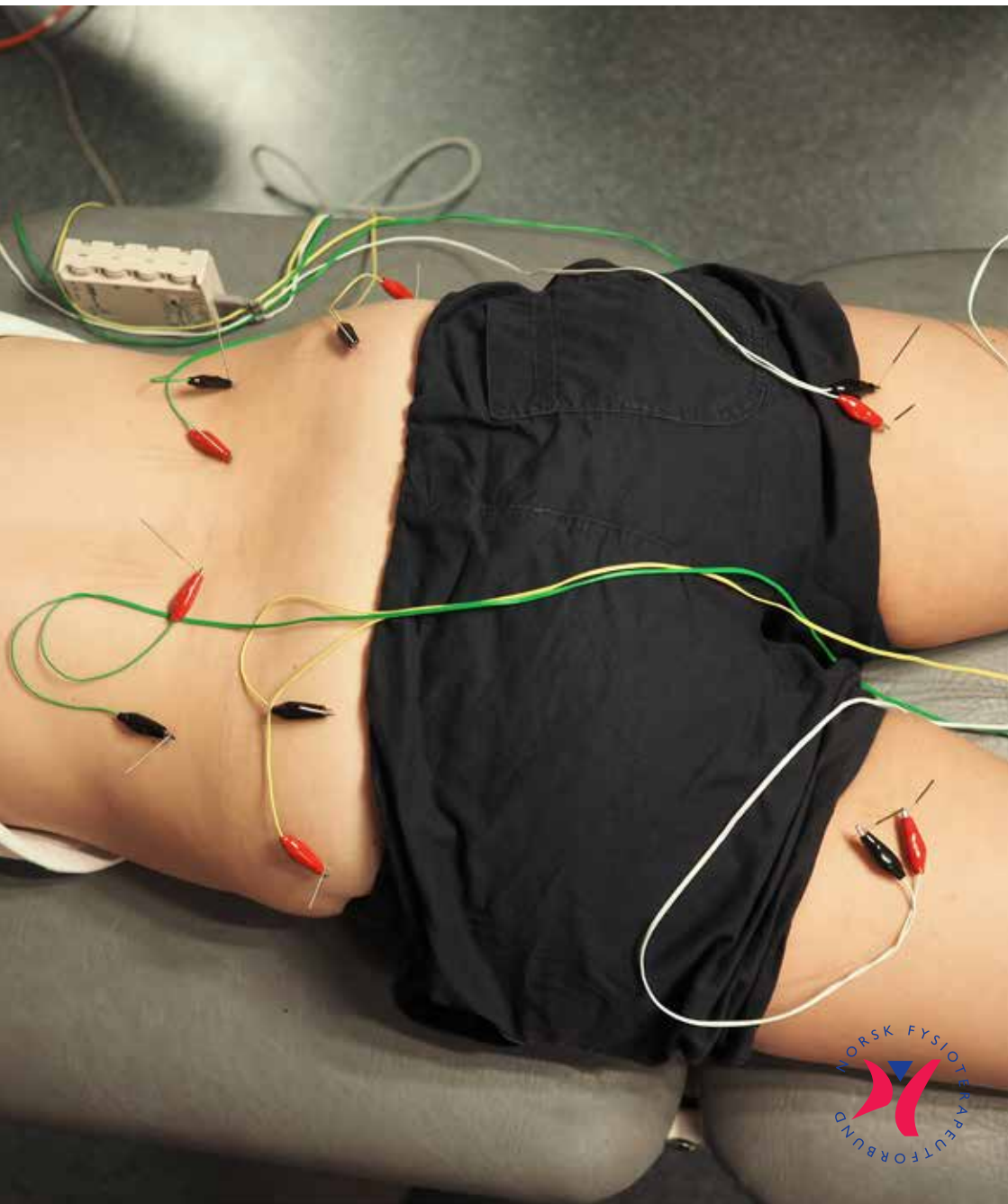
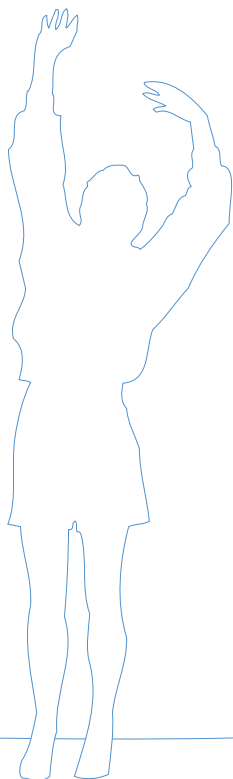
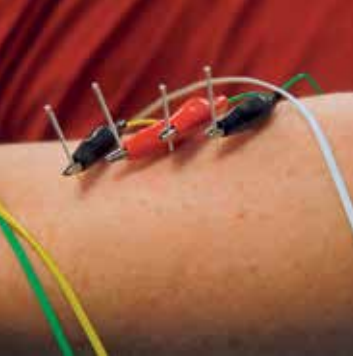


# NÅLEBEHANDLING I FYSIOTERAPI





## Hva er fysioterapi?

Fysioterapeuter er autorisert helsepersonell med høyskoleutdanning og et selvstendig vurderings- og behandlingsansvar. Vi har bred kunnskap om sammenhenger mellom kropp, bevegelse og funksjon hos friske og syke, og om hvordan fysiske, psykologiske og sosiale faktorer bidrar til helse og sykdom. Målet vårt er best mulig bevegelses- og funksjonsevne for alle gjennom livet.

Fysioterapi er rettet mot både kroppslige og psykiske plager, samt tilrettelegging av livs- og arbeidsbetingelser. Fysioterapi bidrar til å bevare og fremme god helse i alle aldersgrupper. For hvert enkelt individ vurderer fysioterapeuten hvilke tiltak og metoder som egner seg best, for eksempel tilpasset trening og manuelle teknikker. En viktig oppgave for fysioterapeuten er å stimulere til læring og endring hos både friske og syke, slik at den enkelte selv kan forebygge sykdom og skade, og oppnå best mulig funksjon.

Fysioterapeuter har egne faggrupper på en rekke områder, deriblant nålebehandling i fysioterapi.

## Nålebehandling i fysioterapi

Nålebehandling er en terapeutisk behandlingsmetode hvor tynne nåler brukes i behandling for å redusere smerter og bedre funksjonen. Behandlingen er basert på kunnskap om anatomi, fysiologi, nevrofysiologi, sykdomslære og prinsipper for kunnskapsbasert praksis. Nålebehandlingen velges som et tiltak dersom den fysioterapeutiske undersøkelsen og pasientens brukermedvirkning tilsier at nålebehandling kan være hensiktsmessig.

Det finnes vitenskapelig dokumentasjon for flere nevrofysiologiske virkningsmekanismer ved nålebehandling. Forskning viser at nålebehandling kan ha god effekt for å redusere smerter i muskelskjelettsystemet. Nålebehandling praktiseres i hovedsak av fysioterapeuter.

## Krav til fysioterapeuten

Før behandlingen starter, kan du stille spørsmål til fysioterapeuten om vedkommendes kompetanse. Faggruppen anbefaler kun fysioterapeuter som har opplæring i regi av Norsk Fysioterapeutforbund, og som tilfredsstillter forbundets kompetansekrav.

## Behandlingen

Behandlingen blir lagt opp basert på pasientens plager og funn i fysioterapeutens undersøkelse. Selve behandlingen utføres ved at behandleren stikker nåler gjennom huden på relevante steder på kroppen. Antallet nåler som brukes, og tiden nålene står i kroppen, varierer fra noen få minutter til 20 minutter. Ofte brukes elektroterapi på nålene. Behandlingen skal ikke være smertefull.

**Forskning viser best effekt for smerter i muskelskjelettsystemet.**





**Når nålen er riktig plassert, skal pasienten kjenne et press eller en dump følelse i området der nålen står.**

## Hva kan nålebehandling hjelpe deg med?

Smertelindring og bedret funksjon er hensikten med behandlingen. Nålebehandling kombineres gjerne med andre behandlingsformer, informasjon og veiledning i øvelser.

Kunnskap om kroppens anatomi, fysiologi, nevrofysiologi og sykdomslære står sentralt i utøvelsen av nålebehandling. Sammen med pasienten setter fysioterapeuten et mål for hva som skal oppnås gjennom behandlingen.

## Gjør nålebehandling vondt?

Nålebehandling skal ikke være smertefull. Noe ubehag vil nok noen oppleve, men de fleste vil bare kjenne et lite stikk når nålen føres gjennom huden. Noen ganger kan pasienten kjenne ett press eller en dump følelse i området der nålen er plassert.

## Bivirkninger

Nålebehandling kan gi bivirkninger, men alvorlige bivirkninger er sjeldne. Fysioterapeuter med god kunnskap i anatomi, og som har vært gjennom et opplæringsprogram i regi av Norsk Fysioterapeutforbund, vil utøve nålebehandling på et høyt faglig nivå. Slik vil faren for bivirkninger reduseres.

**... det er  
stadig flere  
fysioterapeuter  
som driver med  
nålebehandling**

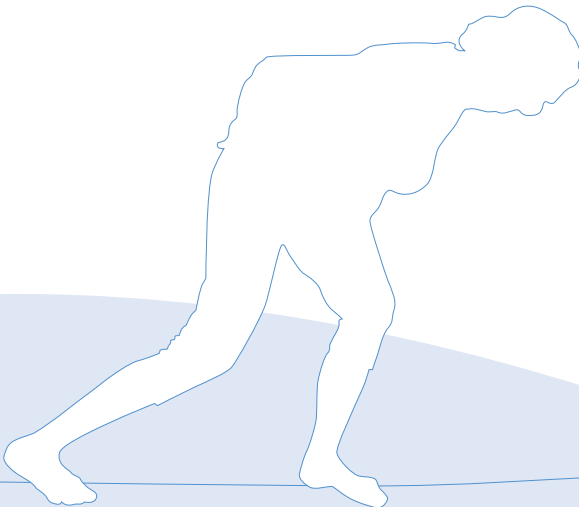
**Visste du at...**

## Fysioterapeuter med spesiell kompetanse i nålebehandling

Det er stadig flere fysioterapeuter som driver med nålebehandling, både selvstendig næringsdrivende og ansatte fysioterapeuter. Du finner dem

- på private institutter.
- i kommunehelsetjenesten.
- i sykehus, ved føde-/barselavdelinger, samt gynekologiske avdelinger.
- i sykehus, ved revmatologiske avdelinger og rehabiliteringsavdelinger.
- i poliklinikker.

På [www.fysio.no/nalebehandling](http://www.fysio.no/nalebehandling) kan du lese mer om fysioterapeuter som bruker nåler i behandlingen.



**Nålebehandling  
gjør ikke vondt, og  
et høyt faglig nivå  
reduserer faren for  
bivirkninger.**

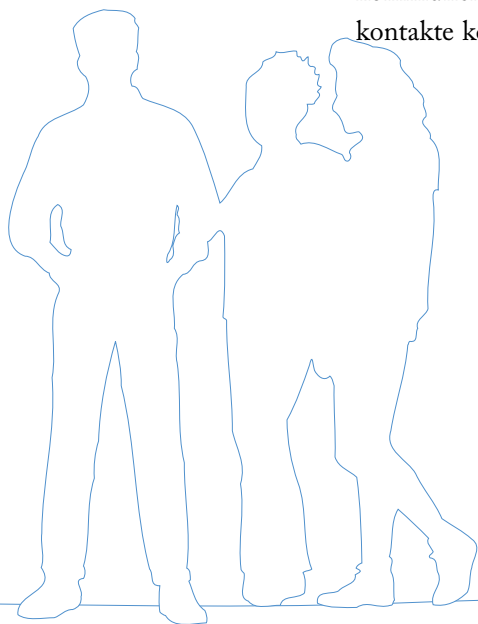


## Du trenger ikke henvisning

Du trenger ikke henvisning fra lege, manuellterapeut eller kiropraktor for å få dekt utgifter til fysioterapibehandling. Når du går til en fysioterapeut som har avtale med kommunen, betaler du bare en offentlig fastsatt egenandel. Overstiger egenandelene et fastsatt beløp, får du frikort for resten av året. For barn under 16 år og personer med godkjent yrkesskade er behandlingen gratis.

Du trenger heller ikke henvisning om du velger å gå til en fysioterapeut uten avtale med kommunen. Disse behandlerne bestemmer sine honorarer selv, de vil derfor variere, og du må betale hele honoraret selv. Egenandeler og frikort gjelder ikke.

For å finne ut om fysioterapeuten har avtale med kommunen, kan du spørre fysioterapeuten direkte, kontakte kommunen, eller spørre Helfo.



## NFFs faggruppe for nålebehandling i fysioterapi

Faggruppens formål er å:

- innhente, vurdere og formidle teoretisk og praktisk kunnskap om sensorisk stimulering med nåler, og om håndtering av smerter på et forskningsbasert og internasjonalt nivå.
- formidle kunnskap om fysiologiske virkningsmekanismer ved sensorisk stimulering med nåler og perkutan elektrisk nervestimulering.
- fungere som et lærings- og utdanningsmiljø for det spesialiserte fagområdet.
- bidra til løpende klinisk kvalitetsutvikling, yrkesutvikling, spesialisering og legitimitet.
- bidra til vitenskapelig orientering og forskningsutvikling innen fagområdet nålebehandling i fysioterapi.

Faggruppens fag- og virksomhetsområde er:

- klinisk diagnostisering av type smerte og identifisering av funksjonsproblemer ut fra ICFs biopsykososiale interaksjonsmodell.
- behandling av smerte i muskel- og skjelettsystemet med nåler.
- elektroterapibehandling av smerter med strømførende nåler.
- elektroterapibehandling av smerter med transcutan elektrisk nervestimulering (TENS).
- smertebehandling med aktive og passive tiltak i kombinasjon med nålebehandling.

På [www.fysio.no/nalebehandling](http://www.fysio.no/nalebehandling) kan du lese mer om faggruppen. Du finner også faggruppen på Facebook.



**NFFs faggruppe for  
nålebehandling i  
fysioterapi utvikler  
fagfeltet.**



Norsk Fysioterapeutforbund organiserer offentlig godkjente fysioterapeuter. Både selvstendig næringsdrivende og ansatte fysioterapeuter er medlemmer. NFFs medlemmer har en høy faglig og etisk standard i sin yrkesutøvelse, til beste for brukerne av fysioterapitjenester. Helsepersonelloven er sentral i utøvelsen av fysioterapi, inkludert nålebehandling.



NORSK  
FYSIOTERAPEUTFORBUND

*Faggruppe for nålebehandling i fysioterapi*

Boks 147 Sentrum, 0102 Oslo

Telefon: 22 93 30 50

nalebehandling@fysio.no · [www.fysio.no/nalebehandling](http://www.fysio.no/nalebehandling)