

Når pillene ikke hjelper, tyr stadig flere til nåler. Pollenallergi og tette bihuler er noen av plagene akupunktører stikker hull på.

# Stikker fra plagene

## alternativ medisin

Mariann Torsvik | tekst

Folk flest ser fram til våren med forventningsfull glede, men for allergikere er årstiden en blandet fornøyelse.

Fjordrøts mai måned ble et sant mareritt for Jolanta Panczyszyn Tvedt (38). Kombinasjonen av kronisk bihulebetennelse og allergi gjorde at som het uteliv hjemme på Fjellhammer til en risikosport. Hun kunne ikke engang henge ut klær. Nå går alt så mye bedre. Hun gleder seg over det flotte vårværet og frykter verken betennelse eller bjørk.

### Skeptikeren ble frisk

Gjentatte penicillin-kurer hjalp ikke firebarnsammaen fra Lørenskog. Infeksjonen og smertene kom tilbake. Verken lege eller spesialister kunne hjelpe. Jolanta Tvedt hadde derfor ikke noe å tape på å prøve noe nytt. Det ble akupunktur.

– Jeg var i utgangspunktet skeptisk, men hadde lyst til å prøve noe annet enn tabletter, forteller hun. Jolanta var ikke redd for nålene, men hun var langt fra overbevist om at de ville ha noen helsegevinst.

Nå er det tre-fire måneder siden hun fikk de første stikkene. Hun har gått til akupunktør Mojgan Mohammadzadeh på Fjellhamarklinikken to-tre ganger i uka.

– **Hvordan er det med bihulene nå?**

– Jeg er helt frisk. Det føles fantastisk!

Jolanta slapper godt av når hun får nåler.

– Jeg synes sjelden det gjør vondt, det er snarere beroligende. Det hender at jeg sovner, og jeg er alltid veldig rolig etter behandlingen.

–  **Og synet på akupunktur?**

– Det har endret seg, helt naturlig det når jeg ser at det hjelper, sier Jolanta.

Hun har også introdusert en av sønnene for behandlingsformen. Han fikk fotballskade i en stortå, neglen ble svart og falt av, og smertene ville ikke gi seg. Etter en del behandlinger er han også bra og trener for fullt med Fjellhammer fotball igjen.

Nå fortsetter Jolanta sin behandling for å se om hun også kan bli kvitt pollenallergien

– Akupunktør Mojgan har ikke lovet at jeg skal bli frisk, men at jeg nok vil bli bedre. Nå krysser jeg fingrene.

### Flere stikker seg ut

Andelen av den voksne befolkningen som benytter alternativ behandling, økte med godt over 50 prosent i løpet av tiårsperioden fra slutten av 1990-tallet og til den hittil siste store Levekårsundersøkelsen ble utført i 2008.

I tallmaterialet fra Statistisk sentralbyrå framkom det at 16 prosent av oss vært hos utvalgte alternative behandlere det siste året. Av behandlingsformene som ble kartlagt i denne undersøkelse, har massasje og akupunktur størst

utbredelse.

På Romerike finnes det 157 alternative behandlere som er registrert i Brønnøysundregistrene. Her er det flest akupunktører, men også en lang rekke terapeuter med varierende utbredelse – alt fra tankefelt- til psykosyntese- og kraniosakralterapeuter.

Akupunktur er en sentral del av den tradisjonelle kinesiske medisin, og det finnes mange solskinnshistorier også her hjemme. Barn som har fått hjelp med adferdsproblemer, søvnproblemer som har blitt borte og smerter som har blitt lindret. Med nåler.

### Lover bedre hverdag

Mojgan Mohammadzadeh er opprinnelig iransk. Hun hadde ingen erfaring med akupunktur da hun selv opplevde å få nålehelp i en kritisk helsesituasjon. Denne opplevelsen ble skjellsettende, også for hennes yrkesvalg. Det var mange studenter som startet på det femårige studiet ved Akupunkturhøyskolen i Oslo. Bare 11 av dem fullførte studiet med bachelorgrad. Mojgan var blant dem.

Hun har selv tatt imot pasienter som har vært utsatt for kunnskapsløse akupunktører og vet hvor viktig faglig bakgrunn og erfaring er for et vellykket resultat.

– Jeg synes det er trist og uheldig for vårt område at det finnes noen som velger leivinte løsninger. Det å ta et helgekurs eller to og kjøpe inn nåler er langt fra nok.

– **Hva gjør du selv når du blir syk?**

– Jeg går selvfølgelig til lege, og det oppfordrer jeg også alle mine pasienter til å gjøre.

### Trykkoker uten ventil

Aagot Dahlen stråler om kapp med vårsolen. 51-åringen fra Rælingen har erfart at det finnes flere veier fram til god helse. Hun er selv utdannet sykepleier med mastergrad i sykepleieviten-skap og har hatt en rekke lederstillinger i norsk helsevesen. Like fullt mener hun at skolemedisin ikke forvalter den hele og fulle sannheten.

Til tross for egen åpenhet for alternative behandlingsformer, hadde ikke Aagot noe nærmeste med nåler før januar i år. Da var det et av de mest plagsomme symptomene på kvinnens overgangsalder som førte Aagot til Fjellhamarklinikken og akupunktør Mojgan Mohammadzadeh.

For enkelte fortøner svettetoktene seg som å ha en innebygget trykkoker – uten ventil. Aagot var virkelig plaget. Hun badet i svette sent og tidlig og måtte skifte sengetøy hver dag. Etter to måneder med akupunktur er hun helt symptomfri.

– Hvorfor spise tabletter hvis man ikke må spørre hun nå.

Aagot Dahlens høyeste ønske er at andre kvinner på Romerike som sliter med for eksempel hetetokter, skal vite at det finnes lokale alternativer til østrogenpiller og soyaprodukter.

– **Vi trenger å lære mer av hverandre.** Rive ned skottene mellom

skolemedisin og alternativ behandling. Det norske helsevesen trenger å bli flinkere til å se hele mennesket.

I tillegg til svettetoktene, har akupunktøren bidratt til noe som Aagot selv kaller «et mirakel».

– Jeg har slitt med angst siden jeg var 15 år, og har fått hjelp av lege og psykolog underveis. Nå er klumpen i magen borte. Jeg er i ferd med å bli frisk.

### – Skepsis er sunt

Nifab er Norges nasjonale informasjonssenter for alternativ behandling. De er en del forskningssenteret for alternativ og komplementær behandling (Nafcam) og prøver å skape oversikt i det som med rette kan kalles et uoversiktlig felt av alternative helse tilbud.

– **Det er en jungel, og det finnes ingen komplett oversikt over alternative behandlere.** Tittlene deres er heller ikke beskyttet, sier redaktør i Nifab, Ola Lilleenes.

Han opplyser at det finnes nesten 5.000 alternative utøvere i Norge som er organisert i ulike fagorganisasjoner. En knapp tredjedel av disse er autorisert helsepersonell. Dette er for eksempel jordmødre som bruker akupunktur som smertelindring. I tillegg finnes det et helt ukjent antall behandlere og terapeuter som ikke er organisert noe sted, og som vi heller ikke aner den faglige bakgrunnen til.

– **Så hvem som helst kan markedsføre seg som homeopat eller akupunktør, uten å ha fylla pelling?**

– Ja, det er ingen utdanningskrav knyttet til de alternative behandlernes titler. I dette landskapet er vi kjøpere av tjenester, og ikke mottakere av offentlige helse tjenester. Det innebærer også at vi har langt dårligere rettsvern ved eventuelle skader. Derfor er det viktig at folk orienterer seg og er kritiske til informasjon om slik behandling, sier Lilleenes.

Ifølge ham er det bare alvorlige og smittsomme sykdommer som alter-

native behandlere ikke har lov til å behandle. Uautorisert helsepersonell har heller ikke lov til å gjøre kirurgiske inngrep.

– **Hvordan kan forbrukerne sikre seg best mulig behandling?**

– Som en trygghet i bunnen sier vi at man bør velge en behandler som er organisert i





## FAKTA

## Hva gjør de?

**Akupunktøren**

Med røtter 3-4.000 år tilbake i tid er akupunktur blant verdens eldste behandlingsprinsipper. Sykdom oppfattes som ubalanse i kroppens energisystem, og behandlingen har som siktemål å gjenopprette balansen. Tynne nåler stikkes i spesifikke punkter i hud og underliggende vev i forebyggende og terapeutisk hensikt. Dette forklares med at det skal finnes et kanalsystem for energistrømmer i kroppen, kalt meridianer.

**Homeopaten**

Homeopatien bygger på antakelsen om at sykdom oppstår når kroppen er ute av balanse og på det såkalte «likhetsprinsippet». Dette betyr at man etter diagnose velger ut et homeopatisk middel basert på et stoff som i normal konsentrasjon vil skape symptomer hos en frisk person. Ved inntak av middelet som ligner på det som vil framkalle slik sykdom, antas det at sykdommen kan kureres. Klassisk homeopati ble grunnlagt rundt år 1800.

**Massøren/massasjeterapeuten**

Massasje regnes som en av verdens eldste behandlingsformer. De eldste kildene vi kjenner er 3.000 år gamle. Primært bruker utøverne hendene til å stryke, kna og trykke; men også armer, albuer og føtter benyttes i enkelte teknikker. I dag finnes det over åtti ulike tilnæringsmåter til massasje. En felles grunntanke i all massasje er at det fremmer helse og velvære, at det øker blodsirkulasjonen og er avslappende.

**Naprapaten**

Naprapatene fokuserer hele skjelettet inklusive ledd, muskler og sener. Etablert i 1907 og tar sikte på å normalisere tilstander i bevegelsesapparatet. Kommer opprinnelig fra USA og er beslektet med manuell fysioterapi, osteopati og kiropraktikk. Brukes til forebygging og behandling av lidelser i muskelskjelettapparatet og kombinerer ortopedisk manuell medisin med spesifikk kunnskap om kroppens muskler, skjelett, ledd og nervesystem.

**Tankefeltterapeuten (TFT)**

Tankefeltterapi er en relativt ny behandlingsform. For å behandle psykiske symptomer, som for eksempel angst, uro, sorg og traumer, må man ifølge TFT behandle «negative forbindelser» i tankefeltet. Dette skal kunne gjøres ved lett fingerbanking på bestemte meridianpunkter i et fastsatt mønster tilpasset ulike lidelser, samtidig som pasienten tenker på de situasjonene som skaper de problematiske psykiske symptomene.

Kilder: Nifab, Store Norske Leksikon





FAKTA

### Fra kvakksalvere til behandlere

Det praktiseres flere hundre alternative behandlingsformer i Norge. Mens mange av dem har røtter i Asia, finnes det også metoder som er flere tusen år gamle og bunner i nordlig kultur, for eksempel den samiske folkemedisinen. På 1990-tallet var det et skifte, både i folks holdninger og i det politiske klimaaet knyttet til det alternative behandlingsfeltet. At kirøpraktikk tidligere ansett som en profesjon utenfor de etablerte helsetjenestene, fikk autorisasjon i 1989, var en del av dette skiftet. I 1997 ble Aarbakke-utvalget etablert av Sosial- og helsedepartementet for å utrede ulike sider ved alternativ behandling. På den tiden ble fremdeles kvakksalverbetegnelsen benyttet om alternativfeltet. Kvakksalverloven (lov av 1936 om innskrenkning om adgangen for den som ikke er helsepersonell til å ta syke i kur) ble opphevet først 1. januar 2004 og erstattet av lov om alternativ behandling ved sykdom.

**HELSE I HVER NÅL** | Bjørka er ennå litt prematur, men snart slår pollenplagene til hos store deler av den norske befolkning. Akupunktør Mojgan Mohammadzadeh bruker nå lestikk og er rimelig sikker på at pasient Jolanta Tvedt vil merke mindre av allergien sin etter en behandlingsrunde. **Roar Grønstad** | fot





**BRUKER HENDENE** | Morten Aanerud har praktisert som naprapat i mer enn ti år, og synes det er uforståelig at ikke norske naprapater er godkjent som helsepersonell på linje med kiropraktorer. Her er det Yvonne Pedersen som får behandling i lokalene på Jessheim. **Tom Gustavsen** | foto



**ET NYTT LIV** | Aagot Dahlen er glad for å være kvitt svettetoktene. Sykepleieren mener flere kan profitere på alternativ behandling. **Mariann Torsvik** | foto

et forbund og registrert i Brønnøysund. Dette sannsynliggjør at han eller hun har et bevisst forhold til sitt fag, etikk og forretningsdrift. Det er også lurt å sjekke om behandleren er medlem av et forbund som har et etisk råd med muligheter for å klage på utøveren eller den behandlingen som er gitt, sier han.

Lillenes anbefaler dessuten alle å orientere fastlegen sin om de behandlingstilvalgene man tenker å gjøre, spesielt hvis man bruker medisiner jevnlig.

– Det er ikke slik at naturmedisiner og urter er uten bivirkninger. Mange av dem kan by på sterke og til dels farlige interaksjoner med medisiner, sier han.

**Motsatt i Sverige**

Kiropraktorene ble autorisert som helsepersonell her i landet i 1989. Naprapati, som er beslektet med både fysioterapi og kiropraktikk, er ikke autorisert i Norge. I Sverige er det omvendt; der er naprapater autorisert helsepersonell, mens kiropraktorer ikke er det.

Alle norske naprapater er høyskoleutdannet fra Naprapathøgskolan i Stockholm. På Naprapatlandslaget avdelinger på Jessheim og Eidsvoll hadde de til sammen 7.788 konsultasjoner i fjor.

Morten Aanerud er én av de to klinikkeiere, og han synes det er urimelig at naprapaten ikke er autorisert her til lands.

– Ved å ekskludere en så etablert og velprøvd behandlingform, som er bevist effektiv, snyter myndighetene utallige

mennesker for å bli fri eller bedre fra sine plager. Dette gir høyere sykefravær og er allment svært kostbart for Norge AS, sier han.

Aanerud hevder at han daglig opplever eksempler på mennesker som har helt enkle grunnleggende mekaniske forstyrrelser som ikke skolemedisinen har kompetanse til verken å diagnostisere eller behandle.

– Disse kan ofte elimineres med våre grep på noen få behandlinger og instruksjon til selvhjelp.

Aaneruds håp er at norske myndigheter tar etter svenske og anerkjenner naprapati som godkjent helseyrke.

– I dag er det dessverre slik at mange ikke kan ta behandling hos naprapat på grunn av økonomiske begrensninger, og dette er i mine øyne ikke sosialt riktig i et land som Norge.

Han mener imidlertid at det den senere tid har det vært flere tegn som tyder på at naprapati går veien mot offentlig godkjenning. Flere forsikringsselskaper har eksempelvis inkludert naprapati som godkjent behandlingsform og dekker behandlingsserier på inntil tolv i året.

– Det er en spennende tid og vi opplever en stadig kortere vei mellom alle profesjoner innen helse, både osteopati, naprapati, kiropraktikk og tradisjonell skolemedisin.

Leder i Norges naprapatforbund, Kristine Kopstad, bekrefter at forbundet er i ferd med å ferdigstille sin søknad om at også naprapater skal bli autorisert

helsepersonell.

**På nåler på Ahus**

Mojgan Mohammadzadeh tok sin praksis på et sykehus i Kina. Der jobber leger og akupunktører side om side.

– Jeg skulle ønske at det kunne bli slik i Norge også. Jeg var nok uforberedt på de fordømmene som fremdeles er mot akupunktur i en del norske miljøer, men jeg ser helt klart tegn til bedring. Flere sykehus gir i dag akupunktur som en del av smertelindring, for eksempel på fødeavdelinger, og det er positivt, sier Mojgan.

Selv om akupunktur ikke har noen formell plass i det offentlige helsevesenet i Norge, bruker mange fysioterapeuter og enkelte leger akupunktur i sin praksis. En del norske sykehus og smerteklinikker har også introdusert bruk av nåler.

Ahus er blant de av landets sykehus som tilbyr akupunktur. Det har de gjort i hele ti år. Føreløpig er det begrenset til fødeavdelingen.

Assisterende divisjonsdirektør Nina Schmidt ved Kvinneklinikken på Ahus opplyser at flere titall av jordmødrene deres har akupunkturkompetanse. I fjor ble det satt akupunktur på 443 av totalt 4.647 fødsler. I tillegg settes det akupunktur ved barsel i tilknytning til blant annet ammeproblemer.

**Rør viktigere enn kropp?**

– Neste mål å bli autoriserte helsearbeid-

dere, sier Mojgan Mohammadzadeh fra sin klinikk på Fjellhamar. Hun håper det bare er et tidsspørsmål. Det gjør også leder i Akupunkturforeningen, Cecilie Brewer.

Foreningen har 750 medlemmer, og har søkt om at akupunktører med utdanning skal få autorisasjon som helsepersonell. Selv stiller Akupunkturforeningen krav til sine medlemmer om minimum 240 studiepoeng. Det samme kravet mener de helsemyndighetene må stille til autoriserte akupunktører.

Vi mener at akupunktører bør ha bred kunnskap om både kinesisk og vestlig medisin, og at myndighetene nå må inn og kontrollere virksomheten. I dag finnes det mange cowboyer, og det går på pasientsikkerheten løs. Det er jo tankevekkende at rørleggere må ha fagbrev, mens folk som skal stikke nåler i kroppen din ikke trenger det, sier Brewer.

Søknaden om autorisasjon ble sendt inn for halvannet år siden, men ennå har det ikke kommet noe svar fra helsemyndighetene.

– Det virker urimelig at det skal ta så lang tid å få svar. Det føles som trening, sier Brewer.

En telefon senere, får vi vite at søknaden nå er ferdigbehandlet hos Helsedirektoratet, men deres innstilling er uendret offentlighet. Nå skal helse og omsorgsdepartementet avgjøre saken. De kan ikke si hvor lang tid det vil ta.

**– Blir som å tro på at jorda er flat**

Debatten om alternativ behandling går høyt. Kjendislege Jørgen Skavlan hevdet i en kronikk i Aftenposten forrige måned at homeopatiens representanter antitesen til legevitenskapen i sin manglende etterrettelighet og fravær av medisinsk etikk.

Han langet samtidig ut mot det han betegner som grådighet i bransjen: «Mens tiden går, står en industri klar med betalingsterminalene sine til å ta imot sine pasienter. En industri som aldri sier nei og kan hjelpe deg med hva det måtte være: candida, hiv, lav miltenergi, kreft og tretthet. Det eneste de krever tilbake er at du husker pinkoden din og holder deg vekk fra vaksiner.»

Forsker og førstemanuensis Baard H. Borge ved Høgskolen i Harstad har også tatt et oppgjør med alternativt medisin. Borge avviser for eksempel at flere tusen år gammel kinesisk legekunnskap som akupunktur har noen virkning:

– Man kan like gjerne la seg stikke av tannpikere. Det har heller ingen betydning hvor man blir stukket. Poenget er at det vanskelig lar seg påvise

at akupunktur har noen effekt utenom pasientens tro på at behandlingen virker, såkalt placeboeffekt.

Borge understreker overfor RB at hans bakgrunn for å mene noe om dette er at han underviser i forskningsmetode. Når det gjelder akupunktur

**”Mens tiden går, står en industri klar med betalingsterminalene sine til å ta imot sine pasienter** Jørgen Skavlan, lege

tur viser han til omfattende forskning i en Cochrane-rapport som nylig ble publisert i British Medical Journal. I denne rapporten påpekes det blant annet at det mangler dokumentasjon for at akupunktur virker mot smerte.

– Det er litt underlig å sette tilhengere av det «alternativt» opp mot oss som representerer vitenskapen og skolemedisinen. Det er jo lov å fastholde at jorden er flat, men har en av den grunn krav på å bli tatt alvorlig? spør forskeren.

**Ikke bare solskinn**

Akupunktur regnes som en sikker behandlingsmetode når den utøves korrekt. Det er likevel rapportert om både alvorlige bivirkninger som akade på indre organer og blodkar, overførsel av smittsomme sykdommer og lammelse av muskler. De fleste av disse bivirkningene skyldes utilstrekkelige medisinske kunnskaper, dårlig hygiene, eller manglende akupunkturkunnskaper hos utøveren.

– Det kan få alvorlige konsekvenser dersom nålen blir satt feil, sier Ole-Bjørn Tysnes, styreleder i Norsk nevrologisk forening, men han understreker at dette er sjeldne skader.

–Jeg vet om bare ett tilfelle. Det ble da satt en nål som skadet ryggmargen.

Statens helseilsyn fører ikke tilsyn med utøvere av alternativ behandling og behandler derfor ikke klager som retter seg mot slik behandling.

Nafkam, forskningscenteret for alternativt og komplementær behandling, fører imidlertid et register over pasienthistorier hvor sykdomsforløpet har gått uventet bra eller uventet dårlig ved bruk av alle mulige typer alternativt behandling og er interessert i å høre fra alle med slike historier.