

İlknur Çetin

Hipnoz ve Kanser

Kanserin meydana gelmesinde sigara, alkol, aşırı kilo alma, stres gibi birçok etken rol oynamaktadır. Oluşum noktasında, kanserli hücre; çevreye invazyon, kontrolsüz çoğalma, immun sistemin yıkımından kaçış, genetik geçiş ve mutasyon, çevreye damarlanmada artış gibi mekanizmaları kullanır. Kanseri fiziksel, zihinsel ve sosyal bütünlüğü tehdit eder. Bu yüzden tedavide; fiziksel ve psikososyal açıdan hastanın iyilik halinin artırılmasına ihtiyaç vardır. Bu bağlamda; hipnozun kanser hastalarında kullanımı ile hastanın hayat kalitesini arttırmak, kansere ve tedaviye bağlı yan etkileri azaltmak mümkün olmaktadır. Ayrıca tedavinin etkinliğini arttırmak, hastalığın ilerlemesini yavaşlatmak, immun sistemi güçlendirmek ve buna bağlı sağkalım süresini uzatmak, tedavi maliyetini azaltmak gibi amaçlarla hipnoterapi kullanılabilir. Kanseri hastalarında hipnoz uygulamaları; hızlı, bağımlılık yapmayan, güvenilir, maliyet etkin bir yöntemdir.

Kanserli hastada hipnoz; kanserin önlenmesinde, tanısında ve tedavisinde kullanılabilir. Hipnoz kanserin önlenmesi kapsamında; aşırı kilolu kişilerde kilo kontrolü ve sigara içenlerde sigaranın bırakılması için kullanılabilir. Kanseri tanısı için hipnoz uygulamaları ile ilgili yapılan çalışmalarda hastaların ağrı ve anksiyete düzeyinde azalma saptanmıştır. Özellikle çocuklarda sedasyon ihtiyacında da azalma gözlenmiştir.

Kanseri tedavisi için yapılan cerrahilerde hipnoz kullanımının yan etkilerin azalmasına, iyileşmenin artmasına, duygusal rahatsızlığın azalmasına ve hastanede yatış süresinin kısalmasına neden olduğu gözlenmiştir. Radyoterapi (RT) sırasında hipnoz kullanımı ile ilgili çalışmalarda ise; RT yan etkileriyle başa çıkmada ve hastaların morallerinde artışa sebep olduğu tespit edilmiştir. Özellikle çocuklarda, RT sırasında uygulanan anestezinin yerini alabilmektedir. Kemoterapi (KT) ile hipnoz kullanımında ise özellikle bulantı, kusma, yorgunluk, halsizlik gibi KT'ye bağlı yan etkilerde etkili olduğu saptanmıştır.

Hipnoz telkine daha yatkın olmalarından dolayı çocuklarda etkin olarak uygulanabilir. Hipnozun genel anestezi yerine kullanılabilirdiği gibi, bulantı, kusma gibi şikayetlerde ilaç kullanımını azalttığı, endişe durumunda azalma sağladığı gözlenmiştir. Terminal dönemdeki hastalarda hipnoz kullanımı neticesinde; hayat kalitesinde anlamlı derecede artış, anksiyete ve depresyon seviyesinde azalma saptanmıştır.

Meme kanserli hastalarda hipnozla yapılan bazı çalışmalarda ise, sağkalımda anlamlı fark saptanmıştır. Çalışmaların birbirinden farklı sonuçlar saptanmasının sebepleri; hipnoz yönteminde farklılıklar, hipnoz uygulama süresinin değişkenliği ve hastanın hipnoza yatkınlığı olarak sıralanabilir.

Sonuç olarak; Uzun yıllardan beri kullanıldığı bilinen hipnozun kanseri ile ilgili uygulamaları konusunda yapılan çalışmalar yetersiz düzeyde olmakla birlikte, kanserin her aşamasında kullanıldığı gözlenmiştir. Kanserli hastalar için etkin ve yetkin kişilerden hipnoterapi desteği alınabilir.

Anahtar kelime: Kanseri oluşumu, kanserde hipnozun kullanım alanları, hipnozun etkileri.

HYPNOSIS AND CANCER

Many factors such as smoking, alcohol, excessive weight gain and stress play a role in the occurrence of cancer. At the point of formation, the cancerous cell; uses mechanisms such as invasion of the environment, immortal proliferation, escape from destruction of the immune system, genetic transition and mutation, increased vascularity to the environment. Cancer threatens physical, mental and social integrity. Therefore, in the treatment; physical and psychosocial aspects of the patient need to be improved. In this context; With the use of hypnosis in cancer patients, it is possible to improve the quality of life of the patient and to reduce the side effects associated with cancer and treatment. In addition, hypnotherapy can be used to increase the effectiveness of the treatment, slow the progression of the disease, strengthen the immune system, prolong the survival time and decrease the cost of treatment. Hypnosis applications in cancer patients is a fast, non-addictive, reliable, cost-effective method.

Hypnosis in a patient with cancer; can be used in the prevention, diagnosis and treatment of cancer. In the context of the prevention of hypnosis cancer; can be used to control weight in overweight individuals and to stop smoking in smokers. Studies on hypnosis for the diagnosis of cancer have shown a decrease in patients' pain and anxiety levels. Especially in children, the need for sedation decreased. It has been observed that the use of hypnosis in the surgeries performed for cancer treatment leads to a decrease in side effects, an increase in recovery, decreased emotional disturbance and shortening the length of hospital stay. In studies on the use of hypnosis during radiotherapy (RT); It has been found that it causes an increase in the morale of patients and coping with RT side effects. Chemotherapy (CT) was found to be effective in the use of hypnosis, especially nausea, vomiting, fatigue, and other side effects associated with CT.

It can be applied effectively in children because they are more susceptible to hypnosis. As hypnosis can be used instead of general anesthesia, it has been observed that it decreases the use of medication in the complaints such as nausea and vomiting and provides a reduction in anxiety. In some studies with hypnosis in breast cancer patients, there was a significant difference in survival. The reasons for finding different results of the studies; differences in hypnosis method, variability of hypnosis application time, and hypnosis susceptibility of the patient.

As a result, studies on hypnosis, which has been used for many years, are insufficient. However, hypnosis was used in all stages of cancer. Hypnotherapy support can be obtained from effective and competent people for cancer patients.

Key Words: Formation of cancer, use of hypnosis in cancer, effects of hypnosis.



Biography

I graduated from Gazi University Faculty of Medicine in 1993. I became Radiation Oncologist in 2003, assistant professor and then associate professor in 2018 at the Marmara University Faculty of Medicine. I experienced in the field of radiosurgery with Tomotherapy and Novalis BrainLAP at the Vrije University in Brussels and in the field of IMRT and brachytherapy at the Dokuz Eylul University Faculty of Medicine. I also act as a reviewer and editor in international journals. I have awards in five national congresses. I authored 25 articles in national and international journals and one book chapter. I also gave 51 presentations at several congresses. I am especially interested in genitourinary system cancer, lung cancer, brain tumor, radiosurgery, brachytherapy, breast cancer, lymphoma, gynecology cancer, skin tumor, TBI, hypnotherapy. I am member of National Radiation Oncology Society, National Oncology Group, Turkish Lung Cancer Association, Rare Cancer Network, Medical Hypnosis Associations and Breast Health Association.