



Vetenskapligt genombrott för naprapati

[2007-05-22] Naprapati fungerar bättre vid rygg- och nackbesvär än rekommenderad och bevisat effektiv rådgivning av läkare, visar en ny studie från Karolinska Institutet. Studien är den första stora utvärderingen av naprapati - och öppnar för att behandlingsformen integreras i den vanliga vården.

Eva Skillgate, doktorand vid Institutet för miljömedicin, Karolinska Institutet, har i en studie jämfört effekten av naprapati med effekten av rådgivning av läkare enligt de riktlinjer som tidigare visats vara bäst vid rygg- och nackbesvär. Resultaten visar klara skillnader till fördel för naprapatin.



I studien om 409 patienter jämfördes två grupper av personer som led av besvär i rygg och nacke. Efter en läkarundersökning där allvarliga tillstånd kunde uteslutas lottades patienterna mellan två behandlingsalternativ. Hälften behandlades av naprapat och den andra hälften fick rådgivning och stöd av läkare i syfte att stärka patientens tro på sig egen förmåga att hantera besvären. Rådgivningen gick ut på att förmå patienten att röra sig även om det gör lite ont, och att leva ett så vanligt liv som möjligt.

Tolv veckor efter studiens start uppgav 57 procent i naprapatgruppen att deras tillstånd var "våldigt mycket förbättrat". Motsvarande andel i kontrollgruppen var 13 procent. 69 procent i naprapatgruppen och 42 procent i kontrollgruppen uppgav en tydlig smärtminskning, och 19 procent i naprapatgruppen och 7 procent i kontrollgruppen var helt återställda 12 veckor efter studiens start. Resultaten var liknande även när patienter med ryggbesvär och nackbesvär analyserades var för sig. De flesta patienterna hade haft sina besvär i mer än ett år.

Naprapati är ett speciellt system för att återställa funktion och minska smärtan i muskler och leder. Behandlingen är manuell, och naprapaten använder sig av manipulation och mobilisering av ryggraden och andra leder, samt mjukdelsbehandling som töjning och massage. Ofta kompletteras behandlingen med olika former av träning och rådgivning.

- I studien undersöktes en mycket vanlig typ av rygg- och nackbesvär. Resultaten öppnar för att naprapati kan integreras i den vanliga vården i högre grad än vad som görs i dag för dessa patienter, säger Eva Skillgate.

Publikation

Skillgate E, Vingård E, Alfredsson L.

Naprapathic manual therapy or evidence-based care for back and neck pain: a randomized, controlled trial.

Clinical Journal of Pain, 2007 Jun;23(5):431-9.

- [Länk till en engelsk sammanfattning i PubMed](#)

Senast uppdaterad av: Jenny Hermansson 2008-04-24

© Karolinska Institutet 171 77 Stockholm Tel: 08-524 800 00 Fax: 08-31 11 01
Org.nr: 202100-2973 VAT. nr: SE202100297301 [Kontakta KI Om webbplatsen](#)