



Kan akupunktur hjelpe meg?

Hva brukes akupunktur for?

I Vesten er kanskje akupunktur mest kjent for sin smertelindrende effekt, og den er det mange som har erfart. Forskning viser at smerter i rygg, skuldre, nakke og knær blir bedre av akupunktur (Vickers et al 2012). I virkeligheten har akupunktur et langt bredere behandlingsfelt og nye kliniske studier viser at akupunktur har effekt på en rekke vanlige helseproblemer. Luftveisproblemer og allergi, fordøyelsesplager, stress, søvnproblemer og andre. Men også luftveisproblemer og allergi, fordøyelsesplager, stress, søvnproblemer og andre emosjonelle lidelser, samt svangerskaps- og kvinnelidelser er det vanlig å oppsøke akupunktør for (Opinion Perduco 2012).

Hva skjer under en akupunkturbehandling?

Akupunktørens diagnostisering gjøres meget grundig, og som pasient vil du oppleve å bli møtt av en terapeut med god tid til deg. Gjennom samtale med pasienten tar man opp sykehistorie og livssituasjon. Akupunktøren vil utfra dette velge en behandling tilpasset den enkelte pasient – styrke der noe er svekket, balansere, og løse opp der noe er blokkert. Deretter settes de meget tynne, sterile nålene i spesielt definerte akupunkturpunkter.

Behandlingen er ikke smertefull, men mange kjenner et stikk. Noen pasienter kan få en svakt prikkende eller nummen fornemmelse der nålene sitter, som er et tegn på at nålen er riktig plassert. Mange blir veldig avslappet etter behandling, og det er også vanlig å føle seg oppkvikket.

En dyktig akupunktør tilbyr flere akupunkturteknikker, både tradisjonell kinesisk akupunktur og mer moderne metoder (som f.eks. triggerpunktsbehandling). En velutdannet akupunktør behandler hele mennesket og er opptatt av årsakssammenhenger så vel som symptomlindring og helbredelse. Mange kombinerer også behandlingen med ulike massasjeteknikker, varmebehandling samt generelle helse råd.

Er akupunktur en trygg behandlingsform?

Ja, akupunktur er helt trygt NÅR den utføres av godt utdannede akupunktører. Alle våre medlemmer har lang utdanning (minimum 4 år) i både medisin, sykdomslære og akupunktur. Men det finnes også terapeuter som ikke har stort mer enn et helgekurs og likevel tilbyr behandling med nåler.

For din egen sikkerhet er det derfor lurt å sjekke med Akupunkturforeningen før du velger deg en akupunktør!



Ta gjerne kontakt med oss!

Ta gjerne kontakt med oss!

INGEN akupunktører i Norge er offentlig godkjent, hvem som helst kan sette nåler. Derfor er det ekstra viktig å sjekke hvilken kompetanse den som benytter nåler innehar. Akupunkturforeningen arbeider for at akupunktørtittelen skal beskyttes og at våre medlemmer skal få autorisasjon som helsepersonell. Dette både for å ivareta pasientenes sikkerhet og bidra til kvalitet på behandlingen. Inntil slik autorisasjon er på plass, er det Akupunkturforeningen som stiller de strengeste kravene til medlemskap. Våre medlemmer plikter å følge alle aktuelle lover og forskrifter. Som pasient er du i de beste hender hos våre akupunktører!

Har du spørsmål omkring akupunktur som behandlingsform eller valg av akupunktør er du velkommen til å ta kontakt med oss, enten på telefon 22 41 78 88 eller via e-post info@akupunktur.no

På hjemmesiden vår www.akupunktur.no finnes mye informasjon om akupunkturbehandling og akupunkturforskning. Her finnes også en oversikt over våre medlemmer, "Finn Din Akupunktør", der man kan søke etter en akupunktør i aktuelle fylker/kommuner. Kun medlemmer av Akupunkturforeningen kommer opp her. Vi kan også gi råd om akupunktører med forskjellig spesialisering og videreutdanning.

Vi har også en egen Facebook-side – akupunktur.no – der vi stadig publiserer nyheter og tips, spennende artikler og forskning.



AKUPUNKTURFORENINGEN

Kongens gate 12 | 0153 Oslo | +47 22 41 78 88 | info@akupunktur.no | www.akupunktur.no