

Akupunktur og tinnitus

10 % av den norske befolkningen vil oppleve problemer med øresus – eller tinnitus. En ny studie gir håp for noen av dem som er plaget. Mange lever med en konstant lyd i øret, uten å få hjelp. Ifølge Norsk Tinnitus Forbund rammes 10 % av befolkningen av tinnitus eller øresus som det også kalles. Noen lærer seg å leve med lyden men mange får nedsatt livskvalitet, som kan handle om konsentrasjons problemer, søvnproblemer, angst og depresjon.

Ved Örebro universitetssjukhus i Sverige har svenske og norske forskere gjort en undersøkelse som viser at behandling med akupunktur og bittskinne kan ha god effekt på tinnitus og muskelspenninger. Studien ble presentert på Läkarnas riksstämman, en stor medisinsk møteplass i Sverige. «Hvis man kan se på hele menneskets problematikk er det mulig å hjelpe noen av dem som lider av tinnitus», sier Erik Behrenth, overlege og audiolog ved Örebro universitetssjukhus i Sverige til alternativ.no. Behrenth har jobbet med tinnituspasienter siden midten av 80-tallet og er svært positiv til studien som nå presenteres.

Det er forskjellige årsaker til at problemer med øresus eller tinnitus oppstår. Noen har fått ødelagt hørselen i forbindelse med høy lyd, musikk eller skade på grunn av sykdom, mens for andre kan smerte og muskelspenninger i ansiktet, kjeve og nakke ligge bak. Øresus kan også oppstå i forbindelse med forkjølelse, influensa, for mye ørevoks eller infeksjon i øret.

Det var først og fremst personer med tinnitus relatert til muskelspenninger, bittproblematikk og tanngnissing, og av den grunn var henvist til tannfysiolog og bittskinne, som deltok i studien.

Personer som hadde medisinske årsaker til sine øresusplager, som Meniers sykdom eller svulst deltok ikke. Alle de 45 personer som deltok i studien hadde vært plaget med tinnitus i omkring seks år. De fikk hver sin tilpassede bittskinne til bruk om natten i seks måneder. De som ikke opplevde bedring etter behandling med bittskinne fikk fem behandlinger med klassisk akupunktur i tillegg.

Etter ett år opplevde deltakerne fortsatt effekt av behandlingen. 39 av 45 personer hadde mindre plager av tinnitus.

Det arbeides nå på med en oppfølging av studien og forskerne vil sammenligne studien med en tilsvarende undersøkelse som ble gjort på 90-tallet uten bruk av akupunktur i tillegg til bittskinne. «Det er synd at det er en forholdsvis stor kostnad forbundet med behandlingen, for det hadde vært fint om behandlingen kunne tilbys mange. Forskningen kunne gjennomføres fordi man fikk

offentlig tilskudd, men hvis privatpersoner selv skal betale behandlingen, må man regne med en utgift på 3000-3500 kroner (pris etter svenske forhold). Vi kan heller ikke garantere bedring», sier Erik Behrenth.

«Det er viktig å finne årsak til at man har fått tinnitus», sier Cecilie Brewer i Norsk Akupunktur forening. Problemet kan komme av mange forskjellige årsaker, som for eksempel støyskader eller svulster. Idag er det også mange som får problemet på grunn av stress eller situasjoner som sliter oss ut.

Erfaringsmessig kan akupunktur ha god effekt på tinnitus når plagen er relatert til muskulatur, spenning i nakke eller forkjølelsevirus. Ved mekanisk skade (der nerven er skadet), som kan komme fra støy eller annen sykdom er akupunktur til liten hjelp ifølge Norsk Akupunkturforening. alternativ.no, 5. januar 2010



Foto:

Akupunktur for helsmerter

Akupunktur på Daling PC7 har vist seg å gi spesifikk smertelette på plantar fasciitis. Forskere fra Hong Kong delte 53 pasienter tilfeldig inn i to grupper. Behandlingsgruppen fikk akupunktur på Daling PC7 (som sies å ha en spesiell effekt på helsmerter), og kontrollgruppen fikk akupunktur på Hegu LI4, et generelt smertelindrende punkt. Pasientene fikk behandling fem ganger pr uke i to uker, med lik nåling på begge punkt. Signifikant score på smertelindring i favør til behandlingsgruppen ble registrert etter en måned på morgensmerter (22,6 versus 12,0), smerte generelt (20,3 versus 9,5), og terskel på pressmerter (145,5 versus 15,5). *Acupuncture Treatment for Plantar Fasciitis: A Randomized Controlled Trial with Six Months Follow-up. Evid Based Complement Alternat Med. 2009 Nov 23. JCM, nummer 92, februar 2010*

Akupunkturs effekt på hjernen

Ny viktig forskning på effekten av akupunktur på hjernen medfører muligens en bedre forståelse for den komplekse akupunkturmekanismen, og kan føre til bredere aksept av akupunkturbehandling. Studien som er utført av forskere ved University of York og Hull York Medical School, publisert i Brain Research, indikerer at akupunktur har en signifikant effekt på spesifikke nervestrukturer. Når en pasient får akupunkturbehandling vil en deqi-sensasjon oppnås; vitenskapelige analyser viser at dette deaktiverer områder i hjernen som er assosiert med behandling av smerte.

Dr Hugh MacPherson, i universitetes komplementærmedisinske forskningsgruppen, sier: «Disse resultatene tilfører objektive vitenskapelige bevis på at akupunktur har spesifikk effekt på hjernen, noe som forhåpentligvis vil føre til bedre forståelse for hvordan akupunktur fungerer». Nevroforsker Dr Aziz Asghar, ved York Neuroimaging Centre og Hull York Medical School, legger til: «Resultatene er fascinerende. Om slike deaktiveringer i hjernen utgjør en mekanisme som ligger under for eller bidrar til den terapeutiske effekten av akupunktur, er dette en fascinerende mulighet som krever videre forskning».

Som følge av forskning gjort på korsryggsmerter ble akupunktur i fjor sommer anbefalt for første gang av National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE) som et behandlingsvalg for NHS – (nasjonalt helsetilbud) pasienter med korsryggsmerter. NICE retningslinjer erklærer at leger skal «vurdere å tilby akupunkturbehandling som omfatter maksimum 10 behandlinger over en periode opp

til 12 uker» for pasienter med denne vanlige plagen.

Nåværende kliniske studier ved University of York undersøker nå effektiviteten og kostnads-effektiviteten av akupunktur for Irritable Bowel Syndrome (IBS) og for depresjon. Nye studier i USA har også vist at akupunktur kan være en effektiv behandling for migrene og osteoartritt i knær.

York-teamet tror at den nye forskningen kan være med på å rydde vei for at akupunktur skal bli bredere akseptert som et behandlingsvalg i det nasjonale helsetilbudet, for ulike medisinske tilstander.

University of York, 4. Februar 2010

Risikovurdering – bruk av akupunktur på dyr

Det er for dyr som for mennesker generelt liten risiko for at det oppstår skader eller infeksjoner som følge av behandling med nåleakupunktur, når den som utfører behandlingen har tilstrekkelige kunnskap og ferdigheter, men det er forhold ved dyr som øker risikoen for at enkelte typer negative konsekvenser kan oppstå. Det er hovedkonklusjonen i en risikovurdering som Vitenskapskomiteén for mattrygghet (VKM) har utført på oppdrag for Mattilsynet. VKM understreker at uansett behandlingsform, enten det er nåleakupunktur eller tradisjonell vestlig veterinærmedisin, henger risikoen for skader og faren for ikke å oppdage andre sykdommer og smertefulle tilstander nøye sammen med behandlerens evne til å gjenkjenne symptomer, stille korrekt diagnose, velge adekvat behandling, utføre behandlingen korrekt og ikke minst erkjenne metodens begrensninger.

VKM har på oppdrag fra Mattilsynet vurdert og identifisert mulige risikoer og negative konsekvenser som kan oppstå ved bruk av nåleakupunktur på pattedyr. Bakgrunnen for oppdraget er at Landbruks- og matdepartementet har bedt Mattilsynet om å utrede alternativer for regulering av akupunktur på dyr og utarbeide forslag til hvordan dette området bør reguleres i fremtiden. VKM har ikke vurdert hvilke krav som bør stilles til faglige kvalifikasjoner ved bruk av nåleakupunktur. Dette er spørsmål som Mattilsynet har bedt Det veterinærmedisinske rettsråd om å vurdere. VKM legger til grunn at den som utfører nåleakupunktur har tilstrekkelig kunnskap og ferdigheter til å sikre god dyrehelse og god dyrevelferd. Risikovurderingen til VKM tar for seg alle former for nåleakupunktur som innebærer penetrering av hud, inkludert bruk av implantater, strøm og varme.

vk.no, 11. februar 2010

Foto: Isidor Aarøen





Urtemedisin innvirker på hjertemedisiner

«Urtemedisin som blir brukt av millioner av briter kan utgjøre en alvorlig helserisiko ved å påvirke medisiner som ofte skrives ut for hjertesykdom» rapporterer den britiske avisa The Times. Nyhets-saken baserer seg på en gjennomgang av de bevis som finnes på mulig skade og uheldig påvirkning når folk med hjertesykdom også inntar ulike typer urtemedisin. Studien ble nylig publisert i det medisinske fagtidsskriftet Journal of the American College of Cardiology.

Det er allerede godt kjent at mange urtemedisiner og ulike kosttilskudd kan påvirke vanlige medisiner. Et eksempel på dette er Johannesurt (St. Johns Wort/Hypericum) som blir brukt mot milde depresjoner. Både forskning og klinisk praksis viser at urten kan ha uønsket og direkte farlig innvirkning på en rekke legemidler, når disse tas sammen. NHS Choices er nettportalen til det engelske helsevesenet. De sier at «mange har en falsk følelse av trygghet når det gjelder urter fordi de ses på som naturlige. Men naturlig betyr ikke alltid trygg. Alle som vurderer å bruke alternative medisiner i tillegg til foreskrevne medisiner rådes til å diskutere dette med en lege, sykepleier eller farmasøyt først».

Den nevnte studien bekreftet at flere kjente urter kan være farlige å bruke sammen med legemidler. Johannesurt interagerer sannsynligvis med

hele 11 klasser med medikamenter og gjør at de ikke virker som de skal. I tillegg mistenkes Gingko Biloba (Tempeltre) å føre til alvorlige blødninger sammen med for eksempel antikoagulerende midler som warfarin og aspirin. Hvitløkspreparater kan føre til økt blødningstendens og bør derfor ikke brukes sammen med blodfortynnende midler og inntak bør stoppes 10 dager før kirurgi. Dette gjelder spesielt pasienter som tar aspirin eller warfarin. *Journal of the American College of Cardiology* 2010; 55:515-525doi:10.1016/j.jacc.2009.07.074.

nifab, 4. februar 2010

Cambrella

Det nye EU-prosjektet skal kartlegge hvem som praktiserer og bruker alternativ behandling i Europa.

Det er også et viktig mål at forskerne finner ut av hva de ulike behandlinger innebærer – og hvor utbredt de ulike behandlingsformene er innenfor alternativ medisin. Forskere fra i alt 12 europeiske land er med i prosjektet, og fra Norge deltar Nasjonalt forskingssenter innen komplementær og alternativ medisin (NAFKAM) ved Universitetet i Tromsø. Det er bevilget 1,5 millioner euro i støtte til prosjektet, som har fått navnet Cambrella. Utgangspunktet for navnet er begrepet CAM, som står for Complementary and Alternative Medicine. Navnet avspeiler målsettingen om å samle europeisk kunnskap om dette omfattende feltet under én paraply.

Kartleggingen skal omfatte alle deler av alternativ behandling i Europa, ifølge NTBs pressemeldingstjeneste. «I dag er bildet av alternativ behandling svært ulikt i ulike europeiske land. Nå skal vi samkjøre det», sier professor Vinjar Fønnebø ved NAFKAM. Forskningsprosjektet strekker seg over tre år. «Selv om mange av begrepene og navnene som blir brukt er de samme i ulike europeiske land, kan de ha ulikt innhold», sier han. Ifølge Fønnebø er det et klart poeng at mange ulike europeiske land er representert i forskningsprosjektet – for å få en best mulig oversikt. Det norske bidraget går ut på å kartlegge den juridiske situasjonen for alternativ behandling i Europa. Hvordan ser lovverket ut i de europeiske landene, og hva sier reglene for naturprodukter eller autorisasjon og tilsyn? Det er første gangen Europakommisjonen støtter forskning på alternativ medisin gjennom det 7. rammeprogrammet. EU-prosjektet Cambrella skal danne grunnlag for videre forskning på komplementær og alternativ behandling i fremtiden.

Dagens Medisin, 9. februar 2010 □