

Acupuncture and Related Therapies for Obesity: A Network Meta-Analysis.

Klinisk relevans: En kombination af forskellige akupunkturmetoder har langt større virkning på reduktion af kropsvægt og BMI end placebo og livsstilsændring hos overvægtige personer.

Hvad omhandler dette studie?

Forskere har udført et stort litteraturstudie indeholdende 34 RCT forsøg med i alt 2283 overvægtige deltagere, hvor de har kigget på effekten af akupunktur i forskellige udgaver, medicin, livsstilsændringer (kost og motion) og placebo i forhold til kropsvægt og BMI.

Hvad er de primære resultater?

En kombination af akupunkturmetoder (almindelig akupunktur, el-akupunktur, moxa på nåle, auriculo, mm) har større effekt på reduktion af kropsvægt end livsstilsændringer og placebo. Det samme gør sig gældende for effekten på BMI, hvor resultatet er endnu mere signifikant. I de studier, som oplyste bivirkninger blev akupunktur fundet til at være en sikker behandlingsmetode, idet der kun blev rapporteret få tilfælde med ømhed og blå mærker i indstiksområdet.

Hvad er det relevante i forhold til akupunktur?

Dette er en analyse, som sammenfatter mange mindre studier omkring brugen af akupunktur til reduktion af kropsvægt og BMI. Analysen viser, at der er en stærk tendens til en gavnlige effekt af akupunktur på BMI og kropsvægt med få tilfælde af meget milde bivirkninger. I selve publikationen af studiet findes en optegnelse over de benyttede akupunkturpunkter og hyppigheden af behandlinger.

Hvad er det relevante i forhold til klienter?

Studiet viser en varierende behandlingshyppighed, som svinger fra en gang om ugen til flere gange samme dag samt et minimum på ti behandlinger samlet set. Akupunkturbehandlingerne vurderes til at være ganske sikre.

Hvilke begrænsninger har studiet?

Det har ikke været muligt at sammenfatte alle studierne og sammenligne alle de forskellige behandlingsformer ligeligt, ikke alle studier har tydeliggjort, om der var bivirkninger, og der mangler for de fleste studiers vedkommende en opfølgning af deltagernes resultater længere tid efter endt behandlingsforløb.

Kilde: Zhang, Y., Li, J., Mo, G., Liu, J., Yang, H., Chen, X., Liu, H., Cai, T., Zhang, X., Tian, X., Zhou, Z. and Huang, W., 2018. Acupuncture and Related Therapies for Obesity: A Network Meta-Analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, [online] 2018, p.9569685. Available at: <<https://doi.org/10.1155/2018/9569685>>.

Link: <https://www.hindawi.com/journals/ecam/2018/9569685/#abstract>

