

Bakgrund

Illamående och kräkningar uppstår frekvent under graviditetens tre första månader. Detta förorsakar problem både i arbetslivet och i det privata levernet. Den exakta etiologin för dessa symtom är inte klarlagd. Behandlingen är ofta begränsad till symtomatisk behandling som dietkost och psykiskt stöd. Många gravida kvinnor är motståndare till antiemetiska medel på grund av eventuella biverkningar. Under de senare åren har intresset för det terapeutiska värdet av akupressur ökat. Akupressur bygger på manuell stimulering med fingrar eller stimulering via ett konstant tryck med t ex ett elastiskt armband med en knapp som trycker på en akupunkturpunkt. P6-punkten, som sitter på undersidan av underarmen, tre cm från handleden, tros vara den punkt som vid stimulering kan reducera illamående och kräkningar förorsakat av sjösjuka, graviditetsillamående, postoperativt illamående samt illamående förorsakat av kemoterapeutika. Syftet med denna studie var att jämföra den antiemetiska effekten av akupressur på P6-punkten i en grupp med friska, gravida kvinnor med normal graviditet som led av illamående och kräkningar, med en grupp kvinnor i samma situation som fick akupressur på en placebopunkt. Illamåendet följdes också i en grupp friska, gravida kvinnor med normal graviditet som led av illamående och kräkningar utan någon behandling.

Metod

Kvinnorna informerades skriftligen om studien på mödravårdscentalen och fick efter medgivande om deltagande dra ett kuvert vars innehåll visade vilken grupp kvinnorna skulle tillhöra. Alla kuverten innehöll ett frågeformulär där kvinnorna besvarade frågor före behandling, efter en dag, tre dagar, sex dagar och efter 14 dagars behandling.

Resultat

I studien deltog 60 kvinnor, 20 kvinnor i varje grupp. Alla med normal graviditet som medförde illamående och kräkningar. Studien visar att akupressur på P6-punkten har en antiemetisk effekt i jämförelse med akupressur på en placebopunkt och med jämförelse av illamåendet hos en grupp kvinnor utan någon behandling alls. Kvinnorna som fick behandling på placebo punkten upplevde i medeltal att illamåendet sjönk med ca 30% under de sex första dagarna därefter ökade illamåendet igen. I gruppen där kvinnorna fick behandling på P6-punkten hade illamåendet sjunkit med 50%, jämfört med illamåendet före behandling, efter 14 dagars akupressur.

Sedan årtusende tillbaka använder kineserna akupressur och akupunktur för att läka eller hjälpa kroppen vid olika sjukdomar och besvär.

Genom att trycka på akupressur-punkten Nei Kuan (även kallad P6) så tar man helt bort eller lindrar illamående vid t.ex sjösjuka, åksjuka, graviditetsillamående. Elastiska Sea-Band fästes kring handlederna och med hjälp av en plastkula trycker man ner Nei Kuan.

På bl.a Svenska sjukhus använder man Sea-Band mot illamående efter operationer samt vid kemoterapibehandlingar