

Alternativ behandling

Stig Bruset, som er lege ved Lierskogen helsesenter, tok utgangspunkt i det tilsynelatende paradoks at konvensjonell medisin aldri har vært bedre, men at bruken av alternativ medisin er både stor og økende da han foreleste på landsmøtet.

Hvilke behov er det som er udekket, kan man spørre. «Først ordet, så planten og til sist kniven» sa Hippokrates. Kanskje ligger det noe i dette?

«Å ta syke i kur»

I henhold til den gamle kvakksalverloven fra 1936 var det bare helsepersonell som kunne behandle syke mennesker. I 2004 ble kvakksalverloven erstattet av lov om alternativ behandling av sykdom mv. Den nye loven omfatter alternativ behandling som utføres utenfor den ordinære helsetjenesten og som gjøres av ikke-helsepersonell. Det er anledning til å bruke alternativ behandling på f.eks. kreftpasienter og aidsyke, men da bare som lindrende eller symptomdempende behandling, eller dersom helsevesenet ikke har mer å tilby til alvorlig syke personer.

Utbredt

I Norge er det ca. 35 prosent som har benyttet alternativ medisin, noe som er litt høyere enn i Danmark og Sverige, mens Tyskland og Belgia ligger dobbelt så høyt. Det kan antas at det er ca. 2 millioner konsultasjoner innen alternativ medisin i Norge per år og et salgsvolum av urter og helsekostprodukter opp mot 2 milliarder kroner. Den årlige økningen antas å være 10–15 prosent. Ca. 1/4 av norske sykehus tilbyr alternativ behandling som et komplement.

En flora av alternative teknikker

Det alternative landskapet er mangfoldig. Det inkluderer fysiske teknikker



Allmennlege Stig Bruset snakket om alternativ behandling i en sesjon som Liv Lyssandtræ ledet.

som kiropraktikk, naprapati (som er beslektet med kiropraktikk), akupunktur; avspenningsteknikker som meditasjon, musikkterapi og massasje, urte- og kostholdsbehandling og mer spirituelle teknikker som f.eks. healing.

Kiropraktikk er nå i praksis en del av skolemedisinen, mens akupunktur kan anses å ligge i grenseland. Mange teknikker er ikke forskningsbaserte, men bygger på en abstrakt modell som kan stamme fra tradisjonell kinesisk medisin. Refleksologi, f.eks. fotsoneterapi, bygger på slike modeller.

Kostholdet

Kostholdet har fått mye oppmerksomhet i pressen. Særlig er det snakk om feilernæring av type B, det vil si feil sammensetning av maten. Dette har gitt opphav til uttrykk som «funksjonell mat» eller «nutraceuticals» som antyder at innholdsstoffene skal ha en farmakologisk effekt. Den velkjente kostholdsdiskusjonen om vegankost, steinalderkost, Atkins-dietten eller den gly-

kemiske indeksen bygger på matens hormonelle effekter.

Kosttilskudd er en stor bransje. Effekten av ulike stoffer er knapt klarlagt, men det er trolig positive effekter av omega-3 fettsyrer, magnesium og folat, men det er blandede resultater for f.eks. C-vitamin, antioksidanter og betakaroten brukt som kosttilskudd.

Naturpreparater og bivirkninger

Urter og naturpreparater kan ha virkninger, og derved også bivirkninger og interaksjoner med andre midler (se egen omtale av interaksjoner). Virkningsmekanismene kan berøre absorpsjon, fordeling, virkning, nedbrytning og utskillelse. Dette er skummelt farvann og vi kommer til å se bivirkninger av urter og naturpreparater, mente Stig Bruset.

Tekst og foto: Nils Roar Gjerdet