



Dr Janos Koranyi, leg läkare  
specialist i psykiatri, endast samtalsterapi med medicinsk hypnos, Specialist i allmän medicin  
Curakliniken  
Erikslustsvägen 22, Malmö  
e-post: koranyi@curakliniken.se

# Medicinsk hypnos

---

## Förord

Den här broschyren är framtagen för mina blivande patienter. Den beskriver vad jag anser att man behöver veta om min mottagning.

## Vad är medicinsk hypnos?

**Hypnos** finns inbyggd hos alla människor. Hypnostillståndet är identiskt med dagdrömmar. Man går in i ett litet förändrat tillstånd genom att fördjupa sina tankar mer inuti sin hjärna och är då mindre koncentrerad på de yttre intryck som sinnesorganen förmedlar till hjärnan. Det här tillståndet ligger mellan vakenhet och sömn. Så på det viset upplever man sin hypnos många gånger dagligen själv. Medicinsk hypnos utnyttjar detta tillstånd i olika syften.

**Medicinsk hypnos:** Jag försöker arbeta på följande sätt. Först behöver jag ett orienterande samtal om patientens liv och hens besvär. Sedan försöker jag att hjälpa till att sortera upp det hela och hitta lösningar som kan minska besvären. Jag försöker göra detta så att oron, ångesten inte ska behöva öka innan den börjar minska. Hypnostillståndet är ett mycket användbart redskap i det här arbetet. Vanligtvis går det till så att jag ber patienten föreställa sig något som jag tror kan hjälpa oss i det här fallet. Min inställning är den att patienten själv ska fatta sina beslut om hens fortsatta väg framåt i sitt liv, jag kan bara hjälpa till att lättare se alternativ och sortera dessa i viktighetsordning.

**Suggestioner:** hos mig betyder suggestioner uteslutande förslag om vad man kan tänka eller göra. Det finns inget hokuspokus hos mig. Det du kan ha sett på filmer och TV hör inte till medicinsk hypnos.

## Vilka problem kan den avhjälpa?

Det finns ett mycket stort antal olika problem man kan få hjälp med. Om patienten tycker att hen har fastnat i något psykiskt problem, har oro, ångest, sömnproblem, kronisk värk, problem med sina förhållanden osv. Den viktiga frågan är om hen är villig att tänka igenom, analysera och värdera problemens ingredienser och sedan ha kraft till att genomföra förändringar så att hen ska kunna må bättre.

**De problem som jag inte är beredd att hjälpa till med är:**

Läkarkonsult Janos Koranyi  
Curakliniken, Box 20037, 200 74 Malmö  
Organisationsnummer: 541129-2591  
Bankgirot nr: 440-2467



Dr Janos Koranyi, leg läkare  
specialist i psykiatri, endast samtalsterapi med medicinsk hypnos, Specialist i allmän medicin  
Curakliniken  
Erikslustsvägen 22, Malmö  
e-post: koranyi@curakliniken.se

Medicinsk utredning med blodprover och remiss till olika undersökningar. Men jag är villig att diskutera fallet, ge min syn, vid behov kan vi tillsammans skriva brev till, till exempel ordinarie läkare med information om patienten, som hen godkänner, och eventuellt förslag om vad jag kan rekommendera.

Missbruksproblem, om patienten kommer endast för att få recept till fortsatt missbruk. Jag kommer att bjuda på ett mycket stort motstånd. Recept kommer att utfärdas endast i undantagsfall och i mycket små förpackningar.

Sjukskrivning: jag åtar mig sjukskrivning endast i undantagsfall och endast en kort tid.

Psykosjukdomar.

Långtidsterapier där patienten önskar endast hjälp och stöd. Men jag kan hjälpa till med att skriva en remiss till lämplig vårdgivare.

Småbarn. Lägsta ålder 16 år.

Behandling av mina egna anhöriga och vänner.

## Vem är jag?

Mitt namn är Janos Koranyi. Jag läste medicin i Lund och Malmö på 70 talet, blev specialist i allmän medicin 1987. Efter det började jag arbeta i Svedala och Bara vårdcentral. Sedan fick jag en tjänst i Malmö, vid Curakliniken 1989. Under tiden började jag intressera mig för psykologi, psykiatri och det ledde till en 5 årig utbildning i medicinsk hypnos i Lund. Med denna utbildning fick jag specialistkompetens i psykiatri men endast för samtalsbehandling med medicinsk hypnos. Under ett antal år hade jag både hypnos och allmänmedicinsk mottagning men sedan kom en ny regel i Region Skåne att man bara fick använda en av sina specialiteter och då fortsatte jag bara som allmänläkare. Jag tog ut allmän ålderspension 2016.

Jag har en gedigen mångårig utbildning som har följts upp med flera decenniers läkarpraktik. Jag tänker strikt vetenskapligt. Mitt tankesätt kallas evidensbaserat tänkande. Det är viktigast först att försöka hitta två motsatser, poler till alternativ som man ska välja emellan. Då blir frågan mest användbar. Tänk på att våra liv kantas av ett mycket stort antal sådana vägval. Vi måste ständigt avgöra vilken väg vi ska fortsätta på. När man sedan samlar information för att till slut kunna ge ett bra svar, så behöver man prioritera bland dessa alternativ, beroende på viken målsättning man har. Vid framtagning av dessa alternativ hjälper det mycket att offra tillräckligt med tid och att ta fram sitt barnasinne. Barn har mindre hämningar, ofta har de också bra självförtroende och då får de fram

Läkarkonsult Janos Koranyi  
Curakliniken, Box 20037, 200 74 Malmö  
Organisationsnummer: 541129-2591  
Bankgirot nr: 440-2467



Dr Janos Koranyi, leg läkare  
specialist i psykiatri, endast samtalsterapi med medicinsk hypnos, Specialist i allmän medicin  
Curakliniken  
Erikslustsvägen 22, Malmö  
e-post: koranyi@curakliniken.se

betydligt flera alternativ än vi vuxna. Med hjälp av sina inhämtade kunskaper och val kan man sedan ändra eller sortera om sina målsättningar också. Resultatet ska bli ett beslut, som man själv fattar om hur man ska gå vidare med ditt liv på bästa sätt.

### Du, som patient och jag

Det enda viktiga för mig i vår relation är att du ska betrakta mig som expert. Vi ska inte ha någon privat relation. Du behöver inte tänka på vad jag tycker eller känner om dig. Jag dömer inte ut någon alls. Alla har sina positiva, starka och negativa, svaga sidor. Så jag förväntar mig att du är öppen och ärlig och jag lovar att jag också är det. Men jag är högst ovillig att diskutera min person med dig.

**Varför inte prata med sina anhöriga och vänner i stället?** Av den viktiga anledningen att du har en privat relation med dem och du vill kanske inte skada det förhållandet.

**Sekretess:** Jag är fullt bunden av medicinsk sekretess som legitimerad läkare och jag tar detta på största allvar. Jag kommer aldrig att lämna ut någon information om dig utan ditt tillstånd. Det enda undantaget är den gällande lagstiftningen som jag är skyldig att följa.

### Praktisk information

För aktuell information se hemsida [www.curakliniken.se](http://www.curakliniken.se)

Jag uppdaterar min del av hemsidan helt regelbundet, med all nödvändig aktuell information. Mottagningen håller öppet vissa dagar, vissa timmar. Dessa hittar du på hemsidan med uppgift om när det finns lediga tider. Det blir även perioder av längre uppehåll.

Jag kan bäst nås per **e-post**, i undantagsfall via telefonsamtal på bestämda telefontider, se hemsidan. Jag måste be dig att inte skriva långa mail. Jag kommer inte att hinna läsa det.

Curaklinikens **reception** kan inte hjälpa dig. Jag har tidboken själv, de har ingen aning om när jag ska jobba och de kan inte boka in några besök. Du hittar all nödvändig info på hemsidan.

Du kan bestämma om du vill boka **30 minuter eller 60**. Priset beror på antalet minuter man bokar. Så den erbjudna samtalstiden blir just så många minuter som är bokad. Du betalar för min tid.

**Betalning:** du ska helst betala i förskott. Vid tidbokningen får du bankgiro numret och priset. Senast dagen före besöket bör du ha skickat i väg betalningen och ha med dig bevis på det. Vi ska inte offra tid och dina pengar på att jag letar efter din betalning. Kvitto på betalning får du vid besöket eller via mail, eller vanlig post.

Läkarkonsult Janos Koranyi  
Curakliniken, Box 20037, 200 74 Malmö  
Organisationsnummer: 541129-2591  
Bankgirot nr: 440-2467



Dr Janos Koranyi, leg läkare  
specialist i psykiatri, endast samtalsterapi med medicinsk hypnos, Specialist i allmän medicin  
Curakliniken  
Erikslustsvägen 22, Malmö  
e-post: koranyi@curakliniken.se

**Priser, Frikort:** Min verksamhet ingår inte i frikortssystemet. Ett besök på 30 minuter kostar 500:- kr, 60 minuter kostar 1000:- Kr.

**Skuld:** om du har skuld hos mig, får du inte boka in en ny tid.

**Uteblivna besök:** du kan avboka ditt besök senast dagen före utsatt tid. Skicka helst e-post, se till att det kommer i väg. Avbokning samma dag ska du betala för, med full betalning enligt bokningen.

**Telefonsamtal:** jag kan eventuellt ställa upp att ta ett bokad, längre telefonsamtal i stället för ett personligt besök. Det betalar du på samma sätt som vanligt besök.