

Naturmedisin og litt om historien bak

Naturmedisin, også kalt alternativ medisin, er naturprodukter som blir anvendt til medisinsk behandling.

Mennesket har gjennom mange tusen år benyttet seg av tilgjengelige mineralske og animalske produkter til å behandle sykdommer hos mennesker og dyr. Bruken av naturmedisin stoppet med fremveksten av den kjemiske industri som var i stand til dels å utvinne de virksomme stoffer fra naturmedisinen og dels syntetisere nye virksomme stoffer.

Med fremkomsten av et sykehusvesen, som fortrinnsvis holder seg til vitenskapelig dokumenterte metoder i behandlingen av sykdommer, medførte at naturmedisinen ble langt mindre utbredt og anerkjent.

Naturmedisin har likevel siden 1970-tallet gjenfunnet en vesentlig interesse uten for det etablerte sunnhetssystemet. I dag kan noen typer naturmedisin vise til dokumenterte resultater og benyttes i økende grad også innenfor legevitenenskapen.

Eksempler på naturmedisin er pilebark som er blitt benyttet som et smertestillende middel.

Pilebarken inneholder salicylsyre (Salix = pil), som i dag er den virksomme ingrediens i mange industrielt fremstilte produkter til smertebehandling.

På grunn av den økende interessen for naturmedisin og alternativ medisin, samt at naturmedisin i stor grad står utenfor offentlig kontroll, er det åpenbart viktig at pasienten selv kontrollerer den klinikken man velger å bruke for behandling. I værste fall kan du ende opp med uvirksom medisin eller feilbalansert medisin.

- Spør derfor etter referanser og dokumentasjon på kompetanse før du gjør ditt valg -

Om naturmedisin i korte trekk

Naturmedisin er en samlebetegnelse over flere ulike behandlingsformer som homeopati, akupunktur, urtemedisin, soneterapi for å nevne noen. Selv om mange av disse terapiene er relativt forskjellige har de noen fellestrekk. Naturmedisin er en samling av terapier som alle vektlegger kroppens egen evne til å bli frisk.

Alle vet vi at en god nattsøvn kan gjøre underverker. De aller fleste ganger vi føler oss uvel eller blir syke klarer kroppen å gjenopprette helsen på egenhånd. Disse behandlingsformene søker å stimulere kroppen til selv å ordne opp; hjelp til selvhjelp.

Et annet trekk er at man oppfatter kropp og sjel som en helhet. Alle tegn og symptomer vurderes som den beste respons kroppen er i stand til å gi ut fra sine forutsetninger på et gitt tidspunkt. Når en sykdom følges av en annen er dette derfor et uttrykk for endringer i den totale helsetilstand og ikke en tilfeldighet.

Man oppfatter pasientens sykdom, livsstil, tanker og følelser som et integrert uttrykk for pasientens helsetilstand og bevissthet. For å oppnå en bedre helse brukes ulike metoder til å øke pasientenes livskvalitet, bevissthet og vitalitet.