



# Kneleddsartrose med elektroakupunktur

## Foredrag med Dr. Mike Cummings

Dr. Mike Cummings holdt et spennende foredrag for en ganske fullsatt sal på Høyskolen Kristiania en torsdag kveld i januar. Dagen etter holdt han foredrag på Norsk Smerteforenings årlige fagkonferanse. Det var virkelige et løft å få ham til Norge, få samlet mange kollegaer, og i tillegg fikk han forelese for de legene og annet helsepersonell som vi trenger å få på gli for å forstå at akupunktur er et godt alternativ for smertepasienter.

Hvem er så Dr. Mike Cummings? Det er bare å Google litt så kommer informasjonen opp – mye informasjon. Han fortalte selv innledningsvis litt om sin bakgrunn. Etter å ha fullført medisinstudiet i Leeds og flere sykehusjobber i Nord-England, begynte han å arbeide som militærlege i Royal Air Force (RAF), hvor han arbeidet i litt over 6 år. En betydelig del av arbeidsmengden for en allmennt medisinsk lege i RAF er muskel- og skjelettmedisin. Det var også som militærlege han ved en tilfeldighet kom over bruk av akupunktur på smertetilstander hos soldater. Han var vant til å injisere medisiner i smertefulle punkter hos pasientene, men på militærsykehuset brukte de akupunktur og det fungerte like godt. Det viste seg at RAF tillot leger å utdanne seg i ulike praksisformer, og akupunktur er en av dem. Dette overrasket Cummings, ettersom de fleste væpnede styrker rundt om i verden er konservative og ikke åpne for å omfavne uortodokse ideer. Etter et års tid bestemte han seg for selv å ta et introduksjonskurs i akupunktur, ved The British Medical Acupuncture Society. Han ble så overrasket over hvor anvendelige teknikkene var i praksis og da han returnerte til RAF begynte han å anvende akupunktur mer og mer.

Da tiden for å forlate RAF kom var han litt usikkert på hvordan han skulle fortsette som en muskel-skjelett-lege, som var det han så seg selv som mer enn en akupunktør. Men, uventet fikk han en mulighet til å overta en akupunkturklinikk og så for seg at han ville utvikle og snu denne klinikken om til en muskel-skjelett-klinikk og fortsette som lege. I stedet var etterspørselen etter akupunktur så stor at han etter hvert endte opp som akupunktør likevel, i feltet medisinsk akupunktur.

Cummings har fortsatt med å behandle muskel-skjelettsmerter med akupunktur, og er fortsatt like imponert over hvor effektivt det kan være på ellers friske mennesker. I militæret erfarte han også dette; - På en ung soldat med smerte, finn det vonde triggerpunktet, sett en nål i muskulaturen, manipuler riktig, og det er fikset!



Dr. Mike Cummings.

Han begynte etter hvert å behandle mer kroniske tilstander i muskel-skjelett-systemet. Han skled inn i akupunkturpraksis sammen med Dr. Adrian White, og sammen begynte de å forske. Nå har han utgitt en lang rekke publikasjoner og han har virkelig en imponerende oversikt over forskning. Det er viktig å ha god kunnskap om forskning og også å kunne gå dypt inn i hver enkelt artikkel – ofte er det store feil og bias i veldig mange forskningsartikler. Med denne kunnskapen kunne Cummings gå stødig inn i «løvens hule» og snakke om akupunktur på Smertekongressen.

Dr. Mike Cummings jobber i dag fulltid som medisinsk direktør for The British Medical Acupuncture Society (BMAS). De har en veldig spennende nettside, og han utgir også en blogg hver uke der han tar opp sentrale spørsmål som er aktuelle for oss som praktiserer akupunktur. Sjekk ut <https://bmas.blog/>

## Akupunktur for osteoartritt

Dr. Mike Cummings har skrevet boka Medical Acupuncture, og han har god kunnskap om hvorfor akupunktur virker, sett med vestlig medisinske «briller». Det skjer ting lokalt, i ryggmargen og i hjernen som kan forklare hvorfor akupunktur har så god effekt. Når han behandler en pasient med osteoartritt i kneet er det effekter på ryggmargsnivå han er opptatt av å benytte.

Under foredraget behandlet Cummings en pasient med osteoartritt i begge knær. Begge knærne var hovne og vonde. Han gjorde en enkel undersøkelse – han mener det er viktig at vi kan utføre enkle tester og undersøkelser, det øker vår egen og pasientens tillit. Behandlingen denne pasienten fikk var veldig enkel. Han satt én nål litt dypt inn noe nedenfor ST36, og en nål i muskulaturen nær SP10 på begge bena. Han mener det er viktig å sette nålen dypt



Mange hadde møtt opp på Høyskolen Kristiania for å høre på Dr. Mike Cummings.

i muskulatur fordi det er gjennom muskel til nervebanen til ryggmargen at den smertelindrende effekten oppstår.

Han koblet nålene til strømapparatet, og ba pasienten selv trykke på knappene til hun kjente det. Han bruker alltid lavfrekvent strøm, og dette apparatet hadde 2 Hz. Han mener det er viktig at pasienten selv skrur opp apparatet og at det er flott med et apparat med knapper som er lett å håndtere, og som piper når tiden er ute!

Cummings ble spurt om han setter flere nåler, men han gjør ikke alltid det. Ofte legger han til ST34 og SP9. Han setter aldri Xiyan – Eyes of the knee, fordi det kan skape lokal infeksjon. Han mener også at det ikke er smerteseptorer i leddspalten, derfor mener han at det også har liten hensikt.

Pasienten satt med nåler og strøm i 30 minutter og Anette Sørensen ved Høyskolen Kristiania skrev på Facebook dagen etter; «Superfornøyd pasient meldte i dag at hun er smertefri, mindre hevelse, økt bevegelse og sov hele natten for første gang på ett år – fortsetter behandling på studentklinikken».

## Forskning

Mye av Cumming sitt foredrag var om forskning. Han viste oss plansjer med studier og tall som viser at akupunk-

tur virker på osteoartritt og andre smertetilstander. Han sammenlignet det også med medikamenter og standard care, som har dårligere effekt. Likevel er det ikke vi som blir hørt. Han viste til mange forskningseksempler der det er dårligere evidens enn akupunktur, og nevnte bl.a legemiddelfirmaet GlaxoSmithKline (GSK) og «bioelectronic medicine». På nettsiden deres står det bl.a: Disse apparatene vil bli programmert til å lese og modifisere elektriske signaler som går langs nervene i kroppen, inkludert uregelmessige eller endrede impulser som kan oppstå i forbindelse med et bredt spekter av sykdommer. Håpet er at gjennom disse apparatene kan lidelser som er så forskjellige fra hverandre, som inflammatorisk tarmsykdom, leddgikt, astma, hypertensjon og diabetes, kan behandles. Vi tror at bioelektronisk medisin kan tillate oss å behandle disse med større presisjon og færre bivirkninger enn med konvensjonelle medisiner.

– Legemiddelfirmaet GlaxoSmithKline har blitt interessert og kaller dette bioelectronic medicine! They hack the system!, sier han oppgitt.

På slutten av foredraget gikk han raskt gjennom hvordan han behandler andre smertetilstander. Han jobber ofte med dyp nåling og bruker nålen som et diagnostisk verktøy. Når han skal behandle hofteartose er han opptatt av å sette nåler som treffer selve trocancer. Han hadde også noen eksempler på vanskelige caser, der han til slutt fant hvilken muskel det var som påvirket kneet til den aktuelle pasienten. Det var veldig spennende, og vi skulle gjerne hatt mer av dette. Han fortalte også mye om effekten akupunktur har på inflammasjon, og på nervus vagus. Her er det mye å hente, og håp for framtiden! □

## Kilder:

<https://www.medical-acupuncture.co.uk/>  
<https://www.norsksmerteforening.no/kurs>



## Dr. Mike Cummings

Dr. Mike Cummings er Medical Director i British Medical Acupuncture Society (BMAS) og associate editor i Acupuncture in Medicine. Han har bakgrunn som militærlege, og er ansatt som klinisk spesialist på Royal London Hospital for Integrated Medicine, hvor han behandler pasienter med akupunktur.