

Akupunktur HJALP

Hodepinen forsvant helt

Plages du av hodepine og migrene og er gravid i tillegg, er det lite hjelp å få. Smertestillende medisiner er skadelig for fosteret, og graviditeten blir en slit-som tid. Akupunktur mot hodesmerter har hjulpet gravide Jeanette Pierron (23) og gjort henne helt smertefri.



HJEMMET-
REPORTASJE
Berit Fortun

—Jeg har hatt migrene siden jeg var ganske ung. Anfallene kom i forbindelse med menstruasjonen. Hodepine, lysskyhet og oppkast holdt meg i sengen noen dager hver gang. Anfallene ble lettere da jeg fikk smertestillende og forebyggende medisin mot migrene. Men det kunne jeg ikke ta da jeg ble gravid, forteller Jeanette Pierron.

Et smerte- helvete

Den første graviditeten gjennomgikk Jeanette for fem år siden. Hun tok ingenting mot den plagsomme hodepinen, som varte fra første til siste dag av svangerskapet. Det eneste hun fikk beskjed om av legen, var å drikke mye vann. Selvfølgelig til ingen nytte. Hodesmertene var uutholdelige. Etter at datteren var født og menstruasjonen kom tilbake, kom også migrenen med full styrke.

—Anfallene kom oftere. Da var det jo ikke så farlig

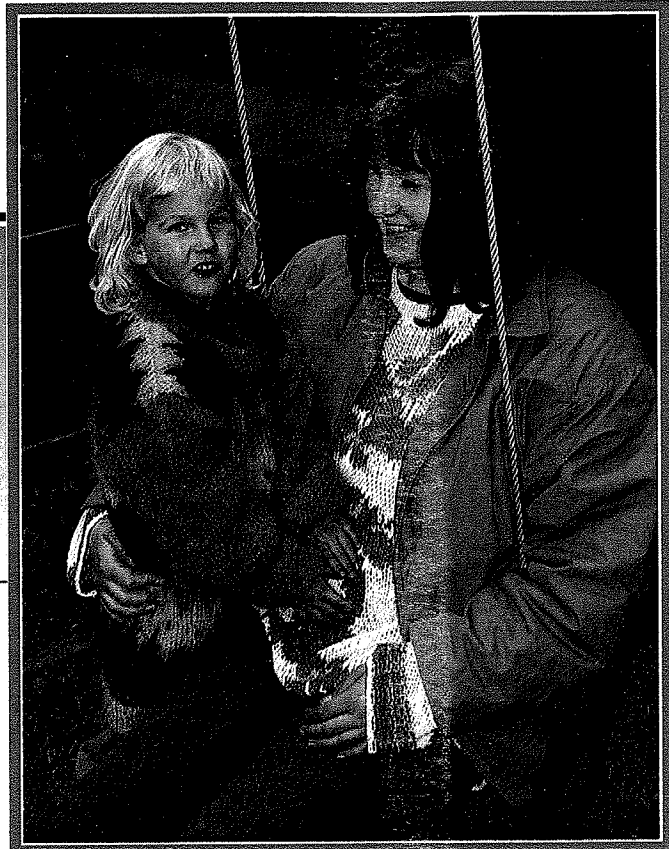
lenger, for jeg kunne igjen begynne å ta medisiner. Men helt bra ble jeg jo ikke.

—Hvorfor begynte du med akupunktur?

—Farmor hadde et et sår på leggen som ikke ville gro og gikk til akupunktur hos Oddveig Birkeflet på Balderklinikken. Det var hun som gjorde meg oppmerksom på at det er mulig å få akupunktur mot hodepine og migrene. Jeg har aldri trodd på akupunktur mot noe som helst. Men siden farmor insisterte på at jeg skulle gå og attpåtil betaler regningen hvis jeg gjennomfører behandlingen, satte Oddveig de første nålene i juni i fjor.

—I begynnelsen hjalp ikke nålene i det hele tatt. I juli oppdaget vi at jeg var gravid igjen. Hodepinen fra det første svangerskapet kom tilbake. Men så skjedde det rare: Etter syv behandlinger ble hodepinen helt borte. Siden har jeg ikke hatt antydning til smerter. Unntatt en gang, og det er også grunnen til at jeg tror på akupunktur:

En gang skulket jeg den ukentlige behandlingen. Da hadde jeg konstant hodepine hele uken frem til jeg skulle til behandling neste gang. Fra samme kveld den dagen Oddveig satte nålene, har hodepinen vært helt borte. Så nå går jeg til behandling én gang i uken frem til jeg skal føde. Sannsynligvis fortsetter jeg med akupunktur



—Jeg tror du har en liten rakkerunge inne i maven din, sier Ina til mamma Jeanette Pierron.

tur mot migrene etter fødselen, sier Jeanette Pierron.

Akupunktur hjelper

Oddveig Birkeflet ved Balderklinikken i Oslo har behandlet hodepine og migrene med akupunktur i flere år. Hun er offentlig godkjent sykepleier og medlem av Norsk Forening for Klassisk Akupunktur (NFKA).

—Da Jeanette kom til meg i juni, startet vi behandlingen mot migrene. Jeg satte nåler i galleblære-, lever- og tykktarmsmeridianene. I juli oppdaget vi at hun var gravid. Da måtte settingen av nåler endres. Hvis man setter en nål i blant annet tykktarmsmeridianen, kan fødselen bli satt i gang, så akkurat dette punktet sløyfer vi frem til fødselen er overstått. Jeanette reagerer veldig positivt på akupunktur, og har god nytte av behandlingen. Hun går regelmessig til svangerskapskontroll på helsestasjon.

—Hvorfor tar det tid før behandlingen hjelper?

—Hvor lang tid det tar før akupunktur hjelper, avhenger av helsetilstand, alder og hvor stor ubalansen i kroppens meridiansystem er. Hvis ubalansen har vart lenge, kan kroppen trenge tid på å omstille seg. Hvis en hodepine har vart i mange

år, som hos Jeanette, kan man trenge noen behandlinger før den slipper taket. I tillegg har Jeanette vært plaget av ryggsmarter med utstråling til det ene benet. Dette er også blitt mye bedre.

En av grunnene til at akupunktur hjelper mot smerte, er at vi ved å sette nålene på visse punkter på kroppen stimulerer kroppens produksjon av endorfiner, som er kroppens egne smertestillere. Det er svært viktig at akupunktøren er forsiktig med gravide, slik at behandlingen ikke setter i gang fødselen. Derfor er det få akupunktører som ønsker å behandle gravide. Det er helt nødvendig med spesiell kunnskap og lang erfaring for å behandle gravide kvinner, sier Oddveig Birkeflet. ♦



Akupunktør
Oddveig
Birkeflet gir
akupunktur
mot hode-
pine i svan-
gerskapet.



BALDERKLINIKKEN

Oddveig Birkeflet

Hvis du vil ha svar på spørsmål om alternative behandlingsformer, kan du skrive til:

Balderklinikken,
Familiebladet Hjemmet,
Postboks 5464 Majorstua, 0305
Oslo