

## **Randi Abrahamsen**

Danimarka - Danimarka Klinik Hipnoz Derneği (DSCH)

*Avrupa Hipnoz Derneği Yönetim Kurulu Üyesi*

### ***Sunum:***

#### **Kronik Ağrıda Şifanın Güzelliği**

Avrupa nüfusunun yüzde yirmisi kronik ağrıdan muzdariptir, ki bu hem birey hem de toplum üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. İlaçla tedavi ise çoğunlukla yetersiz kalmakta ve ciddi yan etkilere neden olmaktadır. Bu sunuda beynimizin ağrı kaldırmadaki kapasitesinin güzelliğini tartışacağım. Kendi beyin görüntüleme araştırmamdan kanıtlara değineceğim. Buna ek olarak kronik orofasiyal ağrıyı kaldırmada hipnoz kullanımına dair klinik bir çalışmayı sunacağım.

### ***Çalıştay:***

#### **Kronik Ağrıda Şifanın Güzelliği**

Hipnoz kronik ağrı rahatsızlıklarında güçlü bir tedavi biçimi olabilmektedir. Bu çalıştayda, hastaların kronik ağrıya şifa bulması için kendilerindeki kaynakları geliştirmelerine yardımcı olacak metotlar sunulacaktır. Pozitif yaş geriletme hastaları yetkinleştirmeye ve kronik ağrının tedavisine başlamakta kullanılmaktadır. Ego-state terapi ve metaforların kullanımı stresli olaylarda ağrının şiddetlenmesini önleyebilmekte ve hastaların ağrı probleminin üstesinden gelmesine yardımcı olabilmektedir. Bu terapi aynı zamanda hastanın ağrıyı anlamlandırmasına da yardımcı olabilmektedir. Hastalara analjezi etkisine sahip otohipnoz öğretmek de bir diğer etkili yöntemdir.

### ***Sunum:***

#### **Dental Anksiyetesi olan Çocuklar için Hipnotik Metaforların Güzelliği**

Çocuklar çoğunlukla dental tedavilerle başa çıkmak konusunda güçlükler yaşayabilmektedir. Hem iğne hem de diş tedavisine ilişkin korkulara sahip olabilmektedirler. Söyle-göster ve yap prensibi, her aşamayı çocuk için öngörülebilir yapmanın önemi ve ağrısız tedavinin kullanımı çocuklara yardımcı olabilmekte fakat çok defa anksiyeteyi azaltmakta yetersiz kalmaktadırlar. Hipnoz dental tedaviyle başa çıkma ve anksiyeteyi azaltma konusunda çocuğun pozitif kaynaklarının geliştirilmesinde kullanılabilir. Dental anksiyetesi olan ve hipnozla tedavi edilen çocukların vaka sunumları söz konusu yöntemlere dair bir iç görü sağlayacaktır.

### ***Çalıştay:***

#### **Dental Anksiyetesi olan Çocuklar için Hipnotik Metaforların Güzelliği**

Hipnoz dental tedaviyle başa çıkma ve anksiyeteyi azaltma konusunda çocuğun pozitif kaynaklarının geliştirilmesinde kullanılabilir. Ego-state terapi ve metaforların kullanımı gibi hipnotik metotlar tedaviyle başa çıkma ve anksiyeteyi iyileştirme konusunda çocuğun kaynaklarının geliştirilmesinde yardımcı olabilmektedir. Bunun için, çocuğun kendi bireysel evrenine girmemiz ve hipnotik telkinleri bu evrenden geliştirmemiz gerekmektedir. Söz konusu yöntemler sadece dental anksiyete değil diğer anksiyete türlerinin tedavisinde de kullanılabilir.

## **Randi Abrahamsen**

Denmark- Danish Society of Clinical Hypnosis (DSCH)

*BOD Member European Society of Hypnosis*

### ***Lecture:***

#### **The beauty of healing in chronic pain**

Twenty percent of the European population suffers from chronic pain with a great impact for both the individual and the society. Medical treatment is often insufficient and has severe side effects. In this lecture I will discuss the beauty of our brain capacity to create pain relief. I will touch upon the evidence from my own brain imaging research. Furthermore I will present the clinical study of hypnosis for pain relief in chronic orofacial pain.

### ***Workshop:***

#### **The beauty of healing in chronic pain**

Hypnosis can be a powerful treatment in chronic pain conditions .This workshop will present methods to help developing the resources in patients for them to heal the chronic pain. Positive age regression is used to start the empowerment of the patients and the healing of the chronic pain. Ego-state therapy and use of metaphors can prevent aggravation of pain in stressful events and help the patients to overcome the pain problem. The therapy can also help the patient understand the meaning of pain. Teaching the patients self-hypnosis with analgesia is another effective method.

### ***Lecture:***

#### **The beauty of Hypnotic Metaphors for Children with Dental Anxiety**

Children often have difficulties to cope with dental treatment. They might have both fear of injections and dental treatment. The principle of tell- show and do , the importance of making every step predictable for the child, and the use pain-free treatment can help children, but is often not enough to reduce the anxiety. Hypnosis can be used to develop the child's positive resources to cope with dental treatment and reduce the anxiety. Case presentations of children with dental anxiety treated with hypnosis will give an insight of the methods.

### ***Workshop:***

#### **The beauty of Hypnotic Metaphors for Children with Dental Anxiety**

Hypnosis can be used to develop the child's positive resources to cope with dental treatment and reduce the anxiety. Hypnotic methods such as ego-state therapy and use of metaphors can be helpful in developing the child's resources to overcome treatment and healing the anxiety. We need to access the child's individual universe and develop the hypnotic suggestions from their universe. The methods can be used not only for dental anxiety but also for other types of anxiety.

## **Randi ABRAHAMSEN**



### **Avrupa Hipnoz Derneği Yönetim Kurulu Üyesi**

**Danimarka Klinik Hipnoz Derneği Yönetim Kurulu Üyesidir.** Ayrıca iki yıl Editör, iki yıl Başkan olarak görev yapmıştır.

Diş Hekimliğinde doktorası vardır. Doktora araştırmasını “Kalıcı Orofasiyal Ağrıda Hipnozun Etkisi” üzerine yaptı.

Halk Sağlığı Diş Hekimliği Hizmetinde uzman diş hekimi olarak görev yaptı.

Aarhus Üniversitesi Diş hekimliği Fakültesi'nde Orofasiyal Ağrı ve Çene fonksiyonu bölümünde eğitim ve konferanslar verdi. Bu süreçte orofasiyal ağrı araştırmaları yaptı.

Halen yöneticiliğini yaptığı özel bir hipnoz ağrı kliniğinde hizmet vermekte ve Orofasiyal ağrı konusunda danışmanlık yapmaktadır.

Hipnoz her zaman profesyonel kariyerinin bir parçası oldu. Hipnozu özellikle diş hekimi korkusu olan hastalar için, daha sonra orofasiyal ağrı için kullandı. Halen çeşitli ağrı durumları için hipnoz uygulamalarına devam etmektedir.

Hipnoz araştırmalarında doktora öğrencilerine destek vermekte ve Halk Sağlığı Diş Hekimliği hizmetlerinde, dental organizasyonlarda ve üniversitede mesleki bağlamda hipnoz ilminin yayılması yönünde çalışmalar yapmaktadır.

## **ABRAHAMSEN, Randi**

### **Danish Society of Clinical Hypnosis (DSCH)**

#### **Dentist, PhD Randi Abrahamsen, Aalborg, Denmark**

DDS 1982 Dental School, University of Aarhus, Denmark,

PhD 2009 Dental School University of Aarhus, Denmark.

1997-2017 Board Member of the Danish Society of Clinical Hypnosis, served two years as Editor, two years as President.

#### **Professional career:**

Experienced Dentist in the Community Dental Service; teaching and lecturing in the Section of Orofacial Pain and Jaw function at the Dental School, Aarhus University. During this period I was involved with orofacial pain research and a private hypnosis pain clinic, which I now manage. I am a Consultant in orofacial pain and a Lecturer giving workshops for Dentists and dental staff.

#### **Hypnotic functions:**

Hypnosis has always been a part of my professional career. I used hypnosis mainly for odontophobic patients, later with orofacial pain; I now use hypnosis for various pain conditions. My PhD/research was entitled: "Effect of Hypnosis on Persistent Orofacial Pain."

I have attended numerous ESH, ISH and international pain congresses with posters and presentations. For several years I have taught, trained and supervised in the Danish Society of Clinical Hypnosis. Furthermore I developed a special course and trained nurses for a hypnosis research project at the Cardiac Department at Rigshospitalet, Copenhagen (the leading hospital in Denmark). I support PhD hypnosis research students and try to spread knowledge of hypnosis in a professional context in dental community services, dental organisations and at the university. I give lecture in patients' organisations and I have been lucky to be able to promote hypnosis on Danish National Television.

#### **My intentions and suggestions for the ESH are:**

Increase the interest for ESH among our society members

In research to increase collaboration between our members to initiate an environment not only for young researchers, but also for people, who have worked clinically with hypnosis for many years, and want to perform a small research project.

Continuing the work of improving education in hypnosis. Maybe facilitate a common European curriculum. Initiate Universities to establish a master of hypnosis

Spread the knowledge of the effectiveness of hypnosis research to health care systems and health care politicians in Europe

Promote hypnosis to layman by delivering research facts and patient' cases to the press.