

## Akupunktur mot oppkast etter operasjon

Ifølge en ny norsk studie, har akupunktur effekt mot postoperativ oppkast ved kirurgi i halsen hos barn. Så interessante er resultatene, at Nasjonalt forskningscenter innen komplementær og alternativ medisin (NAFKAM) og Lovisenberg Diakonale Sykehus planlegger en oppfølgingsstudie der man vil tilby alle operasjonspasienter denne behandlingen mot kvalme etter operative inngrep. Studien det her er tale om, omfattet i alt 154 barn. Den var den første i sitt slag i Norge, og er blant få i verden. Den ble utført ved Lovisenberg Diakonale Sykehus i Oslo, under ledelse av seniorforsker Arne Johan Norheim fra NAFKAM.

– Studien vår gikk ut på å gi pasientene akupunktur inne på operasjonsstuen mens de fortsatt var i narkose, sier Norheim til nifab.no. – De fikk da en akupunktur nål i hver underarm, og et akupressurarmbånd etter operasjonen.

Resultatene i studien viste at akupunktur reduserte forekomsten av postoperativ oppkast hos barna i betydelig grad. – Mens 66% av barna i kontrollgruppen kastet opp etter operasjonen, var det 47% av barna som hadde fått akupunktur som fikk dette problemet. Dette er et oppsiktsvekkende resultat. Akupunktur kan altså redusere problemet med kvalme etter operasjon i en slik grad at det er av klinisk betydning, sier Norheim videre.

– Gjennom studien observerte vi også at jenter, de minste barna og barn med mindre uttalte plager responderte spesielt godt på akupunkturbehandlingen. Ifølge Norheim ble det ikke registrert noen bivirkninger etter behandlingen, bortsett fra noen få barn som klaget over kløe eller stramt armbånd. Studien inngikk i den daglige rutinen ved dagkirurgisk avdeling ved Lovisenberg Diakonale Sykehus uten bruk av ekstra ressurser. Forfatterne bak studien konkluderer blant annet med at akupunktur bør vurderes som standard forebygging av postoperativ oppkast hos barn.

– Liknende effekter er også sett ved kvalme og brekninger hos voksne pasienter, sier Norheim videre. – Vi vil derfor sammen med Lovisenberg Diakonale Sykehus gå i gang med en oppfølgingsstudie, der bruk av akupressurarmbånd skal tilbys alle pasienter som skal til kirurgisk behandling.

Norheim leder også prosjektet Akustudien, hvor NAFKAM sammen med Akupunkturhøyskolen i Oslo skal forske på hvorvidt akupunktur kan hjelpe mot kvalme tidlig i svangerskapet.

– Forskingen har vist at akupunktur kan dempe

svangerskapskvalme, og akupunktur er også anbefalt i nye nasjonale retningslinjer for svangerskapsomsorg, sier Norheim. – I denne studien vil vi derfor fokusere mer på den gravides opplevelse av forskjellige typer akupunktur, fortsetter han. Her er det mulig for kvinner som befinner seg innenfor svangerskapets tre første måneder, og som ikke bor for langt unna Akupunkturhøyskolen, å melde seg på prosjektet. – Behandlingen vil selvsagt være gratis for de som plukkes ut til å bli med, forteller Norheim. – Det er viktig å understreke at bruk av akupunktur, som i vår studie, ikke medfører noen risiko for fosteret. Foruten lett ubehag ved stikking og eventuelt underhudsblødning er det ikke registrert noen problemer for den som får behandling med akupunktur, sier han.

nifab.no, 18.februar 2011

## Flere leger tar i bruk akupunktur når de selv blir syke

Ferske tall fra en spørreundersøkelse viser at stadig flere leger tyr til akupunkturbehandling ved sykdom, melder Universitetet i Tromsø.

– Leger vil i større grad bruke akupunktur for egen sykdom, sier lege, akupunktør og seniorforsker Arne Johan Norheim ved Det helsevitenskapelige fakultet.

Forskningsresultatene til Norheim viser at også legene tyr til alternative behandlingsmetoder.

– Ved Universitetet i Tromsø har vi gjennomført jevnlig spørreundersøkelser på leger og medisinstudenter helt siden 1994. Resultatet er at når det gjelder akupunktur for egen sykdom, er legenes egen bruk av metoden økende, forteller Norheim. Men det er likevel ikke flere leger som ønsker å bli akupunktør. Norheim tror legene vegrer seg mot å lære seg akupunktur på grunn av tidspresset.

– Legene ser nok ikke på akupunktur som 100% nødvendig, spesielt ikke når legeyrket tar mye tid. Flere leger har faktisk gått akupunkturkurs, men de anvender det sjelden. Jeg tror tidsklemma er en stor årsak, men også at det ikke alltid er økonomi i akupunktur, uttaler Norheim, som er tilknyttet Nasjonalt forskningscenter innen komplementær og alternativ medisin (NAFKAM).

Omkring to av ti leger og nær tre av fire sykepleiere i Norge har forsøkt alternativ medisin. Ifølge Norheim viser en ny og foreløpig upublisert studie fra Universitetet i Tromsø at legestudenter blir mer og mer positive til alternativ medisin.

dagens medisin.no, 6.januar 2011

## Mange sykehus tilbyr alternativ behandling

Dette viser en ny norsk-dansk undersøkelse, utført av en forskergruppe ledet av Laila J. Salomonsen ved Nasjonalt forskningscenter innen komplementær og alternativ medisin (NAFKAM). Forskerne har undersøkt tilbudet om alternativ behandling ved sykehus i Norge og Danmark. De fikk svar fra i alt 225 norske og danske sykehus, og sett under ett oppga 40% av dem at deres sykehus tilbyr slik behandling. – Vårt mål var å finne ut av i hvilken grad slike behandlingsformer er tilgjengelig og tilbys til pasienter i norske og danske sykehus, og om det har vært noen endring i Norge siden forrige «sykehusundersøkelse» i 2001, sier Laila Salomonsen til nifab.no.

Undersøkelsen viser at halvparten av de norske sykehusene som svarte, tilbyr sine pasienter alternativ behandling, mot bare en tredel av de danske.

– Bruken av alternativ behandling i danske sykehus er nå totalt omlag på det nivået vi fant i norske sykehus i 2001, forteller Salomonsen. – Mens danskene i all hovedsak tilbyr sine sykehuspasienter akupunktur, oppgir de norske sykehusene at de til sammen tilbyr et tyvetalls ulike alternative behandlingsformer. Hvis vi kun sammenligner tallene om tilbudet om akupunktur, er det faktisk flere av de danske sykehusene som tilbyr det enn norske.

80% av de norske sykehusene som tilbyr pasientene alternativ behandling tilbyr akupunktur, og rundt 40% tilbyr andre behandlingsformer. I alt ni av de femti norske sykehusene oppgir at de tilbyr flere forskjellige behandlingsformer.

*– I tillegg til akupunktur, soneterapi og massasje, har healing og homeopati de senere årene figurert som de mest brukte behandlingsformene i Norge. Samsvarer det med deres undersøkelse av sykehusene?*

– Nei, dette gjenspeiles ikke i undersøkelsen vår. Tilbud om healing eller homeopati i sykehus er nærmest fraværende. I stedet for disse to, oppgir de flere andre behandlingsformer, som blant annet biofeedback, urtemedisin, tankefeltterapi, aromaterapi, pilates og yoga.

*– Hva legger disse sykehusene til grunn for å ha valgt å åpne for slike behandlingsformer?*

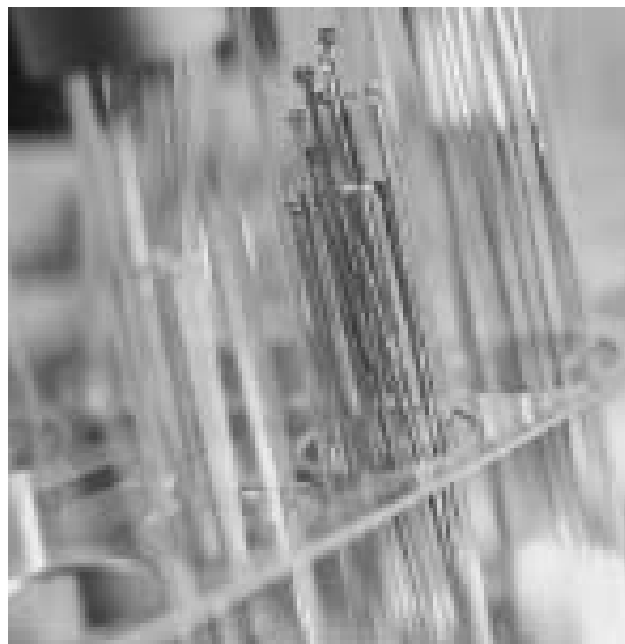
– I Danmark er «vitenskapelig dokumentasjon» den vanligste forklaringen som oppgis, fortsetter

Salomonsen. – Samme årsak gjelder for akupunktur i de norske sykehusene, men når det gjelder de andre behandlingsformene begrunner de norske sykehusene det oftere i interesse hos personalet for behandlingsformen.

*– Hva bruker de slik behandling til?*

Undersøkelsen viser at alternativ behandling brukes i flere avdelinger i sykehusene, så som i fødeavdelinger, smerteklinikker og kreftavdelinger.

– De som svarer, opplyser her at alternativ behandling kan være aktuelt å tilby ved smerter i forbindelse med fødsel, ryggplager, hodepine, samt ved bivirkninger etter operasjon eller ved cellegiftbehandling, forteller Salomonsen. – Også kvalme, leddsmerter, revmatiske lidelser, diabetes, allergier og søvnplager oppgis som tilfeller der sykehusene kan tilby pasientene å forsøke en alternativ behandlingsform.



*– Noen av de behandlingsformene som oppgis i undersøkelsen, kan man spørre seg om de er behandlingsformer eller ikke – som for eksempel yoga og pilates. Er ikke dette treningsformer som selv friske personer bruker på treningsstudio i dagens Norge?*

– De du nevner her, var ikke definert som alternativ behandling av oss. De er eksempler på hva de som svarer selv mener at sykehuset deres tilbyr av

alternativ behandling. Dette sier også noe om utfordringene med å definere «alternativ behandling» på et stort nivå, sier Salomonsen videre.

Undersøkelsen viser at så godt som alle som har ansvaret for den alternative behandlingen som sykehuset tilbyr, er utdannet helsepersonell. Ved akupunktur stiller sykehusene også krav til utdanning i akupunktur til de som skal utføre den.

– Det er hovedsakelig fysioterapeuter, jordmødre, leger og sykepleiere som utfører den alternative behandlingen på sykehusets pasienter. Bare i liten grad hentes det inn alternative behandlere utenfra, sier Salomonsen videre.

Blant det som ellers peker seg ut, kan jeg nevne at det sett under ett er flere somatiske enn psykiatriske sykehus som tilbyr pasientene alternativ behandling. Større sykehus tilbyr dette oftere enn mindre sykehus, og det samme gjelder for sykehusets status – offentlige sykehus tilbyr slik behandling mer enn de private.

– *Hva har så skjedd på 10 år?*

Forskergruppen konkluderer med at det har vært en merkbar økning i tilbudet av alternativ behandling i norske sykehus fra 2001, da andelen som tilbudte pasientene slik behandling var 25%, mot 50% i dag. Grunnene til at sykehuset velger å tilby alternativ behandling, har ifølge undersøkelsen endret seg noe fra 2001. Forskningsresultater og økt vitenskapelig dokumentasjon oppgis nå oftere som årsak til at sykehusene tilbyr akupunktur.

Når det gjelder de øvrige behandlingsformene som tilbys, har antallet og bredden i disse økt. Forskerne mener her at det i sterkere grad synes å være de ansattes interesse for disse behandlingsformene som er grunnen til at de tilbys ved sykehuset. Forskergruppen oppsummerer med at dette kan indikere en holdningsendring til alternativ behandling blant helsepersonell og sykehusledere.

**nifab.no, 28. januar 2011**

## Alternativ behandling gir god effekt i psykiatrien

I Sverige har forskere kartlagt bruk av alternativ behandling innen psykisk helseomsorg og funnet ut at det er utbredt. Både personalet og brukeren er tilfredse med effekten behandlingen gir.

Ved svenske psykiatriske sykehus er det ikke uvanlig å få tilbud om alternative behandlingsmetoder som lysterapi, akupunktur og taktil stimulering,

det vil si berøringsterapi. Både pasienter og virksomhetene rapporterer at de er positive og ser nytten, ifølge en forskningsrapport fra Høyskolen i Malmö, ved Lisbeth Lindell og Ann-Mari Ek. De har undersøkt forholdene ved 321 psykiatriske sykehus og institusjoner. Av disse oppga 143 at de brukte eller hadde brukt alternative behandlingsmetoder. De mest vanlige er lysterapi, akupunktur og taktil stimulering, men flere virksomheter oppgir også å bruke metoder, som massasje, avslapping i stillerom, jordbruk, pleie av dyr, og en tilbyr spa med floating og avslapping.

Det at pasientene får alternativ behandling gjør at medisinforbruket minsker og bivirkningene er få eller ingen, ifølge forskerne.

Deltagerne i undersøkelsen beskrev at de opplevde alternativ behandling som avslappende, at det ga økt velvære, dempet uro og angst og forbedret søvn. Dessuten erfarte de å få en lysere sinnssstemning, enklere kommunikasjon og økt kroppsfølelse og selvfølelse. Med metodene slipper spenninger og brukerne blir mer nærværende og fokuserte. Bedre konsentrasjon gjør at de blir mer mottagelige både for samtale og for andre teknikker til å takle angst og stress, ifølge undersøkelsen.

Men ikke alle blir hjulpet av de komplementære metodene. Enkelte av pasientene opplever liten eller ingen effekt av det alternative tilbudet. Det er heller ikke all behandling som passer for alle. Ett sykehus tilbyr, til enhver tid, avspenningsøvelser til sine pasienter, men kun til stabile brukere som ikke er i psykose, ettersom det da ansees som for risikofylt.

Ved de spurte svenske sykehusene er tilbud om alternativ behandling frivillig. Det er individuelt og varierende i hvor stor grad brukeren benytter tilbudet. En utøver svarer at det kan også bero på om personalet har tid.

Men det kommer til uttrykk at både utøvere og brukere ønsker en fornyelse av behandling for personer med psykiske sykdommer eller plager. Utøverne vil gjerne ha mer brukerinnyflytelse og individuelt tilpasset behandling, flere utdanning i alternative metoder og økt tilgjengelighet. Dessuten kommer det frem et ønske om mer forskning på komplementære metoder for personer som er psykisk syke.

Brukerne vil gjerne se større valgfrihet, delaktighet, og ikke-medisinske metoder. Dessuten er det ønsket om individuelt tilpasset behandling og omsorg. Det kommer fram at det er et ønskelig at tradisjonelle og alternative metoder kan brukes komplementært til hverandre

**alternativ.no, 31. mars 2011**

## Velger alternativ behandling etter besøk hos legen

De som har vært hos lege bruker oftere alternativ behandling. Og i familier hvor far i huset føler seg i dårlig form rapporteres det om mer bruk av alternative helsetilbud, ifølge en undersøkelse fra NTNU. – Et hovedtrekk i mange undersøkelser er at de som velger alternativ behandling først har vært hos lege uten å få den hjelpen de har behov for, sier forsker Aslak Steinsbekk ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet i Trondheim (NTNU). – Det vi vet fra studier er at når de ikke opplever å få hjelp ser de seg om etter alternativer. De tar i betraktning egne erfaringer, snakker med venner eller kjente og velger alternativ behandling som et supplement til det de ikke får hjelp til.

Steinsbekk har inntrykk av at pasienter i større grad ønsker et samarbeid mellom leger og de som jobber med alternative metoder, til det beste for alle.

Han står bak en nylig publisert norsk undersøkelse fra NTNU, som ser på familiers bruk av alternativ behandling. Det er tidligere gjort flere undersøkelser som viser bruk av alternativ behandling og alternativ medisin, men nå er det for første

gang forsket på hva som karakteriserer familier som velger alternativt. – Dette er interessant fordi sykdom for det meste blir tatt hånd om av familien og det er også her valg av behandlingstilbud ofte foretas, sier Steinsbekk.

Studien som er finansiert av Forskningsrådets Program for folkehelse, bygger på en Helseundersøkelse i Nord-Trøndelag (HUNT) hvor familier med ungdom mellom 13 og 19 år deltok, totalt 7.888 personer. Data er fra 1998, så med forbehold om at tendenser har endret seg på tretten år, peker alternativ.no på noen funn i undersøkelsen.

I familier hvor far i huset føler seg i dårlig form rapporteres det om mer bruk av alternative helsetilbud, ifølge undersøkelsen. Og i familier som oppsøker homeopat er tendensen at mor først har vært hos fastlegen. Det kommer også fram at familier hvor far og ungdom har en livsstil med fysisk aktivitet bruker mer alternativ behandling enn sofaslitere.

I motsetning til hva man ventet å finne, var det ingen forskjell på aleneforeldre eller familier med to voksne når det gjelder å velge alternativt. Steinsbekk ville trodd at aleneforeldre ville være hyppigere brukere, fordi de ikke har en partner å diskutere barnets helse med. Men sånn er det altså ikke.

alternativ.no, 23.mars 2011

## Mottar du ikke e-post?

Årsaken til dette kan være at vi ikke har din riktige e-postadresse.

Dersom dere har endret/endrer e-postadresse så husk å gi oss beskjed, eller logg dere inn på [www.akupunktur.no](http://www.akupunktur.no) – Min side og gjør endringene selv.

Det meste av informasjon fra Akupunkturforeningen sendes på e-post, derfor er det viktig at dere oppdaterer endringer.

Akupunkturforeningen Kongensgate 12, 0153 Oslo, tlf 22 41 78 88, [www.akupunktur.no](http://www.akupunktur.no)

