

Blå Kors
Behandlingshjem & Ambulatorium
Taastrup

Forsøgsprojekt

Øreakupunktur
&
Alkoholbehandling

Projektleder: Alkoholbehandler, ergoterapeut Klaus Weltzer

Resume:

Som alkoholbehandler på Blå Kors Behandlingshjem og Ambulatorium, Taastrup (BKT) ønskede jeg at undersøge, hvilken gunstig effekt øreakupunktur har på drikke-trang, indre uro, søvnforstyrrelse og initiativløshed for klienter med et alkoholmisbrug. Forsøgsprojektet blev afviklet i forlængelse af den daglige behandlingstid og omfattede døgnindlagte klienter, der ønskede at deltage.

Forsøgsprojektet påbegyndtes i juni måned 1999 og afsluttedes i april måned 2000 og omfattede i alt 24 personer. Det forløb i alt over 3 perioder á 6 uger - i juni/juli 1999, januar/februar 2000 og marts/april 2000 - og var opdelt i to faser – Fase 1 og Fase 2, hver af tre ugers varighed. I Fase 1 fik projektdeltagerne øreakupunktur 3 x ugentlig og i Fase 2 fik de det 1 x ugentlig.

Deltagerne besvarede anonymt samme spørgeskema tre gange (spørgeskema I, II, III) – henholdsvis ved projektets begyndelse, efter Fase 1 og Fase 2. Deltagerne gav i besvarelserne generelt udtryk for, at de havde profiteret af øreakupunkturen og specifikt, at det gav dem mere ro og hjalp dem til at slappe af og undgå drikke-trang.

Øreakupunktur har vist sig at være velegnet til abstinensbehandling ved afhængighed af alkohol, euforiserende stoffer og medicin. Bullock, M. L. m. fl. (1) har i The Lancet 1989 med en kontrolleret undersøgelse med scam-akupunktur påvist, at øreakupunktur er velegnet til alkoholbehandling. Verdens sundhedsorganisationen WHO (3) har udgivet en liste over sygdomme, der med effekt kan behandles med akupunktur.

På baggrund af Hong Kong-lægen H.L. Wens arbejde, udviklede Dr. Yoshiaki Omura og Dr. Michel O. Smith fra Lincoln Hospital, South Bronx, New York City (9) i 1974 en øreakupunktur-metode, der skulle vise sig at være særdeles effektiv i behandlingen af heroinmisbrugere. Metoden, der nu kaldes Acudetox (Acupuncture detoxification), omfatter 5 øreakupunktur-punkter, viste sig også effektiv ved behandling af alkohol- og medicinmisbrugere. Dr. Michael Smith grundlagde siden *the National Acupuncture Detoxification Association* (NADA) med det formål at videregive en standardiseret akupunktur-metode til abstinensbehandling ved afhængighed af alkohol, euforiserende stoffer og medicin.

Acudetox anvendes på klinikker, hospitaler, behandlingshjem og fængsler rundt om i verden og siden 1989 også i de fleste europæiske lande.

I Sverige anvendes Acudetox på flere psykiatriske afdelinger og adskillige forsknings- og evalueringsprojekter er iværksat med den svenske Socialstyrelses støtte. Acudetox, der er beskrevet i *Sygeplejesken* 37/98, anvendes nu også i Danmark på flere hospitaler og behandlingssteder ved behandling af såvel medicin- som alkohol- og narkomisbrug. Undersøgelser af effekten ved Acudetox øreakupunktur i alkoholbehandling har vist sig meget positive, og er blandt andet beskrevet af Bullock m. fl.

Projektet

Efter at have gennemgået uddannelse i Acudetoxmetoden og læst en del undersøgelser og litteratur om abstinensbehandling med øreakupunktur, ønskede jeg at afprøve den på BKTs klienter og undersøge metodens effekt.

Forsøgsprojektet omfattede i første omgang døgnindlagte klienter og blev afviklet i forlængelse af den obligatoriske behandling. Lægekonsulent, overlæge Nicolas Hasle, speciallæge i psykiatri, var lægelig ansvarlig for forsøgsprojektet.

Formål

Ved at afprøve Acudetoxmetoden som supplement til de allerede eksisterende behandlingstilbud på BKT, ønskede jeg at få viden om og erfaring med metoden samt undersøge, hvilken effekt den har på projektdeltagernes

- *drikketrang*
- *indre uro*
- *søvnforstyrrelser*
- *initiativløshed.*

Tid

Projektet strakte sig over en periode på 6 uger og foregik i 2 faser, hver af 3 ugers varighed. Fase 1, med 3 x øreakupunktur ugentligt, Fase 2, med 1 x øreakupunktur ugentligt.

Bullock m. fl. påpeger, at intensiv behandling med øreakupunktur op til 5 gange ugentligt, der gradvis aftrappes, giver størst effekt. Det var imidlertid ikke praktisk muligt ved dette forsøgsprojekt, der blev afviklet i forlængelse af det eksisterende behandlingsprogram for ikke måtte gribe forstyrrende ind i dette.

Sted

Deltagerne sad uforstyrret i samme lokale, og de måtte ikke drikke kaffe eller ryge, mens de sad med akupunktur nålene. Ifølge Traditionel Kinesisk Medicin betragtes sygdomme som ubalance i meridiansystemet, og behandlingen, der går ud på at genoprette balancen, bør ikke forstyrres af andre stimulanser.

Metode

Deltagerne desinficerede ørerne med sterile vådservietter, fik isat akupunktur nålene, og sad med dem i ca. 40-50 minutter. Der anvendtes sterile engangsnåle af 13 mm x 0,20. Med et deltagerantal på 6 – 10 personer, tog det ca. en time.

Der benyttes 5 akupunktur-punkter i hvert øre: *Sympaticus, Shen men, Lever, Lunge og Nyre.*

Deltagerne

24 personer deltog vederlagsfrit og frivilligt i forsøgsprojektet med 6 i juni/juli 1999, 10 i januar/februar 2000 og 8 i marts/april 2000. De blev informeret såvel skriftligt som mundtligt om projektet. Alle deltagere var ved projektets begyndelse døgnklienter og fulgte sideløbende det obligatoriske behandlingsprogram.

De 24 deltagere fordelte sig med 10 kvinder og 14 mænd i alderen fra 35 - 57 år og

- *10 mænd og 1 kvinde havde haft et alkoholmisbrug i mere end 20 år*
- *3 mænd og 5 kvinder havde haft et alkoholmisbrug mellem 10-20 år*
- *4 kvinder havde haft et alkoholmisbrug mellem 5-10 år*
- *1 mand havde haft et alkoholmisbrug mellem 1-5 år.*

Spørgeskema

Projektdeltagerne besvarede det samme spørgeskema tre gange. Spørgeskema I inden projektets begyndelse, spørgeskema II ved afslutningen af Fase 1 og spørgeskema III ved afslutningen af Fase 2. Alle besvarelser var anonyme.

Resultat af spørgeskemaer

Besvarelserne af spørgeskemaerne kan ses i Figur 1 – 5.

Tallene i rubrikkerne Før, Fase 1 og Fase 2 viser, hvordan svarene fordelte sig i henholdsvis spørgeskema I, II og III.

3 projektdeltagere ophørte før projektets afslutning:

- 1 på ferie,
- 1 påbegyndt arbejde
- 1 ønskede ikke at deltage længere

Da besvarelserne viser en generel forbedring på samtlige parametre efter Fase 1 og Fase 2, fokuseres udelukkende på besvarelserne mellem 8-10, der betragtes som værende meget tilfredsstillende.

I hvilken grad føler du:

A Drikketrang 1...2...3...4...5...6...7...8...9...10

Tænker kun på
alkohol, medicin
eller stoffer

Slet ingen trang
til alkohol, medicin
eller stoffer

Drikketrang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
FØR		1	3	2	2	2	4	7	1	2
FASE 1					2		3	2	7	9
FASE 2					1			4	8	8

Figur 1

Til spørgsmål A om drikketrang svarede 10 ud af 24 deltagere ved projektets begyndelse mellem 8-10. Allerede efter Fase 1 svarede 18 deltagere mellem 8-10. Efter Fase 2 svarede 20 mellem 8-10, hvilket er en fordobling og svarer til, at 83% af samtlige deltagere ved projektets afslutning ingen drikketrang har mod 41,5% ved dets begyndelse.

B Uro

1...2...3...4...5...6...7...8...9...10

Kraftig uro

Helt rolig

Uro	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
FØR	1		1	3	6	3	4	4	1	1
FASE 1				1	3	3	3	6	4	3
FASE 2			1	1			2	5	8	4

Figur 2

Til spørgsmål B om uro svarede 6 ud af 24 deltagere mellem 8-10 ved projektets begyndelse. Efter Fase 1 svarede 13 mellem 8-10 på skalaen, mens der var 17 efter Fase 2. Dette svarer til, at ca. 70% af deltagerne ved projektets afslutning følte sig roligere og mere afslappede efter at have modtaget øreakupunktur, mod 25% ved dets begyndelse.

C Søvn 1....2....3....4....5....6....7....8....9....10
Sover meget dårligt Sover godt

Søvn	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
FØR	4		1		5	2	4	4	1	3
FASE 1			1		1		3	7	4	7
FASE 2			1	1			2	5	4	8

Figur 3

Til spørgsmål C om søvnen svarede 8 deltagere mellem 8-10 ved projektets begyndelse. Efter Fase 1 svarede 18 mellem 8-10, mens 17 svarede mellem 8-10 efter Fase 2. Dette svarer til, at 70% af deltagerne sov godt ved projektets afslutning, mod 33% ved det begyndelse.

D Initiativ 1....2....3....4....5....6....7....8....9....10
Gennemfører ikke hvad jeg beslutter Gennemfører hvad jeg beslutter

Initiativ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
FØR	1		2	3	2	5	2	7	1	1
FASE 1					1	5	1	3	10	3
FASE 2		1		1			1	11	4	3

Figur 4

Til spørgsmål D om initiativ svarede 9 deltagere mellem 8-10 ved projektets begyndelse. Efter Fase 2 svarede 18 mellem 8-10. Dette viser, at dobbelt så mange, nemlig 75% af samtlige deltagere var blevet mere initiativrige og gennemførte, hvad de besluttede, mod 37,5% ved projektets begyndelse.

I hvilken grad synes du øreakupunktur har hjulpet dig?

(gælder kun for Fase 1 og Fase 2)

E 1....2....3....4....5....6....7....8....9....10
Slet ikke hjulpet Hjulpet meget

Gavn	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
FASE 1		1		1	2	7	4	2	5	1
FASE 2	1				2	1	1	7	2	7

Figur 5

Til spørgsmål E om øreakupunktur har hjulpet svarede 8 deltagere mellem 8-10 efter Fase 1. Efter Fase 2 svarede 16 deltagere mellem 8-10. Det svarer til, at 76% af de der gennemførte, eller 66% af samtlige deltagere, syntes at øreakupunktur gavtede og hjalp dem meget.

Som nævnt defineres besvarelser mellem 8-10 på skalaen som værende meget tilfredsstillende. Og som det kan ses, har mellem 70% (C) og 83% (A) af projektdeltagerne efter Fase 2 svaret mellem 8-10 på skalaen til samtlige spørgsmål, hvilket er en fordobling eller mere i forhold til projektets begyndelse.

Betragter man besvarelserne i sin helhed, tegner der sig en opadgående bevægelse på skalaen, hvor alle - på nær 1 - angiver en forbedring indenfor samtlige parametre, hvilket viser, at stort set alle projektdeltagere har oplevet en positiv effekt under øreakupunkturbehandlingen.

Deltagernes spontane bemærkninger

Evalueringen bygger udelukkende på spørgeskemaer. Men projektdeltagernes kommentarer under forløbet om behandlingen supplerer besvarelserne, hvorfor der er medtaget et lille udpluk

- *"I nat sov jeg 2 timer i træk i stedet for 1 time"*
- *"Jeg bliver helt rolig indeni, når jeg får nålene"*
- *"Jeg havde ondt i højre side i 10 min." (sagt af en med fedtlever)*
- *"Jeg fik pludselig en ny fornemmelse i hjertet"*
- *"Bliver døsigt - slapper af"*
- *"Jeg har ikke sovet så godt i mange år"*
- *"Sovet hele natten"*
- *"Ryger mindre - cigaretten smagte af metal"*
- *"Hovedpine forsvandt"*
- *"Slapper af"*
- *"Er rastløs"*
- *"Jeg føler især, at det har hjulpet mig med min vejrtrækning, jeg har tidligere brugt Bricanyl, Spirocort og Servent. Nu er det kun sjældent, jeg bruger Bricanyl."*
- *"Sover fantastisk godt. Det har jeg ikke gjort i over 20 år."*
- *"Har savnet nålene - roen"*
- *"Har glædet mig til at sidde i fred og ro"*
- *"Drømmer fantastisk"*
- *"Jeg er meget træt"*
- *"Spiser som en hest"*
- *"Det løsner i lungerne - hoster slim op"*
- *"Sved og urin lugter surt"*
- *"Kan mærke nyrerne om aftenen"*
- *"Inkontinens er ophørt"*
- *"Føler varme og ro"*
- *"Har ikke sovet så godt i mange år - siden 1984"*
- *"Drikkestrang aftager - mærker mere ro og varme i brystet"*

Konklusion

21 ud af de 24 projektdeltagere gennemførte hele akupunkturbehandlingen. De, der gennemførte oplyste, de havde profiteret godt af øreakupunkturen.

Eftersom der ikke var nogen kontrolgruppe, kan man ikke entydigt konkludere, at de positive besvarelser alene skyldes øreakupunktur, idet deltagerne under projektføreløbet samtidigt fulgte BKTs vanlige behandlingsprogram.

Deltagernes besvarelser og kommentarer i projektperioden viser, at de generelt mente at have profiteret af øreakupunkturen og mere specifikt oplevede, at den hjalp dem til at slappe af og dæmpe trangen til såvel alkohol som urodæmpende medicin samt til at blive mere initiativrige.

Ligeledes anså deltagerne øreakupunktur for at være et velegnet supplement til den allerede eksisterende behandling, hvilket er i tråd med resultater fra lignende undersøgelser. Denne undersøgelse har kun omfattet døgnindlagte klienter. Et næste skridt kunne være en undersøgelse, hvor en kontrolgruppe indgår og på længere sigt at undersøge metodens effekt på de af ambulatoriets klienter, der modtager antabusbehandling to gange om ugen. En undersøgelse over længere tid ville endvidere kunne vise om klienter, der bliver behandlet med øreakupunktur i højere grad forbliver total afholdende i forhold til de øvrige af BKTs klienter.

Blå Kors

Blå Kors Behandlingshjem og Ambulatorium, Taastrup (BKT), der ejes af Blå Kors Danmark, har driftsoverenskomst med Københavns Amt og er amtets intensive behandlingstilbud til dets borgere med alkoholproblemer.

BKT tilbyder differentieret behandling, og har 4 forskellige intensive behandlingstilbud af varierende indlæggelsestid og forskelligt psykoterapeutisk fokus, dog med et fælles element med motion, mental- og social træning og undervisning. Derudover er der tilbud om ambulante behandling i form af antabus og samtaler - ambulatoriet har åbent 2 x ugentligt for udlevering af antabus. Behandlingen evalueres fortløbende, og nye elementer og behandlingsmetoder afprøves.

Litteratur

1. Bullock, M. L. m. fl.: Acupuncture Treatment of Alcoholic Recidivism: A Pilot Study, *Alcoholism: Clinical and Experimental Research* vol. 11, no. 3 may/june 1987
2. Bullock, M.L. m.fl.: Controlled trial of acupuncture for severe recidivist alcoholism, *The Lancet* June 24, 1989
3. Frydenlund, J. & Wiinblad, I.: Øreakupunktur ved abstinensbehandling, *Sygeplejersken* 37/98
4. Frydenlund, J. & Wiinblad, I.: Øreakupunktur vinder frem i Europa, *Sygeplejersken* 37/98
5. Landgren, K.: Akupunkturkonferens i Milano, *Svensk Tidsskrift för Medicinsk Akupunktur* 2/98
6. Landgren, K.: NADA-seminarier Iuppsala och Stockholm, *Svensk tidsskrift for Medicinsk Akupunktur* 2/98
7. Singer, J.: An Analysis of Acupuncture Therapy for the Chemical Dependency and it's Struggle for Legitimacy, The State University of New York at Stony Brook, spring 1996
8. Smith, M. m. fl.: Akupunktur vid behandling av beroendetillstånd, oversat af Wahlström, S., NADA/Sverige 1998

9. Gurevich, M.I., m. fl.: Is Acupuncture Beneficial in the Inpatient Treatment of Substance-Abusing Patients? A pilot Study, Journal af Substance Abuse Treatment, vol. 13, no. 2, pp 165-171

Klaus Weltzer
Projektleder og alkoholbehandler
December, 2000