

# Akupunktio (akupunktuuri)

Lääkärikirja Duodecim

9.2.2022

*Yleislääketieteen erikoislääkäri Osmo Saarelma*



Akupunktuuri on vanha kiinalainen hoitomenetelmä, jossa potilasta käsitellään neuloilla (alun perin terävillä kivillä) tarkoin määritellyistä ihon pisteistä. Kiinalaisen perinteen mukaan akupunktuuripisteet määräytyvät kehon elimiä kuvaavien meridiaanien mukaan. Sairauksien hoidossa pistelyllä ajatellaan vaikutettavan näitä meridiaaneja pitkin tapahtuviin virtauksiin, ja päämääränä on, kuten muussakin perinteisessä kiinalaisessa lääketieteessä, elimistön tasapaino.

Perinteisen kiinalaisen käsityksen mukaisille meridiaaneille ei länsimaisen tutkimuksen mukaisessa lääketieteessä ole vastinetta. Niitä ei myöskään voida kuvata millään nykyaikaisella elimistön rakennetta tai hermoston toimintaa koskevalla tiedolla. Siitä huolimatta akupunktuurilla on sijansa monien vaivojen hoidossa, joskin neulahoitojen teho on osoittautunut melko vähäiseksi nykylääketieteen menetelmin tehdyissä ja tieteelliset vaatimukset täyttävissä tutkimuksissa. Näissä tutkimuksissa ei yleensä ole ollut juurikaan eroa sillä, onko neulotettu perinteisiä akupunktuuripisteitä vai muita kehon kohtia. Myöskään ei ole voitu selkeästi erottaa, onko neulottamisella oma itsenäinen vaikutus tai missä määrin vaikutus on seurausta hoitorituaalista.

Akupunktuurihoidot soveltuvat parhaiten kipujen lievittämiseen. Teho on tutkimusten mukaan lumehoidon luokkaa tai vain hieman parempi. Hoidon kohteena ovat yleensä tuki- ja liikuntaelimistön kivut: niska- ja hartialihasten kivut, nivelrikon säryt tai selkävaivat. Myös migreenin ja ääreishermostoperäisten kipujen hoidossa akupunktuurista voi olla hyötyä. Kivun hoitoa koskevien tutkimusten arvioinnissa on tärkeää muistaa, että lumevaikutuskin vähentää potilaan kipuja ja sen merkitys on usein huomattava.

Akupunktuurin tehosta laihdutuksen tukena on jonkin verran näyttöä. Samoin fibromyalgian kivun ja jäykkyyden hoidossa akupunktuurista on jonkin verran hyötyä verrattuna siihen, että hoitoa ei anneta lainkaan. Sen sijaan tutkimuksissa, joissa on selvitetty akupunktuurin tehoa esimerkiksi unettomuuden, ärtyneen suolen, astman, kasvohermoalvauksen, nivelreuman, masennuksen ja skitsofrenian hoidossa, aivohalvauksen kuntoutuksessa tai tupakasta vieroittamisen tukena, ei ole saatu näyttöä hoidon tehosta.

Akupunktuurihoito edellyttää, että potilas on asianmukaisesti tutkittu ja muulla tavoin hoidettavat sairaudet on poissuljettu. Hoitoa annetaan yleensä sarjoina, esimerkiksi 3–10 hoitokertaa viikon välein. Hoitosarjan aikana potilas voi tuntea lisääntyntä raukeutta, joskus esimerkiksi unen laatu voi parantua. Joillakin potilailla kipuoire voi hoidon alussa lisääntyä.

Artikkelin tunnus: dlk00062 (032.132)

© 2023 Kustannus Oy Duodecim