



ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ

**ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΠΛΑΙΣΙΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ
ΤΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ**

I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Τις τελευταίες δεκαετίες εκδηλώθηκε έντονο ενδιαφέρον για τις ιατρικές εφαρμογές του βελονισμού στη χώρα μας όπως και στον υπόλοιπο κόσμο. Είναι αξιοσημείωτη η ποικιλομορφία της εφαρμογής όχι μόνο από τους γιατρούς αλλά από όλους τους επαγγελματίες υγείας . Από αυτή την πραγματικότητα απορρέει η αναγκαιότητα θεσμοθέτησης της εφαρμογής του βελονισμού.

Στην χώρα μας υπολογίζεται ότι έχουν εκπαιδευθεί περί τους 1500 ιατρούς, ενώ η μέθοδος εφαρμόζεται από ιατρούς βελονιστές σε κέντρα πόνου 23 Νοσοκομείων σε όλη την επικράτεια. Η θεραπεία καλύπτεται από τα ασφαλιστικά ταμεία των Δημοσιογράφων (ΕΔΟΕΑΠ) και της Τραπεζής της Ελλάδος και από ιδιωτικές ασφαλιστικές εταιρείες.

Ο βελονισμός έχει αποδειχθεί ασφαλής όταν εφαρμόζεται από άρτια εκπαιδευμένους επαγγελματίες μετά από πλήρη εξέταση και διάγνωση καθώς και τήρηση των κανόνων ασφαλείας και δεοντολογίας. Η αλληλοκάλυψη παροχών κάποιων επαγγελματιών υγείας οδηγεί σε σύγχυση τους ασθενείς. Η ασφάλεια των ασθενών απαιτεί την ακριβή και ξεκάθαρη οριοθέτηση χρήσης της μεθόδου.

Ιστορικό

Ξεκίνησε από την Κίνα ως μία από τις θεραπευτικές μεθόδους της Κινέζικης ιατρικής εκείνης της εποχής, ενταγμένη στη γνωσιακό και φιλοσοφικό σύστημα τους. Στο δυτικό κόσμο ήρθε περί τα τέλη του 1600 στην Ευρώπη και από εκεί στον υπόλοιπο κόσμο. Η εφαρμογή του Ιατρικού βελονισμού θεσμοθετήθηκε για πρώτη φορά στην Ευρώπη το 1951 και συγκεκριμένα στη Γερμανία από τη Γερμανική Ιατρική Εταιρεία και έκτοτε έχει εκπαιδεύσει πάνω από 10.000 ιατρούς όλων των ειδικοτήτων.

Παγκόσμια ο Ιατρικός Βελονισμός εκπροσωπείται από την διεθνή Ιατρική Εταιρεία Βελονισμού και συναφών τεχνικών (ICMART)με έδρα της Βρυξέλλες και έτος ίδρυσης το 1983, με 80 μέλη ιατρικές εταιρείες παγκοσμίως (55 ευρωπαϊκές).

Επίσημος εκπρόσωπος του Κτηνιατρικού Βελονισμού είναι η διεθνής Κτηνιατρική Εταιρεία Βελονισμού IVAS στην Αμερική, από το 1974.

II. ΟΡΙΣΜΟΙ

Ο όρος βελονισμός αναφέρεται στην εισαγωγή των ειδικών βελονών σε συγκεκριμένα σημεία του σώματος με σκοπό τη θεραπεία συμπτωμάτων/νόσων, την πρόληψή τους και τη διατήρηση της υγείας.

i. Μηχανισμός Δράσης

Βελονισμός είναι μια περιφερική ιστική διέγερση που μεταδίδεται στο ΚΝΣ και περιγράφεται με την νευροφυσιολογία. Ο βελονισμός ως μέθοδος περιφερικής αισθητικής διέγερσης (νευροδιέγερσης), προκαλεί αλλαγές που αφορούν στην αισθητικότητα, την διεγερσιμότητα, την λειτουργία του αυτόνομου νευρικού συστήματος, τα επίπεδα ορμονών και την ανοσολογική απάντηση, με θεραπευτικό στόχο τις αλλαγές σε επίπεδο εγκεφαλικών πυρήνων, νευρικών αξόνων και λειτουργικών νευρωνικών δικτύων.

Σε πρόσφατες μελέτες σχετικά με την επίδραση του βελονισμού στην διέγερση του εγκεφάλου με τη βοήθεια της λειτουργικής μαγνητικής τομογραφία fMRI και της τομογραφίας με εκπομπή ποζιτρονίων PET διαπιστώθηκαν τα εξής: μεγάλες και συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου ενεργοποιούνται και απενεργοποιούνται, όταν εφαρμόζεται βελονισμός σε ορισμένα σημεία στον άνθρωπο και στα ζώα.

Ο βελονισμός, με ή χωρίς ηλεκτρική διέγερση, μεταφέρει τα ερεθίσματά του στα ειδικά όργανα, μέσω του Αυτόνομου Νευρικού Συστήματος σε ορισμένες περιοχές του εγκεφάλου και σε άλλους ιστούς, με αποτέλεσμα να προκληθεί έκκριση ενδορφινών. Η αύξηση των ενδογενών οπιοειδών είναι η αιτία που ο βελονισμός να ανακουφίζει από τον πόνο, την κατάθλιψη και τις αλλεργίες. Επίσης σημαντικό ρόλο στην αναλγητική δράση του βελονισμού παίζουν και οι νευροδιαβιβαστές, που παράγονται σαν απάντηση του οργανισμού στο δερματικό ερεθισμό μετά την είσοδο της βελόνας με κυριότερους εκπροσώπους τη σεροτονίνη, την νορεπινεφρίνη και το GABA. Εκτός όμως από τις αναλγητικές ενδογενείς ουσίες που εκκρίνονται με το βελονισμό, έχει διαπιστωθεί η αύξηση των επιπέδων και άλλων ουσιών που συμμετέχουν έμμεσα στο θεραπευτικό αποτέλεσμα όπως κορτιζόλης, ACTH και προσταγλανδινών. Τα σημεία βελονισμού στη περιφέρεια περιλαμβάνουν περιοχές με μεγάλο πληθυσμό αισθητικών υποδοχέων και ιδιουποδοχέων, κινητικά σημεία των μυών και ίνες του αυτόνομου νευρικού συστήματος. Η διέγερση αυτών των δομών προκαλεί τοπικές, τμηματικές (νωτιαίες) και υπερνωτιαίες αλλαγές, ανάλογα με την επιλογή σημείων βελονισμού και συγκεκριμένης τεχνικής εφαρμογής.

Τοπικές αλλαγές: αναλγησία, αγγειοδιαστολή (P και CGRP), αύξηση αιματικής ροής, ιστική αναγέννηση, μυϊκή χάλαση (μέσω αξονικών αντανεκλαστικών), εξισορρόπηση ιδιοδεκτικής αισθητικότητας και αποκατάσταση της λειτουργίας των αρθρώσεων.

Τμηματικές αλλαγές στις αισθητικές, κινητικές και αυτόνομες «πύλες» των αντίστοιχων οπισθίων, προσθίων και πλαγίων κεράτων του νωτιαίου μυελού: διαμόρφωση των σημάτων πόνου και άλλων αισθητικών σημάτων επικριτικής και πρωτοπαθούς αισθητικότητας σε νωτιαίο επίπεδο, ομαλοποίηση του μυϊκού τόνου μέσω του νωτιαίου χιαστού αντανεκλαστικού τόξου και ομαλοποίηση της νωτιαίας συμπαθητικής και παρασυμπαθητικής δραστηριότητας.

Υπερνωτιαίες νευροτροποποιητικές αλλαγές: έλεγχος της αισθητικής τροποποίησης μέσω κατιόντων συστημάτων αναλγησίας, νευροενδοκρινικές αλλαγές, έλεγχος της ανοσολογικής απάντησης, έλεγχος του συστήματος του στρες και της συναισθηματικής αντίδρασης σε ασθένεια και πόνο (τα κέντρα που ενεργοποιούνται ειδικά με τον βελονισμό είναι ο μεγαλοκυτταρικός και ο πυρήνας ραφής της γέφυρας, η περιδραγώγιος φαιά ουσία, ουπομέλας τόπος, το σύστημα της υποθαλαμο-μεταιχμιακής περιοχής , υποθαλαμο- υποφυσιακό επινεφριδικό σύστημα (PNEI).

ii. Μικροσυστήματα βελονισμού

Τα μικροσυστήματα βελονισμού είναι εφαρμογές βελονισμού σε συγκεκριμένες ανατομικές περιοχές με κυρίως αντιπροσώπους τον ωτοβελονισμό και τον κρανιοβελονισμό.

Συναφείς τεχνικές

- **Ηλεκτροβελονισμός**

Είναι η χρήση συσκευών ηλεκτρισμού που συνδέονται με τις βελόνες βελονισμού.

- **Υγρός βελονισμός**

Είναι η έγχυση ουσιών κυρίως αναλγητικών, σε σημεία βελονισμού με συγκεκριμένο θεραπευτικό σκοπό.

- **Λέιζερ βελονισμός**

Είναι η χρήση συσκευών λέιζερ σε συγκεκριμένα σημεία βελονισμού.

III. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ

i. Περιγραφή

Ιατρικός Βελονισμός

Είναι η εφαρμογή της θεραπευτικής τεχνικής που καλείται βελονισμός στα πλαίσια της εξάσκησης της ιατρικής από έναν γιατρό που έχει λάβει την εξειδίκευση της θεραπευτικής αυτής μεθόδου.

Ο Ιατρικός Βελονισμός εφαρμόζεται ενταγμένος στην ιατρική πράξη, αποκλειστικά από ιατρούς, μετά από την εξειδίκευσή τους στο συγκεκριμένο αντικείμενο. Η εφαρμογή του υπάγεται στην ιατρική δεοντολογία και στις σύγχρονες αρχές της ιατρικής επιστήμης και της νευροφυσιολογίας.

Οδοντιατρικός Βελονισμός

Είναι η εφαρμογή της θεραπευτικής τεχνικής που καλείται βελονισμός στα πλαίσια της εξάσκησης της οδοντιατρικής από έναν οδοντίατρο που έχει λάβει την εξειδίκευση της θεραπευτικής αυτής μεθόδου.

Κτηνιατρικός Βελονισμός

Είναι η εφαρμογή της θεραπευτικής τεχνικής που καλείται βελονισμός στα πλαίσια της εξάσκησης της κτηνιατρικής από έναν κτηνίατρο που έχει λάβει την εξειδίκευση της θεραπευτικής αυτής μεθόδου.

ii. Εκπαίδευση

Σύμφωνα με τα διεθνή και έγκριτα πρότυπα απαιτείται συγκεκριμένη εξειδίκευση με 250 ώρες για τη βασική εκπαίδευση, θεωρητικής και πρακτικής κατάρτισης. Στην εκπαίδευση συμπεριλαμβάνονται όλα τα είδη βελονισμού. Η εκπαίδευση ολοκληρώνεται με τις τελικές εξετάσεις. Στα πλαίσια της συνεχιζόμενης εκπαίδευσης οι γιατροί-βελονιστές θα πρέπει να ακολουθούν το ισχύον σύστημα.

Πρόγραμμα σπουδών 250 ωρών με 13 ΔΕ (Διδακτική Ενότητα 20 ωρών)

1. Ορισμός και είδη βελονισμού (1 ΔΕ)
2. Νευροφυσιολογία (1 ΔΕ)
3. Σημεία βελονισμού και η εφαρμογή τους (6 ΔΕ)
4. Ηλεκτροβελονισμός (1 ΔΕ)
5. Μικροσυστήματα βελονισμού (1 ΔΕ)
6. Κλινικές εφαρμογές – πρακτική(3 ΔΕ)

Εκπαιδευτές βελονισμού

Διδάσκοντες βελονισμού πρέπει να είναι ιατροί εκπαιδευμένοι στο βελονισμό για τουλάχιστον 400 εκπαιδευτικές ώρες και να έχουν κλινικά εφαρμόσει το βελονισμό για μία πενταετία.

IV. ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ – ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ

Η εφαρμογή του ιατρικού βελονισμού πρέπει να ακολουθεί τις αρχές ασφάλειας καθώς και των επιστημονικών δεδομένων της σύγχρονης ιατρικής. Οι ιατροί αποφασίζουν σύμφωνα με την ιατρική δεοντολογία με γνώμονα το σεβασμό και το όφελος του ασθενούς.

Ο βελονισμός μπορεί να εφαρμοστεί ως κύρια θεραπεία επιλογής ή συνδυαστικά με τη λοιπή ιατρική θεραπεία.

Ενδείξεις

Κύριες ενδείξεις είναι: άλγος κάθε μορφής και λειτουργικά προβλήματα της κάθε ειδικότητας.

Ενδείξεις σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (WHO)
www.evidencebasedacupuncture.org/evidence-based-medicine/

V. ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Εργαλεία-βελόνες

Πρέπει να τηρούνται όλοι οι κανονισμοί ασφάλειας και υγιεινής ενός ιατρείου:

- i. στο ιατρείο
- ii. οι βελόνες να είναι αποστειρωμένες και μίας χρήσης και να καταστρέφονται μετά τη χρήση σύμφωνα με τη νομοθεσία
- iii. ο καθαρισμός των χεριών του ιατρού και της περιοχής που θα τοποθετηθούν οι βελόνες γίνονται με την ευθύνη του ιατρού
- iv. η πιθανή διαφυγή αίματος μετά το βελονισμό θα πρέπει να αντιμετωπιστεί από το γιατρό σύμφωνα με τους κανόνες ιατρικής ασφάλειας και ιατρικής δεοντολογίας
- v. ατυχήματα σχετιζόμενα με την εισαγωγή των βελονών πρέπει να καταγράφονται και να αναφέρονται με την ισχύουσα νομοθεσία .

Μεθοδολογία

Ο ιατρός είναι υπεύθυνος να ακολουθεί την ιατρική δεοντολογία και να:

- i. καταλήξει στη διάγνωση
- ii. ενημερώσει τον ασθενή για το θεραπευτικό πλάνο: αριθμό συνεδριών, διάρκεια και συχνότητα.

Αριθμός θεραπειών: συνήθως για τα χρόνια περιστατικά απαιτούνται 6-8 θεραπείες. Αν δεν υπάρχει κάποιο αποτέλεσμα η θεραπεία θα πρέπει διακόπτεται. Αν υπάρχει βελτίωση οι συνεδρίες μπορούν να παραταθούν σε σύνολο 12-15. Η συχνότητα εξαρτάται από τη βαρύτητα του περιστατικού. Συνήθως είναι τακτικές στην αρχή και αραιώνουν με τη πρόοδο της θεραπείας.

Διάρκεια θεραπείας: μέσος όρος 20 -30 λεπτά. Διάφορες τεχνικές μπορεί να αφορούν λίγα λεπτά με μέγιστο χρόνο 40 λεπτά.

iii. ο συνδυασμός του βελονισμού με ιατρικές συσκευές ηλεκτροβελονισμού ή λέιζερ απαιτεί την τήρηση των κανόνων ασφάλειας χρήσης και εξειδίκευσης των συγκεκριμένων συσκευών.

Ο ασθενής που υποβάλλεται σε θεραπεία βελονισμού από πιστοποιημένο εξειδικευμένο γιατρό βελονισμού μπορεί να γίνει δότης αίματος άμεσα.

EUMS

Το 2016 έγινε πρόταση ένταξης του Ιατρικού βελονισμού στην EUMS, European Union of Medical Specialties, ως διεπιστημονική εξειδίκευση- MJC- η οποία έγινε δεκτή και βρίσκεται στη φάση υλοποίησης.

VI. Διαδικτυακά Ιστολόγια Ενημέρωσης

- ICMART, International Council on Medical Acupuncture and Related Techniques, www.icmart.org
- AAMA, American Academy of Medical Acupuncture, www.medicalacupuncture.org AMAC, Australian Medical Acupuncture College, www.amac.org.au
- DAEGfA, German Medical Association, www.daegfa.de CAMDOC Alliance, www.camdoc.eu
- WHO, www.evidencebasedacupuncture.org/evidence-based-medicine/
- IVAS, International Veterinary Acupuncture Society, www.ivas.org
- WHO, www.evidencebasedacupuncture.org/who-official-position/
- PUBMED, www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=ACUPUNCTURE
- TEITHE, www.teithe.gr/modules/content/index.php?id=25