

Для коментарів чи іншого зворотного зв'язку заповніть форму:
[форма зворотного зв'язку щодо цієї версії настанови](#)

Версія цього документу для друку: <http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00393&format=pdf>

Настанови на засадах доказової медицини.
Створені DUODECIM Medical Publications, Ltd.

Настанова 00393. Акупунктура

Автор: Seppo YTJunnila
Редактори оригінального тексту: -
Дата останнього оновлення: 2014-02-07

Основні положення

- Акупунктура це терапевтичний метод, який дозволяє покращити результати загального лікування.
- Акупунктура це голковколювання, але не кожне вколювання голкою є акупунктурою.
- Лікувальний метод, який у разі акуратного застосування не завдає шкоди, має економічні переваги, фізично не перевантажує пацієнта.

Показання та обмеження [доказ 1 C] [доказ 1 D] [доказ 1 D]

- Акупунктура виконується лікарем завжди на підставі встановленого діагнозу. Лікування на прохання пацієнта не повинно виконуватись без явних показань.
- Проведені численні рандомізовані порівняльні дослідження з метою підтвердження, що акупунктурні точки, знання про які засновані на Азійській концепції виникнення хвороб, мають перевагу над "хибними" точками. Оскільки не було зафіксовано жодної різниці у лікувальному ефекті відповідно до вибору точок введення голок, це часто хибно трактується як доказ неефективності акупунктури. Фактично, дослідження вивчають лише порівняння між різними способами стимуляції.

- Здається, що стимулювання периферичної нервової системи в той чи інший спосіб (за допомогою потоку повітря, дотику, уколів або навіть хірургічного втручання) полегшує біль, навіть якщо взагалі не відбувається ніякого впливу на справжню причину виникнення болю [джерело|R5].
- З точки зору пацієнта та професіонала охорони здоров'я під час вибору лікувального методу ефект від введення голок та вибір точок введення має другорядне значення, — головне це загальний лікувальний ефект.
- Акупунктура має свої лікувальні обмеження. Вона не може бути останнім методом вибору для зневіреного пацієнта, але це один з багатьох лікувальних методів, який використовують у медицині. Часто за допомогою цього методу можливо усунути симптоми з мінімальною шкодою.
- Найбільш часто показання до застосування акупунктури - це лікування болю.
 - Акупунктура застосовується для зменшення м'язово-скелетного болю та болю, спричиненого неправильним прикусом зубів [доказ|00029|B].
 - Акупунктура може допомогти в лікуванні рецидивуючого або хронічного головного болю тензійного типу (напруги) [доказ|06355|C].
 - Акупунктура допомагає при пошкодженні м'яких тканин області шиї [джерело|R1] та вгамовує біль, що спричинений розривом та розтягуванням м'язів спини [джерело|R2], виконанням хірургічних втручань та для запобігання відкладання хірургічного лікування.
 - Біль, спричинений остеоартритом, може бути зменшений за допомогою акупунктури [доказ|00028|C]. Зміни від остеоартрозу усунути неможливо, але можливо зменшити напруження м'язів, яке виникає в результаті зміненої ходи, викликані бодем, і таким чином полегшити біль.
 - Акупунктура неефективна у лікуванні ревматоїдного артрити [доказ|03525|C].
 - Акупунктура може зменшити симптоми фіброміалгії у деяких пацієнтів [доказ|07236|D].
 - У лікуванні мігрені [доказ|06356|B] та інших рецидивуючих або хронічних, коректно діагностованих типів головного болю, [доказ|06355|C] акупунктура є методом вибору. Акупунктура, що

заснована на введенні голок у класичні точки, не знижує біль від мігрені більше, ніж випадкове встановлення голок поза класичні точки. Однак, обидва втручання — більш ефективні, ніж просто очікування пацієнтом початку лікування [джерело|R3].

- Пацієнти з ішіасом та іншими видами хронічного болю у спині часто відчують покращення від застосування акупунктури [доказ|00034|C], але пацієнти, яким показано хірургічне лікування, мають бути виявлені перед застосуванням акупунктури. Пацієнти зі стенозом хребтового каналу можуть відчути зменшення прояву симптомів хвороби під час очікування на хірургічне втручання або якщо операція неможлива. Доказової ефективності бракує.
- Лікування невралгій, нейропатій та фантомного болю кінцівок потребує більш ретельного розуміння принципів акупунктури та зазвичай більшої кількості лікувальних процедур, але має ефект за наявності довготривалих та позитивних відносин між пацієнтом і лікарем. Доказів ефективності поки що недостатньо.
- Збільшується використання акупунктури, як підтримуючої терапії у фізіотерапії та реабілітації. Навчальна підготовка з акупунктури доступна для фізіотерапевтів у деяких країнах, до прикладу у Фінляндії. Лікування відбувається із дозволу та під наглядом лікаря, а показання такі ж, які використовуються до звичайних методів фізіотерапії
- Неврологічні захворювання
 - Пацієнти з симптомами геміплегії мають розпочинати лікування невідкладно, тому що акупунктура має сприятливий вплив на циркуляцію. Результати швидкого відновлення після голковколуювання ще під сумнівом [джерело|R4].
 - Параліч обличчя лікується акупунктурою [доказ|06117|D] на Далекому Сході, але під час довготривалого курсу важко відрізнити спонтанне покращення стану здоров'я від лікувального ефекту процедури.
 - Синдром неспокійних ніг (СНН) зазвичай добре лікується акупунктурою, але систематичні огляди ще не виявили докази її ефективності [доказ|07237|D].
- Порушення сну та настрою
 - Порушення сну [доказ|05651|D] іноді зникає під час лікування інших розладів, але акупунктура не визнана як метод лікування безсоння.

- У лікуванні депресії акупунктура поступається у ефективності медикаментозній терапії [доказ 04792 |C].
- Залежності
 - Для лікування наркотичної залежності використовують електроакупунктуру, тут досягнуто сприятливі короткотривалі результати.
 - Акупунктура не показала ефективності у лікуванні тютюнокуріння [доказ 00033 |B]. Для деяких залежностей, пов'язаних із втратою ваги, як і схуднення [доказ 00027 |D], використання акупунктури може бути названо тимчасовою примхою. Акупунктура використовується у багатьох клініках, де лікують алкогольну залежність, як частина дезінтоксикаційної терапії.
- Інші стани
 - Акупунктура може бути корисною у лікуванні нудоти та блювоти після операції та обумовленої хіміотерапією [доказ 04560 |B].
 - Були здійснені спроби лікування менструальних порушень [доказ 06850 |D] та ідіопатичного безпліддя акупунктурою, але результати все ще залишаються сумнівними. Професійні болі іноді можливо полегшити за допомогою акупунктури [доказ 06932 |D].
 - Хронічна екзема та великий спектр психосоматичних порушень можуть бути показаннями до лікування у досвідченого фахівця з акупунктури.
 - Акупунктура є неефективною у лікуванні шуму у вухах [доказ 05288 |B] та астми [доказ 05277 |D].

Протипоказання

- Супутні захворювання та вік у деяких випадках можуть бути протипоказанням до акупунктури.
- Показання мають бути ретельно оцінені за наявності у пацієнта протезу серцевого клапана, після нещодавнього протезування суглоба або під час проведення імуносупресивної терапії.

Підготовка фахівців та здобуття практичних навичок

- Акупунктура не повинна виконуватись фахівцем, який не має спеціальної освіти та відповідного досвіду. Додатково до підручників є практичні курси, де викладають досвідчені фахівці.

- Традиційна китайська медицина викладається по всьому світу, але лікарям західної системи освіти може бути зручніше навчатися на курсах, розроблених з урахуванням цих відмінностей. Можливою перевагою є відкладення вивчення східної філософії до чіткого розуміння можливостей західної медицини. Найбільш значна різниця полягає у термінології, яка відрізняється від сучасної терапевтичної практики.
- Глибоке знання сегментарних структур нервової системи допомагає у розумінні та поясненні ефектів акупунктури без використання “димової завіси містики”. Знання функціонування автономної нервової системи допомагає у впровадженні акупунктури та вірному підбору відповідних пацієнтів.
- Початківці можуть вивчати тригерні (цільові) точки у пацієнтів з порушеннями, що спричиняють м'язово-скелетний біль. Голковколювання лише у тригерні точки часто сприймаються пацієнтом негативно. Це не завжди дає довготривалі ефективні результати, на відміну від акупунктури, що здійснюється у загальні точки.

Практичні рекомендації

- Використовуйте лише одноразові голки.
- Один сеанс голковколювання це експериментування, а не акупунктура. Три- чотири сеанси з тижневим інтервалом часто достатньо, або, щонайменше ця кількість показує, чи є покращення стану пацієнта.
- Заздалегідь проінформуйте свого пацієнта про можливе посилення симптомів після перших трьох процедур.
- Точне знання анатомії підшкірних структур покращує діагностику та унеможлиблює випадкову перфорацію органу. Ретельно досліджуйте своїх пацієнтів.
- Для запобігання колапсу пацієнт має знаходитись у положенні лежачи під час сеансу; не залишайте його/її наодинці, принаймні під час перших декількох сеансів — під час проведення процедури у вас буде гарна можливість для збору додаткового анамнезу.
- Акупунктура може тимчасово знизити потребу у застосуванні деяких медикаментів. Динамічне спостереження особливо важливе у хворих на діабет та тих, що приймають антигіпертензивну терапію.

- У третини пацієнтів не відмічається ніякої відповіді на акупунктуру. Ще одна третина відчувають зниження симптомів. Результат, досягнутий в останньої третини пацієнтів, зберігає репутацію акупунктури як ефективного лікувального методу та робить її важливою у повсякденній практиці лікаря.
- Навіть значний досвід у акупунктурі не допомагає наперед у відборі оптимального пацієнта. Отже, пробуйте!

Побічні ефекти та ускладнення

- Більшість ускладнень трапляються у тих лікарів, які незнайомі з правильною технікою виконання акупунктури [Доказ 01731] [C]. Недостатньо глибокі знання анатомії, поспіх та недостатня підготовка пацієнта можуть мати тяжкі наслідки, які можливо попередити за допомогою належного підходу до виконання процедури.
- Щонайменше 1 з 10 пацієнтів відчуває втому після процедури, деякі навіть можуть бути дезорієнтовані. Заздалегідь проінформуйте пацієнтів щодо цих можливих станів та наглядайте за пацієнтом деякий час після сеансу.
- Навіть якщо процедура виконана максимально охайно, голковколювання може спричинити появу синців, особливо у зовнішньому куті ока, короткочасне посилення болю, сонливість, ейфорію і т.д.
- Нерідко можливо випадково забути голку, наприклад на шиї під довгим волоссям, і це може вказати на поспіх під час виконання процедури.
- Перфорація внутрішніх органів, наприклад пневмоторакс, та ускладнення через використання нестерильних голок, що можуть викликати інфікування на гепатит або септицемію, найчастіше спричиняються некваліфікованими фахівцями.

Пов'язані ресурси

- Кокранівські огляди [Пов'язані 00442] [Acupuncture – Related re...]
- Інші огляди доказових даних [Пов'язані 00442] [Acupuncture – Related re...]

Джерела інформації

R1. Vas J, Ortega C, Olmo V et al. Single-point acupuncture and physiotherapy for the treatment of painful shoulder: a multicentre randomized controlled trial. Rheumatology (Oxford)

2008;47(6):887-93. [PubMedID|18403402]

R2. Yuan J, Purepong N, Kerr DP et al. Effectiveness of acupuncture for low back pain: a systematic review. *Spine (Phila Pa 1976)* 2008;33(23):E887-900. [PubMedID|18978583]

R3. Linde K, Streng A, Jürgens S et al. Acupuncture for patients with migraine: a randomized controlled trial. *JAMA* 2005;293(17):2118-25. [PubMedID|15870415]

R4. Wu P, Mills E, Moher D et al. Acupuncture in poststroke rehabilitation: a systematic review and meta-analysis of randomized trials. *Stroke* 2010;41(4):e171-9. [PubMedID|20167912]

R5. Meissner K, Fässler M, Rücker G et al. Differential effectiveness of placebo treatments: a systematic review of migraine prophylaxis. *JAMA Intern Med* 2013;173(21):1941-51. [PubMedID|24126676]

Доказові огляди Duodecim

- [Доказовий огляд 00032](#). Acupuncture for neck pain.
Дата оновлення: 2006-11-10
Рівень доказовості: C
Резюме: Acupuncture may relieve chronic neck pain better than sham or no treatment at least in the short term.
- [Доказовий огляд 04978](#). Acupuncture for schizophrenia.
Дата оновлення: 2015-01-23
Рівень доказовості: D
Резюме: Acupuncture might possibly have some antipsychotic effects for schizophrenia as measured on global and mental state with few adverse effects, although the evidence is insufficient.
- [Доказовий огляд 06258](#). Acupuncture for anxiety.
Дата оновлення: 2008-12-02
Рівень доказовості: D
Резюме: Acupuncture might possibly have some beneficial effects in the treatment of patients with anxiety as compared with sham acupuncture, but the evidence is inconclusive.
- [Доказовий огляд 00029](#). Acupuncture for dental pain.
Дата оновлення: 2003-03-20
Рівень доказовості: B
Резюме: Acupuncture appears to be effective in alleviating dental pain.
- [Доказовий огляд 06355](#). Acupuncture for tension-type headache.
Дата оновлення: 2016-05-20
Рівень доказовості: C
Резюме: Acupuncture may be effective in patients with frequent episodic or chronic tension-type headaches.
- [Доказовий огляд 00028](#). Acupuncture as a symptomatic treatment for osteoarthritis.
Дата оновлення: 2010-09-06
Рівень доказовості: C
Резюме: Acupuncture may lead to small short-term improvements in pain and physical function in knee and hip osteoarthritis, but there is insufficient evidence on long-term benefits.
- [Доказовий огляд 03525](#). Acupuncture and electroacupuncture for the treatment of rheumatoid arthritis.
Дата оновлення: 2006-05-26

Рівень доказовості: C

Резюме: Acupuncture and electroacupuncture may not be effective for rheumatoid arthritis.

- [Доказовий огляд 07236](#). Acupuncture for treating fibromyalgia.
Дата оновлення: 2013-12-23
Рівень доказовості: D
Резюме: Acupuncture might possibly be useful in reducing symptoms of some patients with fibromyalgia.
- [Доказовий огляд 06356](#). Acupuncture for migraine prophylaxis.
Дата оновлення: 2016-08-24
Рівень доказовості: B
Резюме: Acupuncture in addition to symptomatic treatment of migraine attacks appears to reduce the frequency of headaches. There appears also to be a small effect over sham. Moreover, acupuncture appears to be at least similarly effective as prophylactic drugs.
- [Доказовий огляд 00034](#). Acupuncture in low back pain.
Дата оновлення: 2007-10-18
Рівень доказовості: C
Резюме: Acupuncture for chronic low-back pain may be more effective than no treatment or sham treatment for pain relief and functional improvement in the short-term. When added to other conventional therapies, it may relieve pain and improve function better than the conventional therapies alone. However, effects are only small. The evidence for patients with acute low back pain is sparse and inconclusive.
- [Доказовий огляд 06117](#). Physical therapy for Bell's palsy (idiopathic facial paralysis).
Дата оновлення: 2012-01-18
Рівень доказовості: D
Резюме: In idiopathic facial paralysis the evidence is insufficient whether physical therapy in the form of electrical stimulation or facial exercises would provide any significant benefit or harm.
- [Доказовий огляд 07237](#). Acupuncture for restless legs syndrome.
Дата оновлення: 2013-12-23
Рівень доказовості: D
Резюме: There is insufficient evidence to determine whether acupuncture is an efficacious and safe treatment for RLS (Restless Legs Syndrome)
- [Доказовий огляд 05651](#). Acupuncture for insomnia.
Дата оновлення: 2012-09-28
Рівень доказовості: D
Резюме: There is insufficient evidence on the effect of needle acupuncture and its variants on insomnia.
- [Доказовий огляд 04792](#). Acupuncture for depression .
Дата оновлення: 2010-03-17
Рівень доказовості: C
Резюме: Acupuncture is probably not effective in the treatment of depression.
- [Доказовий огляд 00033](#). Acupuncture for smoking cessation.
Дата оновлення: 2014-05-30
Рівень доказовості: B
Резюме: Acupuncture and related therapies (acupressure, laser therapy, electrostimulation) do not appear effective for smoking cessation.

- [Доказовий огляд 00027](#). Acupuncture/acupressure for weight reduction.
Дата оновлення: 2003-03-20
Рівень доказовості: D
Резюме: Acupuncture might possibly have no effect on weight reduction although there is no evidence from controlled trials.
- [Доказовий огляд 04560](#). Acupuncture for postoperative nausea and vomiting .
Дата оновлення: 2017-07-13
Рівень доказовості: B
Резюме: Acupuncture appears to be effective for postoperative and chemotherapy-related nausea and vomiting.
- [Доказовий огляд 06850](#). Acupuncture for primary dysmenorrhoea .
Дата оновлення: 2016-12-26
Рівень доказовості: D
Резюме: Acupuncture might possibly be effective for primary dysmenorrhoea.
- [Доказовий огляд 06932](#). Acupuncture or acupressure for pain management in labour .
Дата оновлення: 2012-01-10
Рівень доказовості: D
Резюме: Acupuncture might possibly have some effect for reducing pain and use of pharmacological management compared to usual care, however the evidence is limited.
- [Доказовий огляд 05288](#). Gingko biloba and other alternative treatments for tinnitus.
Дата оновлення: 2013-05-14
Рівень доказовості: B
Резюме: Alternative treatments (Gingko biloba, phytotherapy, homeopathy, acupuncture, other physical treatment modalities) appear to be ineffective for tinnitus.
- [Доказовий огляд 05277](#). Acupuncture for chronic asthma.
Дата оновлення: 2008-11-05
Рівень доказовості: D
Резюме: Acupuncture might possibly not be effective in the treatment of chronic asthma but there is not enough evidence for strong conclusions.
- [Доказовий огляд 01731](#). Life-threatening complications of acupuncture.
Дата оновлення: 2003-08-07
Рівень доказовості: C
Резюме: The reported serious adverse effects of acupuncture may often be associated with "deep needling" or inoculation of infectious agents.

Авторські права на оригінальні тексти належать Duodecim Medical Publications, Ltd.

Авторські права на додані коментарі експертів належать МОЗ України.

Published by arrangement with Duodecim Medical Publications Ltd., an imprint of Duodecim Medical Publications Ltd., Kaivokatu 10A, 00100 Helsinki, Finland.

Ідентифікатор: ebm00393 Ключ сортування: 020.072 Тип: EBM Guidelines

Дата оновлення англomовного оригіналу: 2014-02-07

Автор(и): Seppo Yrjunnila Редактор(и): Видавець: Duodecim Medical Publications Ltd
Власник авторських прав: Duodecim Medical Publications Ltd

Навігаційні категорії
EBM Guidelines Physical medicine

Ключові слова індексу
mesh: Acupuncture speciality: Physical medicine mesh: pain mesh: osteoarthritis mesh: migraine mesh: low back pain

mesh: hemiplegia mesh: neuralgia mesh: eczema mesh: restless Legs Syndrome mesh: insomnia
mesh: substance-related disorders mesh: smoking cessation mesh: nausea icpc-2: 59