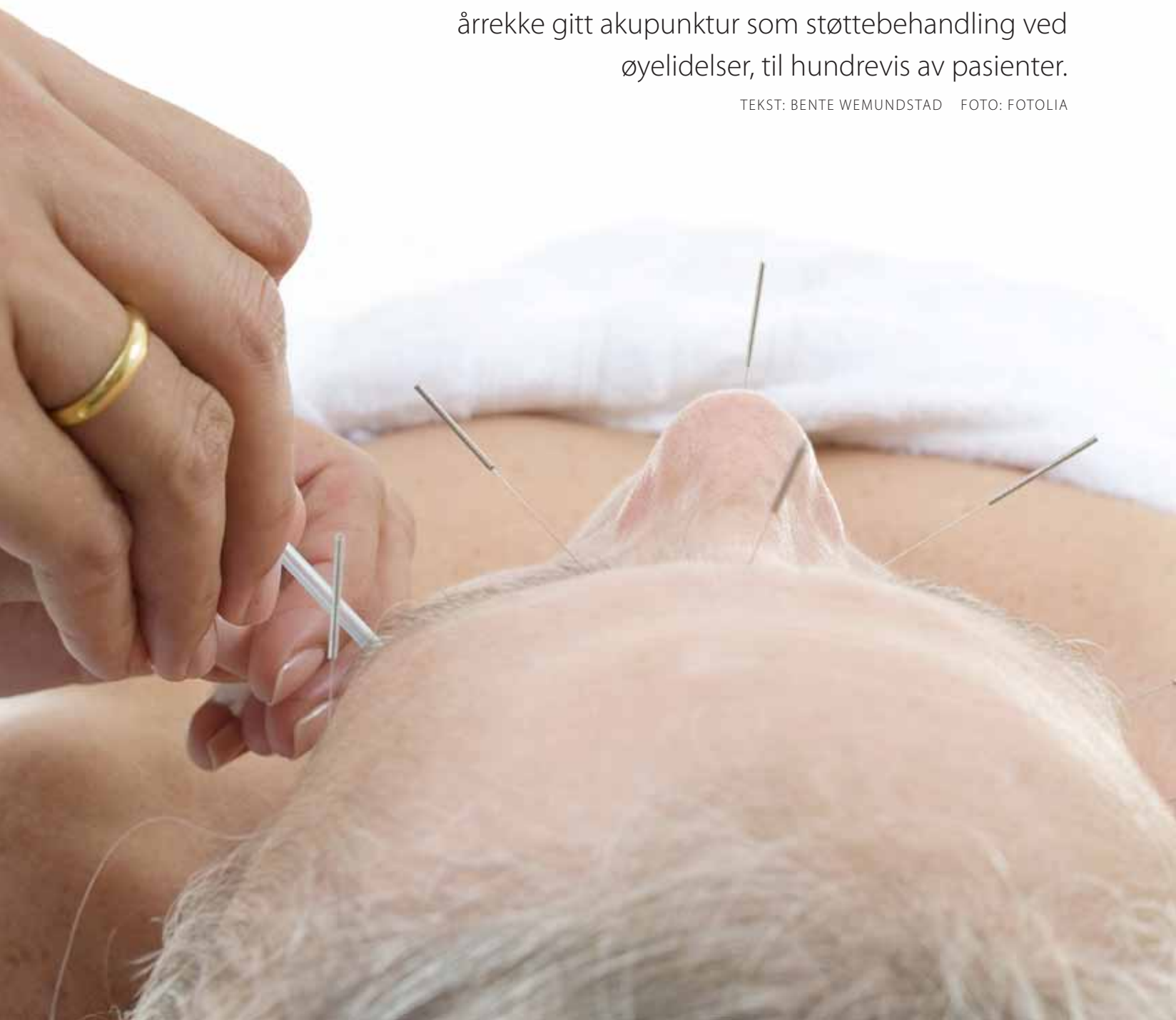


Akupunktur mot AMD

Erik Vinje Olbjørn og Ole Jørgen Frydenlund har i en årrekke gitt akupunktur som støttebehandling ved øyelidelser, til hundrevis av pasienter.

TEKST: BENTE WEMUNDSTAD FOTO: FOTOLIA



// Mange lidelser er det kun kinesisk medisin som hjelper mot, deriblant tørr AMD.

Professor Liang Lina

De to norske akupunktørene har vært i Kina en rekke ganger for å lære mer om tradisjonell kinesisk behandling av øyelidelser. På Eye Hospital i Beijing behandles godt over tusen pasienter daglig.

– I Norge er det slik at pasienten går til øyelegen som stiller diagnose og setter i gang behandling. Har du en øyelidelse som ikke krever rask behandling, slik som våt AMD, kan du risikere å måtte vente i behandlingsskø. Mange lidelser finnes det ikke hjelp for i vestlig medisin. Det gjelder blant annet tørr AMD. Også ved mange andre øyelidelser kan akupunktur være en god støttebehandling som gjør hverdagen lettere, sier Erik Vinje Olbjørn.

Svekket skarpsyn

Aldersrelatert macula degenerasjon (forkortet AMD) kalles på folkemunne «forkalkning på øyet». Macula – den gule flekk – er det lille området på netthinnen der skarpsynet sitter. Sykdommen starter med en såkalt tørr form. Ved tørr AMD dør nervecellene i den gule flekk og sentralsynet forsvinner. Prosessen går vanligvis svært langsomt. Sykdommen oppdages ved at det påvises fargeforandringer i macula og ujevn pigmentering i netthinnens cellelag.

Den tørre formen kan gå over i en våt form, der nye blodårer gror inn i de tørre flekkene. Blodårene kan blø og lekkvevsvæske inn i nervevevet. Ved våt AMD kan nervecellene bli ødelagt på få uker.

De tidligste symptomene er generelt redusert synsevne og begynnende leseproblemer. Skarpsynet og fargesynet blir gradvis dårligere, og det blir vanskelig å oppfatte små detaljer. Ved våt AMD vil rette linjer bli uregelmessige og skjæve. Dette kalles metamorfopsi eller forvandlet syn (bølgesyn). Det er kun sentralsynet som rammes, sidesynet vil holde seg normalt.

AMD kan ikke forebygges med noen kjent behandling, men en stor amerikansk undersøkelse har vist at en spesiell kombinasjon av svært store doser vitaminer kan minske risikoen for at tørr AMD går over i våt. Våt AMD kan behandles.

Selv om AMD-rammede ikke mister synet totalt, kan synstapet likevel oppleves som så omfattende at de ser på seg selv som blinde. For mange er tapet av lesesyntet hardt å forsones seg med. Lysømfintlighet kan også være et problem. De fleste opplever frustrasjon over at det ikke finnes

behandlingstilbud før sykdommen er gått over i den våte varianten.

Tolv års erfaring

Akupunktør Erik Vinje Olbjørn, som driver St. Olavs klinikk i Tønsberg, har flere hundre øyepasienter på listen. Noen av dem har gått hos ham siden han startet med denne behandlingen for tolv år siden. Ole Jørgen Frydenlund er akupunktør og daglig leder ved Balderklinikken i Oslo. Han har også jobbet lenge med behandling av øyelidelser og har opparbeidet seg god erfaring. – Ryktene går, så antall pasienter bare øker, kommenterer han.

Kinaturen i april dreide seg om å lære mer om diabetes og følgesykdommer på synet. Professor Liang Lina er deres lærer. Hun er utdannet innen både kinesisk og vestlig medisin. For henne er det en selvfølge å bruke urter og akupunktur i behandling av øyelidelser, mens den vestlige legekunnskapen kommer godt med i diagnostisering og kirurgi.

– Mange lidelser er det kun kinesisk medisin som hjelper mot, deriblant tørr AMD. Der kan ikke vanlige øyeleger gjøre annet enn å informere pasienten om at synet vil bli verre og tilslutt blir skarpsynet borte. Vår tradisjonelle medisin, som inkluderer akupunktur, gjør at man ikke får en forverring av synet, sier Liang Lina.

Fort og billig

Erik Vinje Olbjørn opplever det samme her hjemme. – Jeg har mange AMD-pasienter som er svært takknemlig for å slippe å bli verre. Vi ser også at flere får betydelig forbedring av synet. Noen har gått hos meg i alle de årene jeg har drevet med akupunktur mot øyelidelser, og ingen av dem har fått forverret synet i løpet av denne tiden.

Noe av kritikken fra vestlige medisinere har blant annet vært mangel på vitenskapelige studier. Kinesisk medisin er utprøvd og erfart gjennom fem tusen år, men er ikke godt dokumentert. Kineserne har imidlertid innsett viktigheten av bevismateriale, og har signalisert at flere store studier vil bli publisert i de neste årene.

De fleste som oppsøker Eye Hospital gjør det som sitt førstevalg. De som har forsøkt vestlig medisin kommer fordi det ikke virker mot deres synslidelse.

Minimodell

I Norge er det ikke tillatt med kinesisk urte-

behandling. – I Kina kan de gjøre så utrolig mye mer enn det vi har lov til her, sier Erik Vinje Olbjørn. Både Frydenlund og Olbjørn har fått stor kunnskap om urtebehandling av øyne, og rådfører seg med legene i Kina hvis de har pasienter de ser kan ha nytte av urtene.

– Vi skulle gjerne behandlet med urter også. Urtene kan bestilles fra andre europeiske land til eget forbruk, og jeg har allerede flere pasienter som gjør det, sier Olbjørn.

De to akupunktørene planlegger nå å starte en egen øyeklinikk i Norge. – Vi ønsker å knytte til oss en øyelege og optiker, for vi stiller ikke diagnoser. Akupunktur er kun støttebehandling, sier Erik Vinje Olbjørn som understreker at de ønsker å samarbeide for å gi pasienten optimal behandling.

– Drømmen er å lage en slags minimodell av øyesykehuset i Beijing, sier Frydenlund. De ønsker også å invitere med seg pasienter på sine reiser til Kina. Innleggelse i sykehus over to uker vil ha en prislapp på 15.000 norske kroner. Poliklinisk behandling er langt rimeligere.

Kritiske øyeleger

Mange øyeleger er kritisk til slik alternativ behandling. Hilde Heger, overlege ved øyeavdelingen ved Oslo Universitetssykehus og tidligere leder i Norsk øyelegeforening, vil ikke anbefale å prøve akupunktur. – Vår erfaring med pasienter som har prøvd akupunktur mot øyesykdommer, er at det ikke virker. Akupunktur som smertebehandling etter fjerning av et øye, har derimot hatt effekt. Det er kun øyeleger som kan skille mellom tørr og våt AMD. Ved tørr AMD, der pasienten har fått sikker diagnose av øyelege og beskjed om at det ikke finnes tilgjengelig behandling, kan akupunktur neppe skade, men gjør heller ingen nytte. Utviklingen av tørr AMD er uforutsigbar og kan ha forskjellig forløp på øynene, har Heger uttalt i et intervju med Allers.

Hun mener pasienter med langtkommet tørr AMD heller bør anskaffe og lære å bruke synshjelpemidler som forstørrelsesglass og lupebriller. Disse fås gratis på hjelpemiddelsentralene.

Kilder: Felleskatalogen, Øyesenteret, Oslo Universitetssykehus

Fakta om AMD

- Vanligste årsak til sterk synshemming hos personer over 50 år.
- Deles inn i tørr og våt. Ti prosent av de med tørr AMD får etter hvert den mer alvorlige våte.
- Hver tiende nordmann over 70 år har tapt lesesyntet på grunn av AMD.
- Symptomer: Tørr AMD gir dårlig skarpsyn og fargesyn. Det tar lengre tid før synet normaliseres etter sterk belysning. Kan gi tomme flekker i det sentrale synsfeltet. Våt AMD betyr i tillegg at rette linjer og kanter ser krokete eller bølgete ut.
- Behandling: Tørr AMD behandles ikke før den eventuelt går over i våt AMD som behandles med injeksjoner som stopper utviklingen og noen tilfeller reverserer skadene.
- Risikofaktorer: Røyking. For høyt eller for lavt blodtrykk. Grå stær.

Kilde: Norges Blindforbund

TURSPALTEN



MARIUS NERGÅRD PETTERSEN

Frivillig arbeid i naturen

Hva med å bidra til at flere kan komme seg ut, samtidig som du opplever frisk luft og natur? Det frivillige arbeidet er selve bærebjelken i Den Norske Turistforening, og organisasjonen er helt avhengig av dugnader for å holde hjulene i gang.

– Seniorer er den gruppen som jobber mest dugnad i DNT. Hvert eneste år merker seniorer tusenvis av stier og holder hyttene våre rene og klar til bruk. Vi er veldig takknemlig for innsatsen som legges ned, sier generalsekretær Nils Øveraas.

Du kan ta kontakt med din lokale DNT-forening og høre om de trenger frivillige. Du kan være med på enkeltdugnader, eller du kan være med i en dugnadsgruppe som har faste dugnader. Det er sosialt, trivelig og uforpliktende.

Fra 2. til 4. oktober kan du være med Stavanger Turistforening på dugnadstur til Langavatn i Ryfylke-heiene. Dugnadsgruppen arrangerer også mye annet. Ta kontakt med Erik for mer informasjon.

Telefon 414 19 949. E-post: erik@stf.no

Vil du bli med på dugnad i Oslo? Alle de ubetjente hyttene i Osломarka har dugnadsbasert drift, og alle blåmerkede stier holdes åpne ved dugnadsarbeid.

Send en mail til marka@dntoslo.no

Vil du bli turlleder med DNT må du først gå på DNTs ambassadørkurs. Etter en kurskveld har du anledning til å delta på arrangementer og gå videre på turlederkurs. **Ta kontakt med din lokale medlemsforening for mer informasjon.**

I samarbeid med DNT presenterer vi i hvert nummer et tips til friluftaktiviteter rundt om i landet. Finn flere turer og din lokale seniorgruppe på turistforeningen.no/senior