

# FYSIOTERAPI OG MEDISINSK AKUPUNKTUR

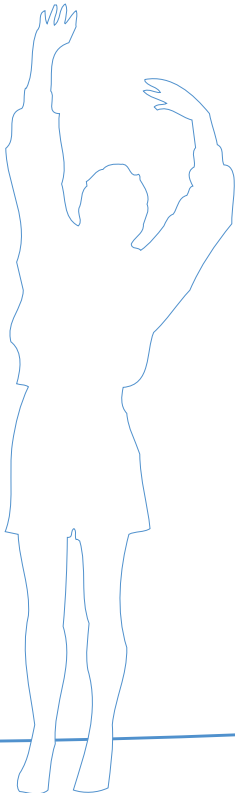




## Hva er medisinsk akupunktur eller bruk av nåler i fysioterapi?

Flere og flere fysioterapeuter benytter seg av nåler i sin fysioterapibehandling. Dette benevnes ofte som medisinsk akupunktur. Metoden er etter hvert anerkjent i fysioterapi over store deler av verden. Medisinsk akupunktur, med sin vitenskapelige forankring, er oftest brukt som et supplement til annen fysioterapibehandling.

- Fysioterapeuter benytter seg av nåler i behandling når behandlingen er basert på en fysioterapeutisk undersøkelse.
- Nålebehandling som inngår i medisinsk akupunktur, hviler i hovedsak på et kunnskapsgrunnlag som synes forenlig med fysioterapi.
- Den enkelte fysioterapeut er underlagt helsepersonelloven om faglig forsvarlighet.



## Når er medisinsk akupunktur en egnet behandlingsmetode?

Medisinsk akupunktur, med sin vitenskapelige forankring, er oftest brukt i kombinasjon med annen fysioterapibehandling. Medisinsk akupunktur/nålebehandling brukes oftest for å forsøke å lindre smerter, spesielt ved muskel/skjelett-lidelser. Det kan for eksempel være nakkesmerter, rygg smerter, hoftesmerter, knesmerter, idrettsskader, revmatiske smerter og hodepine.

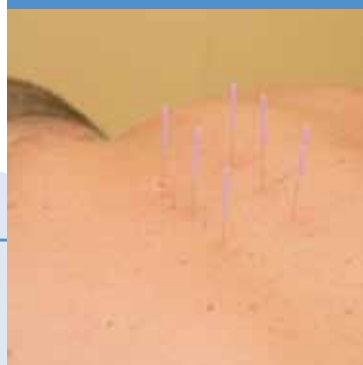
## Behandlingen

Behandlingen blir lagt opp etter pasientens symptomer på grunnlag av en fysioterapeutisk undersøkelse. Selve behandlingen utføres ved at utøveren stikker tynne, sterile akupunktur nåler gjennom huden på de utvalgte punktene. Antall nåler som brukes varierer, og tiden nålene står i kroppen, varierer fra noen få til 20 minutter.

## Stimulering av nålen

Etter at nålen er satt inn, manipulerer behandleren den for å oppnå best mulig resultat av behandlingen. Dette kan skje på flere måter. Ved elektrostimulering stimuleres nålene med elektrisitet. Klienten skal kunne kjenne dette uten at det medfører smerte. Nålen kan også manipuleres ved å vri eller skru den eller bevege den opp og ned.

*Når en nål er riktig plassert, skal pasienten kjenne et press eller en dump følelse i området der nålen står.*





**Medisinsk akupunktur kan utløse kroppens egne smertestillende stoffer og sperre smerteimpulser.**

## Er medisinsk akupunktur trygt?

På verdensbasis behandles svært mange mennesker med medisinsk akupunktur, og relativt få alvorlige komplikasjoner er registrert. Medisinsk akupunktur regnes som en sikker teknikk når den praktiseres korrekt av helsepersonell.

Under og etter behandling kan noen pasienter oppleve trøtthet, mens andre kan oppleve økt energi og bedre søvn. Noen pasienter kan få en svak prikkende eller en nummen følelse der nålene sitter. Pasienten kan også få ømhet rundt stikket etter behandling. Enkelte ganger kan man få et lite blåmerke. Dette er bivirkninger som går over etter et par dager.

## Gjør medisinsk akupunktur vondt?

Noen vil kanskje svare ja, men langt de fleste vil si at akupunktur ikke er vondt. Litt ubehag vil nok de fleste kjenne, men langt de fleste vil bare kjenne et lite stikk når nålen stikkes gjennom huden. Når nålen er riktig plassert, skal pasienten kjenne et press eller dump følelse i området der nålen står. Det kaller vi «nålefølelse».

*... mennesker som lider av kronisk hodeverk, kan få god hjelp av akupunktur*

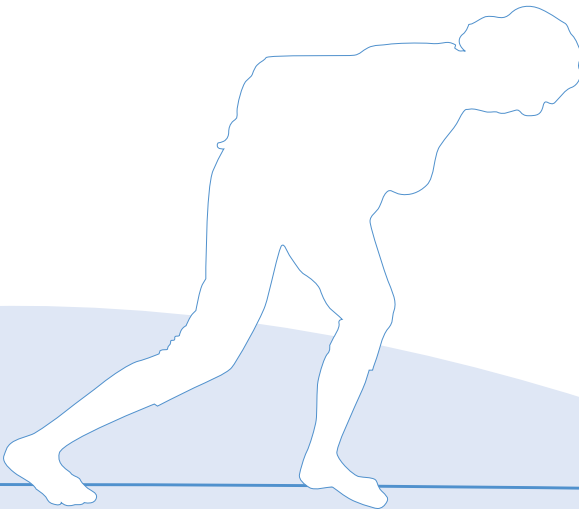
Visste du at...

## Hvor mange behandlinger vil jeg trenge?

Hvor mange behandlinger du trenger, avhenger av hvor lenge du har hatt plager/smerter i kroppen. I de fleste tilfellene vil antall behandlinger ligge mellom 3 og 10, oftest i kombinasjon med annen fysioterapi-behandling. Når smerten har avtatt, vil bruken av medisinsk akupunktur ofte erstattes av annen fysioterapibehandling for å oppnå varig effekt av behandlingen.

## Krav til behandleren

Før behandlingen starter, kan du stille spørsmål til behandleren om kompetanse, forventet resultat, hvor mange behandlinger som trengs, hva det koster, bivirkninger osv.



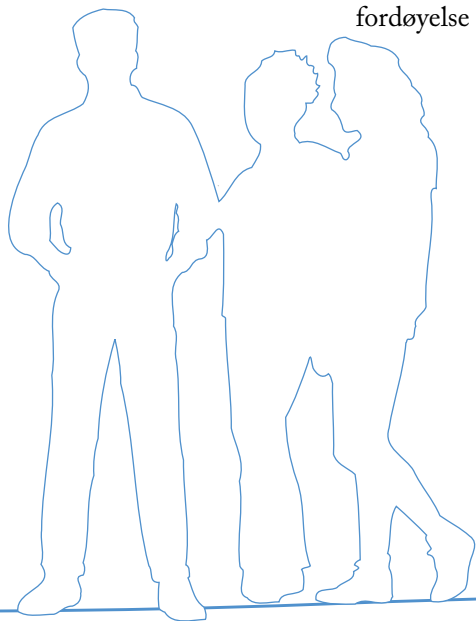
*Nålene dreies  
eller beveges frem  
til pasienten kjenner  
nålefølelsen.*



## Hvordan virker medisinsk akupunktur?

Selv om det er kommet atskillig forskning de siste årene, er det fortsatt mye forskerne ikke er sikre på når det gjelder virkningsmekanismer og akupunktur. Det er komplisert å forske på akupunktur, men det finnes tilstrekkelig dokumentasjon på at medisinsk akupunktur virker spesielt ved muskel/skjelett-plager og generelt i forhold til smertetilstander.

Ved medisinsk akupunktur er det for eksempel påvist at kroppen produserer egne smertestillende stoffer (endorfiner/opioide peptider), og at smerteimpulser sperrer. I tillegg er det målt økt blodgjennomstrømning i blodkar nær de akupunkturpunktene som brukes. Kroppens smertestillende stoffer er med å regulere blant annet blodgjennomstrømning, temperatur, fordøyelse og oppfatning av smerte.



## NFFs syn på utøvelse av medisinsk akupunktur i fysioterapi

Vedtatt av Sentralstyret i Norsk Fysioterapeutforbund

- Sentralstyret oppfatter at nålebehandling som inngår i medisinsk akupunktur, i hovedsak hviler på et kunnskapsgrunnlag som synes forenlig med fysioterapi.
- Fysioterapeuter kan benytte seg av nåler i behandling, når behandlingen er basert på en fysioterapeutisk undersøkelse.
- Den enkelte fysioterapeut må være seg bevisst de føringene som ligger i helsepersonelloven om faglig forsvarlighet, og hva som defineres som alternativ behandling. Videre må lov- og avtaleverk overholdes.
- Sentralstyret mener at klassisk akupunktur, som ikke hviler på et vestlig medisinsk kunnskapsgrunnlag, er å anse som alternativ behandling.
- Det skal utredes videre hva anbefalt kompetanse i ulike former for nålebehandling bør være.



*Triggerpunkter indikerer anspent og øm skjelettmuskulatur. Medisinsk akupunktur gjør mange pasienter bedre.*



Norsk Fysioterapeutforbund organiserer offentlig godkjente fysioterapeuter. Både privatpraktiserende og ansatte fysioterapeuter er medlemmer. NFFs medlemmer har en høy faglig og etisk standard i sin yrkesutøvelse, til beste for brukerne av fysioterapi-tjenester. Helsepersonelloven er sentral i utøvelsen av fysioterapi, inkludert medisinsk akupunktur.



NORSK  
FYSIOTERAPEUTFORBUND

*Fagforum for medisinsk akupunktur*

Boks 2704 St. Hanshaugen, 0131 Oslo

Telefon: 22 93 30 50

akupunktur@fysio.no · [www.fysio.no/akupunktur](http://www.fysio.no/akupunktur)