

World Congress Integrative Medicine and health, Berlin, maj 2017.

I denna 11 internationella konferens deltog ca 800 delegater från hela världen. Plenarföreläsningar, ca 500 postrar och väldigt många orala parallella sessioner fanns att välja mellan. En del uppfattar jag som väldigt långt från vår egen kulturella förståelsesfär och användning men ändå spännande att lyssna till. Andra ligger väldigt nära oss och är även de mycket intressanta, förstås. Nedan har jag gjort nedslag i något av det jag lyssnade till. En del metoder använder vi i Sverige redan i dag, exempelvis yoga, mindfulness, dans- och konstterapi medan annat, som sagt, ligger långt ifrån vår vardag. För första gången i konferensens historia, fanns ett genomgående tema kring kultur och hälsa. Här fanns både Töres Theorell och Eva Boijner Horwitz med som representanter från Sverige.

Research in arts therapies

Forskning inom områdena konst-, musik-, dans-, drama och poesiterapi avhandlades i en plenarföreläsning och i flera orala sessioner. Här medverkade forskare från bland annat USA, Sverige, Tyskland, England och Holland. Fler av de konstarter som presenterades kan jämföras med dem som erbjuds patienter med lättare psykisk ohälsa inom Region Östergötlands Må bra med kultur-konceptet. Inom RÖ har vi också ett par deltidsanställda musikterapeuter. Man pratar också om naturens positiva påverkan på hälsa och välbefinnande och menar då att sjukhusen behöver ta in ett naturkoncept, där så medges.

En presentation handlade om en organisation kring den skapande och kreativa processen där det inte finns några krav på någon slutprodukt. Processen är det viktiga, (jmf med Må-bra-med-kultur). Kommunikation, kontakt med sitt inre jag samt existentiellt helande, påverkas positivt genom att måla, menar man och lutar sig på forskning inom området. Bland annat teorier av Antonio Damasio som forskar kring emotioner och känslor och hur de påverkar oss och vår hälsa. Se vidare: <http://boulderarttherapycollective.com/about-art-therapy/>

Från Holland presenterades musikterapi i form av föräldra-barn-sång. Forskning har visat på goda effekter för små barn med fysiska och psykiska problem samt beteendestörningar och relationer till deras unga föräldrar. Man menar att både barnets och föräldrarnas utveckling och roller, liksom välmående och interaktion, kan förbättras genom denna form av terapi. Metoden Krantz: Parent-infant music therapy
https://www.researchgate.net/publication/308723744_Krantz_Parent-infant_music_therapy
Se även: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5333202/>

Forskning kring dansterapi har visat på goda effekter på ökad livskvalitet och ökat välbefinnande likväl som på minskad psykisk ohälsa i form av depression och oro. Man menar även att den sociala dimensionen, då terapeuten interagerar med deltagarna, ger positiva effekter. Se t ex: <https://adta.org/2016/03/19/research-efficacy-dancemovement-therapy-growing/> Dansterapi och hur olika sätt att uttrycka sig med sin kropp kan hjälpa personer med svårigheter att beskriva sin egna och andras känslor har studerats av Eva Boijner Horwitz. Läs mer här: <https://www.semanticscholar.org/paper/Engagement-in-dance-is-associated-with-emotional-c-Horwitz-Lennartsson/7af0baf8d4ec3c675a05702bc37884ffab689d2a>

Inom cancervården används musikterapi med gott resultat, i olika länder. Patienter och terapeuterna interagerar och skapar musik eller konst tillsammans, utifrån patientens situation. Inom den palliativa vården används olika kulturterapi bland annat i Tyskland och USA.

Flera olika presentationer handlade också om musikterapi i olika former och för olika diagnoser.

Antibiotikaresistens

Antibiotikaresistens är som bekant ett stort problem världen över. I en av plenarföreläsningarna diskuterades detta. Enligt WHO utgör antibiotikaanvändning inom hälso- och sjukvården 50 % och jordbruket står för 50 %. Här står Kina för den absolut största delen men även Indien och USA är stora orsaksbidragare.

På flera håll i världen försöker man att minska användningen av antibiotika genom sk ”Delayed prescribing”. Vid okomplicerade urinvägsinfektioner används till exempel örterterapi, enligt evidensbaserad forskning. Det innebär att läkaren inte skriver ut antibiotika på en gång utan patienten ombeds återkomma till vården om inte symtomen går över inom ett par dagar. Patienten får också klara besked om varför och hur den ska göra om symtomen blir värre i stället. Läs mer här: M Moore VC-läkare Southampton, <http://www.southampton.ac.uk/medicine/about/staff/mvm198.page>

Framtidens sjukhus

I den avslutande sessionen om framtidens sjukhus i kontexten kulturella aktiviteter och hälsofrämjande miljöer, diskuterades möjligheter och svårigheter med att integrera dessa ”nya” synsätt. En modern arkitektur och sjukhusdesign där man använder sig av modern teknik och nya möjligheter signalerar ett professionellt förhållningssätt och en modern vård. Man pekade bland annat på:

- Patienter kan inte må bättre än sina vårdgivare – miljöaspekternas betydelser.
- Patienter utsätts för främmande och skrämmande miljöer – hur påverkar detta?
- Naturrelaterad positiva distraktion – hur gör man i sjukhusmiljön?
- Resan från att må dåligt till välmående – musikterapi betydelse.
- Betydelsen av meditativ konst, inspirerande konst, interaktiv konst i sjukhusmiljöer.
- Ett sjukhus är en plats där sorg och glädje möts – hur utforma den bästa vården?

Övrigt

En föreläsning handlade om varför det är så svårt att få gehör för och implementera komplementärmedicinska metoder inom den ”vanliga” hälso- och sjukvården. Här menade föreläsaren att det fortfarande finns många förutfattade meningar inom området. Det är svårt att forska på traditionellt sätt inom området och man ofta pratar om placeboeffekter. Vad är då egentligen vad? Klaus Linde, Vd Centre for Complementary Medicine Research at the Technical University of Munich, gjorde jämförelsen med klimatforskningen. “Jag kan och förstår inte allt bakom klimatpåverkan men jag tror på vetenskapen”. Han jämför detta med förståelse för KAM och den evidens som ändå finns inom olika komplementärmedicinska metoder.

Man menar också att det saknas intresse för olika KAM-metoder, t ex musik inom hälso- och sjukvården, på både politiker- och samhällsnivå. (Läs mer här till exempel: T Theorell, Psychological Health Effects of Musical Experiences: Theories, Studies and Reflections in Music Health Science; <http://www.barnesandnoble.com/w/books/1124322041>)

Ett land som var väl representerat var, förstås, Kina. Här har man använt komplementära metoder i flera tusen år. Nittio procent av alla kineser använder traditionella metoder, TMC, någon gång i livet. Flera av metoderna omfattas av den medicinska försäkringslagstiftningen. Som exempel kan nämnas att i en enda region med ca 7 miljoner invånare används ca 300 ton

växter i olika terapiesammanhang, årligen! Nu för tiden har man stor samverkan inom den traditionella medicinska utbildningen och den västerländska.

I USA använder ca 30 % av invånarna KAM-metoder årligen. Patienter kan remitteras till exempelvis massage, musikterapi, mind-bodymetoder, akupunktur mm. Akupunktur används till exempel inom akutsjukvården i smärtlindringssyfte. Studier har visat att effekten av opiater har en duration av ca 3 timmar medan akupunktur har effekt i ca 5 timmar, för vissa diagnoser. Läs mer här: [http://www.annemergmed.com/article/S0196-0644\(16\)30171-8/pdf](http://www.annemergmed.com/article/S0196-0644(16)30171-8/pdf)

Helle Noorlind Brage
Verksamhetsutveckling vård och hälsa
Centrum för vård och utveckling