



## Akupunktur - hva gjør jeg?

Hva bør jeg gjøre hvis jeg ønsker å gå i akupunkturbehandling?

Drøft dette først med din vanlige lege.

For det første er det viktig at dine plager blir undersøkt skikkelig. For det andre er din vanlige lege den som har best muligheter til å vurdere alle aktuelle behandlinger for din lidelse.

Sammen kan dere finne frem til et best mulig opplegg. Akupunktur kan ofte med fordel kombineres med annen behandling.

### **Hva skal jeg gjøre hvis min lege ikke har noe greie på akupunktur eller er imot metoden?**

Hvis din lege ikke vet noe om akupunktur, kan du jo spørre om hvem han eller hun vil anbefale deg å drøfte ditt spørsmål med. Kanskje kan ditt spørsmål bidra til at din lege orienterer seg i feltet, enten ved selv å sette seg inn i akupunktur eller ved å finne ut hvem det kan være lurt å henvise til.

Vanskeligere blir det jo hvis legen avviser spørsmålet fordi han eller hun mener akupunktur er noe tull. En mulighet er da å gå til en annen lege, eller finne frem til en akupunktør på egen hånd.

### **Hva skal jeg gjøre hvis det er aktuelt å gå i akupunkturbehandling hos en som ikke er lege?**

Det er i dag flere fysioterapeuter enn leger som praktiserer metoden. Det du kan gjøre er å

gjøre som allerede foreslått: drøft dette med din lege. Kanskje er vedkommende akupunktør en fagperson din lege har tillit til og er villig til å samarbeide med.

Det er nyttig at legen din kan følge tilstanden din før, under og etter en akupunkturbehandling. Begynn ikke å endre nødvendig medisin uten etter samråd med din lege.

### **Hva koster en behandling?**

Dette kan variere noe. Det er vanlig å betale fra 150 til 200 kroner per gang, noe mer første gangen.

Er akupunktøren lege, så pass på at du får kvittert i et kvitteringskort for egenandeler for den delen av beløpet som er det fastsatte grunnbeløpet for konsultasjon hos lege.