

## Akupunktura a západní medicína

Akupunktura je několik tisíc let stará léčebná metoda, za jejíž kolébku je pokládána stará Čína. Vedle dietetiky, fytoterapie, cvičení a léčebných masáží je součástí celého komplexu léčebně preventivních metod tzv. tradiční čínské medicíny (TČM).



V pojetí naší – tedy moderní západní medicíny je akupunktura léčebně preventivní metoda, která ovlivňuje nejčastěji vpichem akupunkturní jehly, zahříváním nebo stimulací elektrickým proudem specifická místa na lidském těle tzv. akupunkturní body.

Akupunkturní body vykazují určité anatomické, funkční a klinické odlišnosti od svého okolí. Pomocí jejich ovlivnění – napíchnutí, zahřátí, stimulace elektrickým proudem apod. lze dosáhnout místních účinků – vliv na bolest, uvolnění staženého svalu, ale i ovlivnění vzdáleného místa/orgánu lidského těla – např. účinky zklidňující, posílení imunity, hormonální účinky, úprava funkce vnitřních orgánů etc.



Akupunktura se dobře osvědčuje u řady funkčních a psychosomatických poruch, kde už naše západní medicína přestává fungovat, ve chvíli, kdy jsme vyčerpali všechny obvyklé léčebné možnosti bez odpovídajícího efektu na zdraví a psychickou pohodu našich pacientů. Lze ji použít samostatně nebo v kombinaci s dalšími způsoby léčby na posílení účinku moderní západní léčby.

## Akupunktura v gynekologii

V oblasti gynekologie nachází akupunktura široké uplatnění zejména v léčbě funkčních obtíží jako jsou poruchy menstruačního cyklu, premenstruační syndrom a bolestivá menstruace (dysmenorrhea), obnova cyklu po vysazení hormonální antikoncepce.



Akupunkturu lze doporučit i ženám, které se snaží otěhotnět – samostatně nebo v kombinaci s hormonální léčbou. Zde akupunktura pomáhá zvýšit imunitu, zlepšit prokrvení pánevních orgánů, pomáhá regulovat tvorbu ženských pohlavních hormonů.

Vzhledem k tomu, že akupunkturou navozujeme i psychické zklidnění a odbourání nadměrného stresu, lze s výhodou využít akupunkturní techniky i pro ženy, které podstupují metody asistované reprodukce – inseminace nebo přímo umělé oplodnění.

Tyto procedury jsou velmi fyzicky i psychicky zatěžující organismus ženy a akupunkturou lze navodit úlevu od fyzických obtíží i psychickou relaxaci.



Pro ženy v období přechodu (klimakteria) lze akupunkturní ošetření s úspěchem kombinovat s hormonální substituční léčbou ženskými pohlavními hormony či přírodními fytoestrogeny a dalšími potravinovými doplňky ke zmírnění klimakterických obtíží – stres, psychické obtíže, nespavost, návaly horka a pocení.

## Akupunktura v léčbě obezity a odvykání kouření

Nakonec je důležité zmínit i spolupůsobení akupunktury v boji s nadváhou a obezitou a v programech na odvykání kouření. Zde lze nabídnout speciálně vytvořené programy v systému aurikuloterapie – ošetření akupunkturních bodů na uchu.



Odvykáací programy – tedy akupunkturní sestavy spočívají v aplikaci drobných permanentních ušních jehliček, které se ponechávají na místě přelepené náplastí i několik dnů.

V léčbě obezity musí být samozřejmostí i vlastní snaha pacientky o zdravý životní styl – více pohybu, méně tučných a sladkých jídel a zvýšení konzumace ovoce, zeleniny, libového masa a mléčných výrobků.

V případě odvykání kouření je důležité vlastní rozhodnutí a pevná vůle a odhodlání obstát ve skoncování s kouřením. Pro navození správného efektu je potřeba akupunkturní jehličky aplikovat nejdříve 24 hodin po poslední vykouřené cigaretě.



## **Než začneme s akupunkturou**

Jak bylo napsáno výše, v pojetí západní medicíny používáme akupunkturu samostatně nebo jako metodu doplňkovou. Než přistoupíme k ošetření gynekologické pacientky pomocí akupunktury, musíme vždy ženu vyšetřit metodami naší moderní medicíny – podrobná anamnéza, kompletní gynekologické pohmatové i ultrazvukové vyšetření včetně prevence – tedy odběru stěru z děložního čípku kvůli prevenci rakoviny děložního čípku.

Pokud je třeba, doplníme i odběr krve a další nezbytná vyšetření – např. u problémů s otěhotněním hormonální profil, vyšetření spermogramu partnera atd.



Výchozí situace pro aplikaci akupunktury je tedy stanovení diagnózy metodami moderní medicíny s vyloučením organické příčiny obtíží s eventuální nutností nasazení antibiotické léčby v případě zánětu nebo operačního řešení v případě organické příčiny – cysta vaječníku, děložní myom apod.

Je-li porucha funkční či psychosomatické povahy, lze vedle konvenčních léčiv – hormonální léčba, analgetika (léky proti bolesti), spasmolytika (léky na uvolnění křečí) – s výhodou nabídnout i akupunkturu samostatně či v kombinaci právě s moderní léčbou.

## **Jak dlouho a jak často budu docházet na akupunkturu?**

V léčbě akupunkturou máme vždy snahu cítit individualitu našich pacientů – léčba se takříkajíc „šije na míru“ každému člověku zvlášť podle jeho tělesné konstituce, věku, aktuálního zdravotního stavu a momentálního psychického naladění.



Předem tedy nelze stanovit frekvence jednotlivých ošetření a celkovou délku léčby. Zcela orientačně lze uvést, že u akutních stavů je ošetření častější – např. 2x týdně, u chronických obtíží 1x týdně, po odeznění obtíží lze aplikovat akupunkturu např. 1x měsíčně preventivně – ve snaze zabránit opakování potíží.

U starších a vyčerpaných pacientů používáme jehliček méně než u jedinců mladších, kteří jsou celkově v dobré kondici.



Vlastní aplikace akupunkturních jehliček není vysloveně bolestivá. Při aplikaci jehly se obvykle dostaví zvláštní pocit brnění či mravenčení, který se může šířit do okolí akupunkturního bodů – tedy po dané akupunkturní dráze.

Aplikace jehliček trvá obvykle 20 – 30 minut. Po akupunktuře by měl pacient dodržovat dostatečný pitný režim. Ideální je, pokud může mít zbytek dne po akupunktuře volnější program bez extrémní fyzické námahy a psychického vypětí.

## Závěrem

Na závěr lze shrnout, že akupunktura je jedním z pilířů tradiční čínské medicíny, kterou lze vhodně kombinovat s naší moderní medicínou. V rukou školeného lékaře představuje další léčebný způsob zejména v oblasti funkčních a psychosomatických poruch.

Je minimálně bolestivá, prakticky bez nežádoucích účinků při zachování správných diagnostických a léčebných postupů s ohledem na případné kontraindikace metody dle předchorobí (anamnézy) a aktuálního stavu pacienta.

