımına dair dünya çapında yaşanan gelişmelerin içerisinde yer almış, güncel düzenlemeleri takip ederek Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp ve hipnoz alanlarında yasal düzenlemeler yapmıştır. Bu doğrultuda, 04 Şubat 2014 tarihli ve 28903 sayılı Resmi Gazete’ de yayımlanan “T.C. Sağlık Bakanlığı Sertifikalı Eğitim Yönetmeliği” kapsamında “Hipnoz Uygulaması Sağlık Alanı Sertifikalı Eğitim Standartları”, Bakanlık Makamınının 16 Ekim 2015 tarihli ve 24 sayılı onayı ile yürürlüğe girmiştir ve hipnoz uygulaması “sertifikalı eğitim alanı” olarak belirlenmiştir. Bununla beraber “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği” 27 Ekim 2014 tarihli ve 29158 sayılı Resmi Gazete’ de yayımlanarak yürürlüğe girmiştir. Amacı, “insan sağlığına yönelik geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulama yöntemlerini belirlemek, bu yöntemleri uygulayacak kişilerin eğitimi ve yetkilendirilmeleri ile bu yöntemlerin uygulanacağı sağlık kuruluşlarının çalışma usul ve esaslarını düzenlemek” olan bu yönetmeliğin eklerinde, hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair tanım ve düzenlemeler yer almaktadır¹²⁻¹⁴.

T.C. Sağlık Bakanlığı, Hipnoz Uygulaması Sertifikalı Eğitim Programı Standartlarında, hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair tanımını şöyle ifade etmiştir; “telkin yoluyla diğer bir kişinin bilinç ve farkındalık düzeyinde, hisler, duygular, düşünceler, hafıza veya davranışlarında değişiklik elde etmek üzere tasarlanmış veya bu sonucu ortaya çıkaran eylem veya prosedür¹⁴.”

Hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımının, dünyada resmi otoritelerce tanınma süreci hipnoza dair dernekleşme süreci ile iç içe yürümüştür. Günümüzde, Avrupa Hipnoz Derneği (European Society of Hypnosis-ESH) ve Uluslararası Hipnoz Derneği (International Society of Hypnosis- ISH) hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalardaki çalışma ve araştırmalarına dair kurulmuş saygın ve bilinen kuruluşlardır^{15,16}.

Tüm dünya coğrafyasından birçok tıbbi, klinik ve bilimsel alanda etkin hipnoz derneğini çatısı altında toplayan bir birlik olan Uluslararası Hipnoz Derneği, hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair tanımını yapmak için yukarıda bahsedilen Amerikan Psikoloji Birliği ve Amerikan Psikoloji Birliği-Hipnoz Bölümünün tanımlarına işaret etmektedir¹⁷. 27 ülkeden 34 üye derneği ve hipnoz araştırmacı ve klinisyenlerden oluşan çok sayıda üyesi olan Uluslararası Hipnoz Derneği misyonunu şöyle belirtmektedir: “hipnoza dair bilimsel çalışma ve hipnozun klinik uygulamalarına ilişkin araştırma, tartışma ve yayın yapılmasını teşvik etmek ve bu alanlarda gelişmeler sağlamak; hipnoz çalışma ve uygulamalarına ilişkin interdisipliner çalışmaları teşvik etmek; dünya çapında hipnoz uygulaması yapmaya yetkin kişileri bir araya getirmek; hipnozun tıp alanında ve klinik uygulamalarda kullanımına dair mesleki eğitim ve yeterliliğe ilişkin standartları oluşturmak ve sürdürmek; hipnoz ve ilişkili bilimsel alanlarda bilimsel toplantılar ve eğitim aktivitelerini teşvik etmek; saygın ve nitelikli enstitüler arasında dünya çapında öğrenci değişim ve ortak araştırma programlarını başlatmak ve desteklemek¹⁸”.

Avrupa ve ilişkili coğrafyalardaki tıbbi, klinik ve bilimsel alanda etkin birçok hipnoz derneğini çatısı altında toplayan bir birlik olan Avrupa Hipnoz Derneği misyonunu şöyle açıklamıştır: “Misyonumuz, hipnozun klinik ve bilimsel uygulamalarında, en yüksek mesleki standartlara ulaşmayı teşvik etmektir. Bu doğrultuda sorumluluğumuz, hipnozun tıp alanında ve klinik uygulamalarda kullanımına dair en yeni gelişmeleri araştırmak ve değerlendirmek ve bu bilgiyi üyelerimize ulaştırmaktır¹⁹”.

23 ülkeden 42 üye derneği ve Tıp, Diş Hekimliği ve Psikoloji alanlarında 14800'den fazla üyesi olan Avrupa Hipnoz Derneği, hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair tanımını şöyle ifade eder: “Temel olarak hipnoz kişinin bir bilinç değişikliği haline girmesini sağlayan bir iletişim metodudur. Hipnoz, aynı zamanda, dikkatin artırılarak yoğunlaşmasını sağlayan ve

derin relaksasyona girmeye izin veren bir farkındalık değişimi halidir²⁰”.

Hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair dernekleşmenin Türkiye ayağına baktığımızda, 1991'de kurulan ve Türkiye'nin tıp alanındaki ilk hipnoz derneği olan Tıbbi Hipnoz Derneğinden (THD) bahsedebiliriz. Avrupa Hipnoz Derneği üyesi olan Tıbbi Hipnoz Derneği, aynı zamanda Avrupa Hipnoz Derneği tarafından akredite edilen standartlarda hipnoz eğitimi vermeye yetkili Avrupa Hipnoz Derneği üyesi derneklerden birisidir²¹.

Tıbbi Hipnoz Derneğinin yapmış olduğu tanıma göre: “Tıbbi hipnoz, hekimin teşhisi ve hastanın onayı doğrultusunda gerçekleşen, hastanın ihtiyaç ve istekleri yönünde hipnoz uygulayıcısı (tabip, diş tabipleri, hipnoz uygulaması sertifikasına sahip hekim gözetiminde olmak üzere klinik psikologlar ve psikolojinin tıbbi uygulamaları yetki belgesine sahip psikologlar) tarafından çeşitli indüksiyon yöntemleriyle telkin verilerek uygulanan ruhsal, fiziksel ve sosyal iyileşmeyi hedefleyen bir tedavi protokolüdür. Diğer bir ifade ile hipnoz, telkin yoluyla diğer bir kişinin bilinç ve farkındalık, vücut, hisler, duygular, düşünceler, hafıza veya davranışlarında değişiklik elde etmek üzere tasarlanmış veya bu sonucu ortaya çıkaran eylem veya prosedürdür²²”.

Hipnozun Klinik Uygulamalarda Kullanım Alanları

Dünya Sağlık Örgütü, 2014-2023 yıllarına dair Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Stratejisinde, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp alanına ilişkin dünya çapında artan talepten bahsederek, bu alanın önemine ve bu alana hak ettiği değerin verilmesinin gerekliliğine vurgu yapmıştır. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp, nitelik, güvenilirlik ve etkinliğini kanıtlamıştır. Bu stratejide bahsedildiği üzere, 100 milyondan fazla Avrupalı, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp alanından faydalanmakta, bu sayının %20'si düzenli olarak Geleneksel Tıp ve/veya Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp uygulamaları kullanmakta ve %20'si Geleneksel Tıp ve/veya Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp uygulamaları içeren sağlık hizmetlerini

tercih etmektedir. Afrika, Asya, Avustralya ve Kuzey Amerika'da ise çok daha fazla sayıda Geleneksel Tıp ve/veya Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp uygulamalarından faydalanan kişi bulunmaktadır⁸.

Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp, "yan etkilerinin az olması, hayat kalitesini yükseltmede veya günlük yaşam aktivitesini arttırmada etkin olabilmesi, sağlık ve iyilik halini korumaya ve devam ettirmeye yardımcı olması, holistik bir yaklaşıma sahip olması, konvansiyonel tıbbın hasta taleplerini karşılayamadığı alanlarda tedaviye destek olması, sağlık giderlerini azaltmada oldukça etkili olması" gibi nedenlerle her geçen gün daha da popüler olmakta, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıba olan talep hızlı bir şekilde artmaktadır^{8,23}.

Bu gelişmeler doğrultusunda, bir Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp branşı olan hipnozun, dünyada resmi otoritelerce ve profesyonel/mesleki kuruluşlarca tanınma ve kabul süreci, ileride bahsedileceği üzere hipnozun klinik alanda kullanımına dair başarılı uygulamalar ile birlikte ilerlemiştir. Bu etkileşim karşılıklı olarak ilerlemiş ve hipnozun resmi ve mesleki kabulü arttıkça, tıbbi, klinik ve bilimsel alanlarda hipnoz ile ilgili araştırma ve uygulamalar da yoğunlaşmıştır.

Avrupa Hipnoz Derneğinin hipnoza dair araştırmalar başlığında bilgilendirdiği üzere, 2007 yılında Klinik ve Eksperimental Hipnoz Derneği (Society of Clinical and Experimental Hypnosis-SCEH) ve Amerikan Hipnoz Derneği (American Society of Hypnosis-ASCH) tarafından Dallas'ta gerçekleştirilen konferansın ardından yapılan bir toplantı sonrası "klinik hipnozun uluslararası sağlık örgütleri tarafından tanınmasını ve kabulünü ortak yayınlar vasıtasıyla başarmak amaçlı bir proje" başlatılmıştır²⁴.

Bu projeye, uluslararası tanınmışlığa sahip klinik hipnoz uzmanları, araştırma ve çalışmalarıyla gönüllü katkıda bulunmuş ve proje 2 cilt halinde yayınlanmıştır.

1. cilt Klinik ve Eksperimental Hipnoz Derneği ve Uluslararası Hipnoz Derneği tarafından "Kanıt Dayalı Tıbbi Hipnoz: Sağlık Hizmetleri Uygulayıcıları için bir El Kitabı" adıyla kitap haline getirilmiştir. Bu kitapta, kanıt dayalı tıp uygulamalarında hipnozun kullanımına dair 11 bölüm vardır: "hipnoza dair kavramlar, test yapma, akut ağrı, kronik ağrı, çocukluk dönemi, travma sonrası stres bozukluğu, ameliyat, doğum, uyku, depresyon, stres ve anksiyete". 1. Cilt, hipnozun, geçerliliği doğrulanmış kanıt dayalı tıp alanı olarak, temel sağlık hizmetlerinde, uluslararası sağlık örgütleri tarafından kabulü ve benimsenmesi amacıyla hizmet etmektedir.

2. cilt ise tıp doktorları, tıp öğrencileri ve belirli sağlık alanı çalışanları için hipnoza giriş kitabı olarak "Klinik Hipnozun Sağlık Alanındaki Uygulamaları" adı ile yayınlanmıştır. Bu cilt, hipnozun sağlık hizmetlerine dair uygulamalarını içeren 13 bölümlük bir eğitim el kitabı niteliğindedir. Bu bölümler şu başlıkları içermektedir: "indüksiyon, self-hipnoz, meditasyon, ruh-beden terapisi, Ericksonian terapi, yetişkin problemleri, alışkanlıklara dair rahatsızlıklar, diş bakımı, kilo kontrolü, sigara içme alışkanlığı, TB/HIV uyumu, öğrenme bozuklukları"^{24,25}.

Uluslararası Hipnoz Derneği tarafından 2015 yılında Paris, Fransa'da gerçekleştirilen 20. Uluslararası Hipnoz Kongresi kapsamında bir kongre öncesi sempozyumu organize edilmiştir. Bu sempozyumda, hipnoz alanında çalışan araştırmacılar bir gün boyunca bir araya gelerek bir çalışma yapmışlar ve bu çalışmalarını bir makale haline getirmişlerdir. Klinik ve bilişsel nörobilim açısından hipnoz alanındaki son bilimsel gelişmelerin tartışıldığı bu çalışmada, hipnozun klinik uygulamadaki etkinliğine dair önemli gelişmeler olduğu üzerine bir görüş birliği oluşmuştur. Hipnoza dair nörobilim alanındaki temel araştırmalar ve gelişmelerin tartışıldığı bu çalışmada, çeşitli sistematik değerlendirme ve meta-analizler ile hipnozun "ağrı, huzursuz bağırsak sendromu ve post-travmatik stres bozukluğu" tedavisinde etkili olduğuna dair güçlü deneysel kanıtlar ortaya koyulmuştur. Ayrıca, daha geniş ölçekli

klirik çalışmalarla desteklenmesi gerekmele birlikte, hipnozun “depresyon, anksiyete ve sigara bırakma dâhil çok geniş bir alanda problem ve rahatsızlıkların tedavisinde” etkili bir şekilde kullanılabilceği gösterilmiştir. Daha da ötesi, araştırmalar, hipnoz ve hipnotik tekniklerin, hipnotik olmayan tedavilerle bir arada kullanılması durumunda, hipnotik olmayan tedavilerin etkinliğinin arttığını da göstermiştir²⁶. Bu sempozyum sonucu ortaya çıkan makale, Klinik ve Eksperimental Hipnoz Derneği tarafından verilen hipnoza dair en iyi teorik makale alanında “Ernest R. & Josephine R. Hilgard Ödülünü” kazanmıştır²⁷.

Devamında, Uluslararası Hipnoz Derneği tarafından 2018 yılında Montreal, Kanada’da gerçekleştirilen 21. Uluslararası Hipnoz Kongresi kapsamında “Kongre Öncesi Hipnoz Araştırma Sempozyumu” toplanmıştır. Alanında önde gelen uluslararası bilim insanı, araştırmacı ve klinisyenlerin katıldığı sempozyumda gruplar halinde çalışmalar ve ortak genel bir toplantı yapılmıştır. Bu sempozyumun amacı hipnoz araştırmacıları ile hipnoz klinisyenleri arasında bir köprü kurmak olarak belirtilmiştir. Klinisyenler, klinik ortamda hipnozun etkinliğini arttırmak için hangi alanlarda araştırma yapılmasına ihtiyaç duyduklarını ve klinik ortamda hastalarla çalışan birinin bakış açısından hangi araştırma projelerinin yapılmasını önerdiklerini iletilmişlerdir. Bununla birlikte, hipnoz alanında çalışan araştırmacılar da hipnoza dair elde edilen en güncel bilimsel bulguları paylaşmış; ve bu bulguların klinik hipnozun etkinliğini arttıracak klinik etkilerini tartışmışlardır. Bu sempozyumun sonuçlarının yayınlanmasına dair çalışmalar devam etmektedir^{27,28}.

Hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına yönelik çeşitli araştırmalar yapılmaya devam edilmekte ve bu araştırmalarla birlikte hipnozun klinik kullanım alanlarına dair anlayış ve kabul de gelişmektedir^{29,37}. Bugün, Amerikan Psikoloji Birliği-Hipnoz Bölümü, hipnozun klinik uygulama alanının oldukça geniş ve çeşitli olduğunu belirtmektedir. Ayrıca, bu sayılanlarla sınırlı olmadığını vurgulamakla birlikte, hipnozun

klirik uygulama alanlarını şu şekilde listelemektedir: “ağrı, dental ve medikal uygulamalar, ameliyat sonrası derlenme, bulantı ve kusma, anksiyete ve fobiler, depresyon, stres, post-travmatik stres semptomları, disosiyatif bozukluklar, sigara içme alışkanlığından kurtulma, kilo kontrolü, alışkanlık bozuklukları, astım, gastrointestinal bozukluklar (örn. IBS), hemofili, deri hastalıkları, doğum”³⁸

Avrupa Hipnoz Derneği, hipnozun medikal ve dental uygulamalarda klinik kullanım alanları olarak: “medikal/dental uygulamalara dair stres ve anksiyeteyi azaltmak; ağrı kontrolü; kanama, öğürme, bulantı ve daha birçok başka fizyolojik reaksiyonun kontrol altına alınması; medikal/dental uygulamalar sonrası iyileşme ve derlenme süreçlerini desteklemek” olarak belirtmiştir. Psikoterapi alanında ise hipnoz, “belirli bir psikoterapötik metodun - bilişsel davranış terapisi, sistemik aile terapisi gibi etkinliğini arttırmak amacıyla tedaviye yardımcı bir uygulama” olarak kullanılabilir. Bununla birlikte, hipnoz, “kapsamlı bir method olarak, psikodinamik, davranışsal ve sistemik yaklaşımları bir araya getirerek hipno-psikoterapi olarak” da kullanılabilir. Hipnozun yaygın uygulama alanları olarak: “anksiyete ve panik bozukluklar, travmaya bağlı bozukluklar, stres ve tükenmişlik, psikosomatik bozukluklar, depresif bozukluklar, yeme ve uyku bozuklukları, sigara içme ve kilo kontrolü gibi sorunlu alışkanlıkları kontrol altına alma” gibi birçok alan sayılabilir²⁰. T.C. Sağlık Bakanlığı, 27 Ekim 2014 tarihli ve 29158 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren “Gelecekte ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği”nde hipnozun tedaviye yardımcı olarak kullanıldığı tıbbi uygulama alanlarını şu şekilde belirtmiştir¹³: “cerrahi işlemlerde preoperatif ameliyat korkusunu yenme, anksiyete ve ağrıyla baş etmede, postoperatif ağrı, bulantı, kusma ve anksiyete ile baş etmede ve intraoperatif ağrı, anksiyeteyi azaltmada; tüm tanısal ve girişimsel işlemler sırasında; acil tıpta kaygı giderilmesinde ve tedaviye uyumun artırılmasında; infertilite tedavisi sürecinde; gebelik ve doğum sürecinde; kadın hastalıkları tedavisi sürecinde; obezite tedavisi sürecinde; yeme bozuklukları tedavisi sürecinde; sigara

bırakma tedavi sürecinde; alkol bağımlılığı tedavi sürecinde; depresyon tedavi sürecinde; anksiyete bozukluğu tedavi sürecinde; stres bozuklukları tedavi sürecinde; organik olmayan uyku bozuklukları tedavi sürecinde; fonksiyonel barsak bozuklukları tedavi sürecinde; akut ve kronik ağrı tedavi sürecinde; alerjik rinit, alerjik astım tedavi sürecinde; bağışıklık sisteminin güçlendirilmesinde; yanık tedavisinde ağrı ve anksiyete azaltılmasında; doğum sırasında; intraoperatif ağrı yönetimi ve anestezinin sağlanmasında; kanser hastalarında ortaya çıkan ağrı, kusma, kaygı ve ilaç yan etkileriyle baş edilmesinde”. Bununlar beraber diş hekimliği alanındaki hipnoz uygulamaları ise şu şekilde belirtilmiştir: “diş hekimliği ile ilgili operasyonlara dair fobilerde, diş hekimliği ile ilgili ağrı giderme ve anestezi sürecinde, diş gıcırdatma tedavi sürecinde, diş hekimliği ile ilgili tedaviye ve protezlere uyumu artırıcı doğrultuda, temporomandibüler eklem disfonksiyonu tedavi sürecinde, trigeminal nevralji tedavi sürecinde ve diş hekimliği ile ilgili ağız içi problemlerinin giderilmesi tedavi sürecinde” (Tablo 1)

Tablo 1 27 Ekim 2014 tarihli ve 29158 sayılı Resmi Gazete’ de yayımlanarak yürürlüğe giren “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği”nde T.C. Sağlık Bakanlığınca belirtilen hipnozun tedaviye yardımcı olarak kullanıldığı tıbbi uygulama alanları

Hipnozun Tıptaki Uygulama Alanları
<ul style="list-style-type: none">• Cerrahi işlemlerde;<ul style="list-style-type: none">• Preoperatif ameliyat korkusunu yenme, anksiyete ve ağrıyla baş etmede• Postoperatif ağrı, bulantı, kusma ve anksiyete ile baş etmede• İntraoperatif ağrı, anksiyeteyi azaltmada• Tüm tanısal ve girişimsel işlemler sırasında• Acil tıpta kaygı giderilmesinde ve tedaviye uyumun artırılmasında• İnfertilite tedavi sürecinde• Gebelik ve doğum sürecinde• Kadın hastalıkları tedavi sürecinde• Obesite tedavi sürecinde• Yeme bozuklukları tedavi sürecinde• Sigara bırakma tedavi sürecinde• Alkol bağımlılığı tedavi sürecinde• Depresyon tedavi sürecinde• Anksiyete bozukluğu tedavi sürecinde• Stres bozuklukları tedavi sürecinde• Organik olmayan uyku bozuklukları tedavi sürecinde• Fonksiyonel barsak bozuklukları tedavi sürecinde• Akut ve kronik ağrı tedavi sürecinde• Alerjik rinit, alerjik astım tedavi sürecinde• Bağışıklık sisteminin güçlendirilmesinde• Yanık tedavisinde ağrı ve anksiyete azaltılmasında• Doğum sırasında• İntraoperatif ağrı ve anestezinin sağlanmasında• Kanser hastalarında ortaya çıkan ağrı, kusma, kaygı ve ilaç yan etkileriyle baş edilmesinde
Hipnozun Diş hekimliğindeki Uygulama Alanları
<ul style="list-style-type: none">• Diş hekimliği ile ilgili operasyonlara dair fobilerde• Diş hekimliği ile ilgili ağrı giderme ve anestezi sürecinde• Diş gıcırdatma tedavi sürecinde• Diş hekimliği ile ilgili tedaviye ve protezlere uyumu artırıcı doğrultuda• Temporomandibüler eklem disfonksiyonu tedavi sürecinde• Trigeminal nevralji tedavi sürecinde• Diş hekimliği ile ilgili ağız içi problemlerinin giderilmesi tedavi sürecinde

Türkiye’de Hipnozun Klinik Uygulamaları ve Bilinçli Hipnoz Farkındalığı Metodu

Türklerin ve Anadolu’nun hipnoza ilişkin tarihçesi oldukça eskilere dayanmaktadır. Hipnoz kelimesinin anlamı uyku olup, kökeni Yunan “Uyku Tanrısı” olan “Hypnos” a dayanır^{39,40}. Hipnoz uygulamalarının tarihsel kökeni ise M.Ö. 4. Yüzyılda ortaya çıkan Asklepion tapınaklarına kadar uzanır. Asklepion tapınaklarının kalıntılarını Bergama, Didim ve Kos (İstanköy) adasında halen görmek mümkündür. Bilinen ilk hastaneler Asklepionlarda, en yaygın tedavi biçimi “tapınak uykusu” ve “rüya terapisi” idi. Bu tedavi şekli hipnotik indüksiyona benzemektedir^{40,44}.

Eski Türkler Şamanist idiler ve Türklerde şaman ritüelle-

rinde hipnotik etki, müzik ve dans terapi iç içe geçmişti. Şamanik ritüellerin hipnotik bir etkisi vardı ve ritüel içinde Şamanik ve hipnotik telkinler yer alıyordu. İslam dininin etkisi ile Şamanlar “Baksı/Kam” adını almıştır^{43, 45-47}.

Hipnozun bir diğer kullanımını da Türk ve Türk-İslam Medeniyeti tarihinde, müzikle tedavi ve müziğin transa sokucu ve iyileştirici etkisi üzerine gerçekleştirilen pek çok çalışmada ve alanda görmek mümkündür. Sufizm de bu alanlardan birisidir. Sufizmde, müziğin ve kinetik transın iyileştirici ve tedavi edici etkisi üzerinde durulmakta; yapılan Semah törenlerinde Semazenin bir tür vecd (hipnotik trans) hali içine girerek, manevi ve içsel yolculukla Allah’a ve Hakikate kavuştuğuna ve sema ritüelinin metaforik ifadesiyle Hak’tan alınan Halka dağıtıldığına inanılmaktadır^{43,48}.

Kültürel ve manevi olarak yaşam akışı içerisinde hipnozu özümsemiş ve benimsemiş olan Türkler, hipnozun modern tıptaki uygulamalarına 1950’li yıllarda erişme imkânına kavuşmuştur. 1950’li yıllarda Türkiye’de hipnozun tıbbi uygulamalarına dair bilimsel ve klinik çalışmalar başlamıştır. Dr. Hüsnü İsmet Öztürk 1951 yılından itibaren kurucusu olduğu “Bilinçli Hipnoz” metodunu modern tıp klinik uygulamalarında kullanmıştır. 1951-1979 yılları arasında çeşitli klinik branşlarda birçok ameliyatı Bilinçli Hipnoz metoduyla gerçekleştirmiştir⁴⁹⁻⁵¹.

Hipnozun tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımı açısından kıymetli katkıları olan Op. Dr. Hüsnü İsmet Öztürk (1914-1979), İstanbul Tıp Fakültesi ve Almanya’daki Jena Tıp Fakültesi’nde eğitim görmüş, askerlik görevini yaptıktan sonra Zürih Üniversitesi Tıp Fakültesi Cerrahi Kliniğinde Prof. Dr. Brünner yanında cerrahi ve anesteziyoloji ihtisasını yapmıştır. Daha sonra Almanya Tübingen Üniversitesi Tıp Fakültesi Cerrahi Kliniğinde Prof. Dr. Henschen ve Prof. Dr. Schurc’un yanında cerrahi ve anestezi ihtisasını pekiştirmiştir. Dr. Hüsnü İsmet Öztürk, Türkiye’de anestezi ile ilgilenen ilk hekimler arasında yer almaktadır. 1951 yılında Haydarpaşa Numu-

ne Hastanesi Hariciye Servis Şef Yardımcısı olarak atanan Dr. Hüsnü İsmet Öztürk, 1953’te aynı hastanede operatör ve anestezi uzmanı olarak görevlendirilmiştir.^{52,53} 1958 yılından itibaren Hariciye Servisinde Klinik Şefi olan Dr. Hüsnü İsmet Öztürk, bu klinikten emekliye ayrılmıştır.⁴⁹ “Aydınlatılmış onam” genel tababette henüz çok fazla bilinirliği olan bir konu değilken, Dr. Hüsnü İsmet Öztürk 1951 yılında uygulamaya başladığı Bilinçli Hipnoz metodunda “mayalama” tekniği ile hasta onamını bu metodun temel şartlarından biri olarak ifade etmiştir. Bilinçli Hipnoz metodunda, hasta hekimin gerek gördüğü faydalanımları kendi arzu ve isteğiyle alabileceği algı, bellek, dikkat, beş duyu ve duygulanımlarda oluşturulan bilinçli hipnoz durumunun farkındalığı içindedir.

Dr. Hüsnü İsmet Öztürk, ömrünün son 28 yılını “Bilinçli Hipnoz” adını verdiği kendi metodunu kurmak ve uygulamakla geçirmiştir. Bu süre zarfında “yemek borusu kanseri ameliyatı, guatr ameliyatı, apandisit ameliyatı, tırnak çekme, ağrısız doğum, sezaryen, diş çekimi, bademcik ameliyatı” gibi tıbbın farklı branşlarında bir çok ameliyatı “Bilinçli Hipnoz” metodu ile sadece hipnoanestezi kullanarak gerçekleştirmiştir. Bu ameliyatların öncesinde, sırasında ve sonrasında başka hiçbir farmakolojik anestezi, sedasyon ya da aneljezik kullanılmamış ve hasta tamamen bilinçli farkındalık hali içerisinde kalmıştır. Dr. Hüsnü İsmet Öztürk, bu operasyonların bazılarında hastanın hem hipnoanestezisini hem de ameliyatını hipnotist ve operatör olarak kendisi yapmıştır. Bazı operasyonlarda da sadece “Bilinçli Hipnoz” metodunun uygulayıcısı olarak hipnoanestezi ve hipnoz halinin oluşturulmasını gerçekleştirmiştir. (Tablo 2) Operatif uygulamaların yanı sıra, “aşırı kilolardan kurtulma, eğitime yönelik başarı, motivasyon ve performans artışı sağlama, sigara-alkol bağımlılığından kurtulma, konuşma bozuklukları tedavisi, ağrı yönetimi, psikosomatik bozukluklar gibi pek çok farklı alanda” da yüzlerce hastayı Bilinçli Hipnoz metoduyla şifaya kavuşturmuştur⁴⁹⁻⁵¹.

Tablo 2. Dr. Hüsnü İsmet Öztürk (HİÖ) tarafından 1971-1979 yılları arasında hiçbir farmakolojik sedasyon, aneljezi ve anestezi kullanılmadan sadece hipnoanestezi ile başarıyla gerçekleştirilen operasyonlar

Operasyon Türü	Operasyon Sayısı	Kadın/ Erkek	Yaş Aralığı	Operasyon Öncesinde Gerçekleştirilen Hipnoz Seans Sayısı	HİÖ Operatör ve Hipnotist	HİÖ sadece Hipnotist
Duodenal Ülser	16	6 / 10	28 – 55	6	+	-
Safra Kesesi	14	9 / 5	25 – 62	5	+	-
Özafagus Kanseri	1	1 / -	65	7	+	-
Apandisit	45	32 / 13	15 – 46	4	+	-
İnguinal Herni	16	5 / 11	21 – 64	4	+	-
Hemoroit	5	- / 5	23 – 57	7	+	-
Guatr	3	3 / -	27 – 54	5	+	-
Prostat	5	- / 5	58 – 66	6	+	-
Göğüs Kanseri	5	5 / -	49 – 53	7	+	-
Tonsillektomi	12	7 / 5	5 – 25	8	-	+
Sezaryen	2	2 / -	25 – 28	6	-	+
Doğum	96	96 / -	19 – 34	4	-	+
Diğer	23	14 / 9	22 – 39	8	+	-
Toplam	264	201 / 63	5 – 66	6	123	120

Dr. Hüsnü İsmet Öztürk' ün 1979 yılında vefatından sonra Bilinçli Hipnoz metodunu uygulayan ve öğrenmekte olan birçok öğrencisi, bu tekniğin geliştirilmesi ve klinik uygulamaları konusunda çalışmalarını sürdürmüştür.

1991'de Türkiye'nin tıp alanındaki ilk hipnoz derneği olan Tıbbi Hipnoz Derneği kurulmuştur.²¹ Sonrasında, Tıbbi Hipnoz Derneği, Avrupa Hipnoz Derneği üyeliğine kabul edilmiş ve 2004-2019 yılları arasında 11 tane Uluslararası Hipnoz Kongresi düzenlemiştir. 2011 yılında gerçekleştirilen 12. Avrupa Hipnoz Derneği Uluslararası Kongresine ev sahipliği yapmıştır. Çeşitli üniversitelerle iş birliği içerisinde Sağlık Bakanlığı onaylı tıbbi hipnoz kursları düzenlemekte olan Tıbbi Hipnoz Derneği, aynı zamanda Avrupa Hipnoz Derneği tarafından akredite edilerek hipnoz eğitimi vermeye yetkilendirilmiştir.

Tıbbi Hipnoz Derneği kurucu üyesi ve Başkanı olan Dr. Ali Özden Öztürk, Dr. Hüsnü İsmet Öztürk ile birlikte uygulamaya başlamış olduğu Bilinçli Hipnoz metodu ile pek çok uygulama ve çalışma gerçekleştirmiştir. Yaptığı çalışmalar neticesinde hekim ve hastanın bilinçli farkındalık haline

virgü yapmak için bu metodu “Bilinçli Hipnoz Farkındalığı (Awareness Under Conscious Hypnosis – AUCH©)” olarak yeniden adlandırmıştır. Bilinçli Hipnoz Farkındalığı – AUCH© metodunun “temel basamak ve prensiplerini” sistemize etmiştir. Bu temel basamak ve prensipleri 2004 yılında Singapur'da yapılan 16. Uluslararası Hipnoz Kongresinde Avrupa ve Dünya hipnoz camiasına deklare etmiştir⁵⁴. 2006 yılında Meksika'da gerçekleştirilen 17. Uluslararası Hipnoz Kongresinde “MAYA©-Making Acceptance with Your Awareness-Farkındalık içinde kabul oluşturma” akronimi ile hasta kabul sürecindeki aydınlatılmanın ve onamın önemini tebliğ etmiştir⁵⁴.

2007 senesinde Tıbbi Hipnoz Derneği Başkanı, Avrupa Hipnoz Derneği Mali Kontrolörlüğü görevine seçilmiştir. 2011 yılında ise Avrupa Hipnoz Derneği Yönetim Kurulu Üyeliğine getirilmiştir. 3 yıllık bu görevi sırasında ayrıca Avrupa Hipnoz Derneği bünyesindeki Avrupa Eğitim Programları Komitesi (CEPE-Committee on Educational Programmes in Europe), Halkla İlişkiler Komitesi ve Stratejik Planlama Komitelerinde görev almıştır. 2014 yılında ise Avrupa Hipnoz Derneği tarafından verilen Avrupa

Hipnoz Sertifikası (ECH- European Certificate of Hypnosis) sahibi olmuştur. 2017 senesinde Manchester'da gerçekleştirilen 14. Avrupa Hipnoz Derneği Uluslararası Kongresinde düzenlenen Avrupa Hipnoz Derneği Genel Kurul Toplantısında Avrupa Hipnoz Derneği Mali Kontrolörlüğü görevine 3 yıllığına yeniden getirilmiş, 2019 yılında ise Avrupa Hipnoz Derneği Yönetim Kurulu üyesi olmuştur.

Tıbbi Hipnoz Derneğinin, Avrupa Hipnoz Derneği Yönetim Kurulundaki aktif görevi sırasında Bilinçli Hipnoz Farkındalığı – AUCH© metodu ile gerçekleştirilen başarılı ameliyatlara ve hipnozun tıbbın çeşitli alanlarındaki etkili uygulamalarının önemine işaret edilmiştir. Bu doğrultuda, Avrupa Hipnoz Derneğinin isminin açılımındaki “Psikoterapi ve Psikosomatik Tıp” ifadesi 2011 yılında değiştirilmiştir. Psikosomatik ifadesi çıkarılarak hipnozun tıbbın tüm alanlarındaki kullanımına dair vurgu yapmak için “Psikoterapi ve Tıp” olarak güncellenmiştir.

Bunun yanı sıra, Tıbbi Hipnoz Derneği, Avrupa Hipnoz Derneği Yönetim Kurulundaki görevi sırasında Avrupa Hipnoz Derneğine ait hipnoz eğitim standartlarının oluşturulması, düzenlenmesi ve denetlenmesi konularında aktif görev almıştır. Bu katkı ve tecrübeler, daha sonra T.C. Sağlık Bakanlığı Hipnoz Uygulaması Eğitim Standartlarının oluşturulması amacıyla Bakanlıkça kurulan komisyonda değerlendirilmiştir. Bu komisyonun çalışmaları neticesinde Avrupa Hipnoz Derneği standartlarını karşılayan bir ulusal hipnoz eğitim programı oluşturulmuştur. Bu sürecin devamında, T.C. Sağlık Bakanlığınca hipnozun tıbbi ve bilimsel alanda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair gerçekleştirilen yasal düzenlemeler ile hipnozun sadece tedavi ehliyetine ve hipnoz uygulama sertifikasına sahip hekimlerce, etik ve mesleki kurallar dâhilinde uygulanmasına yönelik önemli bir adım atılmıştır.

T.C. Sağlık Bakanlığınca gerçekleştirilen bu düzenlemeler doğrultusunda, eğitim ve araştırma hastanesi ve tıp fakültesi veya dış hekimliği fakültesi sağlık uygulama ve araştırma merkezi bünyesinde “Geleneksel ve Tamamlayıcı

Tıp Eğitim Merkezleri” kurulmuştur⁵⁷. Bununla birlikte “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp uygulama merkezleri ve üniteleri” kurulmuştur^{58,59}. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp uygulama merkezi “ilgili alanda sertifikası bulunan tabip ve/veya dış tabibi sorumluluğunda, 27 Ekim 2014 tarihli ve 29158 sayılı “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği”nde belirlenen uygulamaları yapmak üzere eğitim ve araştırma hastanesi ve tıp fakültesi veya dış hekimliği fakültesi sağlık uygulama ve araştırma merkezi bünyesinde kurulan ve Bakanlıkça yetkilendirilmesi halinde eğitim verilebilecek merkezi” ifade etmektedir¹³. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp uygulama ünitesi “ilgili alanda sertifikası bulunan tabip ve/veya dış tabibi sorumluluğunda ve “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği”nde belirlenen uygulamaları yapmak üzere, kamu ve özel hukuk tüzel kişileri ile gerçek kişilere ait sağlık kuruluşları bünyesinde kurulan birimleri” belirtmektedir¹³.

9 Mart 2019 tarihli ve 30709 sayılı Resmi Gazetede yayınlanan “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarının Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik” ile de T.C. Sağlık Bakanlığı tıbbi hipnoza dair bilimsel araştırma ve çalışmaların yapılması yönünde önemli bir adım atmıştır⁶⁰.

SONUÇ

Bir Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp branşı olan hipnozun tıbbi, klinik ve bilimsel alanlarda legal otoritelerce, profesyonel/mesleki kuruluşlarca ve kamuoyunca kabulü, bilinirliği ve talep edilirliliği dünya çapında iyi bir seviyeye gelmiştir. Bu güncel gelişmelerin ortaya çıkmasında klinik alandaki başarılı tıbbi hipnoz uygulamalarının rolü önemlidir. Tıbbi hipnozun klinik uygulamalarına dair güncel ilerlemeler ve başarılar, tıbbi hipnozun klinik kullanım alanlarının daha iyi anlaşılması ve belirlenmesinde etkin bir role sahiptir.

Hipnozun tıbbi ve bilimsel alanda ve klinik uygulamalarda kullanımına dair gelişen bu süreçte bilimsel ve yasal oto-

rite ve kuruluşlarca gerçekleştirilen düzenleme, çalışma ve denetimler tıbbi hipnozun geleceği ve gelişimi, ayrıca halk sağlığı açısından son derece kritik öneme sahiptir. Hipnozun sadece tedavi ehliyetine ve hipnoz uygulama sertifikasına sahip hekimlerce, etik ve mesleki kurallar dâhilinde uygulanmasına yönelik denetimlerin kamu sağlık otoritelerince gerçekleştirilmesi yönünde önemli adımlar atılmaktadır. Bilimsel kurum ve kuruluşlar, yaptıkları araştırma ve çalışmalarla tıbbi hipnozun klinik uygulamalarına dair kıymetli katkılarda bulunmaktadır. Türkiye bu gelişmeler içerisinde yaptığı düzenlemeler ve çalışmalar ile tıbbi hipnoz uygulamalarında iyi bir konuma gelmiştir. Bununla birlikte tıbbi hipnozun birçok farklı klinik uygulamada beden ve ruh sağlığını koruyacak, iyileştirecek ve düzenleyecek yönde en iyi şekilde kullanılabilmesini sağlamak amacıyla adımların atılmaya devam edilmesi gerekmektedir.

Kaynaklar

1. Hovee, F.J.M., Hypnosis before Mesmer. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 1975. 17(4): p. 215-220.
2. BMA, Medical use of Hypnotism: Report of a Subcommittee appointed by the Psychological Medicine Group Committee of the British Medical Association. Supplement to the BMJ, 1955. Appendix X: p. 190-193.
3. Mathew, V.M., Hypnosis in psychiatry. *Psychiatric Bulletin*, 1993. 17: p. 202-204.
4. APA. American Psychological Association- Hypnosis. [Online] 2019 01/01/2019; Available from: <https://www.apa.org/topics/hypnosis/>.
5. APA. American Psychological Association Division 30, the Society of Psychological Hypnosis. [Online] 2019 01/01/2019; Available from: <https://www.apadivisions.org/division-30/about>.
6. Elkins, G.R., et al., Advancing Research and Practice: The Revised APA Division 30 Definition of Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 2015. 57(4): p. 378-385.
7. World Health, O., WHO traditional medicine strategy 2002-2005 / World Health Organization 2002, Geneva: World Health Organization.
8. World Health, O., WHO traditional medicine strategy 2014-2023 / World Health Organization, ed. O. World Health 2013, Geneva: World Health Organization.
9. CAMbrella. CAMbrella-a European research network for complementary and alternative medicine (CAM) [Online] 2010-2012 01/03/2019; Available from: <https://cambrella.eu/home.php>.
10. CAMbrella. Final Report of CAMbrella Work Package 8. [Online] 2012; Available from: <https://phaidra.univie.ac.at/view/o:291795>.
11. Weidenhammer, W., et al., EU FP7 project 'CAMbrella' to build European research network for complementary and alternative medicine. *Forsch Komplementmed*, 2011. 18(2): p. 69-76.
12. T.C. Sağlık Bakanlığı Sertifikalı Eğitim Yönetmeliği, 2014.
13. T.C. Sağlık Bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği, 2014.
14. T.C. Sağlık Bakanlığı Hipnoz Uygulaması Sağlık Alanı Sertifikalı Eğitim Standartları, 2015.
15. ESH. European Society of Hypnosis. [Online] 2019 10/01/2019; Available from: <http://esh-hypnosis.eu>.
16. ISH. International Society of Hypnosis. 2019 [cited [Online] 10/01/2019]; Available from: <https://www.ishhypnosis.org>.
17. ISH. International Society of Hypnosis-What is hypnosis? 2019 [cited [Online] 10/01/2019]; Available from: <https://www.ishhypnosis.org/what-is-hypnosis/>.
18. ISH. International Society of Hypnosis-Mission Statement. 2019 [cited [Online] 10/01/2019]; Available from: <https://www.ishhypnosis.org/about-ish/mission-statement/>.
19. ESH. European Society of Hypnosis-Mission. [Online] 2019 10/01/2019; Available from: <http://esh-hypnosis.eu/about/>.
20. ESH. European Society of Hypnosis-What is Hypnosis? [Online] 2019 10/01/2019; Available from: <http://esh-hypnosis.eu/hypnosis-facts/>.
21. THD. Tıbbi Hipnoz Derneği. [Online] 2019 10/01/2019; Available from: <http://www.tibbihipnozderneği.org.tr/>.
22. THD. Tıbbi Hipnoz Derneği-Etik Kuralları. [Online] 2019 10/01/2019; Available from: <http://www.tibbihipnozderneği.org.tr/tibbi-hipnoz-derneği-etik-kuralları/>.
23. Suzuki, N., Complementary and Alternative Medicine: a Japanese Perspective. *Evid Based Complement Alternat Med*, 2004. 1(2): p. 113-118.
24. ESH. European Society of Hypnosis-Research on Hypnosis. [Online] 2019 10/01/2019; Available from: <http://esh-hypnosis.eu/hypnosis-facts/research-on-hypnosis/>.
25. ASCH. American Society of Clinical Hypnosis-Public Library. [Online] 2019 10/01/2019; Available from: <http://www.asch.net/Public/PublicLibrary/PublicLibraryPage/tabid/210/Default.aspx>.
26. Jensen, M.P., et al., New directions in hypnosis research: strategies for advancing the cognitive and clinical neuroscience of hypnosis. *Neuroscience of consciousness*, 2017. 3(1): p. nix004.
27. ISH. Personal Communication-Email: International Society of Hypnosis-Membership Renewal, A.Ö. Öztürk, Editor 2018.
28. ISH. International Society of Hypnosis-Pre-Congress Hypnosis Research Symposium. 2018 [cited [Online] 10/01/2019]; Available from: <http://www.hypnosis2018.com/en/program/pre-congress-hypnosis-research-symposium/>.
29. Montgomery, G.H., K.N. DuHamel, and W.H. Redd, A meta-analysis of hypnotically induced analgesia: how effective is hypnosis? *Int J Clin Exp Hypn*, 2000. 48(2): p. 138-53.
30. Flammer, E. and W. Bongartz, On the efficacy of hypnosis: a meta-analytic study. *Contemporary Hypnosis*, 2003. 20(4): p. 179-197.
31. Shih, M., Y.-H. Yang, and M. Koo, A Meta-Analysis of Hypnosis in the Treatment of Depressive Symptoms: A Brief Communication. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 2009. 57(4): p. 431-442.
32. Hartman, D. and D. Zimberoff, Hypnosis and Hypnotherapy in the Milieu of Integrative Medicine: Healing the Mind/Body/Spirit. 2011.
33. Koranyi, S., et al., Efficacy of hypnosis in adults undergoing surgery or medical procedures: A meta-analysis of randomized controlled trials. 2013. 33: p. 623-636.
34. Bowker, E. and D. Dorstyn, Hypnotherapy for disability-related pain: A meta-analysis. *J Health Psychol*, 2016. 21(4): p. 526-539.
35. Kendrick, C., et al., Hypnosis for Acute Procedural Pain: A Critical Review. 2016. 64: p. 75-115.
36. Häuser, W., et al., The Efficacy, Safety and Applications of Medical Hypnosis. *Deutsches Arzteblatt international*, 2016. 113(17): p. 289-296.
37. Provençal, S.-C., et al., Hypnosis for burn wound care pain and anxiety: A systematic review and meta-analysis. 2018.
38. APA. Division 30-What Can Hypnosis Be Used For? [Online] 2019 01/01/2019; Available from: <https://www.apadivisions.org/division-30/about/hypnosis-brochure.pdf>.
39. Garth, S., Ovid's Metamorphoses in Fifteen Books 1717: J. Tonson.
40. Berens, E.M., The Myths and Legends of Ancient Greece and Rome (Illustrated) 2013: Lulu.com.
41. Silav Utkan, M., Antik Dönemde Batı Anadolu Tıbbi: Asklepios, Bergama. *Ankara Medical Journal*, 2012. 12(2): p. 84-88.
42. Radt, W. and E. Steiner, Pergamon : Antik bir kent in tarihi ve yapıları (Pergamon : Geschichte und Bauten, Funde und Erforschung einer antiken Metropole). Yapı Kredi Yayınları: 1619. Sanat 802002: İstanbul : Yapı Kredi Yayınları; 2002.
43. Ak, A.Ş., Avrupa ve Türk-İslam Medeniyetinde Müzikle Tedavi, Tarihi, Gelişimi ve Uygulamaları 2006, İstanbul: Ötüken Neşriyat
44. Machovec, F.J., The cult of Asklepios. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 1979. 22(2): p. 85-90.
45. McClenon, J., Shamanic Healing, Human Evolution, and the Origin of Religion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 1997. 36(3): p. 345-354.
46. İnan, A., Tarihte ve Bugün Şamanizm 1986, Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.
47. Gömeç, S., Şamanizm ve Eski Türk Dini. PAÜ. Eğitim Fak.Derg., 1998. 4: p. 38-52.
48. Somaklı, P., Türklerde Müzikle Tedavi. *Erciyes Aylık Fikir ve Sanat Dergisi*, 2015. 38(445): p. 7-11.
49. Saim, H., Hipnoz Sayesinde Mucize Tedaviler 1979, İstanbul: Venüs Yayınları.
50. Öztürk, A.Ö. Retrospective Evaluation of Hypnoanesthesia Operations in Türkiye with "AUCH® (Awareness Under Conscious Hypnosis)" Method between 1971-2013. in 1st International Conference on Hypnosis in Medicine. 2013. Budapest, Hungary.
51. Öztürk, A.Ö. The Retrospective Analysis of the Use of AUCH®Ozturk (Awareness Under Conscious Hypnosis) Method in Surgery. in 7th International Medical Hypnosis Congress: "Awareness and Hypnosis". 2013. İstanbul, Türkiye
52. Akpır, K., Türk Anestezi Tarihi. *History of Anesthesiology in Turkey*, 2012: p. 1-26.
53. Akpır, K., Her yönüyle anestezi. Nöbetçi; 5: Başvuru; 12010: İstanbul: Nöbetçi Yayınevi, 2010.
54. Öztürk, A.Ö. AUCH® (Awareness Under Conscious Hypnosis) Method for Total Hysterectomy. in 16th ISH (International Society of Hypnosis) Congress: Hypnosis and Hypnotherapy. 2004. Singapore.
55. Öztürk, A.Ö., The Use of Hypnosis in Sports Performance and Athlete Health & Wellness: AUCH® (Awareness Under Conscious Hypnosis) Method. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Medicine-Special Topics*, 2017. 3(1): p. 48-57.
56. Öztürk, A.Ö. and G. Öztürk, The Inherent Relationship between Traditional Chinese Medicine (TCM) and Hypnotic Rituals of Awareness Under Conscious Hypnosis (AUCH®) Method. *J Complement Med Alt Healthcare* 2018. 5(2).
57. GETAT. T.C. Sağlık Bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Daire Bşk GETAT Eğitim Merkezleri. [Online] 2019 11/01/2019; Available from: <https://getatportal.saglik.gov.tr/TR,8536/getat-egitim-merkezlerimiz.html>.
58. GETAT. T.C. Sağlık Bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Daire Bşk GETAT Uygulama Merkezleri. [Online] 2019 11/01/2019; Available from: <https://getatportal.saglik.gov.tr/TR,21264/uygulama-merkezleri.html>.
59. GETAT. T.C. Sağlık Bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Daire Bşk GETAT Uygulama Üniteleri. [Online] 2019 11/01/2019; Available from: <https://getatportal.saglik.gov.tr/TR,21324/uniteler.html>.
60. T.C. Sağlık Bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarının Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik. [Online] 2019. Available from: <http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2019/03/20190309-2.htm>