

OSTEOPATEN

www.osteopati.org



Jobber man annerledes
med toppidrettsutøvere
enn man gjør i allmenn-
medisin?

- Side 6

"Osteopatipodden"
Podcast fra
Osteopatistudentene ved
Høyskolen Kristiania

- Side 7

Hva tenker terapeuter
osteopati er, og hva
kan de tilby det norske
helsevesen?

- Side 8 og 9



Kjære lesere!

Vi sparker i gang årets tredje utgave. Tomas vil informere litt om hvordan vi ligger an i autorisasjonsprosessen. Dette er et tema veldig mange er opptatt av, enten om man ønsker en autorisasjon eller ikke.

Denne utgaven er forsynt med en rekke ulike artikler for enhver smak. Vi setter pris på deres engasjement og jeg mener at Osteopaten bør være et blad som omfavner flere synspunkter. Som det medlemsblad vi er, ønsker vi å levere et informasjonsblad med faglig oppdatering gjennom artikler fra og til våre medlemmer. Dette vil kunne lede til diskusjoner og ny informasjon for mange. Ellers ønsker jeg på vegne av redaksjonen å informere om at

Redaktørens hjørne

Osteopaten er et fag- og medlemsmagasin for medlemmer av Norsk Osteopatforbund. Redaksjonen vurderer innsendt materiale ut fra grunnleggende prinsipper om faglig relevans, etikk og etterrettelighet. Annonserer og forfattere er dog selv ansvarlig for innhold i artikler og annonser.

Formatet på neste utgave vil muligens være litt annerledes enn det dere holder i hendene nå. Bladet vil være på engelsk, for at det skal være leselig for alle Nordens land.

Vi har nemlig ambisjoner om å levere et nordisk blad én gang i året, i samarbeid med de andre landene. Dette blir veldig spennende for oss i redaksjonen og forhåpentligvis også for dere! Så her har dere noe å glede dere til. For øvrig håper jeg dere gleder dere over dette bladet også.

Vi ønsker fortsatt eksterne bidragsytere til bladet. Ta kontakt dersom du vil skrive for oss.

Mvh
Ingrid Nicander
Redaktør



Kjære medlemmer,

Høsten er her og for de fleste av oss betyr det full fers både på jobb og hjemme. Full fers er det også i NOF om dagen. Det er flere viktige områder vi i styret følger opp etter beste evne: autorisasjon, forsikringsdekning, registrering og etablering av nye medlemmer, kurs og fagdager, internasjonalt samarbeid, drift og økonomi. Det hender at vi må prioritere litt, men det er alltid rom for å ta kontakt og si noe om hva som er viktig for deg!

Mange fikk med seg at vi hadde en bra uke i Arendal, og tusen takk til alle som var aktive med delinger, kommentarer, heiarop og besøk på stand. Å bruke en uke i Arendal vurderer vi i styret fortsatt som viktig og helt riktig. Vi får fulgt opp mange av våre kontakter. Noen ganger korte glimt, andre ganger lange og gode samtaler. Arendalsuka har etablert seg som høstens store kick-off for politiske budskap, og vi gjør alt vi kan for å bli sett, hørt og husket.

Hva skjer så med søknaden vår? Akkurat nå er søknaden til behandling hos HDIR, og våre politikervener venter i spenning på deres vurdering. Vi har fortsatt bred og god støtte politisk, men lite skjer før svar fra HDIR er kommet. I det siste har vi også fått støtte i vårt arbeid fra et arbeidsutvalg i Nordisk Råd. De anbefaler at Sverige og Norges

Sjefen har ordet

regjeringer autoriserer osteopati, på lik linje med Danmark, Island og Finland. Dette er et resultat av det gode samarbeid vi har med våre nordiske kollegaer. Vi fortsetter med å være proaktive og har jevnlig kontakt med sentrale politikere.

Vi blir flere! Det kommer stadig nye medlemmer til NOF og vi teller nå rett under 400 medlemmer. Lykke til alle dere som er i gang med å bygge opp en klinikk eller annen jobb. Til dere nye – husk på å sørge for at NOF har riktige opplysninger slik at vi har orden på forsikring, mva fritak og kontaktinformasjon. Jeg vil også anbefale alle å vurdere hva andre forsikringer dere kan trenge (livforsikring, klinikkavbrudd, inventar, lokaler mm). Det er skjer uforutsette ting her i livet som kan koste mye.

Når dere leser dette er det sannsynligvis like før Nordic Osteopathic Congress i Göteborg, 12.-13. oktober. Jeg håper mange tar turen dit, det blir garantert bra. Litt senere i høst, 2. november, blir det NOF fagdag på HK. Tema er svimmelhet i tillegg til at vi skal få høre om PROMS (og det kan dere lese mere om i denne utgaven). Vi avslutter dagen med å vise dokumentaren «The science of Osteopathy», tid for mingling og kan hende det blir litt bobler i glasset. Det kommer flere kurs og fagdager i tiden fremover. Som alltid vil dere finne informasjon og link til påmelding på vårt medlemsforum.

Jeg ønsker dere alle en riktig god høst!

Tomas Collin

Kontaktinformasjon:

Koordinator: *Tomas Collin*,
Kjernåsvn. 13 A,
3142 Vestskogen

Redaktør: *Ingrid Nicander*
ingrid_nicander@hotmail.com
Tlf. 991 50 488

Faktura-
/postadr.: Norsk Osteopatforbund – NOF
c/o Optimal Regnskap AS
Orkdalsveien 67
7300 Orkanger

E-post: nof@osteopati.org
Webadresse: www.osteopati.org

Styret i NOF:

- Leder: Tomas Collin
e-post: leder@osteopati.org
Tlf. mob: 913 28 430
- Nestleder: Ronja Strømsborg Lund
e-post: ronja.lund@kristiania.no
Tlf. mob: 994 01 264
- Styremedlem: Christin Stormyr
e-post: cjstormyr@yahoo.com
Tlf. mob: 976 83 833
- Styremedlem: Matias K. Fjeld
e-post: mkfjeld@gmail.com
Tlf. mob: 988 36 312
- Styremedlem: Kim Andre Brandtzæg
e-post: post@brandtzægosteopati.no
Tlf. mob: 976 19 558
- Varamedlem: Ida Olaussen Bryn
e-post: bryn@baerum-osteopati.no
Tlf. mob: 920 56 986
- Varamedlem: Jonas Bjarnason
e-post: jonas_b30@hotmail.com
Tlf. mob: 401 00 574

Adresseforandring:

Viktig!

Ved utsendelse av mail til våre medlemmer, får vi stadig mailer i retur pga feil e-mail-adresser etc. Vennligst gi beskjed til oss umiddelbart når du skifter e-mailadresse! Det er selvfølgelig også viktig å melde om ny postadresse og telefonnummer.

Pasientbrosjyrer og profilartikler:

Kan bestilles i vår webshop via medlemsweb. Her finner du det du trenger av brosjyrer, markeds-materiell, skjorter mm.

Ordrer sendes fortløpende fra vår samarbeidspartner Norgesprofil.



NORSK
OSTEOPATFORBUND

Innhold:

Side 5:

PROMs – Patient reported outcome measures

Side 6:

Jobber man annerledes med toppidrettsutøvere enn man gjør i allmennmedisin?

Side 7:

Osteopatipodden

Side 8-9-10:

Hva tenker terapeuter osteopati er, og hva kan de tilby det norske helsevesen?

Side 10:

Oppdatering fra kurskomiteen

Side 11:

Presentasjon av Etisk Komité

Side 12-13:

Osteopati i lys av termodynamikk og væskekrystaller

Side 14:

Kursreferat: Still- og manipulasjonsteknikker v/Christian Fossum

Side 18:

"The Science of Osteopathy"

Side 20:

Hva rører seg i linjeforeningen? / Etikdens hjørne



EFFO-møte Madrid 20.-21. september 2019

Tekst: Christin JJ Stormyr



Representanter for NOF var Pål Andre Amundsen og Christin JJ. Stormyr.

Tema for høstmøtet var i stor grad viet videre arbeid med å få EFFE til å bli en organisasjon for medlemslandene der hovedtanken er å jobbe sammen mot anerkjennelse og regulering av osteopati som fag og autorisasjon av tittelen osteopat.

Medlemslandene har ulike behov for støtte da landene har ulike utfordringer. EFFE har 4 følgende arbeidsgrupper:

1: utdanning

Målet er å få god og anerkjent utdanning på universitetsnivå i alle europeiske land, - noe vi ennå er veldig langt fra å oppnå.

2: regulering

Statlig regulering og innlemming av osteopati i alle europeiske lands primærhelsetjeneste.

3: forskning

Det er behov for mye forskning på osteopati- relaterte områder, mange etterspør ikke bare svære RCT men også mer cost-benefit analyser som vil være nyttig inn mot politisk påvirkning.

4: kommunikasjon og markedsføring

Å få et mere enhetlig budskap ut om hvorfor helsevesenet trenger osteopater og å jobbe med kommunikasjon innad i osteopatsamfunnet.



I tillegg fikk vi presentert nye tall og statistikk fra PROMs, vi er bare i startfasen og har pr. nå ca. 2800 pasienter som har svart, men tallet

vokser daglig. Resultatene så langt er helt fantastiske men det ble diskutert endel feilkilder og det er behov for mer tid og flere besvarelser før man kan si noe mere bestemt. Vi gleder oss veldig til PROMS blir oversatt til norsk og vår medlemsmasse kan begynne å gi ut link til sine pasienter.

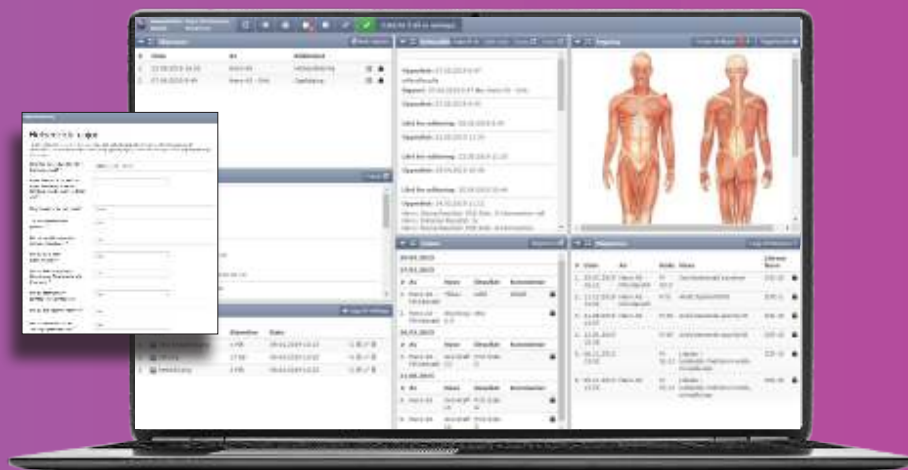
Oppsummert er vi i NOF veldig fornøyd med møtet og kontaktene ut i Europa som vi får via EFFE er veldig verdifulle for NOF i vår autorisasjonsprosess.

Christin JJ Stormyr
Osteopat D.O





HANO osteopat



Journalssystem på web tilpasset din klinikk



- Økonomi
 - Kunderegister
 - Online booking
 - Automatiske meldinger
 - Sikkerhet ihht. Helsenormen
 - Utviklet for osteopater
 - Elektronisk forsikringsoppgjør
 - Benyttes av over 1500 klinikker
 - Fri support med døgnåpen vakttelefon
- fra 200,- /mnd*

Les mer på: www.hano.no



PROMs – Patient reported outcome measures

Tekst: Tomas Collin



De kulturelt interesserte av oss har sikkert et forhold til «Proms». Britene har i årevis sørget for flotte musikalske opplevelser, med storslått avslutning i Royal Albert Hall hvor alle synger med i «Land of hope and glory». Den britiske forbindelsen i dette tilfellet er at «National Council for Osteopathic Research (NCOR)» i lang tid arbeidet med et pasient-rapporteringssystem for osteopati. I praksis er dette et spørreskjema hvor pasienter selv rapporterer data om sin helse før, under og etter behandling. Metoden er brukt på flere profesjoner og kartleggingsverktøyet er godt dokumentert.

Pasientene får tilgang til et online registreringsverktøy hvor de selv fører inn vitale data. Alt anonymiseres og samles i databank hos NCOR. I praksis har dette fungert godt ved at pasienter enten brukt et nettbrett på ventertommet, eller egen smarttelefon via tilsendt link på e-post. Det krever lite arbeid av den enkelte osteopat, og selve spørreskjemaet tar kort tid å fylle ut. Det osteopaten må gjøre er å spørre om pasienten ønsker å delta, og sørge for å sende link.

I godt fellesskap med våre europeiske kollegaer i EFFE har vi lenge fulgt med på hva arbeidet med PROMs i UK kan bety for oss. Et godt validert verktøy, egnet for å samle store mengder data om mulige behandlingseffekter, vil kunne gi oss verdifull informasjon. PROMs går ikke i dybden på enkelte diagnos-

er, men tar utgangspunkt i at en osteopat leverer osteopati. Det er derfor mulig å samle mye data om den alminnelige pasient, uten å knytte dette opp mot enkelte diagnoser eller standardisert behandling. PROMs er i full drift i UK og vi har fått tilgang til foreløpige rapporter som er veldig lovende. EFFE har vedtatt å støtte arbeidet med å bidra til piloter i en rekke land i Europa. PROMs «pakken» er oversatt til flere språk og det er allerede kjørt piloter i Belgia, Tyskland og Sveits. Pilotene er også her veldig lovende, og flere andre land er nå i gang med forberedelser til å starte PROMs. Sverige lanserer PROMs om kort tid.

Styret i NOF har satt i gang et arbeid mot lansering av PROMs også i Norge. Vi har derfor invitert Carol Fawkes, phd, fra NCOR til å presentere PROMs på fagdag 2. november. Her vil alle medlemmer få en god oversikt på hva PROMs er. I neste runde vil vi sette sammen all nødvendig informasjon om hvordan vi kan bli med. Verktøyet gir mulighet for å hente inn data på både mikro og makro nivå. Man kan med andre ord hente ut data på en klinikk, en region, et land og hele Europa. Her kan vi alle være med å bidra til å samle store og relevante data på osteopatibehandling, og samtidig få en verdifull tilbakemelding på vårt arbeid som osteopater lokalt, regionalt og nasjonalt.

Vi i styret håper at også dere syns dette er spennende, og at mange blir med!

Referanser

1. <https://www.ncor.org.uk/>
2. Fawkes CA, Leach CM, Mathias S, Moore AP. Development of a data collection tool to profile osteopathic practice: Use of a nominal group technique to enhance clinician involvement. *Man Ther.* 2013 Sep 4. pii: S1356-689X(13)00152-5. doi: 10.1016/j.math.2013.08.006. [Epub ahead of print] <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24119310>
3. Fawkes, C., J. Leach, Mathias S, Moore AP. The Standardised Data Collection Project: Standardised data collection within osteopathic practice in the UK: development and first use of a tool to profile osteopathic care in 2009. *Clinical Research Centre for Health Professions, University of Brighton*. Available at <https://www.ncor.org.uk/wp-content/uploads/2013/08/SDC-EXECUTIVE-SUMMARY.pdf>.
4. https://www.ncor.org.uk/wp-content/uploads/2013/05/standardised_data_collection_finalreport_24062010.pdf.
5. Fawkes CA, Leach CM, Mathias S, Moore AP. A profile of osteopathic care in private practices in the United Kingdom: A national pilot using standardised data collection. *Man Ther.* 2013 Sep 13. pii: S1356-689X(13)00154-9. doi: 10.1016/j.math.2013.09.001. [Epub ahead of print] <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24139392>

Tomas Collin
Osteopat D.O
MNOF





Jobber man annerledes med toppidrettsutøvere enn man gjør i allmennmedisin?

Tekst: Kim Andre Brandtzæg

Rosenborg har siden 1917 vært en bærebjelke i norsk idrett, og med sine 26 seriemesterskap er de Norges soleklart mestvinnende fotballklubb.

Klubben har i dag et bredt medisinsk team, både på A-laget og i ungdomsavdelingen. Totalt har klubben fire stykker med Osteopati-utdanning: Christian Torbjørnsen og Håkon Schwaabe er med hos A-laget, mens Ole Næss og Kim Andre Brandtzæg jobber i ungdomsavdelingen.

Vi setter oss ned med Christian Torbjørnsen på Brakka ved Lerkendal stadion, et sted som har vært med på å skape flere øyeblikk som har satt norsk fotball på kartet.

Hvem er du?

– Mitt navn er Christian Torbjørnsen. Jeg kommer fra Oslo, er 38 år – og jobber til daglig i det medisinske teamet til Rosenborgs A-lag.

Hvordan havnet du i Rosenborg?

– Jeg startet å jobbe i det medisinske teamet til Vålerenga samtidig som jeg gikk på fysioterapiutdanningen i Oslo. Jeg var innom Sandnes Ulf og Bryne som både spiller og terapeut før veien gikk videre til Hønefoss, hvor jeg hadde fullt medisinsk ansvar. Etter hvert flyttet jeg til Trondheim for å jobbe i Rosenborg.

Lang fartstid i fotballen

Christian, som har både utdanning i fysioterapi og osteopati, forteller om hvordan disse fagene på flere måter overlapper hverandre.

– Jeg har jobbet innen fotballen i 19 sesonger, og på veien skaffer man seg erfaring – og på mange måter skaper sin egen identitet som terapeut. Min tilnærming består av prinsipper fra både osteopati, fysioterapi, treningslæren med mer. Det kan være vanskelig å definere hvor man har lært akkurat det man benytter seg av der og da. Du står til syvende og sist igjen med en pakke hvor du prøver å bruke alt du kan – og tilpasse kunnskapen til den spilleren du prøver å hjelpe.

Jobber du annerledes med toppidrettsutøvere, enn du gjør i allmenn-praksis?

– Både og. Profesjonelle fotballspillere har helt andre fysiske krav enn mosjonister. Det og ha bransjekunnskap, å vite hvilke krav den



enkelte utsettes for hver dag i både trening og kamp er nødvendig for og kunne gi adekvat behandling og oppfølging. Men vi må aldri glemme at det i en garderobe sitter en gjeng med individer, med sin egen unike historie – og som vil respondere ulikt på behandling. Det å kjenne den enkelte gjør at du lettere vil kunne individualisere tiltakene, på samme måte som du gjør det i allmennpraksis. Idrettsfolk er også vanlige mennesker, og vil påvirkes av de samme faktorene som folk ellers.

Ytre faktorer kan spille en rolle

Et tema det kanskje snakkes for lite om innen idretten, er hvordan ytre stressfaktorer påvirker skaderisiko og prestasjoner innen idretten. Vi spør Christian om hvordan de vektlegger søvn, stress og andre livsstilsrelaterte faktorer i den daglige tilnærmingen:

– Det er veldig vanskelig å gi noe konkret svar på, og det spiller nok en større rolle hos noen. Vi må hele tiden sette det i sammenheng med den enkelte. Så lenge vi har med mennesker å gjøre, så må vi ta høyde for de

samme stressfaktorene som alle utsettes for. At en spiller for eksempel sover dårlig, vil påvirke restitusjonskvaliteten og kanskje gjøre vedkommende mer skadeutsatt. Vi i det medisinske teamet har til daglig en dialog hvor vi diskuterer belastning og lignende. Vi bruker også en elektronisk app, og prøver å følge opp spillerne på flere plan, både på individ- og gruppenivå.

Viktig med bransjekunnskap

Vi spør om det er vanlig å ha så mye som fire personer med osteopati-utdanning i en fotballklubb:

– Ikke i Norge. Osteopati-utdanningen har så mye bra at jeg mener den burde spille en naturlig rolle innenfor idretten. Det er likevel viktig å påpeke at vi som er i Rosenborg er her på grunn av at vi har relevant bransjekunnskap. Du kan potensielt løse fotballrelaterte problemer med flere grunnutdanninger, men det viktigste at du forstår hva som kreves for en fotballspiller, og hvilke rollekrav den enkelte har. Måten de belastet

Osteopatipodden

Tekst: Martin Stav Engedahl



Jobber man annerledes med toppidrettsutøvere enn man gjør i allmennmedisin?

på i en treningssammenheng kan være veldig forskjellig, noe som må speiles både i en trening- og rehabiliteringsprosess.

Lære seg garderobens mekanismer

- Hvis en spiller er skadet, så vil det sitte flere i samme garderobe som kanskje har hatt lignende skader. Det er da naturlig at det deles erfaringer, men det kan i noen tilfeller forvirre mer enn nødvendig. I tillegg til dette, så vil media til enhver tid være på deg for å finne ut når er du er klar til kamp igjen. Det er mange faktorer som kan øke stresset hos en spiller, og det er viktig at vi som medisinsk personell er tidlig inne å lage en plan sammen med den enkelte.

Viktig å forstå vår rolle

Et punkt Christian påpeker veldig nøye, er

hvordan du som terapeut må forstå din rolle i en spillers hverdag:

- Det er viktig å tenke over at det ikke er vi som gjør spillerne friske. Vår rolle er å hjelpe dem på veien, og veilede så godt som mulig. Det er likevel de som legger ned arbeidet. Det er ikke nødvendigvis slik at det er vi som har prestert hvis de kommer tilbake raskere enn antatt. Det kan til og med være slik at vi pusher dem for tidlig noen ganger. Det vet man aldri, og hver dag er en ny erfaring for oss som medisinsk personell.

Kim Andre Brandtzæg
Osteopat D.O
MNOF



Osteopatistudentene ved Høyskolen Kristiania lager podkast. Podkasten har fått navnet «Osteopatipodden» og har et populærvitenskapelig fokus som tar opp temaer fra osteopatien og muskel- og skjeletthelse.

Først og fremst skal podkasten være til nytte og glede for den alminnelige befolkningen ved å ta opp ulike temaer som er relevante som helseopplysning. Den kan også være aktuell for osteopatistudenter, osteopater, andre helseaktører og andre helsestudenter gjennom temaene som podkasten tar opp.

Podkast er et populært og moderne medium og formidlingskanal. Det finnes mange fagpodkaster som formidler fagkunnskap som opplysning til befolkningen og til andre aktører fra samme og lignende fagfelt. I Norge finnes det ingen podkast med osteopati som hovedtema og dette ønsker studentene ved osteopatiutdanningen å gjøre noe med. Derfor har de startet opp «Osteopatipodden».

Formidling av helsekunnskap er en viktig del av jobben for alle helseaktører. Formidling av god og oppdatert helsekunnskap og helseopplysninger vil kunne bidra til høyere helsekompetanse (health literacy) hos befolkningen. Dette er en del av samfunnsansvaret til fremtidige osteopater. Å lære formidling gjøres best i autentiske yrkessituasjoner. Studentene skal gjennom podkasten drive populærvitenskapelig formidling av helsekunnskap hvor til dels sammensatt og avansert kunnskap skal gjøres tilgjengelig og forståelig for den alminnelige norske befolkningen. Studentene er involvert i hele prosessen fra planlegging til publisering av episodene. De bestemmer temaene for hver episode, lager en gjennomføringsplan for episoden, finner ut hvordan temaene skal formidles og gjennomfører innspillingen i høyskolens podkaststudio.

I første episode prøver studentene å besvare spørsmålet: Hva er osteopati? For å finne ut hvordan de gjorde det kan du lytte til episoden som du finner på SoundCloud, iTunes og andre vanlige podkastapper.

soundcloud.com/osteopatipodden

Martin Stav Engedahl
Osteopat D.O
Høyskolelektor ved
Høyskolen Kristiania





Hva tenker terapeuter osteopati er, og hva kan de tilby det norske helsevesen?

Tekst: Øystein Tronstad

Gjennom vinduet

Samspeilet av politikk, terapeuter og brukere er med på å forme osteopatiens plass i det norske helsevesenet. Men hvordan ser andre helseprofesjoner på osteopati og hva vi kan bidra med? Det er et av flere spørsmål jeg har ønsket å se nærmere på i denne intervjuerien, og forhåpentligvis får vi et dybde blikk på oss selv – sett utenfra.

Merk, alle meninger er personlige for den enkelte terapeut. Intervjuobjektene er grovt utvalgt, med hensikt å få variasjon i geografi og bakgrunn.



Manuellterapeutens blikk

Navn: Simen Sletten

Alder: 31

Utdanning: Bachelor i idrettsvitenskap med spesialisering i fysisk aktivitet og helse, Norges Idrettshøgskole. Profesjonsbachelor i fysioterapi, UC Syd Danmark. Klinisk masterstudium for fysioterapeuter i manuellterapi, Universitetet i Bergen.

Praktiserer: Fysio- og manuellterapeut Volvat Nationaltheatret, Oslo.

Ut fra ditt kunnskapsnivå i dag, hva tenker du at osteopati er?

– En fremgangsmåte for å undersøke og behandle muskel- og skjelettapparatet, og indre organer? Mitt inntrykk er at det i hovedsak brukes manuelle teknikker.

01

Ut fra ditt kunnskapsnivå i dag, hva tenker du at osteopati er?

Hva tenker du skiller din egen praksis fra en osteopats?

02

03

Hvordan ser du på utvalget av terapeuter og helseprofesjoner i Norge i dag?

Hva tenker du at osteopati kan tilføre det norske helsevesenet?

04

05

Hva vil en eventuell autorisasjon av osteopati bety?

Hva tenker du skiller din egen praksis fra en osteopats?

– Det er ikke nødvendigvis særlig forskjell. Jeg tror at det er veldig personavhengig. Følger du med i faget så behøver ikke tittel å være av betydning. Det er likevel noen ting som jeg synes går igjen.

– Mitt inntrykk er at osteopater er mer biomedisinsk orienterte, og mindre biopsykososialt. De har god kompetanse på anatomi og biomekanikk, men det er mulig at det kan bli et for sterkt fokus på den patoanatomiske sykdomsmodellen? Osteopater tar også mulighets i bruk mer manuell behandling over en lengre periode. En fysioterapeut/manuellterapeut ville kanskje gradvis eksponert pasienten for fysisk aktivitet/trening etter noen få konsultasjoner, eventuelt unngått manuell behandling.

– Langvarig manuell behandling kan være med på å skape uhelse, da pasienten føler et behov for å få ting «fiks» av andre (økt ekstern locus of control). Undersøkelse og behandling av organer virker for meg helt søkt. Teorigrunnlaget her grenser for mye opp mot det alternative, etter min mening. Jeg vet ikke om dette praktiseres av osteopater nå for tiden.

– Jeg forstår at dette ikke nødvendigvis er representativt for alle osteopater, og det er ikke sikkert at mitt inntrykk er riktig. Fysioterapeuter og manuellterapeuter har også gjennom historien vært skyldig i å skape uhelse så vi har alle våre svin på skogen.

Hvordan ser du på utvalget av terapeuter og helseprofesjoner i Norge i dag?

– I utgangspunktet er det for mange aktører og det kan gjøre tilbudet uoversiktlig for brukerne. De pasientene jeg har snakket med synes at det er en jungel, og har ikke peiling på hva som er hva.

Hva tenker du at osteopati kan tilføre det norske helsevesenet?

– Ingenting som ikke er der fra før av, dessverre. Både manuellterapeuter, kiropraktorer og mange fysioterapeuter er spesialisert i muskelskjelettlidelser og har den samme kunnskapen.

Hva vil en eventuell autorisasjon av osteopati bety?

– En autorisasjon vil skape mer rot, både for pasientene og i helsevesenet. Jeg kan ikke se at dette på noen måte kan redusere muskelskjelettlidelser i Norge. Men det skal sies at jeg kjenner mange dyktige osteopater. Det rettfærdiggjør dessverre ikke en autorisasjon.



Fysioterapeutens blikk

Navn: Ørjan Nesse Vigdal
Alder: 32
Utdanning: Fysioterapeut Høgskolen i Bergen, 2011. Master OsloMet fra 2016.
Praktiserer: Colosseumklinikken Medisinske Senter, Oslo. Stipendiat OsloMet.

Ut fra ditt kunnskapsnivå i dag, hva tenker du at osteopati er?

– Min kunnskap er begrenset da jeg ikke kjenner utdanningsplanen deres. Forklaringen på osteopati.org om hva en osteopat er kunne like gjerne vært skrevet om en fysioterapeut, manuellterapeut, kiropraktor eller naprapat.

Hva tenker du skiller din egen praksis fra en osteopats?

– Igjen vanskelig å si. Det blir bare spekulasjoner, men det er mulig en osteopat velger mer benkebehandling enn en fysioterapeut?

Hvordan ser du på utvalget av terapeuter og helseprofesjoner i Norge i dag?

– Det er en salig miks av forskjellige terapeuter. Spesielt innen muskel- og skjeletthelse. Vi bruker nok mange av de samme teknikkene og forklaringsmodellene, og da blir det hele litt rotete når du skal ha forskjellige yrkestitler. Nå spekulerer jeg naturligvis igjen, men det er mulig at det er forskjeller mellom profesjonene når det gjelder hvordan

de forholder seg til evidensbasert praksis. For brukerne må det være forvirrende med alle de forskjellige terapeutene som forsøker å hjelpe de samme personene.

Hva tenker du at osteopati kan tilføre det norske helsevesenet?

– Dette er jeg naturlig nok usikker på da jeg ikke er godt nok kjent med hva dere faktisk gjør, som eventuelt er annerledes enn tilbudet som allerede eksisterer innenfor de autoriserte helseprofesjonene. Da tenker jeg på kiropraktikk og fysioterapi, og i tillegg spesialiseringene innen manuellterapi og psykomotorisk fysioterapi.

Hva vil en eventuell autorisasjon av osteopati bety?

– Det vil øke tilliten blant brukerne, og medføre en betydelig ansvarliggjøring av osteopaten som gruppe da de ikke lenger vil være sortert under alternativ behandling.



Kiropraktorens blikk

Navn: Jørgen Jevne
Alder: 35
Utdanning: Fysioterapi Høgskolen i Oslo 2008. Kiropraktikk Syddansk Universitet Odense 2014. Praktiserer: Hønefoss Kiropraktikk og Rehabilitering. Kåret til årets kiropraktor i 2018.

Ut fra ditt kunnskapsnivå i dag, hva tenker du at osteopati er?

– Jeg kjenner mange osteopater, men har ikke inngående kunnskap om utdanningen utover det generelle som er likt mellom de ulike yrkene. Jeg er forholdsvis godt oppdatert på litteraturen når det kommer til manuell behandling, og har lenge argumentert for at overlappingen mellom de forskjellige yrkene gjør at det blir vanskelig å hevde superioritet eller egenart kun ut fra utdanning. Sagt på en annen måte. Det blir diffust og uklart å spørre «hva er osteopati». Det viser seg gang på gang at forskjellene mellom yrkesgruppene er mindre enn vi tror. Jeg vet at mange osteopater praktiserer likt som meg selv, og at jeg igjen praktiserer forskjellig fra andre personer innad i min egen faggruppe.

Hva tenker du skiller din egen praksis fra en osteopats?

– En osteopat sin praksis er ikke en entydig størrelse. Det er ikke slik at alle osteopater praktiserer likt. Det gjør heller ikke alle leger, kiropraktorer eller fysioterapeuter. Selve bakgrunnen fra utdannelsen blir mindre og mindre viktig desto lenger du praktiserer. Mange formes av andre interesser som for eksempel trening eller ernæring. Det gjør at praksisen kanskje formes mer av interesser enn hva du ble utdannet til.

Hvordan ser du på utvalget av terapeuter og helseprofesjoner i Norge i dag?

– Kort sagt. Det bør fremstå som et paradoks at vi er flere helseprofesjoner og aktører enn noensinne, parallelt med at byrden av lidelsene som vi håndterer er større. Det burde være en ydmyk øyeåpner uavhengig av fagtilhørighet og gjøre at vi alle stiller oss noen ubehagelige spørsmål. Vi kan hvert fall, med temmelig stor sikkerhet, si at mer helsepersonell ikke har noen positiv innvirkning på folkehelsen. Selv om dette gjerne står i grell kontrast med hvordan vi opplever pasientene på kontoret, så er tallene nedslående på dette området. Jeg mener derfor at utdanningsinstitusjonene har et ansvar for å formidle dette, og gjøre fremtidig helsepersonell bevisst på hvilken rolle de potensielt spiller i denne utviklingen.

– Jeg opplever at utdanningsbakgrunn har lite å si når pasienten først er på kontoret. De oppsøker kanskje en fysioterapeut, kiropraktor eller osteopat. Men når pasienten først har satt seg ned og begynner å fortelle sin historie med alle de individuelle nyansene, så er

det x-faktoren som spiller størst rolle. Hvilken terapeut klarer å skape en god kjemi, et godt bånd, et profesjonelt miljø, for å ivareta pasientens narrativ på beste mulige måte? For pasientene så tror jeg at helsejungelen er forvirrende og frustrerende. Spesielt med sosiale medier som gjør helse enda mer kommersielt.

Hva tenker du at osteopati kan tilføre det norske helsevesenet?

– Dette er et vanskelig spørsmål. Fra deres ståsted har jeg full forståelse for at autorisasjon i seg selv er et viktig og riktig mål. Av årsaker jeg har skissert ovenfor er jeg mer i tvil på om osteopaten kan tilføre det norske helsevesenet noe mer enn hva som allerede eksisterer. Dette av den enkle årsak at osteopati ikke er et unisont tilbud som vil kunne måles i kroner og øre, på lik linje som de andre profesjonene. Det er litt av den politiske utfordringen, at vi jobber mer med menneskelig kapital i stedet for kroner og øre. Dette gjør det notorisk vanskelig å måle. Det er ikke tvil om at det finnes mange dyktige osteopater som kunne bidratt enormt én-til-én.

Hva vil en eventuell autorisasjon av osteopati bety?

– Autorisasjon vil naturligvis være en viktig bidragsyter til profesjonens profesjonalitet og anseelse. Det kan, på sikt, bety tilgang på flere rettigheter og muligheter som trygderettigheter og offentlig arbeid. Samtidig betyr autorisasjon større krav til den enkelte fagutøver og klinikere må finne seg i å bli regulert i større grad av myndigheter og kontrollorgan.



Naprapatens blikk

Navn: Håvard Kjølglum

Alder: 32

Utdanning: Naprapathögskolan Stockholm, 2015. Bachelor i Bevegelse- og idrettsviten- skap NTNU og Bond University, 2008-2010. Praktiserer: Naprapat ved egen klinikk Napra- pat Kjølglum- Trønderterapeutene avd. Høy- landet/Skage.

Ut fra ditt kunnskapsnivå i dag, hva tenker du at osteopati er?

– Ut fra det jeg har forstått dreier osteopati seg om behandling av muskel- og leddplager gjennom hovedsakelig manuell behandling, treningsveiledning og utdanning av pasient.

Hva tenker du skiller din egen praksis fra en osteopat?

– Jeg tenker at en osteopat driver relativt likt meg selv, men at det er sånn som i min yrkes-

gren at det er variasjoner i praksis mellom hvilke terapeuter du oppsøker. I de forumene hvor jeg oppsøker informasjon virker det som at osteopater har lik mening og holdning til muskel- og leddplager som meg selv.

Hvordan ser du på utvalget av terapeuter og helseprofesjoner i Norge i dag?

– Jeg opplever og forstår godt at pasienter blir forvirret rundt hva de ulike profesjonene gjør og hva som er forskjellene på dem. Det er ingen tvil om at det er et bredt spekter av ulike terapeuter og helseprofesjoner i dag. Jeg vil påstå at det kommer mer an på hvem du går til, ikke nødvendigvis hvilken tittel du oppsøker.

Hva tenker du at osteopati kan tilføre det norske helsevesenet?

– Forekomster av muskel- og leddplager øker stadig. Helsebransjen har fortsatt mye å gå på i hvordan dette kan håndteres best mulig. Jeg mener at osteopater, på lik linje med meg selv, kan være en del av denne håndteringen.

– Nå er forskning på behandling og ulike metoder komplisert, og vi vil vel aldri komme til noen standardbehandling av ulike plager som alle vil følge. Derimot er det viktig at forbundene til de ulike gruppene er med på å legge til rette for at medlemmene er så oppdaterte og samstemte som mulig.

– Jeg mener også at det er viktig med utdan- ning på tvers av yrkesgruppene. For eksempel foredrag for leger eller andre yrkesgrupper som vi deler pasienter med, for å minske usikkerheten om hvordan vi jobber. Det er viktig at alle i helsebransjen stadig holder seg oppdatert og tar til seg ny og pålitelig kunnskap. I tillegg vil kommunikasjon mellom de ulike yrkesgruppene være viktig for å min- ske forvirring og frustrasjon hos pasientene.

Hva vil en eventuell autorisasjon av osteopati bety?

– En autorisasjon vil kanskje ikke ha så mye praktisk betydning, men jeg tror at det vil ha mye å si generelt for samfunnet. At vi får en mer allmenn opplysning om hva osteopa- ti egentlig er, og at det blir løftet vekk fra stampelet som «alternativt».

Øystein Tronstad
Personlig Trener
Osteopatistudent



Oppdatering fra kurskommiteen

Tekst: Jonas og Christoffer



Vi har fått gjennomført et meget vellykket kurs med Christian Fossum i september, men tar med oss et par erfaringer derfra. Vi vil neste gang informere bedre om varigheten av kurset, da vi nå glemte å nevne at kurset gikk over to dager. Den blemma gjør vi ikke igjen. I tillegg ble det ytre ønske om å arrangere kurs utenfor det sentrale østlandsområdet. Dette er forslag vi tar med oss i videre plan- legging. Er det ellers forslag, eller ønsker for fremtidige kurs, tar vi gjerne i mot det til c.wanggaard@gmail.com.

Vi har ikke planlagt noen flere kurs i høst, men vi vil arrangere en lav-terskel workshop i forbindelse med fagdagen i november. Her blir tema svimmelhet, som også er tema for fagdagen. Vi møtes på Scandic Hotel Oslo City, søndag 3/11 klokken 0900. Her deler vi erfaringer og øver på hverandre. Vi ordner med benker og spiser felles lunsj-buffet på hotellet. Håper å se mange her! Ang vårens kurs har vi enda ikke klart noen eksakte datoer, men det ser ut som det kan

bli et kurs i Trondheimsregionen i januar/feb- ruar. Følg med på Osteopatisk forum NOF for påmelding, og annen info fra oss.

Ha en ellers deilig høst!
Jonas og Christoffer i kurskomiteen

Husk fagdag i høst!

2. november

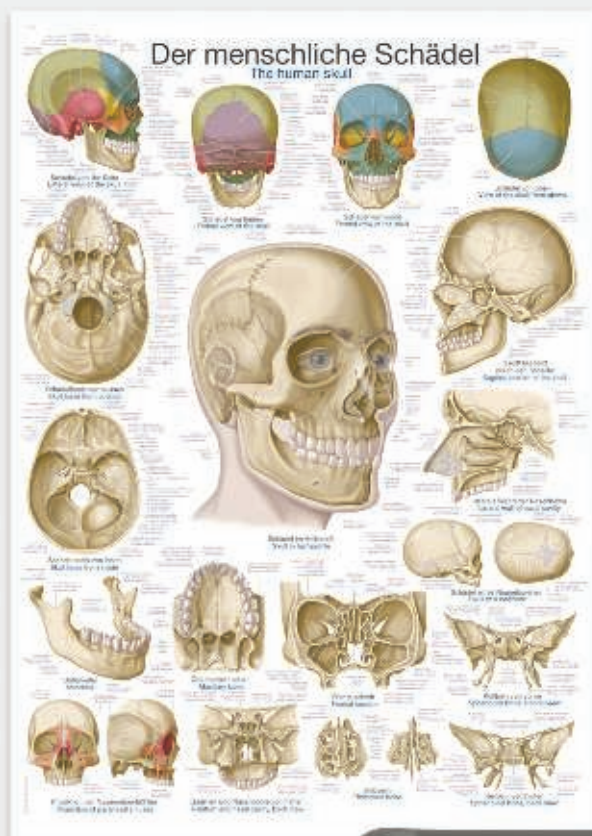
– NOF fagdag,
Høgskolen Kristiania
(mulig påfølgende workshop)

Følg ellers med på
Osteopatisk Forum NOF,
for videre informasjon
og invitasjoner til kurs.

AlfaCare

Ledende leverandør av klinikkutstyr og produkter til forebygging og lindring av muskel- og leddplager og idrettsskader.

www.alfacare.no



På **www.alfacare.no** finner du et bredt utvalg av anatomiske modeller og plakater, test- og måleutstyr, behandlingsutstyr og mye mer. Husk å logge inn som bedriftskunde for å se dine priser! Vi tilbyr også studentpakke bestående av blodtrykksmåler, stetoskop, reflekshammer, stemmegaffel og pennelykt. Ta kontakt for bestilling!



www.alfacare.no, post@alfacare.no, tlf: 35 02 95 95

AlfaCare

BEHANDLINGSBENKER

Stasjonære og bærbare, fra de enkleste til de mest avanserte!

16
FARGER



Lojer Capre FX5 er Rolls Royce'n blandt behandlingsbenker! Prøv vinnende design og særdeles behagelig for både pasient og behandler. Med sine to motorer og hestekrefter er den stødig og sterk, men likevel svært stabil og stillestående.



LOJER®

EASYANGLE

DIGITALT GONIOMETER

På kort tid har denne blitt et svært populært goniometer i det norske markedet. Den er digital og måler raskt og nøyaktig.



YouTube



Se den gode demonstrasjonen
av EasyAngle på YouTube.

En stor fordel med EasyAngle er at den kan håndteres med kun en hånd, noe som gjør at pasienten kan støttes og hjelpes med den andre. Man trenger heller ikke notere underveis i målingen, da de fem siste målingene lagres i displayet.

Aeasyangle

TOTALLEVERANDØR

Vi har et stort sortiment som er egnet til osteopater, og i tillegg en rekke andre produkter for trening og helse.



Samarbeidsavtale som gir faste rabatter

Avtalen gir deg som medlem av Norsk Osteopattforbund -15% rabatt på alle varer i vårt faste sortiment. Det vil si alt du finner i vår katalog, og i vår nettbutikk. Registrer deg som kunde i vår nettbutikk og ta kontakt, så legger vi til den faste rabatten på ditt kundennummer. Da kommer rabatten automatisk når du handler i nettbutikken.

HELE VÅRT
SORTIMENT
-15%

HUSK
AVTAL FN

UTSTYR TIL **TRENING** OG **HELSE** – når kvalitet og kompetanse teller!



Presentasjon av Etisk Komité

Tekst: Emilie Sørli



**Leder
Magnus Skauge
Oliversen**

Jeg fullførte min osteopatiutdannelse i 2015, og har siden da jobbet som osteopat ved Centrum Fysioterapi i Fredrikstad og Sarpsborg Osteopati. Min interesse for faget startet da jeg selv hadde behov for hjelp, en opplevelse jeg tror mange kan kjenne seg igjen i.

Stadig prøver jeg å tenke tilbake til da kunnskapen om kropp og helse ikke var den samme, og bruke dette til min og pasientens beste. I den

kliniske hverdagen er jeg heldig som får se et bredt spekter av pasienter, noe som gjør arbeids- hverdagen variert og lærerik.

Idrett er en sentral del av min hverdag, og jeg er heldig som kan jobbe mye med løpsrelaterte problemer i klinikk. Dette er mitt tredje år i etisk komité, og det andre året som leder. Det å sitte i en komité er lærerikt, og jeg er glad for å ha fått tilliten. Vi har heldigvis ikke mye å gjøre, da vår profesjon og medlemmer er seriøse aktører, en trend jeg håper fortsetter.



**Hanna K. Bogtveit
Weinholdt**

Jeg ble uteksaminert fra Høyskolen Kristiania (da Norges Helsehøyskole - Campus Kristiania) i 2013, og startet da umiddelbart opp Vital Osteopati på Sørumsand.

Seks år er gått, jeg har fått en dyktig kollega med på laget, og etablert osteopati som en naturlig del av helsetilbudet her på Sørumsand. Ved siden av dette jobber jeg som osteopat for det norske landslaget i rytmisk gymnastikk.

Det å kunne hjelpe mennesker i ulike livsfaser til selv å se sammenhenger, motivere til endring og bevisstgjøre de på egne verktøy på bakgrunn av min faglige kompetanse og som medmenneske, er noe av det som driver meg som osteopat. Høsten 2018 ble jeg valgt inn i etisk komite, og jeg ser frem til å bistå arbeidet i komiteen i årene som kommer.



**Tonje
Skaar**

Jeg er 29 år og ble utdannet våren 2016 ved Høyskolen Kristiania. Våren 2019 ble jeg medlem i etisk komite, mitt første verv i NOF. For meg er dette et viktig område hvor jeg ønsker å bidra med min kompetanse.

Jeg jobber i dag på en klinikk i Oslo Sentrum, City-klinikken/Mamma-klinikken. Jeg ble først introdusert for osteopatien da jeg gikk på ungdomsskolen, hvor jeg selv var pasient hos en osteopat i Kristiansand. Jeg

ble tidlig fascinert av faget og muligheten for å hjelpe pasienter med store og små utfordringer i alle aldre. Variasjonen i hverdagen er noe av det jeg liker aller best med jobben. Det gjør at jeg stadig utvikler meg, både faglig og personlig.



**Ken
Caswell**

Jeg heter Ken Caswell, er 49 år og sitter i etisk komite. Jeg har vært i komiteen noen år nå, og heldigvis kan man jo si at det har vært svært lite å gjøre, dette understreker at osteopatene er sømmelige terapeuter. Jeg synes det er viktig at komiteen består av folk fra forskjellige landsdeler og at vi har stor spredning i alderssammensetningen. Jeg vil gjerne bidra

i komiteen med min evne til å se saker fra forskjellige synspunkt, samt at over 20 år i gamet også er en styrke i denne komiteen som består av flotte og dyktige medlemmer slik jeg har lært dem å kjenne. Jeg har jobbet som osteopati siden 1997, jeg har hele tiden drevet alene med kontor i Flekkefjord. Jeg har tatt utdannelsen på Skandinaviska Osteopatskolan i Göteborg. Jeg er mest interessert i klassisk "old school" osteopati, bruker ikke tid på elektriske apparater og desslike. På fritiden går dagene til trening, hus og heim. jeg har 3 barn, 25, 19 og 8 år.



Osteopati i lys av termodynamikk og væskekrystaller

Tekst: Espen Glomsrød

I mitt foredrag på NOFs fagdag 30. mars fokuserte jeg på de betydelige svakhetene i metodikken som brukes innen forskning på osteopati og andre terapiformer, noe som i praksis gjør det umulig å konkludere presist på individnivå. Jeg lanserte også noen forslag på forbedringer og kom med innspill om hva vi burde ha som satsningsområder innen osteopatisk forskning fremover. Jeg nevnte blant annet behovet for å finne bedre forklaringsmodeller for det vi gjør med hendene våre på pasienten. I den forbindelse tok jeg frem væskekrystaller (liquid crystals (LC)) og termodynamikk som interessante temaer. Jeg vil prøve å uttype hvorfor dette kan være viktig for oss osteopater.

Hva er væskekrystaller?

Den franske teoretiske fysikeren Pierre-Gilles de Gennes står frem som den viktigste bidragsyteren til vår kunnskap om væskekrystaller. Han fikk Nobelprisen i fysikk i 1991 for sitt arbeid om væskekrystaller^{[1][2]}. Forskningen til de Gennes dannet grunnlag for utviklingen av LC teknologien, som ennå brukes blant annet i TV og dataskjermer (Liquid Crystal Displays (LCD)).

Hva er en tilstand av væskekrystaller? Det er en tilstand av materie mellom fast og flytende. Til forskjell fra væsker, som har liten eller ingen molekylær orden, har væskekrystaller en molekylær felles orientering slik at molekylene er ordnet i felles retning, nesten som et krystall. Men i motsetning til krystaller, som er fast materie, er væskekrystaller fleksible og påvirkbare^{[2][3]}. Typisk for væskekrystaller er at de kan gjennomgå raske endringer i orientering av molekylene eller faseovergang når de utsettes for elektriske og magnetiske felt eller endringer av temperatur, trykk, pH, vannholdighet eller konsentrasjon av uorganiske ioner. Slike endringer kalles mesofaseovergang^[2].

Væskekrystaller og biologisk materiale

Viktigheten av væskekrystaller i biologisk materiale ble oppdaget rundt år 1900 av den britiske biologen William Bate Hardy. Han studerte de fysiske egenskapene i protoplasma og kalte det et «kolloid», som hverken er en væske eller fast materie. Men det var biokjemikeren Joseph Needham ved Cambridge universitetet som først fastslo at levende organismer faktisk er væskekrystaller^[2].

Typisk for væskekrystaller er lange molekyler som er ladet, dvs. de har en positiv og negativ ladning i hver ende. Den extracellulære matrix i kroppens fascielle system er bygget slik. Viktig her er de lange molekylene collagen og proteoglykaner som bygger opp strukturen i dette vevet. Collagen er det vanligste

forekommende protein i det fascielle system. Det er mange typer collagen, men de er alle bygget som en repeterende sekvens av tripeptider (X-Y-glycine), der X og Y vanligvis er proline eller hydroxyproline.

De har en molekylær struktur der tre polypeptidkjeder er viklet rundt hverandre i en trippelhelix, med aminosyren glycine i kjernen og med prolin og hydroxyproline i overflaten. Disse fibre har ikke bare mekaniske egenskaper, men fungerer også som elektriske informasjonskanaler via vannmolekyler som bindes til trippelhelix molekylet. Det er tre ulike populasjoner av vannmolekyler, en interstitiell som er tett bundet inne i trippelhelix, en bundet til overflaten og også en tredje som er frie molekyler som fyller rommet mellom molekylene. Dette ordnede nettverk av vannmolekyler bundet sammen av hydrogenbindinger representerer et informasjonssystem der protoner beveger seg langs molekylene med en hastighet betydelig høyere enn nervesystemets signalsystem («proton jump conduction»)^{[2][4][5][6]}.

Energilagring i biologisk materiale

Energi, for eksempel kinetisk energi tilført gjennom et støt over den elastiske grensen av vevet som absorberer støtet, kan lagres både som kinetisk og potensiell energi på mikronivå. Potensiell energi i extracellulære matrix fungerer ved hjelp av ulike typer intermolekylære krefter, mens kinetisk energi primært opptrer som translatoriske, vibratoriske og roterende bevegelser av molekyler. Slike bevegelser kan ha en frekvens på opp mot 10¹⁴ Hz^{[5][7]}.

I uorganisk materiale blir betegnelsen «residual stress» brukt av ingeniører for energi lagret etter kraft påført utenfra som gir endringer i materialets egenskaper. Det er godt dokumentert at dette også gjelder for biologisk materiale, for eksempel vårt bindevev^[8].

Forfatterne påviser at levende materiale har evnen til aktivt å endre sin mikrostruktur for å tilpasse seg omgivelsene ved å utvikle en intern tensjon. Dette er i overensstemmelse med termodynamikkens første lov, som gjelder transport og lagring av energi. De termodynamiske lovene er helt grunnleggende for fysikkens forståelse av energyflyt på makro- og mikronivå^[9].

Hva kan dette bety for osteopatiske forklaringsmodeller?

Historisk sett i osteopatien har vi i stor grad hvilt oss på arbeidene til fysiologen Irwin Korr og osteopat John Stedman Denslow innen dette felt^{[10][11]}. Disse var allerede for over femti år siden opptatt av det faciliterte segment,

noe som må sees på som en forløper til det vi i dag kaller sentral sensitivisering innen smerteforskning og forståelse av nevralt refleksaktivitet. Dette konsept har vært en viktig bidragsyter til forståelse av det vi gjør med våre pasienter. Jeg mener likevel at søke-lyset på nevralt mekanismer innen osteopati, og andre manuelle behandlingsformer, etter hvert er blitt en hemske for videre utvikling. Det er et faktum at ingen avgjørende gjennombrudd er gjort i forskningen på dette felt til tross for stor ressursbruk over mange år. En dreining mot termodynamikk og væskekrystaller gir oss mulighet for å forklare mange sentrale fenomener med vitenskapelig betydelig større tyngde.

Her er noen eksempler:

Somatisk dysfunksjon

Det mest sentrale konsept innen osteopati er den somatiske dysfunksjon. På nåværende tidspunkt finnes det ingen troverdige vitenskapelige forklaringer på dette fenomen^[12]. De diagnostiske kriterier for en somatisk dysfunksjon (SD) er «tissue texture abnormality, asymmetry, restriction of motion and tenderness (TART)». Det er svært vanlig at vi finner SD i områder som har vært utsatt for stress ut over den elastiske grensen for vevet gjennom tilførsel av kinetisk energi.

En del av en slik energiinput kan lagres i vevet som potensiell og/eller kinetisk energi og bidra til en lokal mesofaseovergang slik at matrix endres i retning av mer fast konsistens. Dette vil kunne forklare alle de fire elementene i TART: Endret spenning i vevet, asymmetri fordi ulike typer vev absorberer energien forskjellig, redusert bevegelighet fordi et stivere vev gir redusert bevegelighet og palpasjonsømheter fordi en øket spenning og kjemisk endring i vevet vil kunne sensitivisere de frie nerveendene. Dette vil da kunne betegnes som en lokal mesofaseovergang grunnet lokalt økning av trykket i vevet der kraften absorberes. Økt trykk er en av de typer påvirkning som kan gi mesofaseovergang i en væskekrystall^[2]. En vellykket behandling av SD vil da mer kunne regnes som en «bløtgjøring» av matrix enn en «avspenning» eller «forlengelse».

En slik forklaringsmodell gjør det også mulig å forklare hvorfor vi i klinikken finner SD også i knokkelvev. En modell som bygger på nevralt refleksmekanismer, kan ikke forklare dette.

Lyder ved HVLA-teknikker

Den rådende forklaring på lyd ved HVLA av ledd er en cavitieringsmekanisme med dannelse av gassboble i leddet. Denne modellen må være feil, idet vi også kan få samme



lyd ved for eksempel HVLA i huden, som ikke har en leddhule. Dersom vi ser på dette som lagret energi, kan vi se på dette som en energiovergang fra kjemisk energi (stillingsenergi) til lyd, som er en form for kinetisk energi. Tenk også for eksempel på lyn og torden, der elektrostatiske energi utlades som lyn (lys) og torden (lyd). Altså en energiovergang.

Nervesystemets betydning i osteopati

Som tidligere nevnt har nevrale refleksmekanismer historisk sett hatt stor påvirkning på vår forståelse for hva vi gjør med våre pasienter. Nervesystemet er da også en svært viktig del av kroppens kommunikasjon og informasjonssystem. Jeg mener imidlertid at vi overdriver nervesystemets betydning på bekostning av to andre kommunikasjonssystemer, nemlig sirkulasjonssystemet og den extracellulære matrix. Det er viktig å huske på at kroppen er en organisme som består av anslagsvis 50 milliarder celler. Hver av disse cellene er et selvstendig liv, men som opererer sammen med alle andre celler i kroppen som en enhetlig organisme. Dette krever en stor grad av interkommunikasjon og informasjon flyt mellom cellene. Nervesystemet har ingen mulighet til å utføre en slik oppgave alene fordi det ikke har direkte kontakt med hver enkelt celle. Organismen er derfor helt avhengig av andre, supplerende typer kommunikasjon. Både sirkulasjonssystemet, som i tillegg til karsystemet også omfatter sirkulasjon internt i cellene og sirkulasjon i den extracellulære matrix, og de lange molekylene i matrix har direkte kontakt med alle celler i hele kroppen, helt inn i cellekjernen. Disse mekanismene lar seg etter min mening bare forklare gjennom kunnskap om væskekrystaller og termodynamikk.

Det finnes også mange typer encellede og flercellede organismer som lever et liv uten nervesystem. Et eksempel på flercellet dyr her er sjøanemoner ^[2]. Disse organismene beveger seg, spiser, formerer seg og forsværer seg uten et nervesystem, og må derfor ha et annet kommunikasjonssystem.

Andre vurderinger

Dersom man betrakter den extracellulære matrix ut fra termodynamikk og væskekrystaller, vil det også være vitenskapelig mulig å forklare hvorfor mange pasienter med for eksempel reumatiske plager forteller at de «kjenner det på gikta» at det blir værforandringer fordi de kjenner at de stivner i kroppen og får økte smerter en dag eller to før væromslaget. Som en væskekrystall påvirkes den extracellulære matrix av både trykkendringer og endringer i magnetisk og elektrostatiske stråling fra rommet samt temperaturendringer. Likeledes kan det kanskje forklare hvorfor reumatikere svært ofte reagerer med å økt stivhet og smerte ved å spise grisekjøtt. Grisekjøtt er svært surt, og man vet at pH-endringer vil kunne gi mesofaseoverganger ^[2].

Det vil være alt for omfattende å gå i detalj på disse mekanismene her, men jeg vil sterkt anbefale å lese bøkene til Mae-Wan Ho ^[2], Alfred Pishinger ^[5] og Roland Glaser ^[7], der disse mekanismene beskrives på et svært høyt vitenskapelig nivå. Vi trenger etter min mening å se nærmere på biokjemien og biofysikken i tillegg til termodynamikken dersom vi skal komme videre i å forklare hva vi gjør med pasientene våre.

Jeg håper jeg med dette kan bidra til å fornye debatten om forskning og forklaringsmodeller innen vårt fag. Jeg håper derfor at vi kan få innspill om dette på Osteopatisk Forum NOF.

Referanser

1. Bok J, Prost J, Brochard-Wyart F, PG de Gennes impact on science. Solid State and Liquid Crystals. Vol.1. 2009. World Scientific.
2. Ho M-W: The rainbow and the worm. The physics of organisms. 3.ed. 2008. World Scientific.
3. Andrienko D: Introduction to liquid crystals. Journal of Molecular Liquids. Vol 267, 1 october 2018.
4. Leikin S, Rau DC, Parsegian VA: Temperature Favoured Assembly of Collagen is Driven by Hydrophilic not Hydrophobic Interactions. Structural Biology 2. 1995. S 205-210.
5. Pischinger A. The Extracellular Matrix and Ground Regulation. North Atlantic Books. 2007.
6. Hay ED: Cell Biology of Extracellular Matrix. 1985. Plenum Press.
7. Glaser R. Biophysics. An introduction. 2.ed. 2012 S 215-219. Springer.
8. Ciarletta P, Destrade M, Gower AL. On residual stress and homeostasis: an elastic theory of functional adaptation in living matter. Nature. Scientific Reports 6, art.nr. 24390. 2016.
9. Atkins P. The Laws of Thermodynamics. A very short introduction. 2010. Oxford University Press.
10. Korr IM. The Neurobiologic Mechanisms in Manipulative Therapy. 1977. Plenum Press.
11. American Academy of Osteopathy. 1993 Yearbook. Selected papers of John Stedman Denslow, DO. American Academy of Osteopathy. 1993.
12. Fryer G. Somatic dysfunction: An osteopathic conundrum. International Journal of Osteopathic Medicine. 2016; vol.22: 52-63.

Espen Glomsrød

Osteopat D.O
MSc Jointmed Research





Kursreferat: Still- og manipulasjonsteknikker v/ Christian Fossum

Tekst: Endre Sævig



Det ble på nytt invitert til kurs 14.-15. september på Scandic Hotell Oslo City, midt i hjerte av Oslo. Kurset var i regi av NOF. Denne gangen var det vår aller kjære Christian Fossum som skulle veilede de 30 påmeldte i et bredt spekter av direkte og indirekte teknikker over to dager.

Dette kurset har blitt gjennomført en rekke ganger verden rundt. Til undertegnedes store glede var kurset utelukkende praktisk, og den sedvanlige presentasjonen med 100+ slides ble tilsendt i etterkant.

De fremmøtte var jevnt fordelt mellom relativt nyutdannede osteopater og mer erfarne osteopater med lang klinisk erfaring. Denne variasjon av erfaring ga et godt grunnlag for et vellykket kurs. Kurset var organisert regionvis, der 3-4 teknikker ble nøye gjennomgått av Christian Fossum, med påfølgende 10-15 minutter praktisk gjennomgang av oss kursdeltakere. Under den praktiske gjennomgangen fikk vi god veiledning fra Christian, og det ble rom for mye erfaringsutveksling.

Før lunsj ble vi introdusert for ulike still-, artikulasjon- og inhibisjonsteknikker på iliosacralledet og strukturer i bekkenregion. Etter lunsj ble vi vist manipulasjonsteknikker og artikulering på øvre ribber og cervicothorakale overgang. Christian Fossum påpekte blant annet hvordan vi effektivt kan påvirke den lymfatiske dreneringen ved å behandle axilla og thoracic inlet regionen. Han fremhevet særlig viktigheten av å ikke påføre vevet for mye strekk, da lymfangionene er svært strekksensitive, og vi med for mye strekk kan hemme lymfatisk drenasje.

Søndag gikk ferden videre til viscerale teknikker og lumbalcolumna der vi ble vist flere skånsomme HVLA og still-teknikker rettet mot blant annet den thorakolumbale og lumbosacrale overgang, bløtdelsstrukturer og viscerale globale teknikker. Kurset ble avsluttet med manipulasjon-, still- og ruddy teknikker i cervical columna. Christian Fossum benyttet da muligheten til å gi oss innsikt i den nyeste forskningen rundt den fascielle anatomien til den craniovercervicale og cervicale region.

I den anledning ble nakkerosetten og dens myodurale forbindelse og viktighet for klinisk praksis særlig vektlagt.

Som nyutdannet osteopat var dette kurset svært matnyttig for daglig praksis. Verktøykassen ble enda litt større for hyppig utsatte regioner i daglig praksis. Personlig mener jeg majoriteten av teknikkene som ble gjennomgått på dette kurset var effektive og relativt enkle å gjennomføre. Kurset var veldig motiverende, og samsvarte godt med Phil E. Greenman sitt utsagn: "en ekspert er den som gjør de enkle tingene best". Jeg tror jeg prater for flere av kursdeltagerne når jeg sier mer av dette!

Endre Sævig
Osteopat D.O
Personlig trener





FAGDAG NORSK OSTEOPATFORBUND PROGRAM 2019

Lørdag 2. november

08.30 - 09.00	Registrering
09.00 - 09.15	Velkommen og presentasjon av utstillere
09.15 - 10.15	Svimmelhet - Historie og anatomi Narve Bjørneseth, Fysioterapeut Bsc. Msc.Student.
10.15 - 10.45	Pause (frukt og kaffe serveres)
10.45 - 12.00	Svimmelhet del 2 - Fysiologi og patologi Narve Bjørneseth, Fysioterapeut Bsc. Msc.Student.
12.00 - 13.00	Lunsj
13.00 - 14.15	Svimmelhet del 3 - Behandling og fremtiden Narve Bjørneseth, Fysioterapeut Bsc. Msc.Student.
14.15 - 14.30	Pause (frukt og kaffe serveres)
14.30 - 15.30	Patient Reported Outcome Measures Study (PROMS) National Council for Osteopathic Research UK - v/ Carol Ann Fawkes
15.30 - 17.00	Festvisning av filmen: The Science of Osteopathy
19.30 -	Fagfest - Scandic Oslo City



"The Science of Osteopathy" Fagdag - lørdag 2. november

Tekst: Styret

Vi avslutter den faglige delen av høstens fagdag med en film. *The Science of Osteopathy*, laget av Juan Castellón og Raúl N. Cortés, gir oss et innblikk i den historiske utviklingen av faget.

Regissørene har intervjuet 30 osteopater, leger, professorer og politikere fra 11 forskjellige land og filmen omhandler tematikker som Evidence Based Medicine, autorisasjon og kvalitetssikring av utdanning.

The Science of Osteopathy er en film av og for osteopater, men vi håper at også andre vil kunne ha glede av å se den. Håper å se mange av dere 2. november.

Påmelding skjer som vanlig via deltager.no.



Foto: effo.eu

ALTIUS GRUPPEN

MR5

ACTIV PRO

ACTIV PRO

LaserStim

ACTIV PRO

LaserShower



NYESTE GENERASJON INNEN LASERTEKNOLOGI

6D ACTION

Six-Dimensional Massage

6D-Action er vakuumbasert og kan brukes som et hjelpemiddel i fysioterapi og lymfedrenasje. 6D Action har både kontinuerlig vakuumsuging og pulserende vakuumsuging. Kan kombineres med løfting, vridning eller svingning av behandlingshodet på det aktuelle området.



6D TAPE

Six-Dimensional Massage

Løft, vri, snurr, strekk og trykk. Og det holder seg på huden i opptil ti dager



EXTREMITY DROP

har en flat pute og ideell til mobiliseringer.



microFET



WIRELESS

BIOFREEZE



Bli forhandler og få opptil 50% rabatt !

PINOFIT
PHYSIOTAPE



Bli forhandler og få opptil 30% rabatt !

CANDo



Bli forhandler og få opptil 30% rabatt !

40 00 70 08

www.altiusgruppen.no

info@altiusgruppen.no

Hvordan få tid til å være faglig oppdatert!

På L5.no kan du se videoundervisning av de beste foredragsholderne i verden innen moderne terapi. 86 kurs er allerede gitt ut og det blir gitt ut 2-3 nye kurs hver eneste måned.

I tillegg til å se på undervisning så kan du også:

- Delta på webinarer, og stille spørsmål til forelesere
- Ta eksamen og få diplom på mail
- Diskutere med kollegaer i chatt gruppe
- «Klinikk medlemskap» er også et trivelig innslag hvor kollegaer kan ha en sosial sosial kompetanseheving sammen

Flere eksamener er godkjente som videreutdanning av KNGF i Nederland og de internasjonale kursene får bruke British Journal of Sport Medicine sin logo som kvalitets stempel.



«L5.no er moderne, fremtidsrettet og lett tilgjengelig. Helt i tråd med det en faglig oppdatert fysioterapeut skal være. Ingen andre plattformer samler så mye oppdatert fagstoff på ett sted. Anbefales!» Svein Kristiansen MT MSK/FRIM

«Med et klinikkmedlemskap så har faglig oppdatering blitt et trivelig sosialt innslag. Terapeutene samles hver 14. dag over en lengre lunsj med videokurs og diskusjoner.» Geir Talgø MT



Gjør som over 2000 andre terapeuter over hele verden - bli med i L5.no!
Kun 129 per mnd – eller 1290,- per år.

Tilbud i oktober!
Bruk koden
"oktober2019" og få
20% avslag på årlig
medlemsskap

Sjekk ut www.L5.no
eller ta kontakt på
post@L5.no



Hva rører seg i linjeforeningen?

Hva rører seg i linjeforeningen?

Tekst: Styret i Linjeforeningen

Mens bladene på trærne skifter farge, dagene blir kortere og gradestokken sakte men sikkert kryper nedover er det på tide å innse at høsten har ankommet og et nytt semester er i gang. Velkommen skal du være høsten 2019, og det samme til alle nye og gamle studenter.

Vi i linjeforening for osteopati håper særlig at alle førsteårsstudenter har kommet godt i gang og funnet seg til rette på studiet. LFO ønsker dere hjertelig velkommen.

For øyeblikket er LFO inne i en fase der vi rekrutterer nye styremedlemmer. Vi ser virkelig frem til å fylle opp styret med enda mer engasjement og pågangsmot, så vi kan fortsette videreutviklingen av målet om å være en positiv bidragsyter for våre medstudenter også i tiden fremover.

For høstsemesteret ser vi på mulighetene for å arrangere et førstehjelpskurs for alle osteopatis-tudentene ved Høyskolen Kristiania. Fellesøvinger vil fra og med uke 41 arrangeres hver onsdag mellom klokken 15.00 og 17.00.

LFO ønsker å styrke det faglige studentmiljøet, samtidig som vi reduserer avstanden mellom kullene. Vi gleder oss til å se kjente, men også mange nye fjes på fellesøvingene fremover. Samtidig ønsker vi også å opprettholde kontakten med tidligere studenter ved høyskolen, så hvis du tror du har noe å bidra med på en fellesøving eller lignende vil vi gladelig høre fra deg.

I midten av november skal LFO arrangere fagdag for studentene ved høyskolen. Send oss en

mail på post.lfo@gmail.com dersom du ønsker å bidra på denne fagdagen eller ved en av våre fellesøvinger.

Til alle medstudenter med eksamen i nærmeste fremtid vil vi gjerne få ønske dere lykke til!

Vennlig hilsen
alle oss i styret!



Etikkens hjørne

Utdrag fra forbundets vedtekter.

§ 5 EKSKLUSJON – IRETTESETTELSE

§ 5.1 Etisk komité kan anbefale styret i NOF å gi et medlem advarsel og/eller irettesettelse dersom medlemmet har:

1. Motarbeidet forbundets formål
2. Skadet forbundets anseelse
3. Overtrådt forbundets vedtekter eller retningslinjer, eller har vist uverdige opptreden
4. Drevet uforsvarlig utøvelse av yrket

I alvorlige tilfeller kan etisk komité anbefale styret i NOF å ekskludere medlemmet. Ved vurderingen av eksklusjon skal det legges vekt på hensynet til pasientsikkerhet, drift/oppførsel i strid med loven, organisasjonens vedtekter, etiske retningslinjer eller drift/oppførsel i strid med faglige forsvarlige minstestandarder for den enkelte behandlingsform, eller for faglig kompetanse ellers. Den innklagede kan i løpet av tre uker etter mottatt vedtak, anke vedtaket til neste årsmøte som kan beslutte eksklusjon med 2/3 flertall. I tiden mellom NOF-styrets beslutning og årsmøtets behandling av klagen, anses medlemskapet som suspendert. Det kan ikke reises erstatningskrav

ovenfor forbundet i anledning suspensjon av medlemskap. Dersom styret er inhabilt, avgjøres spørsmålet direkte på neste årsmøte. Eksklusjon kan begrenses til å gjelde et visst antall år, hvorefter den ekskluderte på søknad kan tas opp igjen som medlem. Søknaden avgjøres av styret, som fastsetter nærmere vilkår for nytt opptak. Er vedkommende ekskludert på ubestemt tid, kan styret etter søknad oppheve eksklusjonen, likevel ikke før det er gått tre år siden eksklusjonen fant sted. Medlemmet har rett til å uttale seg i saken. Advarsel, irettesettelse og eksklusjon skal begrunnes skriftlig.

§ 5.2 Etisk komité skal behandle klager fra pasienter mot medlemmer i forbundet. Pasienter har rett til å klage på medlemmenes yrkesfaglige og yrkesetiske handlinger og unnlater, samt lovovertridelser. Klage må innleveres senest tre år etter at behandlingen er avsluttet. Etisk komité kan anbefale styret å frifinne medlemmet, eller anbefale å gi advarsel, irettesettelse eller å ekskludere etter beskrivelse i § 5.1. Pasient og innklaget medlem har rett til innsyn i hverandres skriftlige innlegg til Etisk komité og skal gis forsvarlig tid til å argumentere for sin sak. Er et medlem i Etisk komité inhabilt, kan dette medlemmet ikke være med i behandlingen av en klagesak.

Etisk komité.

HUSK DEADLINE FOR BIDRAG TIL OSTEOPATEN NR. 4/2019 28. OKTOBER 2019.

Redaksjonen:

Ingrid Nicander (redaktør)
Tomas Collin
Emilie Sørle

Osteopaten

Norsk Osteopatforbund
nof@osteopati.org

Grafisk design:

Appell Reklamebyrå AS,
Drammen

Trykk:

Lier Grafiske