

Allergi



**Praktiserende
akupunktører**

www.aku-net.dk

Allergi

Antallet af danskere, der lider af allergi og overfølsomhed er stigende, og ifølge Astma-og-Allergi-forbundet er der i dag omkring 1,5 mio. mennesker, som er ramt.

Allergi kan give en række forskellige symptomer, som en veluddannet akupunktør behandler hyppigt i deres klinikker.

Lider du af sæsonbetinget allergi, er det en stor fordel, hvis du henvender dig til din akupunktør og opstarter et behandlingsforløb, før du begynder at få allergisymptomer.

Mange allergikere kan opleve, at visse typer håndkøbsmedicin mod allergisymptomer kan virke overordentligt sløvende, og dermed ikke kan anvendes samtidig med fx at føre bil eller betjene arbejdsmaskiner.

Hør derfor din akupunktør om muligheden for at prøve et medicinfrit alternativ mod dine allergisymptomer.

Flere former for allergi

Der findes flere former for allergi. Den nok mest velkendte er pollenallergi, som alment også er kendt som "høfeber".

Lider man af pollenallergi, er foråret og sommeren ofte ganske plagsom at komme igennem.

Pollenallergikere oplever kløende og røde øjne, tilstoppet næse, nysen og snue, hvilket er meget generelle symptomer på høfeber.

Der findes imidlertid også en række andre former for allergi, fx allergi for insektstik, husstøvmider, dyrehår, duftstoffer, støvkorn og for specifikke fødevarer.

Din akupunktør kan ofte lindre de symptomer fra hud, lunger, øjne, næse og slimhinder, som din allergi fremkalder.

Herudover kan akupunktur også forebygge gener fra insektstik, som fx kløe, svie og hævelse, som kommer fra myg.

Forskning i akupunktur for høfeber

Et Delphi-studie fandt mere end 60 behandlinger mod allergi, dog fandt forskerne, at det kun var ganske få af behandlingerne, som havde et evidensbaseret grundlag, herunder akupunktur¹.

En meta-analyse viser, at akupunktur har lindrende effekt på høfeber og det er et godt og sikkert valg, især hvis man oplever bivirkninger af medicinen².

Mange har glæde af akupunktur og det anvendes af flere og flere.

Bivirkninger ved akupunktur

En af de mest normale bivirkninger ved akupunktur er blå mærker (1-10%), og af de meget sjældent forekommende bivirkninger er sammenfald af lunge(r) (mindre end 0,000001%).

Til sammenligning dør over 100 personer i Danmark årligt, som følge af brug af NSAID (fx. Ibuprofen).

Et andet forsøg viser, at akupunktur har meget få bivirkninger.

En systematisk gennemgang af udførte forsøg med mere end 109.000 deltagere og mere end 1,1 million behandlinger viser, at akupunktur er en sikker behandling, hvis den er udført af veluddannede og kompetente personer.

Allergisymptomer

- **Hud:** Nældefeber
- **Næse:** Løbe og stoppet, nysen
- **Slimhinder i mund:** Tørre
- **Øjne:** Løber, klør
- **Lunger:** Kløe, slim, astma

1. Wu, AW, Gettelfinger, JD, Ting, JY, Mort, C, Higgins, TS. Alternative therapies for sinusitis and rhinitis: a systematic review utilizing a modified Delphi method. *Int Forum Allergy Rhinol.* 2020; 10: 496– 504.

2. Yin Z, Geng G, Xu G, Zhao L, Liang F. Acupuncture methods for allergic rhinitis: a systematic review and bayesian meta-analysis of randomized controlled trials. *Chin Med.* 2020;15:109. Published 2020 Oct 12. doi:10.1186/s13020-020-00389-9





Tal fra Statens Institut for Folkesundhed viser, at ca. 1,3 millioner voksne danskere har benyttet sig af alternativ behandling inden for det seneste år.

De officielle statistikker viser, at 364.000 danskere benyttede sig af akupunktur inden for det seneste år. Til sammenligning havde under halvdelen af det tal benyttet sig af zoneterapi inden for det seneste år.

Praktiserende Akupunktører

Brancheforeningen Praktiserende Akupunktører er Danmarks ældste forening for aktive akupunktører. Alle de aktive medlemmer er RAB-godkendte (Registrerede Alternative Behandlere), og har bestået en uvildig optagelsesprøve. Praktiserende Akupunktører har de strengeste optagelseskrav for akupunktører. De aktive medlemmer skal ligeledes løbende efteruddanne sig og vedligeholde deres førstehjælpsviden.

Alle aktive medlemmer skal leve op til en række etiske og kliniske retningslinjer, og de er alle dækket af en ansvarsforsikring. Foreningen har et etisk råd, som varetager eventuelle patient klager. Læs mere på www.aku-net.dk. Der ydes tilskud fra Danmark til RAB-godkendt akupunktør.

