



*Velkommen til
kiropraktoren*



Norsk Kiropraktorforening
Et liv i bevegelse

ryggsmerter
nakkesmerter · hoftesmerter
hodepine migrene bensmerter
senebetennelser skulderstivhet
bekkenløsning KISS-KIDD isjias

Velkommen til kiropraktoren

Kiropraktikk

Kiropraktikk som behandlingsmetode har som hovedmål å gjenopprette og vedlikeholde normal funksjon i ditt nerve-, muskel- og skjelettsystem. Kiropraktorer er en del av primærhelsetjenesten i Norge. Dette innebærer at du som pasient kan oppsøke kiropraktor direkte uten henvisning fra lege.

Ordet kiropraktikk er av gresk opprinnelse og betyr å utføre med hendene. Kiropraktikkens historie startet for ca. 120 år siden i USA av kiropraktikkens grunnlegger, D.D. Palmer. Norge fikk sin første kiropraktor i 1922. Norsk Kiropraktorforening ble stiftet i 1935 og har i dag over 600 aktive medlemmer. Profesjonen er i sterk vekst.

Kiropraktikken har utviklet seg til en kunnskapsbasert helseprofesjon og blir i stadig økende grad integrert i det etablerte helsevesen, i forskning og i utdanning.

Muskelskjelettlidelser er et av de vanligste helseproblemene i den norske befolkning, i tillegg til å være det absolutt mest kostnads-krevende. Smerteplager i bevegelses-apparatet er årsak til hver femte legekonsultasjon, nesten halvparten av landets totale sykefravær og en tredjedel av landets uføretrygdede (1). Stadig flere går til kiropraktor: En av tre nordmenn velger kiropraktor når de oppsøker helsetjenesten for muskelskjelettplager.

Dette gjør kiropraktoren

- undersøker og diagnostiserer
- henviser til røntgen, CT, MR, ultralyd og andre undersøkelser ved behov
- behandler
- henviser til legespesialist og fysioterapeut ved behov
- gir informasjon, råd og veiledning for å mestre og forebygge plager
- kan sykmelde inntil 12 uker

Kiropraktisk behandling

Kiropraktoren gjenoppretter og vedlikeholder normal funksjon i nerve-, muskel- og skjelettsystemet. Dette hjelper den enkelte til bedret bevegelighet, redusert smerte og økt livskvalitet.

Kiropraktoren gir deg i tillegg til behandling, råd om holdning, kosthold og livsstil for å bedre din generelle helse. Behandlingen tilpasses den enkelte og omfatter blant annet

- kiropraktisk justering
- tøyninger
- muskel- og bløtdelsteknikker
- råd og veiledning om fysisk aktivitet, kosthold og livsstil.

Mange kiropraktorer benytter i tillegg andre typer behandlingsteknikker enn de som er nevnt ovenfor.

Kiropraktisk justering

Ved en kiropraktisk justering frigjøres et låst ledd ved en hurtig og presis bevegelse. Dette fører til en bedring av bevegelsen i leddet, en umiddelbar avspenning av overspent muskulatur, og ikke minst har behandlingen en smertestillende effekt. En kneppelyd høres ofte i forbindelse med en kiropraktisk justering.

Behandlingsmetoden er dokumentert trygg og effektiv. Det er normalt med lette, forbigående reaksjoner etter kiropraktorbehandling, som lokal ømhet, støhet og tretthet. Risikoen for alvorlige komplikasjoner er minimal, og behandlingen er dokumentert trygg og effektiv (2-4).



Dine rettigheter som pasient

Som pasient hos kiropraktor er du beskyttet under pasientrettighetsloven. Herunder følger regler om rett til helsehjelp, om medvirkning og informasjon, om

samtykke, om rett til journalinnsyn, om særlige rettigheter for barn, om klage og om pasientombud. For mer informasjon se www.lovdatab.no

Trygderefusjon

Alle kiropraktorpasienter kan få støtte til inntil 14 konsultasjoner per kalenderår. Bruker du en kiropraktor med direkteoppgjørsavtale med HELFO, har du allerede fått den stønaden du har krav på når du betaler regningen hos kiropraktoren. Kiropraktoren fastsetter selv pris på sine tjenester. Det betyr at stønaden HELFO gir, bare dekker en del av dine totale kostnader. Behandling hos kiropraktor omfattes ikke av frikortordningen. For mer informasjon se www.helfo.no

Norsk pasientskadeerstatning (NPE)

Norsk pasientskadeerstatning behandler erstatningskrav fra pasienter som mener de har blitt påført skade etter behandlingssvikt innenfor helsetjenesten. I 2009 ble det vedtatt at pasientskader som oppstår i privat helsetjeneste, også skal omfattes av erstatningsordningen som Norsk pasientskadeerstatning forvalter. Dersom det foreligger mistanke om skade som følge av kiropraktorbehandling, har kiropraktoren plikt til å informere pasienten om at krav skal rettes til NPE, og om hvordan dette skal gjøres. Jf. pasientrettighetslovens §3-2, 4. og 5. ledd. For mer informasjon se www.npe.no

Din rolle som pasient

Som kiropraktorpasient skal du bidra med korrekte og fullstendige opplysninger om egen helsesituasjon. Videre bør du, etter beste evne, følge kiropraktorens instruksjoner og råd under behandlingen. Dette er vesentlig for best mulig å kunne bedre, forebygge og mestre dine plager.

Kliniske retningslinjer

Nasjonalt Ryggnettverk utga i 2002 og 2007 retningslinjer for behandling av akutte ryggsmertor. Behandlings tiltakene som er dokumentert effektive for ryggsmertor er

- generell aktivitet og fortsette i/ gjenoppta jobb så raskt som mulig
- kiropraktisk justering (manipulasjonsbehandling)
- reseptfrie smertestillende medikamenter

Retningslinjene er helt i tråd med Norsk Kiropraktorforenings motto. Vi er skapt for å leve ”Et liv i bevegelse”.

En av tre nordmenn velger kiropraktor når de oppsøker helse-tjenesten for muskelskjelettplager.



- (1) Ihlebæk C, Lærum E (2004), Plager flest – koster mest. Muskel-skjelettlidelser i Norge, Nasjonalt Ryggnettverk, Rapport nr.1/ September 2004
- (2) Bronfort G, Evans R et al. (2012), Spinal Manipulation, Medication, or Home Exercise With Advice for Acute and Subacute Neck Pain, Ann Intern Med. 2012;156:1-10
- (3) Bronfort G, Haas M. et al. (2010), Effectiveness of manual therapies: the UK evidence report, Chiropr Osteopath. 2010;18:3
- (4) Haldenmann S, Carroll L et al. (2008) The Bone and Joint Decade 2000–2010 Task Force on Neck Pain and Its Associated Disorders. Executive Summary. European Spine Journal, 2008, vol 17, supplement 1, 5-7

Norsk Kiropraktorforening (NKF)

Norsk Kiropraktorforening er den eneste organisasjonen for kiropraktorer i Norge og samler nærmest alle landets autoriserte kiropraktorer. NKF jobber med å forbedre integrasjonen av kiropraktorer i det norske helsevesenet, bidrar med å opprettholde en høy etisk og faglig standard blant medlemmene og jobber for å ivareta pasientenes rettigheter og tilgjengelighet til kiropraktortjenester.

Medlemskap i NKF forutsetter eksamen fra ECCE-godkjent lærested. I tillegg må ett års turnustjeneste være gjennomført.

Utdanning

Kiropraktorutdanningen er et fem-årig mastergrad-/profesjonsstudium på lik linje med f.eks. lege- og tannlegestudiet. Kiropraktorutdanningen gir spesialisering innenfor helse og sykdom i nerve-, muskel- og skjelettsystemet.

Autorisasjon

Kiropraktorer ble offentlig godkjent i Norge i 1988 og blir i dag autorisert gjennom Statens Autorisasjonskontor for helsepersonell, SAK. Etter gjennomført utdanning kreves det ett års turnustjeneste for å få autorisasjon.

**Finn din lokale kiropraktor på
www.kiropraktikk.no**

Din kiropraktor:



Norsk Kiropraktorforening
Et liv i bevegelse

www.kiropraktikk.no

Telefon: 23 10 64 90

Telefaks: 23 10 64 91

Adresse: Storgt.10 A,

8.etg. 0155 Oslo

E-post: post@kiopraktikk.no