

# AKUPUNKTUR & BARN

Akupunktur virker spesielt godt på barn og spedbarn. Klinikken har spesialkompetanse i akupunktur på områder som:

- Kolikk • Søvnforstyrrelser • Astma/allergi • Nedsatt immunforsvar • Luftveisinfeksjoner • Hoste
- Ørebetennelser • Sengevetting • Forstoppelse/diare

## SIKKER

### AKUPUNKTURPRAKSIS

Akupunktur er en behandling som krever grundige og gode detaljkunnskaper i både anatomi og hygiene for å praktisere med lav risiko. En fullverdig akupunktur-utdannelse med innsikt i hva som er riktige innstikk og behandlingsformer - og gode basalmedisinske kunnskaper, er pasientens garanti for at komplikasjoner ikke oppstår.

#### KVALIFIKASJONENE TIL METTE KIM GROTH

Mer enn 20 års erfaring i variert jordmorarbeid, DNJ. Akupunktør tilsluttet NAFO. Akupunktørlærer for jordmorgruppen ved Norsk Akupunktørhøyskole i Oslo. Videreutdanning i barneakupunktur.

#### NAFO - ET KVALITETSSTEMPEL

Norsk Akupunkturforening har blant flere mål: å virke for en høy faglig yrkesetisk standard blant medlemmene og autorisasjon av akupunktører som egen helsepersonellgruppe. Medlemmene må ha bestått eksamen på høyskolenivå (min. 2.500 timers undervisning på akupunktørhøyskole).

#### DNJ - ET TRYGGHETSSTEMPEL

Den norske jordmorforening har som et av sine hovedmål: at omsorgen for den gravide, fødende og barselkvinnen er individuelt tilpasset og av høy faglig kvalitet, og at kvinner skal kunne benytte seg av jordmortjenesten gjennom hele livet.

## VELKOMMEN TIL BEHANDLING HOS AKUPUNKTØR & JORDMOR METTE KIM GROTH

Ring for timebestilling - dag og kveldskonsultasjoner.

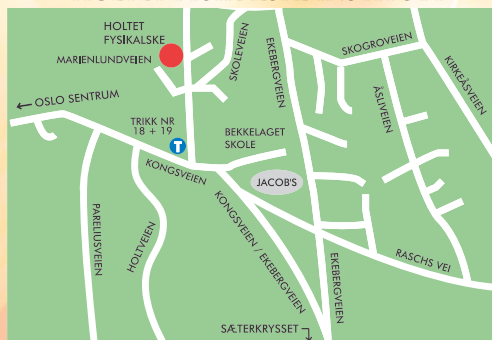
Mulighet for svangerskapskontroller kombinert med akupunkturbehandling. Etter avtale er det også mulig å få time i helgene.



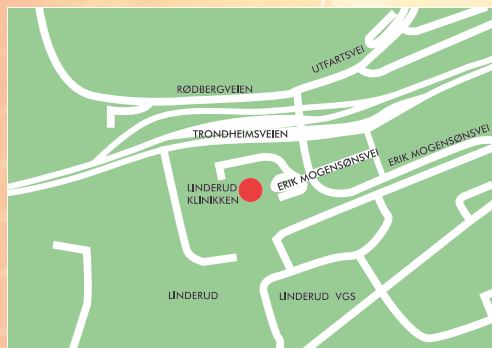
HOLTET FYSIKALSKE  
INSTITUTT  
Marienlundveien 8  
1178 Oslo

LINDERUDKLINIKKEN  
3. etg. i Linderudsentret  
Erich Mogensøns v. 38  
0594 Oslo

#### HOLTET FYSIKALSKE INSTITUTT



#### LINDERUDKLINIKKEN



TLF: 99 45 27 77

E-post: [post@grothakupunktur.no](mailto:post@grothakupunktur.no)  
[www.grothakupunktur.no](http://www.grothakupunktur.no)

NORGEDESIGN 190607/01

## AKUPUNKTUR & KVINNEHELSE

AKUPUNKTØR & JORDMOR  
METTE KIM GROTH

[www.grothakupunktur.no](http://www.grothakupunktur.no)

# HVA ER AKUPUNKTUR?

Akupunktur er en 2000 år gammel kinesisk behandlingsform. Kinesisk medisin ser kroppen som en helhet bestående av en rekke vitale organer og energibaner (meridianer) som binder kroppen sammen. I dette krets-løpet skal energien (qi) strømme fritt og harmonisk som en forutsetning for god helse. Når kroppens qi er blokkert eller løper løpsk kan det føre til smerter og sykdom. Det er flere faktorer som påvirker gjennomstrømningen av qi: uregelmessige kostholdsvaner, tette svangerskap, ubearbejdede følelser og overarbeid.

For å oppnå en vellykket akupunkturbehandling er det viktig at DeQi oppnås, dvs en nålefølelse som kan beskrives som et press, en utstråling eller nummenhet.

## HVA KAN AKUPUNKTUR HJELPE MOT?

### SMERTETILSTANDER

Av kronisk karakter:

Smerter i nakke, skuldre og korsrygg.

Av akutt karakter: Skader, forstuinger, tennisalbue, lumbago, hodepine, migrene, senebetennelser og smerter etter operasjoner.

### LUFTVEIENE

Forkjølelser, bihulebetennelser, allergisk rhinitt, bronkitt og astma.

### FORDØYELSE

Appetitt, magesmerter, oppblåsthet, diarè og forstoppelse.

### URINVEIER / GENITALIA

Inkontinens (ufrivillig vannlating), blærekatarr, urinveisinfeksjoner og impotens.

### AVHENGIGHETSPROBLEMER

Alkohol, nikotin og overvekt.

### SANSEORGANENE

Øresus, svimmelhet, smerter i øynene og tett nese.

### ANNET

Reumatiske lidelser, søvnløshet, stress og nedstemthet.

# DIAGNOSTISERING

For å gjenopprette balansen må diagnoser stilles ut fra et helhetsbilde av pasienten. Dette gjøres ved grundig utspørring med bakgrunn i en tradisjonell kinesisk medisinsk (TCM) tankegang. Puls - og tunge diagnostikk støtter oppunder det øvrige diagnosearbeidet.

# BEHANDLINGSMETODER

## KLASSISK AKUPUNKTUR

Tynne nåler føres gjennom huden på helt bestemte punkter på kroppen. Målet er å påvirke energien til å flyte fritt gjennom meridianene og stimulere kroppen til egen helbredelse.

## TRIGGERPUNKTAKUPUNKTUR

Behandling med nåler av stram og smertefull muskulatur.

## ØREAKUPUNKTUR

Brukes alene eller som støttebehandling sammen med klassisk akupunktur. Benyttes også ved slanking og røykeavvenning.

## CUPPING

Vakuumplassering med glasskopper som enten settes over nåler eller brukes over større hudområder.

## MOXA

Kinesisk burot som brukes for å varmebehandle akupunkturpunkter eller større hudområder.

# AKUPUNKTUR & KVINNEHELSE

## SVANGERSKAPSRELATERTE PLAGER

- Kvalme, halsbrann og sure oppstøt
- Søvnproblemer, lite overskudd og stress
- Bekkenløsning
- Migrene og hodepine
- Urinveisinfeksjoner
- Snu seteleie til hodeleie
- Nedstemthet og lettere depresjoner
- Angst for fødsel

Fordelen ved å løse disse problemene med akupunktur er at man slipper medisiner, som i mange tilfeller er i strid med det å være gravid. Mange gravide får opplyst hos sin lege at de nevnte plager ikke kan behandles, men er noe de må leve med.

## FØDSELSFORBEREDENDE AKUPUNKTUR

Modning og fødselsforberedende behandling starter fra ca. uke 35 i svangerskapet. Denne behandlingen har vist seg både erfaringsmessig og ved forskning å hindre overtid, korte ned lengden av fødselen og generelt styrke den gravide før fødselen.

## ETTER FØDSEL

Ammeproblemer, for eksempel for lite morsmelk. Manglende overskudd, svimmelhet og nedstemthet. Hemorider og forstoppelse. Hos barna er spedbarnskolikk og søvnforstyrrelser vanlig, og akupunktur har god effekt også her.

## ANDRE KVINNERELATERTE PROBLEMER

Infertilitet (barnløshet), PMS (menstruasjonsplager), plager i overgangsalderen som hetetokter og nedstemthet.