

# Akupunktur og kroniske smerter

Elsebeth Lægaard

## STATUSARTIKEL

Dansk Medicinsk Selskab  
for Akupunktur

Akupunktur bruges af den danske befolkning. Nu er der kommet en opgørelse, der sammenholder udgifterne til akupunktur med udgifterne til vanlig behandling for kroniske smerter.

Kronisk smerte er et stort problem i samfundet og for den enkelte. Kroniske smerter er smerter, der har varet ud over den normale ophelingstid efter skade [1]. 19% af den danske befolkning har smerter af over seks måneders varighed, og der er større sygefravær og større forekomst af ophør med arbejde blandt personer, der har kroniske smerter, end blandt baggrundsbefolkningen [2].

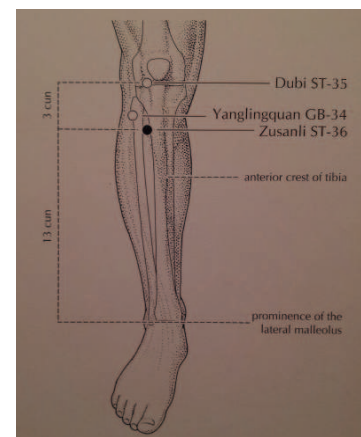
I oktober 2012 publiceredes et systematisk review af de økonomiske aspekter af akupunktur til kroniske nonmaligne smerter [3]. Ved en omfattende søgning fandt man 148 studier, hvoraf otte opfyldte inklusionskriterierne. Kriterierne var publicering på engelsk, akupunktur med kontrolgruppe i et randomiseret kontrolleret design og økonomisk evaluering, kroniske smerter samt akupunktur i form af nåleindstik. De otte studier var tyske, engelske og italienske. Til den økonomiske vurdering blev der brugt en tjekliste på 35 punkter, der normalt bruges af BMJ. I opgørelsen indgik der kroniske lændesmerter, osteoartritissmerter, kroniske nakkesmerter, dysmenoré og hovedpine. Andre systematiske reviews har vist en smertelindring over kort tid ved akupunktur til lændesmerter, osteoarthritis i knæ samt hovedpine. Der er langvarig effekt (6-12 mdr.) ved akupunktur til knæsmarter og kronisk hovedpine. For lændesmerter er data for langvarig effekt inkonsistente [3].

I Tyskland er der siden 2006 givet forsikringstilskud til akupunktur ved kroniske smerter i lænden og i knæene. I England anbefaler de nationale guidelines praktiserende læger at give et sæt akupunkturbehandlinger (op til ti behandlinger over op til 12 uger) til patienter med vedvarende kroniske lændesmerter. Det beskrevne systematiske review konkluderer, »at akupunkturintervention er omkostningseffektiv sammenlignet med rutinebehandling«. Forfatterne anfører, at der var variationer mellem de tre lande og variationer i de udøvende akupunktørers uddannelse og erfaring.

Kroniske smerter er en kompleks tilstand med sociale, biologiske og psykiske aspekter [1], og behandlingen heraf er en krævende opgave for sundhedsvæsenet. Patienter med kroniske smerter har desuden ofte problemer med depression, træthed, søvn, fordøjelse,

Punktet ST 36 er meget velegnet til både smertelindring og behandling af *fatigue*.

Kilde: [4].



hukommelse m.m. Der foreligger ikke konklusive undersøgelser om akupunktur og depression, men der er påbegyndt en sådan undersøgelse på baggrund af tidligere positive resultater. Desuden ses effekt af akupunktur til *fatigue* hos patienter med cancer og utilstrækkelig effekt af akupunktur til søvnproblemer.

Med det beskrevne systematiske review om akupunktur og kroniske smerter in mente er det værd at overveje i højere grad at inddrage akupunktur i behandlingen af patienter med kroniske smerter. Udarbejdelse af retningslinjer for brug af akupunktur i almen praksis til patienter med smerter kunne være en god start. Måske er det værd at inddrage akupunktur til behandling af depression, træthed m.m., som patienter med kroniske smerter også plages af; relevansen af det sidste vil fremtiden vise. Under alle omstændigheder er akupunktur vellidt blandt patienterne, det tåles godt, der meldes generelt om meget få bivirkninger, der er ikke interaktioner med øvrig medicin, og så er akupunktur omkostningseffektivt til behandling af kroniske smerter.

**KORRESPONDANCE:** Elsebeth Lægaard, Svanholm Alle 2, 4050 Skibby. E-mail: el@svanholm.dk

**INTERESSEKONFLIKTER:** Forfatterens ICMJE-formular er tilgængelig sammen med artiklen på Ugeskriftet.dk

## LITTERATUR

1. Jensen TS, Dahl JB, Arendt-Nielsen L, red. Smerter, baggrund, evidens og behandling 2. udg. København: FADL's Forlag, 2009
2. www.si-folkesundhed.dk
3. Ambrósio EM, Bloor K, MacPherson H. Costs and consequences of acupuncture as a treatment for chronic pain: a systematic review of economic evaluations conducted alongside randomised controlled trials. *Complement Ther Med* 2012;20:364-74.
4. Deadman P, Al-Khafaji M, Baker K. A manual of acupuncture. Hove: Journal of Chinese Medicine Publications, 2007.