

Akupunktur ved allergi

Oddveig Birkeflet, akupunktør NAFO

Allergisymptomer som nysing og tett nese med vannaktig sekresjon, er plagsomt for mange mennesker gjennom vår og sommer sesongen. Hovne slimhinner i nesene kan hindre drenering fra bihulene og forårsake bihulebetennelse. Noen mister smak og luktesans, noen plages av røde, kløende øynene, og et fåtalls tilfeller utvikler astma.

I tillegg til den medisinske forklaringen av allergisk rhinitt, benytter klassisk akupunktur den Tradisjonelle Kinesiske Medisinske (TKM) kunnskapen, som mener at kroppen er et energisystem. Energisystemet kan komme i ubalanse og da utvikles det symptomer og lidelser.

Kroppens energisystem

Energibegrepet ivaretar et helhetssyn der mennesket betraktes som en del av den universelle helhet. Den enkelte legemsdel er en integrert del av hele mennesket, og hver del kan bare forstås i lys av sin sammenheng med helheten.

Energi er et samlebegrep som brukes om forandring, bevegelse, dynamikk og funksjon. Energi, blod og næring transporteres til alle deler av menneskekroppen gjennom blodårer og i et nettverk av energikanaler eller meridianer. Meridiansystemet balanserer energiene i kroppen og forsvaret kroppen mot ytre sykdomsfaktorer (patogene faktorer).

Meridianene forsøkes i vestlig medisin til å omfatte nerver og blodbaner og deres funksjoner. Meridianene forbinder kroppsområder og knytter seg til et organ som gir meridianen navn (for eksempel lungemeridianen). Ubalanse i meridianen vil kunne gi symptomer fra hele området den dekker.

Ubalanse

Ubalanse kan oppstå dersom det blir for lite energi i systemet, når energien stagnerer eller går feil vei. Ubalanse eller sykdom er de faktorer som forårsaker, vedlikeholder eller forverrer en lidelse.

Symptomutvikling avhenger av organismens motstandskraft og intensiteten av den patogene faktoren. Symptomer ved allergisk rhinitt fremkommer dersom en person med svekkelse bl.a. i lunge- og nyre-meridianenes energi utsetter seg for pollen (patogen faktor). Derfor er det ikke bare mengden pollen som avgjør intensiteten på plagene, men symptomene vil variere med hvordan det individuelle energinivået er.

Lungemeridianen som er i ubalanse ved allergi har flere funksjoner. En person med allergi kan derfor ha andre plager som følge av forstyrrelse i lungemeridianen.



Lungemeridianen er ansvarlig for pustingen, den styrer energisirkulasjonen i kroppen, gir hud og hår næring, og åpner nesene.

Lungeenergisystemet kan sammenlignes med immunforsvaret i det en god lungeenergi, en god forsvarsenergi, vil gjøre personen rustet mot angrep fra ytre patogene faktorer.

Ubalanse i lungeenergien gir svak forsvarsenergi, det kan gi disposisjon for infeksjoner, forekomst av spontan svette, nysing, hoste og nedsatt luktesans. Svak lungeenergi kan forårsake tretthet, svak stemme og andpustenhet, tørr og ru hud og et visst, tørt hår.

Årsaker til ubalanse eller svekkelse i lungemeridianen kan bl.a. være arv. Lungenes energisirkulasjon og respirasjonen kan hemmes av å sitte bøyd eller sammen-sunket over en pult, og ved utsettelse for ekstreme klimaforhold. Langvarig eller ubearbeidet sorg, tristhet og bekymring tapper lungeenergien over tid. Energien belastes ved for mye konsumering av meieriprodukter, samt kald og rå mat som medfører produksjon av slim i lungene. Mat med kald energi bør derfor begrenses ved symptomer på svak lungeenergi.

Kald mat er både det vi legger i begrepet kald mat, men innenfor TKM er matprodukter systematisert etter hvordan matvarens energi virker på kroppen. Mat med kald energi inkluderer bl.a. asparges, musling, tomater, hvete-kim, sukkerrør, krabbe, eggehvite og banan.

Lungeenergien kan imidlertid styrkes gjennom å inkludere i måltidene normale mengder vin, søt ris, sjampinjong, oliven, hvitløk, løk, pære, eple, drue, kanelpinne, koriander, tørr + fersk ingefær, honning og and.

Nyremeridianen har en særskilt viktig betydning innen TKM i det den styrer reproduksjon, fødsel, vekst og utvikling. Nyreenergien er dessuten viktig for den mentale funksjon, viljestyrken og for hørsel.



Når nyreenergien er i balanse er det stor vitalitet, seksuell styrke og fertilitet. God nyreenergi viser seg i en glansfull hårvekst, en sterk vilje og en kan fokusere på og jobbe hardt mot mål en har satt seg.

Hvis derimot nyreenergisystemet er svak vil det være mangel på vitalitet, infertilitet eller seksuell svakhet. Det kan være øresus, svak hørsel, tynt, skjørt og matt hår. Andre tegn på svak nyreenergi er dårlig hukommelse, treg tankegang, konsentrasjonsvansker, det er lett å miste motet og styres fra sine mål, svimmelhet, dårlig syn, skjøre ben, løse tenner. Hos barn ser en dårlig beinutvikling og vekst. Nyreenergien influerer på om vi føler oss lykkelige.

Årsak til ubalanse eller svekkelse i nyremeridianen kan skyldes arvelig faktor, mens elementer som frykt, angst, sjokk og kronisk sykdom bidrar til drenering. Nyreenergien svekkes naturlig ved aldring, men prosessen kan påskyndes ved både fysisk og psykisk overarbeid og for mye seksuell aktivitet. Med progressiv nedgang i nyreenergien kan derfor allergisk rhinitt utvikle seg i løpet av livet.

Nyreenergien kan styrkes og næres gjennom å tilføre kosten naturlige mengder med bl.a. and, blekksprut, bønner, drue, eggeplomme, fennikel, fårekjøtt, flesk, kanelpark, kryddernellik, sorte soyabønner, yamsrot og ål.

Balansering av energiene

Nyre- og lungeenergien kan balanseres og styrkes gjennom akupunkturbehandling, fornuftig kosthold og qigong (kinesiske helseøvelser).

Akupunkturbehandling av rhinitt skiller mellom sesong allergisk rhinitt og kronisk rhinitt.

Sesong allergisk rhinitt skyldes en antigen(plollen)-antistoff reaksjon i neselimplinnen, og behandlingen tilpasses derfor etter årstiden. Under pollen sesongen går behandlingen ut på å fjerne symptomene. Utenom pollensesongen behandles roten til ubalansen, hvor hensikten er å styrke lunge- og nyreenergisystemet. Den beste tiden til å gjøre dette, er faktisk mot slutten av sommeren og begynnelsen av høsten, dvs august, september og oktober.

Kronisk allergisk rhinitt er det dersom antigenene er støv, husstøv, midd, soppsporer, dyrehår, osv. Nesen er mer følsom for ikke spesifikke stimuli som røyk, parfymer osv. og symptomene er synlige hele året rundt. Behandlingsprinsippene tar derfor ikke hensyn til årstiden, men behandler både roten og manifestasjonene samtidig. Behandlingen er å styrke lunge- og nyreforsvarsenergisystemene.

Akupunktur

Energisystemet i kroppen styrkes ved å stimulere akupunkturpunkter langs meridianene. Meridianene forbinder hele kroppen. Derfor kan symptomer fra øyne og nese behandles via akupunkturpunkter på føttene, og andre symptomer og plager i meridianforløpet kan lindres.

Effekt

Kliniske studier har vist at akupunktur har effekt på allergisk rhinitt, astma og luftveislidelser.

Verdens Helse Organisasjon, WHO, har utarbeidet en liste over indikasjoner for akupunktur. Her nevnes lidelser i luftveiene slik som allergisk rhinitt, kronisk sinusitt, akutte symptomer på betente mandler og halsbetennelse (her anbefales også antibiotika), samt bronkial astma uten komplikasjoner.

Erfaring fra praksis viser at mange faktisk kan klare seg uten medisiner gjennom sesongen, og andre kan redusere medisinforbruket. Allergiplagene blir betydelig redusert, det oppleves mindre tretthet fordi energinivået økes og gir mer overskudd og velvære.

Informasjonsserien

Akupunktur noe for deg?

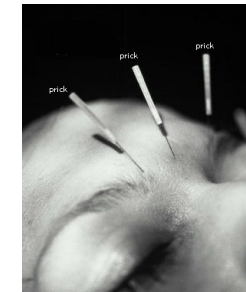
Akupunktur ved seteleie

Akupunktur ved allergi

Akupunktur ved infertilitet

Akupunktur i svangerskap, under fødsel og i barseltiden

Akupunktur ved hodepine og migræne



www.portalenhelse.no

Tlf.:95 12 52 93

Alfheim 28,
1384 Asker

Portalen
HELSE