



## Astma og akupunktur

**Spørsmål:** Vi har en jente på fem år som har astma. Når hun blir forkjølet blir hun veldig tett. Vi har mistanke om at hun kanskje også er litt tett når hun er fysisk aktiv, men vi vet ikke helt.

Legen har foreslått at hun bruker medisiner, og de virker. En venninne har anbefalt oss å prøve akupunktur. Tror du det kan hjelpe jenta vår?

**Svar:** Man har forsøkt å finne ut om ulike typer akupunktur er til hjelp for personer med astma. Forskere gjennomgikk derfor de undersøkelsene som har vært utført av enten leger eller utøvere av alternativ medisin om denne problemstillingen. Deretter valgte man ut de studiene som var av best vitenskapelig kvalitet. Denne utvelgelsen ble gjort av forskere som arbeidet uavhengig av hverandre for å sikre at hver enkelt undersøkelse fikk en nøytral vurdering. En erfaren akupunktur sjekket også at teknikken som var benyttet i undersøkelsene var korrekt. Basert på dette materialet ser det så langt ikke ut til akupunktur hjelper mot astma. Men det er ønskelig med mer forskning av denne problemstillingen.

En utfordring når man skal undersøke effekten av en behandling hos barn er at foreldrenes tro på metoden i vesentlig grad påvirker den nytten de angir at barnet har hatt. Dette gjelder enten man vurderer effekten av vanlig medisin eller alternativ behandling. Det gjør at man dessverre kan legge begrenset vekt på de erfaringene familie og venner har gjort med en behandler eller metode. Forskningsmetoder virker ofte kalde og upersonlige. Det skyldes at hensikten med forskningen er å finne ut hva som virker bedre enn tro.

Effekten av moderne medisiner mot astma har vært gransket og bekreftet i et stort antall

undersøkelser. Inntil man vet om akupunktur lindrer astma, vil jeg anbefale dere å la jenta få de medisinene som har hjulpet henne. Riktig bruk av slike medisiner kan sannsynligvis gjøre det mulig for henne å leve et fysisk aktivt liv uten vesentlig begrensninger og uten skremmende episoder med tetthet i brystet.

Måler dere jevnlig graden av tetthet i lungene, kan dere følge sykdommens intensitet og tilpasse dosen av medisinene slik at hun ikke bruker mer enn hun trenger. Slike målinger kan dere enkelt gjør hjemme med et lite måleapparat som legen kan skrive ut på blå resept.