

# ØREAKUPUNKTUR VED ABSTINENSBEHANDLING

AF LARS WIINBLAD, SYGEPLEJERSKE, OG JENS FRYDENLUND NIELSEN,  
SPECIALLÆGE - ILLUSTRATION: MIKKEL JUUL

Tidsskrift for sygeplejersker nr 37, 11. september 1998, side 26.

Øreakupunktur er et effektivt og billigt supplement til den eksisterende behandling af narkomaner, alkoholikere og medicinafhængige. En undersøgelse af øreakupunktur til alkoholikere viste, at halvdelen gennemførte afvænningen med øreakupunktur, mens ganske få procent gennemførte i kontrolgruppen. En række undersøgelser dokumenterer, at undersøgelsen også giver gode resultater i behandlingen af narkomaner.

Øreakupunktur til medicinafhængige, opiatmisbrugere og alkoholikere har slået an mange steder i verden som en bivirkningsfri behandling med overraskende gode resultater. Med metoden acudetox (akupunktur detoxification) kan mange klienter nås for få midler. Acudetox blev udviklet i begyndelsen af 1970'erne af den amerikanske psykiater *Michael Smith* og den engelske akupunktør og fysioterapeut *John Tindall* på baggrund af erfaringer fra Hong Kong, hvor man med succes havde behandlet narkomaner for abstinenssymptomer med akupunktur (1). Kropsakupunktur har været kendt i Kina i omkring 5.000 år. Øreakupunktur, som er den specielle form for akupunktur, der vil blive beskrevet her, blev til gengæld udviklet af den franske læge *Paul Nogier* i 50'erne. Mange af de patienter, der mødte op i Dr. Nogiers konsultation, havde brændsår på ørerne. Af patienterne erfarede Paul Nogier, at de alle havde konsulteret en lokal naturlæge på grund af rygsmerter eller iskiasproblemer. Naturlægens behandling havde hjulpet dem. De var nu smertefrie. Derfor begyndte Paul Nogier nu systematisk at undersøge patienter med forskellige sygdomme og opdagede, at de havde ondt i Øret på bestemte steder i relation til forskellige lidelser. For eksempel smerter i knæ, albue, ryg med mere. Han fandt ud af, at hver legemsdel var repræsenteret et lokalt sted i øret.

Inden for misbrugsbehandlingen er øre-akupunktur noget nyt i Europa. Det har vundet udbredelse i omkring 20 forskellige lande, og reaktionerne er positive. Metoden er standardiseret og enkel. Alle behandlere kan relativt let lære at anvende teknikken, og lige efter uddannelsen kan de begynde at udøve behandlingen.

## De fem punkter

Ved acudetox-behandling benyttes primært fem veldefinerede akupunkturpunkter. For en god ordens skyld beskrives og illustreres placeringen (Se figur 1).

1. *Sympaticus* kaldes det første punkt, som er lokaliseret til helix inde under ørets kant. Punktet lokaliseres ved at følge overkanten på crus inferior, og nålen placeres i indersiden af helix under Ørets kant.
2. *Shen Men* er det andet punkt. Dette punkt findes ved at forestille sig en lodlinie, der går gennem ørets højeste punkt ned gennem antitragus og ned til øreflippens nederste punkt. Punktet findes der, hvor fossa triangularis' spids rammer lodlinien.
3. *Nyren*, det tredje punkt, findes på lodlinien på under crus inferior. Nålen placeres på overgangen mellem crus og bunden af øret. Den kommer til at pege ud i en 45 graders vin kel.
4. *Lungen*, det fjerde punkt findes på lodlinien i ørets bund (Cavum conchae) lige under og ud for antitragus.
5. *Leveren*, det femte punkt, findes ved at forlænge crus helix frem til kanten af antihelix, hvor nålen placeres nogle millimeter over en imaginær forlængelse af crus' overkant. Nålen skal stå vinkelret ud fra øret.

## Punkterne i kinesisk medicin

1. *Sympaticus* påvirkning fremmer afslapning. Anvendes ved forstyrrelser i både det sympatiske og parasympatiske i nervesystem. Har en stærk smerte lindrende og afslappende virkning på de indre organer. Dilaterer blodkar.
2. *Shen Men*: afslappenede virkning. Regulerer excitation og inhibition af den cerebrale cortex. Anvendes ved neuropsykiatriske tilstande.
3. *Nyren* renses for toksiner. Styrker hjernen, det hæmatopoetiske system og nyrerne. Anvendes ved neurasteni, træthed og hovedpine. Nyrerne anses i traditionel kinesisk medicin indeholdende den grundliggende energi og opbevarer ying, styrer modenhed og udvikling i kroppen. Nyren har ansvaret for skelettet, tænderne og hovedets hår. Mentalt repræsenterer nyren tillid, venlighed og viljestyrke.
4. *Lungen* renses for toksiner. For analgesi, sveden og åndedrætsproblemer. Lungen styrer kropsenergien (qi). Påvirker endvidere følelserne: inspiration, kreativitet og intuition.
5. *Leveren* renses for toksiner. Anvendes ved hepatit, anæmi, neuralgi, muskelspasmer og øjenbesvær. Leveren styrer den frie strøm af qi og blodet, justerer og harmoniserer følelserne. Påvirker følelserne: accept og venlighed.

*De fem punkter, der benyttes ved akupunkturbehandling mod abstinenser, er:*

*Øverst til venstre: Sympaticus - afslappende og smertelindrende, dilaterer blodkar.*

*Øverst i midten: Shen Men - virker afslappende.*

*I midten: Nyren - renses for toksiner. Mod neurastheni, træthed og hovedpine.*

*Nederst: Lungen - renses for toksiner. For analgesi, sveden og åndedrætsproblemer.*

*Yderst til højre: Leveren - renses for toksiner. Ved hepatit, anæmi, neuralgi, og øjenbesvær.*

## **Dæmper abstinenser**

Det tager en trænet person et par minutter at sætte de ti nåle. Efter ganske få minutter kan de fleste patienter beskrive en let brændende og prikkende fornemmelse i ørerne ledsaget af en varmek fornemmelse, som om man får røde ører.

Patienterne begynder at slappe af. Mange oplever, at de bliver i stand til at udholde deres kaotiske tankegang. Angstniveauet mindskes. Hos flere patienter kan angsten forsvinde i flere timer op til halvandet døgn efter behandlingen. Ofte glider øjnene ubemærket i, og

en del falder i søvn efter 10 til 15 minutter. De psykiske abstinenssymptomer, herunder angst, der er karakteristisk ved benzodiazepinnedtrapning, mindskes.

Dernæst mindskes en lang række fysiske symptomer. I denne sammenhæng kan nævnes rysten, sveden, muskelkramper, kvalme, smerter, kuldefølelse og takykardi.

Relativt hurtigt kan en del patienter fortælle, at deres nattesøvn er blevet mere stabil. På psykiatriske afdelinger, hvor narkomaner behandles, oplever man, at narkomaner foretrækker acudetox om aftenen i stedet for hypnotika. aggressionstærsklen mindskes. Patienterne bliver mindre irritable, og som følge heraf ses bedre samarbejde. Spontant nævner flere, at stoftrangen mindskes. Frekvensen af panikanfald mindskes tillige. (Figur 2.) Om bivirkninger kan anføres, at selv langtidsundersøgelser ikke har fundet signifikante problemer. Der findes ingen rapporter om infektioner eller længerevarende komplikationer. Enkelte patienter oplever metoden som ubehagelig smertefuld.

### **Godt supplement**

Metoden har vist sig at gå godt i spænd med andre behandlingsformer. Acudetox påvirkes ikke af medicinsk behandling. Narkomaner, der er eller har været i akupunkturbehandling, er betydeligt mere motiverede til at følge en anden behandling. De strukturerer deres dag bedre, begynder at holde aftaler og møder op til samtaler hos deres behandlere.

Acudetox påvirker klienternes mentale balance. Aggression mindskes. Evnen til at tænke klart bedres. Depressive symptomer mindskes. Acudetox er derfor ofte det første skridt videre mod andre tilbud og social rehabilitering.

Det har vist sig, at narkomaner i acudetoxbehandling har signifikant lavere kriminalitetsrecidiv. Dette har gjort acudetox populært på behandlingsinstitutioner og i fængsler. Det erforeksempel i dag forsikringsselskaber, der er med til at sponsorere denne behandling i USA.

I flere amerikanske stater er acudetox-behandling et alternativ til fængsel, fortalte den amerikanske dommerjeffreytauber på en konference i 1997.

Et acudetox-program kædet sammen med strenge krav om stoffrihed og kontrol benyttes med succes. 71 procent gennemfører behandlingen. Foreløbig har 69.000 narkomaner afsonet på denne alternative vis.

Nogle narkomaner begynder acudetox i forbindelse med metadonnedtrapning. Der beskrives klar sammenhæng mellem antal hospitalssengedage og acudetox. Narkomaner i akupunkturbehandling bruger det halve antal sengedage. For hospitaler er der tale om en bivirkningsfri og meget billig behandling. 5 til 8 kroner til nåle per gang.

## Videnskabelige undersøgelser

Ifølge WHO (verdenssundhedsorganisationen) er der i forbindelse med øreakupunktur ingen grund til særlige forbehold over for gravide. Netop gravide narkomaner er en gruppe, der responderer godt på acudetox. Mange nedsætter deres misbrug eller bliver stoffrie under graviditeten. Der beskrives øget fødselsvægt samt et signifikant fald i forekomsten af NAS (Neonatal Abstinens Syndrom) hos deres børn. Dette gælder for eksempel i Tyskland, hvor der er foretaget studier af gravide narkomaners respons på acudetoxbehandling. Disse resultater blev forelagt på den internationale NADA-konference, som fandt sted i Milano i oktober 1997. (NADA står for National Acupuncture Detoxification Association).

En af de mest refererede undersøgelser af acudetoxbehandling er *M. Bullochs* (2), som blev publiceret i 1987. Undersøgelsen omfattede kroniske alkoholikere med mindst 10 indlæggelser bag sig. Under behandlingen måtte de drikke, som de ville. 80 personer indgik i undersøgelsen, hvor halvdelen fik øreakupunktur. Den anden halvdel fik nålene sat ved siden af punkterne i øret, så kaldt sham-akupunktur (placeboakupunktur). I den første gruppe gennemførte 54 procent behandlingen mod kun 2,5 procent i den anden. 21 af de 40 gik videre til behandlingshjem i gruppe et mod én i gruppe to.

En af de første nøgleartikler om øreakupunkturer skrevet af *M.O Smith og L. Khan* i 1988 med titlen »An acupuncture programme for the treatment of drug-addicted persons« (3). Denne artikel beskriver 13 års erfaring med akupunktur som den primære behandlingsmetode til behandling af stofafhængige mennesker på Lincoln-hospitalet i New York City. Ambulatoriet modtager daglig 200 narkomaner til afgiftning. Akupunktur lindrer abstinenssymptomerne, forebygger stoftrangen og øger deltagelsesfrekvensen for patienter i langtidsbehandling. De bedste resultater opnås ved at behandle patienterne i en stor åben gruppe, hvor de behandles med øreakupunktur uden elektrisk stimulation. Det er de samme punkter, der anvendes ved hvert besøg, uanset hvilken type af stof personen er afhængig af. NADA har udviklet et vellykket behandlingsprogram for læger og andre behandlere ud fra traditionel kinesisk akupunktur, filosofi og teknik. Undervisningsprogrammet indeholder almindeligvis kurser i rådgivning, etisk ansvar og sterilisationsprocedure, der kan tilpasses lokale forhold. I en tredje artikel af *A.C. Brumbaugh* (4) fra 1993 med titlen »Acupuncture: new perspectives in chemical dependency treatment« beskrives brugen af øreakupunktur ved akut behandling af stofabstinenser. Behandlingen startede i Hong Kong i 1972. Selve akupunkturen yder patienten støtte, såvel i den akutte abstinensfase som i den efterfølgende fase ved at lindre de klassiske symptomer. Metoden er endvidere fundet anvendelig som en indgangsport til behandling eller rehabilitering uden for almindelige behandlingsinstitutioner, som for eksempel i fængsler eller i skure. Særlig virksom synes metoden at være over for behandlings resistente patienter samt overfor gravide

stofmisbrugere. Både forskningsresultaterne og behandlingsinstitutionernes statistikker viser, at akupunktur kan være et godt supplement til traditionel behandling af narkomaner.

I en fjerde artikel, skrevet af *A.M. Washburn* (5) og medarbejdere i 1993, »Acupuncture heroin detoxification: a single-blind clinical trial« - tages der udgangspunkt i den stigende forekomst af HIV-infektioner blandt unge stofmisbrugere. Den opfordrer derfor til, at der udvikles nye behandlingsmetoder til stofmisbrugere. Her peges der på afgiftning ved hjælp af akupunktur, der har vist sig at være både sikker og at blive accepteret af patienterne. I denne kontrollerede undersøgelse af virkningen af akupunktur ved heorinafgiftning randomiseredes ethundrede narkomaner til standard øreakupunktur eller til akupunktur på ikke-aktive punkter. Patienter, der modtog rigtig akupunktur, var betydelig mere nærværende i behandlingsforløbet sammenlignet med kontrolgruppen. Samtidigt viste undersøgelsen, at der var en sammenhæng mellem fremmøde og selvrapporeret misbrug, hvilket leder til en antagelse om, at narkomaner med et lettere forbrug fandt behandlingsmetoden mere anvendelig.

En femte artikel af *M.I. Gurevich* (6) fra 1996 »Is auricular acupuncture beneficial in the inpatient treatment of substance-abusing patients? A pilot study« beskriver, hvordan i alt 77 patienter blev tilbudt akupunkturbehandling. 30 sagde nej eller modtog mindre end fire behandlinger. 47 fik akupunktur mere end fem gange. Behandlingsgruppen fik det signifikant bedre end kontrol gruppen. Konklusionen er, et øreakupunktur er en billig handlingsmetode, der er let at anvende og giver signifikante resultater.

### *Litteratur*

1. Wen, H. et al. Treatment drug addiction by acupuncture and electrical stimulation. *Asian Journal of Medicine* 1973;9:138-141.
2. Bullock, M et al. Acupuncture treatment of alcohol recidivism: a pilot study. *Alcoholism: clinical and experimental research* 1987;11(3):292-295.
3. Smith M.O. & Khan I. An acupuncture progame for the treatment of drugaddicted persons *Bull Narc* 1988;40(1):35-41.
4. A.G. Brumbaugh AG. Acupuncture: new perspectives in chemical dependency treatment. *Subst Abuse Treat.* 1993;10(1):35-43.
5. A.M. Washburn AM. et al. Acupuncture heroin detoxification: a single-blind clinical trial. *J Subst Abuse Treat.* 1993;10(4):345-351.
6. M.I. Gurevich MI. Is auricular acupuncture beneficial in the inpatient treatment of substance abusing patients? A pilot study. *J Subst Abuse Treat.* 1996;13(2):165-171.

*Lars Wiinblad er sygeplejerske og Jens Frydenlund Nielsen speciallæge i psykiatri på amtshospitalet i Nykøbing Sjælland.*

*Nøgleord. Abstinensbehandling, akupunktur, øreakupunktur.*

**FIGUR 2. EFFEKT AF ØREAKUPUNKTUR**

Det vegetative nervesystem påvirkes af øreakupunktur. Undersøgelser har vist, at akupunktur aktiverer og med lang række stoffer frigives i kroppen. Blandt disse stoffer kan blandt andet nævnes adrenalin, noradrenalin, endorfiner, serotonin og histamin.

Akupunktur har en regulerende funktion på fysiologiske balancer. Metoden giver smertelindring og sedering. Disse symptomer har relation til abstinensbehandling.

**FYSISKE SYMPTOMER**

*Akupunktur øger  
søvnkvaliteten*

*Akupunktur nedsætter  
rysten sveden  
muskelkrampe tarmproblemer  
smerter hovedpine  
hjerterefrekvensen spyttsekretion  
kvalme kuldefølelse  
snue medicinbehov  
stress*

**PSYKISKE SYMPTOMER**

*Akupunktur øger  
motivation samarbejde  
positiv adfærd afslapning  
bevidsthed om følelser  
fokuseret tænkning  
udbytte af anden behandling*

*Akupunktur nedsætter  
uro aggression  
stoftrang panikanfald  
søvnløshed depression  
mareridt irritabilitet  
nikotinbehovet appetit  
alkoholtrang*

