



ÖRONAKUPUNKTUR



PROBLEM MED ALKOHOL, LÄKEMEDEL, NARKOTIKA ELLER SPEL?

Behandling - Öronakupunktur - Psykoterapi

Viktoriagatan 6
252 29 HELSINGBORG

Tele: 042-14 48 80
Fax: 042-14 48 28

www.rehabcenter-steget.se

www.kvinnobehandling.se

NADA

**National
Acupuncture
Detoxification
Association**

en hjälp för personer i

**STRESS - ORO - SÖMNPROBLEM
UTMATTNINGSSYMPATOM - HÖG ÅNGESTNIVÅ**

ett komplement vid behandling av
**ALKOHOL - LÄKEMEDEL - NARKOTIKA – SPEL
var för sig eller blandat**

ÖRONAKUPUNKTUR

På 70-talet upptäcktes det att akupunktur lindrar vid abstinens. Sedan dess har framför allt öronakupunktur blivit en vanlig del av behandlingen vid alkohol- narkotika- och/eller läkemedelsberoende i ett trettiotal länder, NADA-akupunktur är en speciell form av akupunktur som i flera vetenskapliga studier visat sig vara särskilt verksam. Med början på 90-talet använder också alltfler svenska sjukhus, socialtjänstkontor, behandlingsshem och fängelser NADA-akupunktur som ett komplement.

Öronakupunktur går att kombinera med andra behandlingsformer.

TILLVÄGAGÅNGSSÄTT

För bästa behandlingsresultat uppmanas patienten att de första två veckorna komma ofta till STEGET för att få öronakupunktur, därefter glesare 1-2 ggr/v, under behandlingen ljuder stillsam musik eller tystnad efter önskemål. Nålna sitter 40 min. och behandlingen tar 60 min. med ett kort samtal efteråt, vissa vill ha någon form av psykoterapi i direkt anslutning.

Gör det ont?

Det är sällan någon som tycker att nålsticken i öronen gör direkt ont. Nålna är mycket tunna och insticket snabbt, nålen förs in ca 2 mm.

Hur känns det?

När nålna sitter på plats brukar en känsla av lugn och välbehag sprida sig i kroppen, vissa får en värmekänsla i örat.

Risk för biverkningar?

Öronakupunktur är en säker metod med ytterst få biverkningar och eftersom vi använder sterila engångsnålar, är infektionsrisken minimal. Efter behandlingen kan man känna sig mycket avslappnad eller trött och ha nedsatt reaktionsförmåga.

Hur fungerar det?

Akupunktur är en flera tusen år gammal behandlingsmetod som utvecklats i Kina. När man sticker en nål i en akupunkturpunkt vidarebefordras signaler till hjärnan bl.a. frisätts endorfiner (det kroppsegna morfinet) samt en rad andra neurotransmittorer påverkas gynnsamt. Patienten brukar uppleva ett lugn, bättre sömn, mindre drogsug, lindring av abstinensbesvär, minskad smärta och oro m.m.

NADA-akupunktur PÅVERKAR

Fysiska symptom som lindras:

skakningar	svettningar	tarmproblem
muskelkramp	värk	huvudvärk / migrän
salivutsöndring	illamående	kräkningar
hjärtklappning	trötthet	köldkänsla

Detta ger:

minskat medicinbehov	mindre stress	smärtlindring
----------------------	---------------	---------------

Psykiska symptom som lindras:

stress	aggression	irritabilitet	panikattacker
oro	sömlöshet	depression	mardrömmar
otåglighet	överkänslighet	rädsla	sorg

Detta ger:

fokuserat tänkande	avslappning	lugn / ro
medvetenhet om känslor	klarhet	motivation
positivt agerande	samarbetsvilja	empati

Patienten tillgodogör sig annan behandling bättre

Dessutom minskar:

alkoholsug	drogsug	matsug
hormonrubbingar	nikotinbehov	PMS

VÄLKOMMEN att BOKA TID

Birgitta Månsson

Psykoterapeut Steg 1 / NADA och öronakupunktur