

# En tilstand, mange årsaker En årsak, mange tilstander

Åse Noraker har jobbet med funksjonell ernæringsmedisin ved Balderklinikken i Oslo i 10 år. Hun tar utgangspunkt i årsakene til sykdom for å gjenopprette helse.

– Jeg har jobbet på Balderklinikken i Oslo i 10 år med funksjonell medisin, nærmere sagt funksjonell ernæringsmedisin, og totalt innen feltet i 13 år. På klinikken jobber jeg i nært samarbeid med flere av legene og andre faggrupper ved klinikken. Vi har pasienter fra hele Norge, samt også pasienter bosatt i utlandet. Folk kommer til oss for mye forskjellig, de fleste med komplekse problemstillinger. Mange har utfordringer med mage/tarm og stoffskifte, sier Åse Noraker.

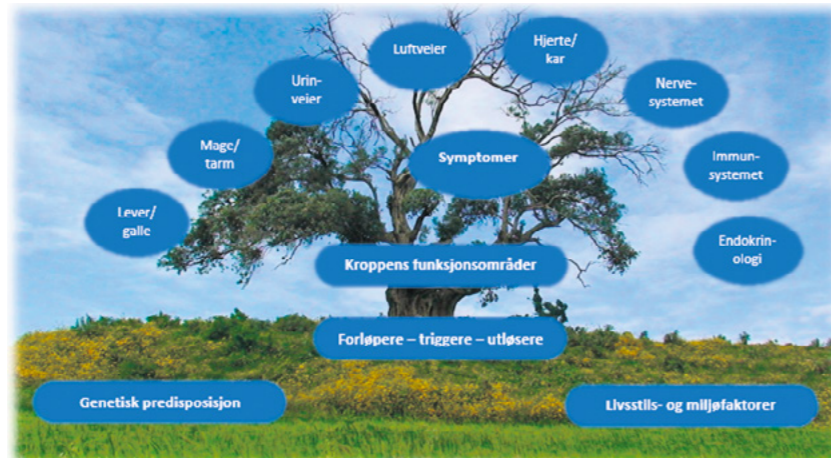
## Definisjon

Funksjonell ernæringsmedisin er forankret i funksjonell medisin. Funksjonell medisin søker å finne hvordan og hvorfor sykdom oppstår hos den enkelte, og søker å gjenopprette helse ved å ta utgangspunkt i årsakene istedenfor symptomene.

## Individualisert

– Den funksjonellmedisinske modellen er en individualisert, pasientsentrert og vitenskapsbasert tilnærming som gir pasienter og utøvere mulighet til å jobbe sammen for å finne de underliggende årsakene til sykdom og fremme optimalt velvære, sier hun.

– Dette krever en detaljert forståelse av hver pasients genetiske, biokjemiske og livsstilsmessige faktorer. Jeg benytter meg av disse dataene til å



Det funksjonellmedisinske tre

utarbeide tilpassede behandlingsplaner.

– For å strukturere og lettere å kunne se sammenhenger, benyttes verktøy som funksjonell medisinsk matrix og tidslinje. Dette gir en fantastisk oversikt og letter muligheten for å se sammenhenger og årsaker. I den funksjonell medisinske matrixen fyller jeg inn symptomer, plager og sykdommer i et system som bl.a. tydeliggjør belastede områder hos personen.

– Ved å ta opp grunnårsaker istedenfor å basere seg på symptomer, vil en identifisere kompleksiteten av sykdommen. «En tilstand, mange årsaker. En årsak, mange tilstander».

## Åse Norakers bakgrunn

Åse Noraker har en funksjonellmedisinsk ernæringsutdannelse fra NAN (Norsk Akademi for Naturmedisin) med kursoppfølging bl.a. i regi av Institute for Functional Medicine (IFM) i USA. Fra tidligere av har hun en bachelor fra Handelshøgskolen BI med spesialisering innen markedskommunikasjon.

## Å utdanne seg innen funksjonell medisin

Institute for Functional Medicine er i verdenstoppen innen oppdatering og utdanning innen funksjonell medisin. IFM holder bl.a. konferanser og tilbyr et utdanningsprogram basert på moduler hvor de har en grunnmodul du må ta først. Deretter følger det moduler innen forskjellige felt i medisinen – immun, hjerte/kar, mage/tarm osv. – totalt syv moduler.

– Hvis du tar alle modulene, kan du gå opp til eksamen og deretter få en godkjenning. I utgangspunktet er nok utdanningen i hovedsak rettet mot leger, men jeg synes at jeg som jobber innen ernæring har veldig god nytte av utdanningsopplegget da ernæring er en sentral faktor innen funksjonell medisin. På kursene blir vi presentert med det nyeste innen forskning av høyt kvalifiserte foredragsholdere, sier Åse Noraker. ■



BALDERKLINIKKEN: Åse Noraker har jobbet med funksjonell ernæringsmedisin på Balderklinikken i 10 år.