

Akupunkturo že dolga desetletja uvrščamo med komplementarne metode zdravljenja tudi v klasični zahodni – znanstveni medicini. Je del tradicionalne kitajske medicine (TKM), ki vključuje diagnostiki, nauk o vzrokih, nastanku in poteku bolezni ter razne metode zdravljenja. Poleg akupunkture so najbolj poznane metode zdravljenja v TKM: moksibustija (segrevanje), uporaba vakumskih kozarcev, akupresura, aurikuloterapija, kitajska medicinska masaža (tuina), refleksoterapija ter zdravljenje s kitajskimi zdravili in zelišči.

Za TKM značilno, da poskuša odpraviti vzroke, zaradi katerih so zdravstvene težave nastale. Njen glavni princip je celosten pristop k razumevanju človeškega telesa, ki vzpostavlja duševno in telesno zdravstveno ravnovesje. TKM temelji na obstoju medsebojno povezanih energijskih poti (meridianov), po katerih se pretakata kri in energija *qi*. Do bolezni pride zaradi blokad, ki jih povzročajo notranji in zunanji patogeni dejavniki na meridianih. S tem se poruši notranje ravnovesje v telesu.

Po principih zahodne – znanstvene medicine še ni povsem natančno raziskano in opisano, kako akupunktura in podobni postopki delujejo.

Akupunktura

Je metoda zdravljenja, kjer z uporabo igel (akupunktura) stimuliramo posebne točke na meridianih ali izven meridianov, ki so povezane z boleznijo. Točke se nahajajo po celem telesu. Ko za stimulacijo točk uporabljamo električni tok, govorimo o elektroakupunkturi.

Moksibustija – segrevanje

Je metoda zdravljenja, kjer kot sredstvo za stimulacijo točk uporabljamo toploto. Možna je souporaba z akupunkturo (segrevanje igel) ali pa samostojno segrevanje točk z različnimi pripomočki. Največkrat se za segrevanje uporabljajo posebne cigare narejene iz pelina (moksa). V sodobnem času jo pogosto nadomešča segrevanje oz. stimulacija točk s posebnim laserjem.

Vpliv na plod - nosečnost

Tradicionalno je veljalo, da je uporaba nekaterih točk v nosečnosti prepovedana. Sodobno in sedaj uveljavljeno stališče je, da je akupunktura v nosečnosti varna in učinkovita metoda zdravljenja. Terapevt sme uporabljati vse točke, ki so glede na razlog obravnave primerne. Izogibati se mora le nekaterih tehnik intenzivne stimulacije in elektroakupunkture na lokalnih in oddaljenih točkah, ki močno vplivajo na maternico.

Stranski učinki terapije

Splošni učinki

- Zaspčnost – lahko se zgodi, da boste med akupunkturo postali zaspani ali pa boste kar zaspali na terapevtski mizi. To je normalni odgovor na zdravljenje in največkrat kaže na prisotnost velike količine stresa in potrebe po počitku.
- Vrtoglavica, slabost, euforija – ti simptomi se največkrat pojavijo ob prvi terapiji z akupunkturo/akupresuro in so velikokrat posledica lakote, utrujenosti ali pretirane razburjenosti pred samim začetkom zdravljenja. Če se kateri izmed simptomov pojavi, morate o tem obvestiti zdravnika, ki se z vami ukvarja!
- Občutek težkih nog/rok – stimulacija določenih točk lahko povzroči, da noge/roke naenkrat ne boste mogli več dvigniti. To je samo stranski učinek delovanja igel in izzveni takoj, ko so igle odstranjene.

Zapleti zdravljenja

- Manjše krvavitve iz vbodnih mest in modrice – pri zabadanju igel lahko pride do krvavitve in pojava manjše modrice, ki izgine v nekaj dneh.
- Okužba na mestu vboda – je zelo redek pojav. Uporabljamo sterilne igle za enkratno uporabo iz kirurškega jekla.
- Alergija na kovino – zelo redka, ker so igle običajno narejene iz kirurškega jekla.
- Omedlevica, lahko z izgubo zavesti oz ortostatska disregulacija – je sicer redek pojav, mogoče je pogostejša v pozni nosečnosti. Včasih se zgodi, da se težave pojavijo, ko vstajate iz terapevtske mize: zato se najprej usedite in če ste dobro, vstanete. V pozni nosečnosti se slabost in omedlevica med terapijo najpogosteje razvije kot posledica pritiska noseče maternice na velike žile v trebuhu in s tem vpliva na krvni obtok. V kolikor občutite slabost ali začetne znake omedlevice, se morate obrniti na levi bok!
- Izredno hude bolečine ob direktni stimulaciji živca ali bolečinskih receptorjev – v kolikor nam o tem poročate, bolečino odpravimo enostavno z manjšim premikom ali izvlačenjem igle
- Mišične bolečine in krči – se pojavljajo predvsem pri zdravljenju mišične bolečine. Včasih ostanejo točke občutljive še nekaj ur po terapiji, čeprav so bile igle odstranjene. To je normalno. Če se pojavijo nove močnejše bolečine med ali po terapiji, o tem obvestite vašega zdravnika.
- Zagozdena igla – med terapijo se običajno vsaj malo premikate, kar povzroči spremembo položaja tkiv, v katera je zabodena igla in s tem je možno njeno zagozdenje. Poskus odstranitve je neprijeten, vendar ostanite mirni in poskusite predel, kjer je igla, sprostiti – z nežno manipulacijo igle jo bomo gotovo odstranili.
- Pozabljena igla – je verjetno najpogostejša komplikacija. Pogosteje se pojavlja ob obilici dela ali na redkeje uporabljenih točkah ali na skritih predelih telesa. Opozorite nanjo terapevta! Če to ugotovite doma, jo nežno izvlecite in na naslednji terapiji o tem poročajte zdravniku.
- Zlomljena igla – je bila pogostejša pri uporabi igel za večkratno uporabo, predvsem zaradi utrujenosti materiala. Danes uporabljamo kvalitetne igle za enkratno uporabo. Te se zaradi svoje prožnosti praktično ne zlomijo.
- Poškodba občutljivih struktur ob globokem zbadanju (pnevmotoraks, hematotoraks, ...) – tem zapletom se izognemo s poznavanjem točk, dobro anatomsko orientacijo in primerno tehniko ter globino zbadanja igel.
- Možni so tudi drugi zapleti – pogovorite se o njih z vašim terapevtom in presodita, ali je težava, ki jo občutite, lahko posledica terapije.

Mokso v nosečnosti najpogosteje uporabljamo za spodbuditev obračanja ploda iz medenične v glavično vstavo. Ta postopek se lahko izvaja od začetka 34 tedna pa do konca 36 tedna nosečnosti. V tem časovnem intervalu obstaja izredno majhna verjetnost za sprožitev prezgodnjega poroda, za razpok plodovih ovojev ali za spremembe v vzorcu plodovih utripov na CTG-ju. Najbolj neprijeten spremljajoči učinek terapije je vonj, ki ga ima moksa med gorenjem. Na mestu terapije lahko nastane rdečica in zelo redko povrhinja opekline. Med in po terapiji običajno opažam pojačanje in zvečanje števila tonizacij maternice. Pričakujete lahko, da se bo plod naslednjih 24 ur živahnejše gibal.

Postopek zdravljenja:

Pred vsakim zdravljenjem, nas bodo poleg aktualne težave zanimala še vaše splošno zdravstveno stanje, kronična obolenja, potek nosečnosti in druge povezane težave. S tem se bomo izognili nastanku posrednih zapletov, ki bi lahko nastali, v kolikor ne bi prejeli v zahodni medicini uveljavljanega zdravljenja in hkrati postavili diagnozo na osnovi TCM.

Po terapiji:

Pogosto bodo težave izzvenele že med zdravljenjem. Včasih se bo dogodilo, da se bodo težave po zdravljenju še stopnjevale, kar pa lahko smatramo kot ugoden znak na poti do ozdravitve. Po terapiji, se lahko pojavijo ali stopnjujejo tudi simptomi ki so opisani med stranskimi učinki. Pomembno je, da se po terapiji spočijete in morda popijete kozarec vode več, kot običajno. Po terapiji lahko pride do sprememb v apetitu, spanju in čustvenem stanju, pa tudi v vzorcih odvajanja blata in vode. Ti simptomi so posledica delovanja terapije («odpiranja meridianov») in navadno izzvenijo v 24 – 48 urah.