



Angst und Narkose – ein häufiges Zwillingsspaar

3 Fragen zu Angst vor einer (anstehenden) Narkose:

1. Haben Sie grosse Angst vor der nächsten Narkose?
2. Können Sie jetzt schon fast nicht mehr schlafen resp. läuft es Ihnen kalt den Rücken runter, wenn Sie nur schon an die Narkose denken?
3. Haben Sie bei einer Narkose schlechte Erfahrungen gemacht und sind jetzt angespannt und hoffen, dass es diesmal besser geht?

Dann sind Sie genau richtig bei unserer **Informationsveranstaltung zum Angstabbau vor einer Narkose mittels medizinischer Hypnose.**

Es geht dabei darum, Personen in einer geschützten Umgebung an eine Anästhesie heranzuführen, Ihnen zu zeigen, was sie erwartet und neue resp. evtl. auch schon länger vorhandene alte Ängste abzubauen.

Ebenfalls nutzen wir die Gelegenheit und werden ihnen eine zielorientierte Hypnose zeigen und Ihnen die Fähigkeiten weitergeben, diese dann auch vor/während/nach der Narkose anzuwenden.

Die fachlich-hypnotischen Veranstaltungen inkl. Erlernen der zielorientierten Hypnose sind kostenlos. Die Daten sind auf der Homepage der Schmerztherapie resp. der Anästhesie publiziert – die Teilnehmerzahl ist limitiert.

Anmeldung werden über hypnose@ksgr.ch oder das Sekretariat der Schmerztherapie des Kantonsspitals Graubünden unter Telefon **081 255 20 61** entgegen genommen.