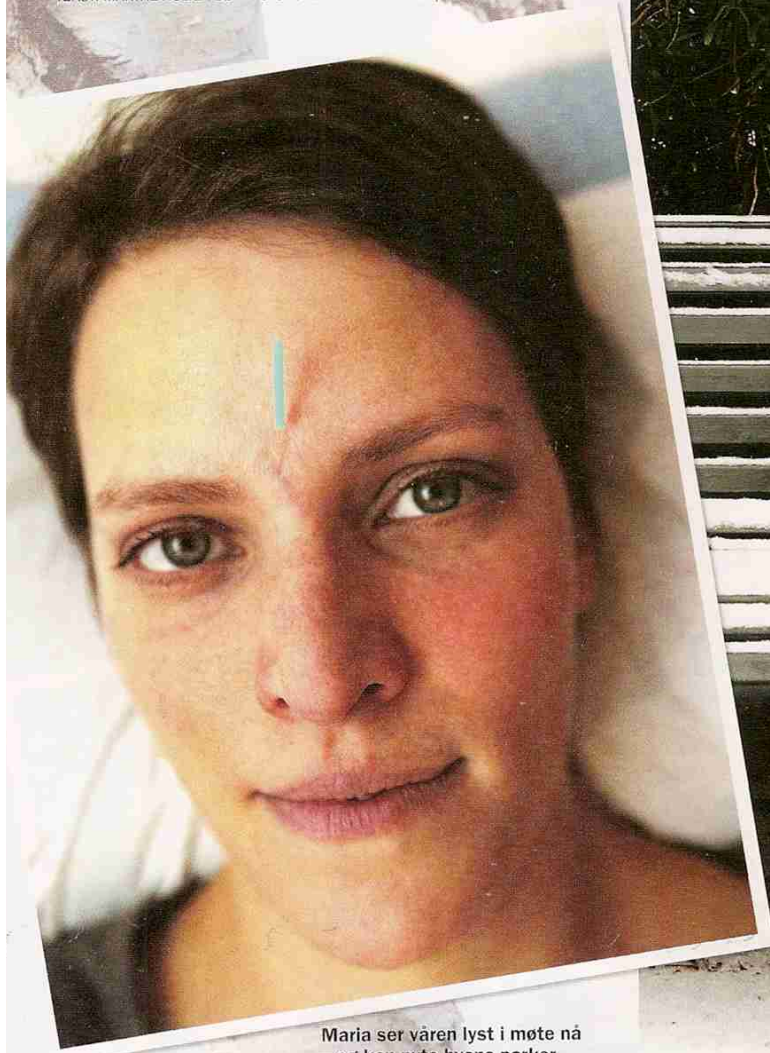


Allergifri med akupunktur

Stadig flere mennesker rammes av pollenallergi. Maria Bohlin (38) fikk sitt første anfall da hun var ni år. Nå er hun mindre plaget – takket være akupunktur.

TEKST: MARTHE HOLJEN BØ • FOTO: STEINAR TORVBRÅTEN/ALL OVER PRESS



Maria ser våren lyst i møte nå – og kan nyte byens parker sammen med datteren Vera. Hun har allerede tatt flere akupunkturbehandlinger og har tro på en symptomfri framtid.



«Foruten å nyse, klødde det i øynene og nedover hele svelget. Men det verste var nesten at jeg ble sur og gretten.»

Maria Bohlin

- DET FØRSTE ANFALLET fikk jeg da jeg var ni år. Siden har jeg vært plaget med pollenallergi, sier Maria når vi møter henne hos akupunktør Vibeke Klev.

Hun har forsøkt det meste av allergimedisiner. I mange år tok hun kortisoninjeksjoner, som hun måtte ha dobbel dose av om sommeren for å holde plagene i sjakk.

– Foruten å nyse, klødde det i øynene og nedover hele svelget. Men det verste var nesten at jeg ble sur og gretten. Du føler deg ikke spesielt vel når du hele tiden er tett og nyser. Det går gjerne utover omgivelsene, sier Maria.

Da hun fikk sitt første barn, ble hun rådet til å slutte med kortisoninjeksjonene, som blir regnet som den sterkeste kosten av allergimedisiner, og helst skal unngås av gravide og ammende.

– Jeg hadde lenge tenkt å prøve noe alternativt, noe som var mer skånsomt for kroppen. Via noen venner møtte jeg Vibeke, og jeg bestemte meg for å prøve behandling hos henne.

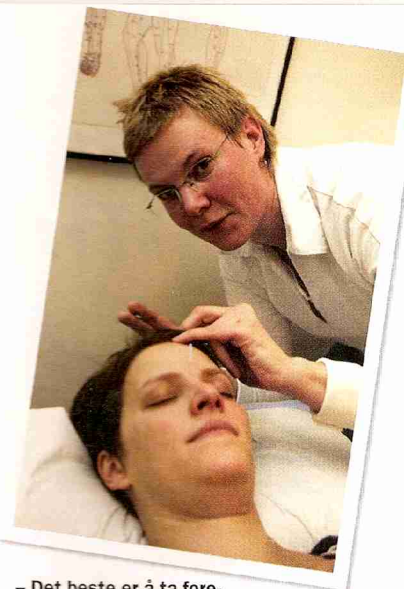
AKUPUNKTØR VIBEKE KLEV holder til ved Markveien Naturmedisinske Senter på travle Grünerløkka i Oslo. Maria er ikke den første som har kommet til henne med besværlige allergiplager og gått derfra litt lettere til sinns.

– Akupunktur er en utrolig effektiv metode for å forebygge og lindre pollenallergi, hevder Vibeke mens hun klargjør nålene som snart skal stikkes i Marias panne.

– Mange av førstegangskundene kommer når symptomene er på sitt verste, men det beste er å ta forebyggende behandlinger før sesongen setter i gang.

Maria har erfart at forebygging er det beste middelet mot allergien, og de siste to årene har hun dratt til klinikken allerede i januar

I tillegg til å være akupunktør, er



– Det beste er å ta forebyggende behandlinger før pollensesongen setter i gang, råder akupunktøren.

Vibeke også utdannet sykepleier. Hun synes at det er en fordel å ha en fot både i skolemedisinen og den alternative medisinen.

- NOEN PASIENTER HENVISER jeg til lege, men akupunktur hjelper mot svært mye. Behandlingen skreddersys til hver enkelt. Folk er forskjellige og trenger forskjellig behandling. Det er gøy at mennesker som har forsøkt det meste av allergimedisiner og injeksjoner, kan bli symptomfrie med akupunktur.

Vibeke bruker en klokke til første konsultasjon. Etersom kinesisk medisin er svært finstemt og retter seg mot individet, er det viktig at hun snakker med klienten før hun setter i gang behandlingen.

– Jeg ser på personens generelle helsetilstand og går systematisk til verks. Hvordan sover du? Hvor har du vondt? Noen klarer å sette ord på plagene med det samme, mens andre må hjelpes litt på vei. Alle er forskjellige, noen er så plaget av pollenallergi at det virker invalidiserende, mens andre opplever kun lette plager.

Også homøopati kan hjelpe

Flere og flere nordmenn tyr til alternative behandlinger når plager skal bekjempes og vondter jages vekk.

– Homøopati er ved siden av akupunktur den klart mest anvendte alternative behandlingsmetoden for pollenplager i verden i dag, hevder studieleder ved Skandinavisk Institutt for Klassisk Homøopati, Øyvind Hafslund. Han er også homøopat ved Arenaklinikken i Oslo.

– Mange blir mer eller mindre symptomfrie ved bruk av homøopatiske midler. Selv om de færreste blir kvitt pollenallergien fullstendig, opplever de fleste at plagene reduseres fra år til år.

Homøopati er den mest brukte alternative behandlingsformen i Norge. Allerede for ti år siden hadde 37 prosent av befolkningen over 18 år vært hos homøopat.

Ifølge Hafslund er det to

grunner til at homøopati brukes mot pollenplager:

– Resultatene er gode, og pasientene opplever at de slipper å få bivirkningene som vanlige allergimedisiner gir. Behandlingen er også godt egnet for barn som ikke ønsker å bli stukket med nåler.

Innen homøopaten er du frisk når kroppen er i balanse. Hvis det motsatte er tilfelle, blir du syk, og symptomer oppstår. Symptomer er kroppens selvforsvarsreaksjoner og tegn på at kroppen kjemper mot sykdommen. Det er pasientens allergisymptomer som bestemmer valg av homøopatiske midler. Antall behandlinger avhenger av hvor fort man finner fram til den individuelt tilrettede medisinen.

«Mange blir mer eller mindre symptomfrie ved bruk av homøopatiske midler.»

GODE RÅD

- I sesongen kan allergikere være overømfintlige for andre allergener. Vær nøye med renhold, unngå sterke lukter og tobakksrøyk.
- Unngå å luften når pollenutslippet er størst. Kvelden er det beste tidspunktet for å luften.
- Ikke tørk klærne utendørs midt på dagen.
- Vask håret før leggetid.
- Bruk av solbriller kan begrense symptomer for øynene.

Kilde: Norges Astma- og Allergiforbund

Pollenallergi

De mest vanlige symptomene ved pollenallergi er:

- Tøtthetsfornemmelser, hoste og piping i brystet.
- Tøtthet, renning og kløe i nesen.
- Rødhet, kløe og tåreflod i øynene.
- Nysing.
- Kløe i svelg.
- Kløe, rødme og vabler i huden.
- Generelle symptomer i form av tretthet og uopplagthet.
- En av ti nordmenn har pollenallergi.

Kilde: astmainfo.no