

Övergångsbesvär hos kvinnor

- en jämförelse mellan västerländsk medicin (VM) och traditionell kinesisk medicin (TCM)

VM:

Hur fungerar hormonflödet under kvinnans fertila period?

Inom VM ser man övergången mellan den fertila och den ickefertila perioden; den s.k. övergångsåldern/klimakteriet runt menopausen, främst som ett hormonellt skeende. Under kvinnans fertila period pågår en ständig växelverkan mellan hypofysen i hjärnan och äggstockarna. Härigenom styrs kvinnans fertilitet, ägglossning och menstruationscykel. Hypofysen är en liten struktur, som sitter på hjärnans underkant på Hypotalamus.

Under kvinnans fertila period utsöndras hormonet FSH (follikelstimulerande hormon) från hypofysens framlob (adenohypofysen). FSH reglerar äggcellsmognaden/follikelmognaden i äggstockarna. Ytterligare ett hormon är viktigt i denna process och det är hormonet LH (luteiniserande hormon). Dessa två igångsätter produktion av såväl östrogen som progesteron. När äggstockarna nås av dessa hormoner utför de en hormonell återkoppling (inhibin) till hypofysen och signalerar, att ägg mognar och att ägglossning kommer att ske. Så pågår förenklat hormonutsöndringen, som styr menstruationscykeln månatligen under hela den fertila perioden.

Vad är övergångsbesvär orsakat av?

Vid klimakteriet minskar halterna av könshormonet östrogen, som produceras i äggstockarna. Äggstockarna slutar också att producera ägg. Vanligen kommer kvinnan in i klimakteriet mellan 45 och 55 års ålder. När detta sker fortsätter hypofysen att som vanligt sända ut FSH. Kvinnans äggstockar kan dock inte längre sända sin återkoppling till hypofysen, eftersom det inte längre produceras östrogen i tillräcklig mängd och inte heller några ägg. I det läget ökar adenohipofysen sin utsöndring av FSH, som stressar äggstockarna ännu mer. Det är bl a dessa ökade FSH-halter som orsakar de besvär många kvinnor får under klimakteriet. Symtomen kan börja upp till 5 år innan menstruationen helt slutar och de varar vanligen 1-5 år. Hos många är oregelbunden mens det första symtomet på klimakteriet. Mensblödningarna kan också omvänt bli kraftigare.

Besvär:

- vallningar/svettning

Dessa kan vara av olika intensitet och vara besvärande i olika hög grad hos resp individ. De kan vara från några minuter upp till en timme. Många kvinnor har få besvär och under en kort tidsperiod medan andra kvinnor kan uppleva ett svårt lidande pga dessa vallningar under årat. Vallningarna kommer för många kvinnor ofta starkt nattetid och kan i många fall vara så besvärande att man ständigt vaknar upp och får en otillräcklig nattvila som följd. Sönnen blir totalt sett också ofta orolig.

- torr hud och torra, tunna slemhinnor

Många kvinnor i övergångsåldern upplever att deras slemhinnor såväl i munnen som i underlivet blir torrare än vanligt. Slidans slemhinna blir också tunnare. Samlag kan därför för en del kvinnor vara mycket besvärligt och smärtsamt. Muntorrheten besväras många, särskilt nattetid. Huden blir också ofta torr. Urinvägsinfektioner blir mer vanliga till följd av att urinrörets slemhinna blivit tunnare.

- ödem

Ytterligare besvär som kan uppstå under denna period i kvinnans liv, kan vara svullna ben, vristar och fötter. En del kvinnor blir också svullna i ansiktet.

- psykiskt

Kvinnan påverkas även mentalt av de sänkta östrogenhalterna och de ökade FSH-halterna. Hon kan uppleva ångestkänslor, panik och depression som kan förvärras om klimakteriet sammanfaller med någon påfrestande livshändelse som t ex att ett vuxet barn flyttar hemifrån, att hon skiljer sig etc. Tanken på att bli äldre och inte längre kunna skaffa barn kan också vara psykiskt påfrestande för en del kvinnor. Många har sömnbesvär pga en inre oro kopplad till nattliga vallningar/svettningar.

Behandling/biverkningar:

Behandlingen består i allmänhet av en kombination av östrogen och en syntetisk variant av progesteron. Man rekommenderar detta för att återställa mängden östrogen till de halter som rådde före klimakteriet. Om man endast tar östrogen ökar risken för att man drabbas av cancer i livmoderkroppen. Det beror på att slemhinnan i livmodern bygger på sig, vilket kan leda till cellförändringar. Detta är en av de vanligaste cancerformerna hos kvinnor och drygt 1000 nya fall per år noteras i Sverige. De flesta tumörer utvecklas i livmodersslemhinnan (endometriet). Tumörer kan också utvecklas i livmoderns muskelvägg. Inom VM säger man, att orsakerna till cancer i livmoderkroppen ännu inte är helt klarlagda.

Östrogen ges vanligtvis som tabletter, plåster eller som en kombination av båda. Tabletterna tas dagligen medan plåstren byts två gånger i veckan och skall sättas på olika ställen på huden var gång. Man kan också behandlas med gel, som man smörjer in sig med dagligen. Mot torrhet pga av minskad sekretion i slidan kan man också använda en östrogenkräm, som smörjs in. Östrogen kan också injiceras. Inom VM säger man, att för att få maximal nytta av östrogen/progesteron-behandlingen, bör man genomföra den under minst fem års tid. Om man håller på längre än 10 år, ökar emellertid risken för bröstcancer, har man konstaterat. När kvinnan blir äldre (ca 60 plus) kan hon få lågpotent östrogen för att slippa bortfallsblödningar men framför allt för att motverka torr slemhinna.

En stor undersökning gjord på ca 17 000 kvinnor i USA, presenterades 2002. Den blev finansierad av amerikanska staten och genomfördes av Women's Health Initiative. I testgruppen delades kvinnorna upp i två delar; hälften fick sockerpiller och hälften fick äta vanlig hormonersättning innehållande östrogen och progesteron. Studien avbröts i förtid 2002 (efter 6½ års testtid) och orsaken till detta var, att det visade sig, att de kvinnor som ätit hormonersättning löpte betydligt högre risk för bröstcancer. De uppvisade också större förekomst av hjärt- kärlsjukdomar såsom hjärtinfarkt, blodproppar, stroke och demens - tvärt emot

forskarnas förhoppningar. När resultaten från denna stora undersökning blev kända, dalade försäljningen av hormonersättning i USA. I Sverige åt, under den tiden, nästan varannan kvinna i de aktuella åldersgrupperna liknande preparat. Idag har försäljningen nästan halverats även i Sverige (sedan 2002). Den nya analysen publicerades i det senaste numret (medio mars 2008) av det amerikanska läkarsällskapets tidskrift JAMA. Den analysen undersöker vad som hände med kvinnorna under tre år efter det att studien hade stoppats och kvinnorna hade slutat äta preparaten. Det visade sig, att dessa kvinnor hade en tydligt förhöjd tendens till att utveckla bröstcancer. För dem var risken nästan en tredjedel högre än hos testgruppen som tagit sockerpiller.

På lång sikt kan låga östrogennivåer öka risken för benskörhet/osteoporos och hjärtkärlsjukdom. Före klimakteriet löper kvinnor mindre risk än män att drabbas av kranskärlssjukdom. Under och efter klimakteriet ökar risken avsevärt för kvinnorna.

Behandling inom VM kan vara:

- Östrogen-/progesteronpreparat
- Medicin som hjälper kvinnan av sova lugnare och bättre
- Antidepressiva läkemedel om nödvändigt
- Medicin mot muntorrhet
- Medicin/salva för att avhjälpa slemhinnetorrhet i underlivet
- Råd och samtal om:
- vikten av att få stöd från närstående
- vikten av livsstilsförändringar såsom motion, som minskar risken för hjärtkärlsjukdom
- att sluta röka och att äta nyttigt för att minska cancerrisken
- att dricka endast måttliga mängder alkohol och sluta röka för att minska risken för osteoporos samt i tillägg äta kalciumrik kost
- att göra avslappningsövningar

Biverkningar av östrogen/progesteron-behandling:

- Ökad risk för blodproppar
- Ökad risk för cancer i livmoder och bröst
- Acne och hudutslag (spec pga progesteronet)
- Illamående, huvudvärk, nedstämdhet/depression, ömma bröst, ödem, viktuppgång, ögonirritation vid användning av linser pga minskad mängd tårvätska

De sistnämnda biverkningarna (illamående etc) är enligt VM vanligen tillfälliga och försvinner efter 1-2 månaders behandling.

Risken för dessa biverkningar återgår totalt sett till normala nivåer först efter ca 5 år efter avslutad hormonbehandling.

TCM:

Hur fungerar hormonflödet under kvinnans fertila period och vad är övergångsbesvär orsakat av?

Inom TCM talar man inte specifikt om hormoner så som orsaken till fertiliteten, menstruationscykeln eller i nästa skede som orsak till övergångsbesvären. Istället ser man mer övergripande till helheten i hur organen samverkar på en energimässig nivå. Det kan kanske vara bra, att ge en kortfattad bakgrund till hur TCM ser på denna del av de mänskliga processerna?

När vi föds, har vi under fosterstadiet fått den dos av livsenergi/Qi, som vi har ärvt från såväl våra föräldrar som från våra förfäder. Genetiska förutsättningar för hälsa, sjukdom, livslängd och mycket mer. Denna

kallas "Bortre himlens Qi" och finns lagrad i barnets njurar.

Till denna tillförs ständigt under vårt liv den Qi, som vi tillägnar oss genom vårt sätt att leva; mat- och dryckesvanor, aktivitets- och sovvanor etc. Detta benämns Qi från "Främre himlen".

Inom TCM definieras organens funktioner annorlunda jämfört med fysiologin inom VM. Varje organ har sin representation bl a på kroppens utsida, där en kunnig och erfaren TCM-terapeut kan avläsa organens energimässiga tillstånd. När det gäller njurarna, så är deras manifestation i kroppen bl a huvudhåret, tänderna och skelettet. Funktionsmässigt tillhör även de sexuella funktionerna såsom potens och fertilitet njurens energiområde. När man är ung, stark och frisk är håret tjockt med fin lyster och glans. Är håret tvärtom tunt och torrt, så indikerar det brist av kraft (Qi) och vätskor bl a blodbrist enl TCM. Tunt, torrt hår kan man se även hos unga människor, som av olika skäl "bränner ljuset i båda ändarna". När man blir gammal mister håret sin spänst, tjocklek och även ursprungliga färg och blir alltmer grått/vitt. Det är inom TCM ytterligare ett tecken på att njurarnas kraft och energi börjar avta betänkligt.

Detsamma gäller tänderna; barn och ungdomar har oftast starka tänder som i stort sett sitter där de ska - stadigt. När man blir gammal blir tänderna mer sköra och lossar allt lättare och faller ur. En gammal människa tenderar att få en alltmer ihopkrumpt hållning i det att skelettet försvagas allt mer. Rygggraden har inte längre samma kraft att bära upp kroppen. Benskörhet förekommer oftare hos gamla människor än hos yngre. När man blir gammal och njurarnas kraft avtar, påverkar det ofta potensen och att det påverkar fertiliteten råder det ingen tvekan om. Alla dessa symtom är enligt TCM knutna till njurarna som organ och dess energipåverkan på kroppen.

Njurarnas funktioner enligt TCM är att ansvara för skapande av kraft och vitalitet. Njurarna kontrollerar och styr tillväxt, utveckling och reproduktion. Njurarna kontrollerar också strukturen i skelett och märg och dit hör också enligt TCM hjärnan, som är "märgens hav". Njurarna kommunicerar också med öronen/hörseln och när man blir gammal är det ofta ett av de sinnesorgan som försämras snabbt.

Jag vill här inkludera en del av ett mycket gammalt, kinesiskt citat, som belyser det sätt man ser på kvinnans livscykel och fertilitet. Citatet är hämtat ur **Su Wen, kap 1**.

"Kejsaren Huang Di frågar:

När människor blir gamla kan de inte få barn. Är det för att de har utarmat sin vitalitet eller är det naturligt?

Läkaren Qi Bo svarar:

När kvinnan är 7 år gammal, stiger njurarnas Qi till styrka och hon får nya tänder och håret växer sig längre.

Vid två gånger 7 år, blir hon fertil, Ren Mai (meridian) fungerar till fullo och Chong Mai (meridian) växer sig stark. Menstruationen kommer regelbundet och hon har möjlighet att bli gravid.

Vid tre gånger 7 år, vidgar och sprider sig njurarnas Qi och hon får visdomständerna.

Vid fyra gånger 7 år, är senor och skelett mycket fasta, håret når sin fulla längd och kroppen är kraftfull och stark.

Vid fem gånger 7 år, börjar Mai (pulsen) i Yang Ming (magens/tjocktarmens meridianer) att avta, ansiktet får rynkor och hon börjar tappa hår.

Vid sex gånger 7 år, kommer Mai i de tre Yang att avta i den övre kroppsdel. Hela ansiktet är rynkigt och hon börjar bli vithårig.

Vid sju gånger 7 år, är Ren Mai tom och den kraftfulla Chong Mai minskar successivt, hon är inte fertil längre, inget passerar längre jordens väg. Kroppen degenererar och hon kan inte få barn..."

"...Njurarna är mästare över vätskorna, mottager essenser från de fem Zang-organen (hjärta, lungor, mjälte, njurar, lever) och de sex Fu-organen (tunntarm, tjocktarm, urinblåsa, mage, gallblåsa, trippelvärmaren/San Jiao) och lagrar den. Om de fem Zang förmår upprätthålla sin stigande kraft, har man kraft att producera utlösning. Men om de fem Zang minskar blir senor och skelett slappa och kollapsar. Fertiliteten har nått sitt slut, hår och skägg blir vitt, kroppen blir tung, stegen inte längre säkra och man kan inte få barn längre."

Det här citatet visar endast det ungefärliga utvecklingsförloppet under livet för en kvinna. I denna uråldriga

text kan man dock utläsa hur viktig funktion njurarna har i en människas liv; för att säkerställa balans, god hälsa och fertilitet.

Inom TCM resonerar man således så, att när människan kommit upp i åren och inte längre har samma kraft kvar, har hon förbrukat en stor del av sin njur-qi. Det börjar då ta sig uttryck rent kroppsligt.

Behandling/biverkningar:

Behandlingen utgår ifrån en ingående anamnes, som tar 20-30 minuter vid det första besöket. Inom TCM ställs ett stort antal frågor om de flesta av livets sidor hos patienten för att terapeuten på så sätt skall kunna skapa sig en klar och tydlig bild av orsaken till symptomen, vilka naturligtvis kan vara betydligt fler än de som omnämns under "Besvär" i rubriken här ovan. Frågorna till patienten spänner över tiden från dennes fosterliv (vet hon något om hur moderns graviditet var och den egna födelsen?) genom barn- och ungdomstid samt fram till nuvarande tidpunkt. Tidigare sjukdomar, besvär av olika slag, trauman etc.

Efter utfrågning sker diagnosticering av de olika pulskvaliteterna och tungans utseende.

Radialispulsen kan hos en kvinna i klimakteriet vara full och stark (indikerar t ex hetta) på hjärtats position (vänster 1). Njurens position (vänster 3) kan vara svag, tom (Yinbrist). I tillägg kan en del kvinnor, som lider av övergångsbesvär ha viss anspänning och viss leverpåverkan, som kan ge upphov till en generell stränglik puls och då särskilt på leverns position (vä 2).

Tungan hos en kvinna med övergångsbesvär kan se ut sålunda:

- Röd, pga tomhetshetta
- Just ingen beläggning
- Horisontella sprickor pga yin-brist

(Det är viktigt att här poängtera, att detta endast är generella angivelser, som kan variera mycket beroende på helheten hos resp patient. Det kan ju vara så, att patienten även har en hel del annat med i bagaget, som också naturligt tar sig uttryck på de olika pulspositionerna såväl som på tungans utseende.)

TCM-läkaren Elisa Liao uppmanar alltid sina patienter att upphöra med intagandet av VM hormonpreparaten innan akupunkturbehandlingen påbörjas. Detta eftersom hon genom åren har sett, att problemen annars är svårbehandlade.

Behandling med akupunktur inom TCM kan vara:

- Stärka njurarnas yin på punkterna Nj 3, Ren 4 och Mj 6
- Stoppa svettningarna och lugna Shen och stärka hjärtats Yin med Nj 7 och Hj 6
- Lugna Shen med Du 20 och Sishencong, med nålarna riktade snett bakåt
- För att skingra Lr Qi stagnation, om detta är fallet, dispersera "Four Gates": Lr 3 och Tj 4

Kostråd inom TCM kan vara:

- Äta kokta grönsaker för att befukta kroppen/nära Yin. Exempelvis: råris, sötpotatis samt även rödbetor, som stärker mjälten och kroppen rent allmänt.
- Dricka mycket vatten
- Dricka grönt te, som befuktar kroppen

Allmänna råd kan vara:

- Generellt goda levnadsvanor för att stärka livskvalitén här och nu; stärka "Främre Himlens Qi"

När man dricker tillräckligt och inte för mycket, när det Yin i kroppen och hjälper Qi att cirkulera mer (i o m att man kissar mer). Qi blir härigenom mer harmonisk. Om man återskapar Qi-rörelsen så blir även känslorna lugnare och mer stabila. Det är viktigt att få patienten att sluta svettas, om detta är ett stort problem för henne. Dessa sammantagna faktorer när Yin; sova bättre, sluta svettas och bli lugnare

mentalt/psykiskt.

Efter ca 7-8 behandlingar bör patienten märka resultat

Biverkningar/effekter:

- Det sämsta som kan hända är väl i stort sett, att patienten inte märker någon skillnad alls efter behandlingarna
- En direkt effekt av behandlingen brukar vara, att patienten upplever en avslappning såväl fysiskt som mentalt
- I många fall avhjälpas vallningarna och torrheten samt sömnen förbättras.

Slutsats:

Klassificering av symtom enligt TCM

- vallningar

Detta är enligt TCM hetta. Svett är hjärtats vätska och vallningarna är ett symtom på att njurarnas Yin (tillhör vattnelementet enligt 5-elementsteorin i TCM) inte längre är tillräckligt starkt för att kunna balansera elden i hjärtat (som tillhör eldelementet enligt samma teori). När elden inte balanseras av vattnet, ökar den i styrka och börjar flamma. Patienten blir het och börjar svettas. Pga Yin-brist i njurarna, får Yang-kraften större utrymme och tar tillfället i akt att bredda ut sin värme som övergår i flammande eld. Detta tillstånd kallas tomhetshetta.

- torr hud och torra, tunna slemhinnor

Knutet till texten ovan, så påverkar överskottet av värme/Yang över tid hela kroppen, så att de olika delarna inte längre befuktas så som kroppen mår bäst av. Torka uppstår som en konsekvens såväl på huden som inne på slemhinnorna. Slemhinnorna behöver även fukt i tillräcklig mängd för att växa till sig.

- ödem

Såväl i VM som i TCM anses njurarna stå för vätskemetabolismen i kroppen. När njurarna har nedsatt funktion, är det inte ovanligt med ödem. Enligt TCM blir njurarna med åldern naturligt allt svagare och om de inte stärks på olika vis, har de inte kraft nog att utföra sin naturliga funktion som bl a är att sprida vätskorna till alla delar av kroppen. Vätskor tenderar sjunka nedåt om njurarna inte är starka nog.

- psykiskt

Det mentala hos människan inom TCM är knutet till hjärtat. Där härbärgeras själen, Shen och när allt är i balans i kroppen och i ens omgivning, icke minst socialt, så är Shen lugn och befinner sig i hjärtat där det har översikt över kroppens alla funktioner enligt det mångtusenåriga, filosofiska synsättet inom TCM. När man känner oro, rörs energin i hjärtat om och blir instabil. Omvänt, kan brist på vatten från njurarna göra så att hjärtats eld inte hålls i schack utan flammor. Vid båda dessa tillfällen påverkas Shen negativt och det kan ta sig många olika uttryck. Den goda sömnen är direkt beroende av en balanserad och lugn Shen. Själslig oro påverkar också hjärtats energier. Därför behandlas ofta hjärtats och/eller hjärtsäckens meridian när en mental påverkan finns med i bilden. För att lugna Shen.

Orsaken till att hon sover dåligt på natten, skulle man inom TCM anse bero på hetta. När obalans uppstår mellan motpolerna Yin och Yang, uppstår ett tillstånd av sjukdom/besvär/obehag i kroppen. Njurarna innehåller såväl Yin, som står för vätskor, befuktning, svalka och Yang, som står för värme. När njurarnas Yin avtar i kraft i takt med att kvinnan åldras, uppstår ett tillstånd av brist Yin. Det gör att Yang kan ta

överhanden och förvandlas från den naturligt värmande energin till en varm energi som får för stort utrymme. Den utvecklar då hetta och eld; s.k. tomhetshetta pga underskott på Yin.

Klassificering av VM-medicinering enligt TCM

- Östrogen lugnar ner vallningarna och kan därmed anses vara kylande/svalkande och befuktande. Det skapar även tillväxt i slemhinnor och i det avseendet kan det hormonet ses som essensskapare.
- Antidepressiva och sömnpreparat avtrubbar och lugnar hjärtat och Shen. Enligt TCM-synsätt är det i ett avseende också kylande, eftersom hjärtats eld slutar flamma och patienten blir lugnare såväl dag- som nattetid

Klassificering av VM-biverkningarna enligt TCM

- Blodproppar och olika former av cancer är stagnation av olika svårighetsgrad inom TCM. Första steget, när Qi-flödet inte är fritt i kroppen, är att det ansamlas fukt (ödem). Nästa steg blir en stagnation som, om den får kvarstå över tid, koncentreras alltmer och slutligen kan övergå till knölar/tumörer. En malign tumör är en mycket kraftig stagnation av Qi, blod och slem. Kombinationen av stagnation blod och slem gör det extra svårt att behandla maligna tumörer. Dessa stagnationer är svåra att lösa upp. Qi-stagnationerna kan ha sin bakgrund såväl i fysiologiska som känslomässiga orsaker. Det mentala är inom TCM nära knutet till det fysiska och man ser här ingen avgränsning mellan orsak och symtom - det är lika naturligt att en fysisk åverkan kan ge en skada såväl som en mental sådan.
- Acne och hudutslag. Acne är orsakat av hetta och om hudutslagen är röda/rodnade är orsaken densamma.
- Illamående beror på rebellisk Qi, som beger sig uppåt i st f nedåt
- Huvudvärk kan ha många orsaker, men kan bli bero på att leverns eld flammar uppåt
- Nedstämdhet/depression beror på mentala orsaker och inom TCM är då bli hjärtat/Shen involverat. Någon form av stagnation har uppstått. Tankarna har låst sig. Inom TCM är också mjälten viktig när det gäller dessa faktorer. Om man grubblar för mycket anses det skada mjälten och dess energinivå. Njurarnas känsla är vilja. Viljan är ett uttryck för en djup vitalitet, en vilja att leva och en spontan kreativitet. När viljan stiger (tack vare starka njurar) och tar kontakt med Shen skapas en vilja och en glädje till livet.
- Ömma bröst beror bli på en stagnation av Qi. Framför allt i leverns meridian, som passerar vid bröstet.
- Ödem beror, som tidigare nämnts, på att njurens kraft inte är tillräckligt stor för att omsätta vätskor. Njurarna kontrollerar vätskorna och har det övergripande ansvaret för hela vätskemetabolismen. Regleringen sker främst i samarbete med lunga och mjälte (samt även med tjocktarm, tunntarm, urinblåsa och trippelärmare/San Jiao). Njurarna reglerar dels cirkulationen av vätskor och dels mängden vätska som står till förfogande.
- Viktuppgång. Rent allmänt ser man viktuppgång som ansamling av fukt i kroppen. Det brukar bero på en svag mjälte, som inte kan omsätta vätskorna ordentligt. När vätskor ansamlas pga otillräckligt Qiflöde (Qi brist i mjälten) ansamlas fukt och det är vad man inom VM kallar övervikt/fetma.
- Ögonirritation (vid användning av linser pga) minskad mängd tårvätska. Här råder det brist på fukt. Trots

att östrogenet i flera avseenden tycks befukta kroppen, så kan en del patienter ändå känna av torka.

Ögonen

som organ är leverns manifestation på kroppens utsida. Kanske har levern en stagnation som gör att ögonen inte befuktas tillräckligt. Kan vara stagnation av såväl LrQi som t ex Lr blod.

Min slutsats blir, att det finns all anledning att prova på alternativ till östrogen- och progesteronpreparat samt även antidepressiva och insomningspreparat. De två sistnämnda utvecklar inte sällan ett långtgående beroende hos patienten. Kan man med hjälp av t ex akupunktur och olika typer av mental och fysisk avslappning igångsätta kroppens egna läkande och balanserande, intelligenta system, så finns det all anledning att prova på det.

Det är min förhoppning, att jag som terapeut skall kunna hjälpa många kvinnor att slippa lida mer än nödvändigt under deras klimakterieperiod.

Time will tell!

Lollo Modig
06MAR08

Källmaterial:

- Traditionell Kinesisk Medicin, Del 1 och 2, Pöyhönen
- A Manual of Acupuncture, Deadman, Al-Khafaji, Baker
- Stora Familjeläkarboken, översättning och bearbetning av leg läk David Eberhard (originalets titel: BMA Complete Family Health Guide, Dorling Kindersley Ltd., London 2002)
- Föreläsningssanteckningar Basmedicin (VM), 2003-2006, Thalamus Uppsala (Prof. Jan Westman, Med. Dr. Tommie Olofsson)
- Föreläsningssanteckningar TCM, 2005-2007, Akupunkturakademin Stockholm (B. Chin. Med. Jan Lindborg, B. Chin. Med. Peter Torssell, Med. Dr., Akupunktör Elisa Liao, Akupunktör Lena Kahn)
- Erfarenheter från patientdagar, Akupunkturakademin Stockholm
- Erfarenheter från praktik vid akupunkturkliniken "Nåler for Helse", Oslo (akupunktör Kari Fuglevaag)

Akupunkturakademin
epost: info@akupunkturakademin.se
<http://www.akupunkturakademin.se>