

Osteopati – handfast behandling

I Sverige går de flesta till husläkaren när de känner sig krassliga. Har man ont i nacken kanske man går till en naprapat eller en kiropraktor. Britter däremot går till sin osteopat vid båda dessa tillfällen. Vad beror det på och vad är egentligen en osteopat?

TEXT ANNA STRID FOTO PETER GRAHAM, JOHAN LINDGREN

Om osteopati

Osteopatin grundades av den amerikanske läkaren Andrew Taylor Still på 1880-talet. Efter att ha förlorat tre av sina barn i hjärnhinneinflammation började han, förmodligen som en del av sitt sorgearbete, att söka nya sätt att främja människans immunförsvår. Hans arbete resulterade i ett slags hälsohem där patienterna fick manuell behandling varje dag vilket visade sig vara framgångsrikt. Hans studier växte så småningom vidare och blev till den omfattande formen av osteopati som vi har idag. Tonvikten inom dagens osteopati är att återfinna kroppens balans och att få den att fungera optimalt.

Man skulle kunna tro att osteopati är en ny företeelse eftersom den är så lite känd i Sverige men så är inte fallet. Osteopati har funnits i USA sedan slutet på 1800-talet och idag är den en både erkänd och integrerad del av deras sjukvård. Även i andra länder som till exempel Schweiz, Nya Zeeland och England är osteopati den ledande formen av manuell medicin.

– Osteopati är en modern form av hälso- och sjukvård där all behandling utförs manuellt. Det betyder att vi uteslutande använder våra händer när vi arbetar. Vår behandlingsform har fokus på samspelet i kroppen och vår strävan är alltid att försöka återskapa och bibehålla balansen i kroppen, berättar Olof Johansson, studie- rektor vid Skandinaviska Osteopathögskolan i Göteborg.

Osteopatisk behandling

En osteopatisk behandling anpas-

sas efter varje enskild patient, vilket gör det svårt att tala om en

”typisk” behandling. Men klart är att patienten och dennes balans alltid är i fokus när man talar om osteopati. Det är ett

sätt att tänka och man lägger stor vikt vid diagnostisering och anpassning av tekniker till ett specifikt problem.

– Naprapater och i viss mån även kiropraktorer, behandlar ofta idrottsskador, vilket innebär att det då är tämligen friska kroppar som har fått akuta problem. Även osteopater behandlar akuta tillstånd men ofta tenderar våra patienter att ha haft sina skador



Olof Johansson

under längre tid och då går det inte lika snabbt att förbättra. Generellt sätt kan man säga att alla osteopater lägger ned mycket tid på att lära känna varje patient och en väsentlig del av vårt arbete går ut på att ta en fullständig sjukdomsberättelse, så kallad anamnes. När vi väl har gjort våra kliniska tester och ställt våra frågor har vi nämligen goda förutsättningar att kunna ställa en korrekt diagnos. Baserat på de upptäckter man gjort kan man sedan ta ställning till vilken behandling som är den bästa för att den berörda patienten åter ska komma i balans, förklarar Olof Johansson.

Mage, organ och strävan efter jämvikt

Osteopater har goda kunskaper om de inre organen och lägger stor vikt vid dessa. De tittar ofta på relationen mellan våra inre organ och rörelseorganen och hur dessa

kommunicerar via nervsystemet, något som inte är allt för vanligt.

– Överlag vet vi svenskar ganska lite om hur våra inre organ och tarmar ser ut eller fungerar. Våra inre organ är omsluta av bindvävshinnor och är fästade med ligament. Det gör att man via dessa delvis kan påverka organens cirkulation, nervförsörjning samt position. Det gör vi med var-samma, stretchliknande tekniker. Det kan liknas vid att vi ”smörjer kroppen” som man smörjer en bil-motor. Allt för att den ska fungera bättre, förklarar Olof Johansson.

Svenskar har traditionell syn på friskvård

I Storbritannien har osteopatin en stark ställning och många briter går i första hand till sin osteopat när de har ont eller är oroliga för sin hälsa. Det har förmodligen sin förklaring i att behandlingsformen funnits där under lång tid och



En osteopatbehandling anpassas efter varje enskild patient och dennes behov. Gemensamt för alla osteopater är att de har kunskap inom flera olika manuella behandlingstekniker. En osteopat utför aldrig några kirurgiska ingrepp och skriver heller inte ut några recept.

att man har flera universitet runt om i Storbritannien som utbildar osteopater.

– I Sverige har vi en tämligen ortodox syn på hälsa och den traditionella läkekonsten har en mycket stark ställning. Det gör att de flesta svenskar som kommer till osteopater idag gör det för att de inte får hjälp i den traditionella vården och därför aktivt sökt andra alternativ. Om jag fick bestämma skulle människor – precis som att man servar bilen en gång per år – gå till sin osteopat för att kontrollera att kroppen fungerar optimalt. Man behöver faktiskt inte vara sjuk för att komma till oss. Går man regelbundet har man bättre chanser att bibehålla sin rörlighet i kroppen och slippa kroniska åkommor, tipsar Olof Johansson.

Väntar på Socialstyrelsen Svenska Osteopatförbundet

arbetar för att yrket ska få samma status i Sverige som kollegorna runt om i världen har och man hoppas att samarbetet med den traditionella sjukvården kan fördjupas på sikt.

– Vår uppgift är att sprida kunskap om osteopati och att etablera vår yrkeskår i Sverige precis som naprapater och kiropraktorer har gjort. Vi är övertygade om att vi har mycket att tillföra den klassiska sjukvården och ser ljus på framtiden. Självfallet hoppas vi på att inom kort få vår legitimering



Andreas Graham

av Socialstyrelsen och bli erkända för det yrke vi utövar. Internationellt är osteopater sedan länge en erkänd yrkeskår och just i detta nu håller en

gemensam EU-standard för utbildningar och yrket på att arbetas fram, berättar Andreas Graham, ordförande i Svenska Osteopatförbundet.

Många men inte alla får hjälp

Alla är välkomna att besöka en osteopat – men det inte säkert att man får behandling. En osteopat verksam i Sverige får nämligen inte behandla barn under åtta år och man behandlar aldrig, oavsett var i världen man är, personer som har akuta problem som kräver kirurgi eller annan typ av akutvård.

– Vi lägger stor vikt vid att lära känna personens sjukdomshistorik och tittar på hur livet i stort ser ut med familj, arbete och andra faktorer som kan inverka på en persons hälsa. Vår anamnes är grundlig för att vi ska kunna ge rätt vård till varje enskild patient. Det innebär att om en patient uppvisar symptom som indikerar

hjärtfel, brutna ben eller något annat som inte ryms inom vårt område slussar vi omedelbart patienten vidare. En stor del av vårt arbete är just att ställa diagnos och sedan agera utifrån den. Ja, jag skulle nog säga att det är kanske den viktigaste och mest utmanande delen av vårt arbete. Men eftersom vi vet att hälsa tar tid, måste ett första besök hos oss få ta en timme, menar Andreas Graham.

Tips

Det finns två osteopatskolor med högs kompetens i Sverige. Den ena i Göteborg, den andra i Stockholm. För mer information besök gärna:

www.osteopatskolan.se

www.scom.se

www.osteopatforbundet.se

” Överlag vet vi svenskar ganska lite om hur våra inre organ och tarmar ser ut eller fungerar.”