

## Gå en tur på den hvide sandstrand

Kan du se de blå bølger slå ind mod det kridhvide sand? Prøv at tage et skridt og mærk dine tæer bore sig ned i det varme sand. Og slap så af – helt af.



Klinikchef Erik Jensen på arbejde

Senere vågner du op med en rolig fornemmelse i kroppen og har bare lyst til at vende dig om og sove en halv time mere på den anden side. At du i mellemtiden har været under kirurgens kniv, spilder du ikke mange tanker på.

Sådan har de patienter det, der har været i Erik Jensens varetægt. Med rolig og monoton stemme lader klinikchefen for Anæstesiologisk Afdeling - Hillerød Hospital, nemlig altid sine patienter visualisere en behagelig drøm, inden de skal i narkose. På den måde fjerner han patientens fokus fra den nervøsitet, som får adrenalinen til at pumpe rundt i kroppen og kan gøre patienten angst lige inden en operation.

Når Erik Jensen får sin patient til at handle i drømmen – eksempelvis ved at tage et skridt mod de blå bølger i det varme sand – lige inden narkosen sætter ind, skaber det en helt speciel kontakt mellem de to. En kontakt, som gør, at han kan få dem til at falde i søvn med et smil på læben og vågne op igen helt afslappede.

Metoden til at visualisere drømme har Erik Jensen praktiseret i 30 år, og han kan tydeligt mærke, at det giver en bedre oplevelse for både operationspersonale og patienter. For den meget rolige indgang til søvnen gør faktisk også, at personalet ikke behøver at regulere konstant på mængden af sovemidler, før de har en helt rolig patient klar til operation.

*Yderligere oplysninger:* Klinikchef på Anæstesiologisk Afdeling - Hillerød Hospital, Erik Jensen, [erij@hih.regionh.dk](mailto:erij@hih.regionh.dk)