

Akupunktur – det er det der med nåle ik?

Akupunktur er ikke længere et fremmedord i Danmark. De fleste ved, at det handler om nåle og smertelindring – men hvad er det lige, de der nåle gør? Og hvorfor hører sådan en flyvsk overnaturlig behandling hjemme hos en fysioterapeut (eller lægen)?

Vi har valgt at sætte fokus på akupunktur her på Facebook, da mange af vores patienter spørger interesseret ind til det. Nogle har hørt om det og kan læse i venteværelset, at vi tilbyder det – andre har prøvet det på opfordring fra fysioterapeuten, men ved faktisk ikke helt hvad det er, der sker under huden, når nålene sættes i.

” Historisk er akupunktur baseret på kinesisk og taoistisk naturfilosofi og har igennem tiden været anset som en altformående behandlingsmetode til en lang række af lidelser og sygdomme. Ud fra dette klassiske paradigme er ubalancer i livsenergien ”Qi” den primære årsag til symptomer og sygdomme. Ubalancerne kan blandt andet afhjælpes ved nålestimulering af veldefinerede akupunkturpunkter, som er lokaliseret langs meridianbaner, hvori energien cirkulerer. ”

(Sundhed.dk / Lægehåndbogen)

Den nutidige brug af akupunktur på klinikken arbejder ikke på samme måde med livsenergien - men derimod ud fra akupunkturpunkter eller trykfølsomme punkter. Akupunktur anvendes primært til at behandle veldefinerede smertetilstande i muskler og led, migræne og spændingshovedpine. Man kan også anvende akupunktur til at lindre kvalme i forbindelse med graviditet, samt kvalme, hedeture og andre gener relateret til kræft. Behandlingen foregår ved, at terapeuten stikker tynde nåle ind i hud og muskler. Her stimulerer nålene nerverne. Dette kan resultere i lokal øget blodgennemstrømning, og at man udskiller smertedæmpende hormoner. Endelig kan nålebehandlingen påvirke den mentale oplevelse af symptomer og smerter. Almindeligvis behandles der med 4-8 akupunktur nåle i området, hvor der er symptomer og smerter. Herudover suppleres ofte med 2-4 nåle i akupunkturpunkter neden for knæ og albuer, som har samme nerveforbindelse som symptomområdet. Efter 2-3 uger, svarende til 3-6 behandlinger, kan de positive effekter vise sig; Symptomerne lindres, bevægelighed og nattesøvn bedres, og man har færre smerter. Som oftest anvendes akupunktur som en tillægsbehandling, således at det ikke erstatter fysioterapeutens behandling, men indgår som et supplement til denne.

Det skal ikke gøre ondt at få akupunktur. Ca. halvdelen af patienterne oplever bivirkninger i form af træthed umiddelbart efter behandlingen. En mindre del af patienterne vil opleve en kortvarig forværring med murren og uro i det behandlede område. Herudover kan der opstå forbigående vasovagale reaktioner i form af utilpashed og undtagelsesvis synkope. Akupunktur er generelt en sikker behandlingsmetode. Akupunktur frarådes i nogle få tilfælde, herunder; Blødersygdom eller anden årsag til øget blødningstendens, nålefofi og områder med lymfeødem. Desuden bør der tages forbehold ved antikoagulationsbehandling, skadet inflammert og ikke-intakt væv, neuropatiske smerter (hyperalgesi og allodyni) eller hvis diagnosen er uklar.