



## Hva er alternativ medisin?

Alternativ medisin kommer i tillegg til vår offisielle medisin - og ikke som et alternativ.

Alternativ medisin er et allmennt akseptert begrep, selv om det ikke er godt, fordi den kommer i tillegg til vår offisielle medisin og ikke som et alternativ. Man burde heller bruke betegnelsen etablert eller akseptert og ikke-etablert eller ikke-akseptert medisin.

Den offisielle medisin forandrer seg med tiden. Det som var ikke-etablert medisin for noen år siden, for eksempel akupunktur, er langt på vei etablert medisin idag.

### Hovedinndeling

Man kan dele de som arbeider med alternativ medisin i to adskilte grupper:

#### *Naturmedisinere/naturleger*

Disse har en mer eller mindre godt definert utdanning av kortere eller lengere varighet. Det foreligger et bestemt pensum, og det er eksamen.

#### *Folkemedisinere*

Disse har medfødte evner eller nådegaver. De har ingen spesiell medisinsk utdanning. De er ofte eldre. Evnen kan gå i arv og da fra far til datter, og fra mor til sønn.

**De viktigste former for alternativ medisin i Norge idag er:**

- Homeopati
- Akupunktur
- Fotsoneoterapi
- Urteterapi
- Helhetsterapi

### Hvem og hvor mange benytter alternativ medisin?

De siste 20 årene har det vært en økning i bruk av alternativ behandling i Norge.

I 1977 oppga under en femtedel av befolkningen at de en eller flere ganger i sitt liv hadde benyttet alternativ behandling. I Aarbakke-utvalgets undersøkelse av 1997, oppgir en tredjedel av den norske befolkning å ha benyttet alternativ behandling. I en undersøkelse gjennomført av Senter for helseadministrasjon i 1998, svarte 37 prosent av de spurte at de noen gang hadde benyttet alternativ behandling. Undersøkelsen hadde de samme svaralternativer som i Aarbakke-undersøkelsen. I begge disse undersøkelsene var også kiropraktor definert inn under alternativ behandling.

Kjønnfordelingen blant dem som noen gang hadde benyttet alternative behandlingsformer var relativt lik i Aarbakke-undersøkelsen sammenlignet med undersøkelsen av 1998; det vil si cirka 60 prosent kvinner og 40 prosent menn.

Homøopat, akupunktør og soneterapeut er i nevnte rekkefølge de mest benyttede alternative behandlere.

To tredjedeler av de som ikke har benyttet alternativ behandler svarer i undersøkelsen at de kunne tenke seg å gjøre det. En tredjedel kan tenke seg det hvis de er alvorlig syke. I tilfelle en skulle oppsøkt alternativ behandler, oppgir flertallet at de ville oppsøkt akupunktør og homøopat.

- Yngre bruker alternativ medisin oftere enn eldre.
- Kvinner bruker alternativ medisin oftere enn menn.
- Arbeidere bruker alternativ medisin mindre enn gjennomsnittet av befolkningen, mens helsearbeidere bruker det mer enn gjennomsnittet.

### Hvorfor oppsøker folk alternativ medisin?

Det er flere grunner til at pasienter oppsøker alternativ medisin.

- Pasienten har fått liten hjelp av skolemedisinen
- Pasienten har negative erfaringer med legekontakt (arrogante leger, pasienten føler seg misforstått, føler at han ikke er blitt tatt på alvor)
- Redsel for bivirkninger av medikamenter
- Tidligere god erfaring med alternativ medisin
- Pasienten har hørt eller lest om gode, eventuelt sensasjonelle resultater av alternativ medisin.
- Nysjerrighet

- Som siste håp ved alvorlig sykdom

### **Er alternativ medisin farlig?**

Det er lite som tyder på at alternativ medisin i seg selv er farlig. Det kan imidlertid hende at noen pasienter kommer for sent til lege og til behandling av sykdommer som alternativ medisin ikke kan helbrede. Langt de fleste som bruker alternativ medisin har tidligere vært hos lege for samme sykdom eller symptom.