



Akupunktur - generelt

Ordet akupunktur kommer fra latin og betyr "å stikke med nål".

Selve behandlingen består i å stikke tynne nåler av rustfritt stål gjennom huden forskjellige steder på kroppen. Dybden nålene stikkes vil variere fra noen få millimeter til dypere inn i underhud og underliggende strukturer som sener og muskler.

Både tradisjonell kinesisk akupunkturteori og moderne fysikalskmedisinske prinsipper kan du få vite mer om under punkt 4 (forklaringsmodeller).

Øreakupunktur er en behandling der man setter nåler ett eller flere steder på det ytre øret. Denne behandlingsmetoden ble utviklet av en fransk lege i 1950- og 60 årene. Den baserer seg på den oppfatning at de forskjellige soner på det ytre øret har en reflektorisk forbindelse til forskjellige deler av kroppen.

Hvor kommer akupunktur fra?

Akupunktur er en behandlingsform som stammer fra Kina. Arkeologiske funn og skriftlige nedtegnelser viser at metoden var i bruk flere hundre år før Kristi fødsel. Den har stadig utviklet seg frem til det komplekse systemet den idag er.

I Vesten stammer de første skriftlige beretninger om akupunktur fra tyske og hollandske skipsleger ombord på handelsskip som seilte til det fjerne østen på 1600-tallet. På 1800-tallet ble akupunktur undervist ved flere universitetssykehus i Europa. Fra 1920-årene har det vært et

aktivt akupunkturmiljø i deler av Europa, særlig i Frankrike.

Den nåværende interessen for akupunktur stammer nok i hovedsak fra den kontakten mellom Kina og Vesten som oppsto da president Nixon besøkte Kina i begynnelsen av 1970-årene.

Hvilke lidelser har de som går i akupunkturbehandling?

Et flertall kommer for plager i muskulatur, ledd og sener, det vi kan kalle bevegelsesapparatet. Mange søker også akupunktur for migrene og spenningshodepine. Men ellers er det et bredt spekter av lidelser som det søkes hjelp for.

Nevrologiske lidelser som ansiktssmerte og ansiktsslammelse. Indreorganiske tilstander som astma, hørsnue, fordøyelsesproblemer, hjertekrampe, dårlig blodsirkulasjon, og tilstander som søvnproblemer, angstplager, menstruasjonsplager og mange flere lidelser.

Det sier seg selv at en grundig medisinsk vurdering alltid bør skje før en velger å gå i akupunkturbehandling. Du bør derfor gå til lege før du begynner en akupunkturbehandling. Fortell legen din at du går til akupunktør.

Er ikke akupunktur veldig omstridt?

Da akupunktur ble introdusert i Norge i 1970-årene, vakte metoden mye interesse, men ikke minst blant leger også mye motstand. Kritikken gikk dels på den fremmedartede kinesiske filosofien som ble knyttet til metoden, dels på mangelen på vitenskapelige undersøkelser som kunne bekrefte påstandene om effekt.

Selv om det fortsatt er uenighet blant leger om nytten av akupunktur, anerkjenner både Legeforeningen og myndighetene akupunktur som en behandlingsmetode i dagens helsevesen. Forskning har vist at akupunktur virker inn på både smerteregulering og andre systemer i kroppen. Mye er fortsatt uavklart, ikke minst i hvilken grad akupunktur er effektiv ved forskjellige sykdomstilstander.