

Synopsis

Naturopati

Praksis, effekt,
økonomi og tryggleik



Redigert av

Iva
Lloyd

Amie
Steel

Jon
Wardle



Naturopati: praksis, effekt, omfang, økonomi og tryggleik

Dette samandraget presenterer ein oversikt i høve naturopati: praksis, effekt, omfang, økonomi og tryggleik – ein Health Technology Assessment (HTA) om naturopati initiert av World Naturopathic Federation (WNF), den ideelle organisasjonen som representerer den globale naturopatiske profesjonen og består av nasjonale naturopatiske organisasjonar og naturopatiske utdanningsinstitusjonar som famnar alle regionane i verda. Protokollen og metodane for HTA blei utarbeidd i tråd med Verdsorganisasjonen for helse (WHO) sine HTA-retningslinjer, tilpassa dei spesifikke krava og kjenneteikna til naturopatifaget. HTA-rapporten blei utvikla for å gje eit evidensbasert samandrag av naturopatisk praksis og resultat av naturopatisk behandling. Omfanget av HTA er basert på forskinga utført av det internasjonale naturopatimiljøet. Tilgang til heile HTA (720 sider) finst på WNF si nettside: www.worldnaturopathicfederation.org.

Grunnlaget for den naturopatiske profesjonen

Naturopati er eit distinkt tradisjonelt og komplementært medisinsk system som blir praktisert over heile verda med sterke historiske og kulturelle røter i Europa. Naturopatien blei formalisert som eit distinkt medisinsk system på slutten av det 19. århundre i Tyskland og i byrjinga av det 20. århundre i Nord-Amerika. Naturopati utvida seg raskt til det vestlege Stillehavet, Asia, Latin-Amerika og Karibia, Afrika og i resten av Europa. Naturopatifaget omfattar både naturopati og naturopatisk medisin. Naturopatar og naturopatiske legar (ND) over heile verda, deler eit felles filosofisk rammeverk og eit sett sentrale terapeutiske modalitetar og praksis som grunnlag for naturopatisk praksis trass i nokre utdanningsforskjellar, og dessutan jurisdiksjonsspesifikke reguleringar og avgrensingar.

Viktige punkt

- Naturopati er eit tradisjonelt medisinsk system i Europa og ein del av T&CM rundt om i verda.
- Naturopatar/naturopatiske legar (ND) behandlar pasientar gjennom heile livet – med fokus på forebyggjing og kroniske lidingar, samt akutte tilstandar og palliativ behandling.
- Naturopatiske diagnosar brukar biomedisinsk terminologi og tradisjonelle naturmedisinske diagnoseomgrep.
- Naturopati er definert av to kjernefilosofiar og sju prinsipp som igjen er styrt av distinkte naturopatiske teoriar.
- Naturopatisk praksis er kompleks og inkluderer grunnleggjande naturopatiske terapiar:
 - anvendt ernæring
 - klinisk ernæring
 - urtemedisin
 - livsstilsendring
 - sinn-kropp medisin
 - naturopatisk fysikalsk medisin
 - hydroterapi
 - andre terapiar basert på jurisdiksjonsforskrifter og naturopatisk utdanning.



Naturopatisk praksis

Naturopatisk praksis er kjenneteikna av spesifikke vurderings-, diagnose- og behandlingstilnærmingar som blir brukt av naturopatar/naturopatiske legar. Som eit europeisk tradisjonelt medisinsk system som deler fleire historiske band med vestleg medisin, kan naturopatisk praksis med suksess byggja bru over tradisjonelle og biomedisinske tilnærmingar til praksis. **Naturopatisk vurdering** er personsentrert med mål om å avgjerda kva faktorar som påverkar helsetilstanden til ein pasient og symptoma deira. Det involverer undersøking av livsstil, sosiale, miljømessige, eksterne og genetiske faktorar, og verknaden av medisinske intervensjonar. Naturopatar/naturopatiske legar bruker ei rekke vurderingsverktøy inkludert ei grundig kasushistorie, standard konvensjonelle fysiske undersøkingar og laboratorietestar, saman med tradisjonelle naturopatiske vurderingsteknikkar som tunge- og pulsdiagnose. Dei tre hovudmåla for ei naturopatisk vurdering er å (1) avgjerda faktorane som påverkar helsetilstanden til ein pasient, symptoma deira og/eller sjukdommar; (2) samla inn rett informasjon for å stilla ein naturopatisk diagnose og (3) vurdere vitaliteten og velværet til pasienten.

Dei tre primære og samanhengande føremåla med ein naturopatisk diagnose er å (1) nøyaktig kategorisera symptoma, tilstanden og/eller sjukdomstilstanden ved å bruka biomedisinsk terminologi og diagnostiske kriterium saman med tradisjonelle naturopatiske diagnostiske konsept; (2) bestemma dei underliggjande årsakene til symptoma til pasienten, tilstandar eller sjukdomstilstand; og (3) bestemma pasientens lækjande evne.

Naturopatisk praksis har alltid vore terapeutisk mangfaldig i tilnærminga si til lækjing og inkluderer ulike terapeutiske modalitetar og praksisar basert på naturopatisk filosofi og tradisjonelt rammeverk. Dei **terapeutiske modalitetane og praksisane** som kjenneteiknar naturopatisk behandling og som er inkludert i over 80% av naturopatiske utdanningsprogram er klinisk og anvendt ernæring, urtemedisin, livsstilsrådgjeving, hydroterapi og homøopati. Basert på jurisdiksjonsregulering og opplæring av naturopatar/naturopatiske legar i

enkelte land, utgjer andre modalitetar som yoga, naturopatisk manipulasjon, akupunktur, intravenøse terapiar (IV), regenerative injeksjonsterapiar (RIT) og føreskriving av avgrensa produkt (t.d. bio-identiske hormon, høgdose vitamin D, samansetningar i høve IV-terapi) ein betydeleg del av den naturopatiske praksisen.

Naturopatiske filosofiar og prinsipp

Dei naturopatiske filosofiane om *vitalisme* (ein medfødt intelligens knyta til levande organismar) og *holisme* (kroppen er eit kompleks adaptivt system som eksisterer som ein einskapleg heilskap) omfamnar alle aspekt av naturopatisk behandling og blir støtta av sju naturopatiske prinsipp som rettleier naturopatisk praksis:

- I. Fyrst og fremst, ikkje gjer skade (*primum non nocere*)
- II. Naturens lækjande kraft (*vis medicatrix naturae*)
- III. Behandle årsaka (*tolle causam*)
- IV. Behandle hele menneske (*tolle totum*)
- V. Lege/terapeut som lærar (*docere*)
- VI. Helsefremjing og sjukdomsførebygging
- VII. Helse og velvære

“107
land har ein
naturopatisk
arbeidsstyrke”

Naturopatiske teoriar

Fleire teoretiske og konseptuelle rammer støttar naturopatar/naturopatiske legar sitt arbeid knyta til klinisk resonnement og avgjerd. Dei viktigaste teoriene som er inkluderte er:

- *Naturopatisk terapeutisk rekkefølge* er ei systematisk tilnærming til behandling som går frå minimalt invasive til meir invasive behandlingar dersom dette er nødvendig.

- *Teorien om avgifting* stadfestar at giftige substansar kan absorberast frå omgjevnadane eller bli produsert ved unormale metabolske prosessar og må effektivt eliminerast for å oppnå god helse.
- *Teorien om komplekse system* skisserer at kroppen er eit kompleks og sjølvstyrande dynamisk og utviklande system som fungerer innanfor eit miljø med fleirnesta system som er innbyrdes forbunde, og naturopatisk praksis må gjenspegla denne kompleksiteten.

Status for den naturopatiske profesjonen

Sjølv om det er ein viss variasjon i utdanningsstandardane og reguleringa av den naturopatiske profesjonen rundt om i verda, er profesjonen sterkt sameina i filosofiane og prinsippa som definerer naturopatisk praksis, så vel som i dei vanlegaste terapeutiske modalitetar/terapiforma og praksisar som blir brukte av profesjonen.

Viktige punkt

- Meir enn 110 000 naturopatar/naturopatiske legar (ND) praktiserer i over 107 land som omfattar alle WHO-regioner.
- 75% av landa der naturopati/naturmedisin blir praktisert, bruker omgrepet naturopat og 41% bruker naturopatisk lege. Lokale variasjonar som heilpraktikar, naturista, naturólogo eller naturópata speglar språket som talast i desse landa.
- 35 land har ei eller anna form for lovfesta regulering for den naturopatiske profesjonen.
- Det fins over 130 naturopatiske utdanningsprogram rundt om i verda.
- To hovudtypar av naturopatiske utdanningsprogram inkluderer opplæringsprogramma på doktorgradsnivå med over 4000 undervisningstimar – 52% av alle programma – og opplæringsprogramma for terapeutisk utøvarnivå på 2500 timar.



Landskapet for naturopatien i høve WHO-regionar

Naturopati er eit distinkt tradisjonelt medisinsk system utvikla i Tyskland på midten av 1800-talet. Det spreidde seg deretter til land i Amerika, den vestlege Stillehavsregionen, India og gjennom andre europeiske land på byrjinga av 1900-talet. For tida blir naturopati/naturopatisk medisin praktisert i 107 land som omfattar alle verdsregionar, og det er anslått at det er over 110 000 naturopatar og/eller naturopatiske legar globalt. Naturopati blir for tida praktisert i alle verdsregionar.

- *Europa* er den tradisjonelle heimen til naturopatien med over 30 land og med eit praksisomfang på rundt 60 000 naturopatar.
- Naturopati blei introdusert i *Amerika* på slutten av 1800-talet, og for tida er det over 30 land i den regionen som har eit praksisomfang på over 25 000 naturopatar og naturopatiske legar. Nord-Amerika (Canada og USA) blir rekna som heimen til den moderne naturopatien, då det var her kodifisering og utdanning blei mest utvikla. I Nord-Amerika er naturopatiske legar anerkjente som primærlegar i dei statane eller provinsane med slik regulering. Nordamerikanske ND-ar har spelt ei betydeleg

“5,5 millionar
naturopatiske
pasientbesøk per
månad”

rolle innan leiande naturopatisk forskning og kodifisering av det naturopatisk kunnskapet.

- *Den vestlege Stillehavsregionen* har hatt ein naturopatisk tradisjon sidan tidleg på 1900-talet, og det er nå 14 land i den regionen som praktiserer naturopati med eit omfang på over 10.000 naturopatar /naturopatiske legar. Naturopatar/naturopatiske legar i den vestlege Stillehavsregionen, spesielt i Australia, har vore medverkande til å fremja naturopatisk forskning i dette yrkesfeltet.
- Naturopati blei introdusert i *regionen Sørøst-Asia* på 1920-talet via India, og for tida er det minst fem land med eit omfang på over 10 000 naturopatar / naturopatiske legar. I India er naturopati ein anerkjent del av det tradisjonelle systemet for indisk medisin (AYUSH: Ayurveda, Yoga og Naturopati, Unani, Siddha, Sowa Rigpa og Homøopati), der naturopati og yoga blir kombinert i naturopatiske studium.
- Naturopati blei introdusert til den *Afrikanske regionen* på midten av 1900-talet og blir nå praktisert i minst 13 land med eit omfang på rundt 5000 naturopatar/naturopatiske legar.
- Naturopati blei introdusert til den *austlege Middelhavsregionen* sidan slutten av 1990-talet og blir for tida praktisert i minst åtte land i den regionen.

Regulering, lisensiering og registrering av den naturopatisk arbeidsstyrken og T&CM-produkt

Det er ein naturopatisk arbeidsstyrke i 107 land. Medan 35 land handhevar lovfesta regulering av naturopatifaget, har ytterlegare 17 ein formell prosess med frivillig sertifisering. Andre reguleringsmodellar som blir brukte inkluderer samregulering og negativ lisensiering. Lovfesta regulering fylgjer fleire lovverk, inkludert regulering som er spesifikk for den naturopatiske profesjonen (dvs. Naturopathy Act), paraplyregulering under Allied Health eller T&CM, registrering av naturopatiske utøvarar og/eller regulering av naturopatisk praksis.

Utdanningsprogram og standardar for den naturopatiske arbeidsstyrken

Det er 131 naturopatiske utdanningsinstitusjonar globalt med 38% lokalisert i regionen Sørøst-Asia, 27% i den europeiske regionen, 22% i regionen Amerika, 9% i den vestlege Stillehavsregionen og 4% i Afrika. Det er hovudsakleg to naturopatiske opplæringsprogram; eit for doktorgradsnivå (over 4000 timar) og eit opplæringsprogram for terapeutisk utøvarnivå på 2500 timar. Over 52% av dei nåverande naturopatiske medisinske utdanningsprogramma er på 4000 timar eller lenger, og mindre enn 9% er under 2000 timar. *Benchmarks for Training in Naturopathy* blei publisert i 2010 av WHO.

“131
naturopatiske
utdanningspro-
gram over heile
verda”

Naturopatisk utdanning inkluderer:

- naturopatisk historie, filosofiar, prinsipp og teoriar.
- naturopatisk medisinsk kunnskap, inkludert grunnleggjande vitenskap, klinisk vitenskap, laboratorie- og diagnostiske testar, naturopatisk vurdering og naturopatisk diagnose.

- naturopatiske terapeutiske modalitetar, praksisar og behandlingar.
- rettleia klinisk praksis.
- etikk og forretningspraksis forskning.

Praksis og implementering av naturopati i helsevesenet

Det er omfattande dokumentasjon som beskriv kliniske resultat knyta til naturopatiske terapeutiske modalitetar og praksis, og eit breitt dokumentasjonsgrunnlag som undersøker mange andre aspekt av naturopatisk praksis, og gjev ei rettleiing for korleis det kan passa inn i det globale helsevesenet. Politikarar og andre interessentar som søker å forstå korleis dei best kan optimalisera helsepersonell og integrera naturopatar/naturopatiske legar i retningslinjene deira, program og tenester til fordel for samfunnet, må vurdere denne dokumentasjonen i samheng med moderne naturopatisk praksis.

Viktige punkt

- Naturopatisk behandling er kostnadseffektiv, spesielt for kroniske tilstandar og for tyngre sjukdomsbyrde.
- Direkte risiko forbunde med naturopatisk behandling er sjeldne og vanlegvis små.
- Det er over 100 naturopatiske fellesskapsklinikkar som tilbyr naturopatisk behandling til underprivilegerte, marginaliserte, låginntekt befolkningsgrupper.
- Naturopatar/naturopatiske legar er godt eigna til å spela ei meir formell rolle i folkehelseiltak retta mot å auka helsekunnskapen.
- Naturopatar/naturopatiske legar brukar fleire kjelder for kunnskap og mobiliserer kunnskap til – så vel som frå – andre.



Tryggleik og risiko ved naturopatisk praksis

Hovudtypane av risiko knytt til naturopatisk praksis er lik det ein finn innan andre helseprofesjonar som nyttar eit breitt spekter av praksis og er primært eit resultat av utstyr som naturopatar/naturopatiske legar brukar, og primærhelsetenesten dei arbeider innanfor. Medan risiko forbunde med naturopatisk praksis er relativt sjeldne, er dei potensielt betydelege nok til at fornuftige reguleringar bør oppmuntrast for å minimera dei. Lågare risiko forbunde med naturopatisk praksis er svært avhengig av tilstrekkeleg

utdanningsnivå og trygge standardar for praksis, og forordningar bør iverksetjast for å sikra at desse standardane blir oppfylte. Dei fleste risikoane forbunde med naturopatisk praksis er enten ikkje unike for slik praksis (t.d. uønskte hendingar frå terapeutisk intervensjon som botaniske eller intravenøse behandlingar) eller er knyta til useriøse utøvarar (t.d. uetisk åtferd). Typisk risiko ved naturopatisk praksis er liknande det ein kan forventa av ein kvar helseprofesjon som har ein betydningsfull rolle innan primærhelsetjenesten, men er vesentleg mindre enn andre utøvargrupper som har liknande roller.

Økonomi i høve naturopatisk behandling

Globalt blir naturopatisk behandling fyrst og fremst dekt av tredjeparts-forsikringsselskap eller eigenbetaling frå pasient/forbrukarar, snarare enn gjennom statleg finansiering, noko som kan redusera tilgjengelegheita til naturopatisk behandling.

- Nokre land har statleg finansierte naturopatisk behandling enten for spesifikke grupper (t.d. veteranpleie) eller arbeidslause.
- Økonomiske evalueringar av naturopatiske intervensjonar har vist at slik behandling er kostnadseffektiv, spesielt ved langvarige og kroniske tilfelle, og for personar med tyngre sjukdomsbyrde.
- Studiar tyder òg på samfunnsøkonomiske fordelar ved naturopatisk behandling, som kan redusera arbeidsfråvær, og gje totalt lågare forsikringskostnader per person.
- Integrasjon av komplementære terapiar i tverrfaglege miljø har òg vist seg å redusera pleiekostnadene samstundes som dei gjev like eller betre kliniske resultat i generelle pasientgrupper, slik som innan onkologi og smerte. Slike funn tyder på ein potensielt fordelaktig rolle for naturopatar/naturopatiske legar i integrerande tverrfaglege miljø.

Naturopatisk praksis og pasientkaraktistika

Resultat frå ein forskingsartikkel med tittelen “*Overview of international naturopathic practice and patient characteristics: results from a cross-sectional study in 14 countries*” framhevar at naturopatar/naturopatiske legar behandlar eit breitt spekter av tilstandar der over 70% av pasientane har kroniske lidningar. Naturopatar/naturopatiske legar behandlar òg pasientar med akutte tilstandar og fokuserer på forebyggjande og palliativ behandling. Eit typisk besøk hjå ein naturopat vil generelt innebera resept, tilråding eller bruk av gjennomsnittleg fire ulike naturopatiske behandlingstyper/råd/intervensjonar. Naturopatar/naturopatiske legar behandlar eit breitt spekter av helsetilstandar både som primærleger og i samarbeid med anna helsepersonell.

Internasjonal omfang av konsultasjonar med naturopat/naturopatisk lege

Sjølv om naturopatien har eit betydeleg nærvær globalt, er det avgrensa med data om omfanget av naturopatkonsultasjonar. 12-månadersprevalensen av konsultasjonar med naturopatar/naturopatiske legar varierte frå 1% av den generelle befolkninga i USA til 6% i europeiske- og vestlege stillehavsregionar – sjølv om det er betydelege forskjellar mellom og innanfor regionar – som kan vera forårsaka av ei rekke politiske, lovgjevingsmessige og sosiale faktorar.

Tilgang og rettferd i høve naturopatisk behandling

Forskningsartikkelen “*Naturopathic community clinics: international cross-sectional survey*” indikerer at det er over 100 naturopatiske klinikkar (NCC) globalt som tilbyr gratis eller rimeleg naturopatisk behandling til befolkningsgrupper med dårleg behandlingstilbod. NCC-klinikkar har blitt tilbode gjennom ulike naturopatiske utdanningsinstitusjonar i over tre tiår.

- NCCer når dårleg stilte, sårbare og marginaliserte befolkningar som låginntektsfamiljar, innvandrarar, flyktningar, personar som er heimlause, urfolk, personar med HIV/AIDS og dei som er avhengig av narkotika – og dessutan individ frå ulike kjønn, inkludert tranpersonar og ikkje-binær.
- NCCs gjev naturopatisk behandling liknande det som blir levert i generell naturopatisk praksis og som behandlar både kroniske og akutte tilstandar. Gastrointestinal, mental helse, endokrine og muskel-skjelettlidingar er dei vanlegaste sjukdomstilstandar for individ som vitjar NCC.

Samfunnsutdanning og helsefremjande aktivitetar for naturopatar/naturopatiske legar

Forskningsartikkelen, “*Community education and health promotion activities of naturopaths/naturopathic doctors: results of an international cross-sectional survey*” framhevar

“100
naturopatiske
fellesskapsklinikkar
som betener sårbare
folkegrupper
globalt”

at naturopatar/naturopatiske legar bruker ei rekke pedagogiske verktøy, ofte utan kostnad for pasientar og forbrukarar, for å forbetra helsekunnskapar og oppmuntra til eigenomsorg. Verktøya som blir brukte fokuserer på måtar å endra helseåtfærd på, gje retningslinjer for eigenomsorg, handtera helseproblem og forebyggja framtidige helseproblem. Vanlege verktøy inkluderer informasjonsark og brosjyrer, sosial og profesjonell nettverkskommunikasjon og informasjonsforedrag for medlemmer i det aktuelle samfunnet. Forsking indikerer at personar som kjem i kontakt med ein naturopat/naturopatisk lege, kan vera meir motivert til å engasjera seg i positiv helseåtfærd. Denne kombinasjonen av pasientsentrert utdanning og motivering av pasientgrupper, kan bety at opplæringsaktivitetar utført av naturopatar har ein markant innverknad på pasientpopulasjonane deira.

Mobilisering av kunnskap og informasjon i naturopatisk klinisk praksis

Forskningsartikkelen med tittelen “*Naturopath’s mobilization of knowledge and information in clinical practice: an international cross-sectional survey*” indikerer at naturopatar/naturopatiske legar effektivt kan henta kunnskap frå eit mangfald av informasjonskjelder som rettleiar i høve praksis. Publisert forskingsdokumentasjon er den framtrekande kjelda som informerer om klinisk praksis, men naturopatar/naturopatiske legar refererer òg til tradisjonell kunnskap, klinisk erfaring og pasienterfaringar. Naturopatar/naturopatiske legar deler aktivt kunnskapen sin med pasientar og det breie lag av samfunnet, og foreslår at dei kan fungera som kunnskapsmeklarar.

“300+
kliniske studiar
som involverer 100+
ulike helsepopu-
lasjonar”

Naturopatisk forskning

Det er ei omfattande mengde forskning som undersøker naturopatisk praksis og terapiar, sjølv om fleire omsyn er nødvendige for å sikra at forskinga speglar naturopatisk praksis på rett måte. Det naturopatiske fellekskapet har vore aktiv i å forska på helsetema utover naturopatisk medisin og T&CM.

Viktige punkt

- Naturopatar/naturopatiske legar har publisert over 2000 fagfelleverderte artiklar sidan 1987 og med betydeleg auke dei siste 20 åra.
- Pragmatiske kliniske forskingsmetodar nyttar ein kompleks, personsentrert tilnærming til design som kan bidra til å skapa tillit til naturopatisk praksis.
- Det internasjonale naturopatiske forskingsmiljøet har lenge vist ansvar gjennom å kodifisera, syntetisera, generera og spreia kunnskap til klinikarane og forskingsmiljøet.
- Tilstreккеleg infrastruktur er nødvendig for ytterlegare å støtta forskning og auka kapasiteten og integrering i helsesystema.
- Naturopati må anerkjennast som eit totalt system for tradisjonell medisin når ein designar og utfører forskning som undersøker naturopatisk behandling.



Forskning på naturopati som eit tradisjonelt medisinsystem

Forskning krev ein balanse mellom intern validitet og ekstern validitet. Å oppnå dette kan vera utfordrande i T&CM-yrker, slik som naturopati, på grunn av deira heilskapsperspektiv. Forsking med avgrensa fokus på ekstern validitet har blitt identifisert av naturopatar/naturopatiske legar som å vera mindre anvendbart i høve klinisk praksis. Den naturopatiske profesjonen har ein lang tradisjon i å generera ny kunnskap og naturopatar/naturopatiske legar har vore sett på som tidlege brukarar av ulike former for forskning, som ledd i å forbetra evidensbaserte tilnærmingar til praksis – samtundes som dei opprettheld ei sterk tilknytning til deira naturopatiske filosofiar og prinsipp.

Utfordringar og framsteg for naturopatisk klinisk forskning

Å forska på naturopati/naturopatisk medisin – så vel som primærhelse, folkehelse og annan T&CM-praksis, har historisk sett gitt fleire utfordringar på grunn

av avgrensingane i den randomiserte kontrollerte studiedesignen ved evaluering av komplekse intervensjonar underbygd av filosofiar og prinsipp utover det biomedisinske paradigmet.

- Naturopatiske forskarar har omfamna allment aksepterte innovasjonar innan forskingsdesign og metodikk retta mot å undersøka personsentrerte intervensjonar med fleire terapeutiske element.
- Den pragmatiske kliniske forskingsdesignen tillèt inkludering av multimodale intervensjonar, røyndomsnære/kliniske kontekst og fleksibilitet som samsvarer med tilnærminga innan naturopatisk behandling i den verkelege verda.

Forskningsformidling av det globale naturopatiske forskingsmiljøet

Forskningsartikkel med tittelen “*Knowledge dissemination by the naturopathic profession: a bibliometric analysis of naturopath-authored, peer-reviewed publications*” indikerer at det internasjonale naturopatiske forskingsmiljøet har aktivt publisert fagfelleverdert forskingslitteratur

i over 30 år og har demonstrert ei vedvarande forplikting til å kodifisera eksisterande kunnskap, generera ny kunnskap og formidla denne kunnskapen til naturopatar og eit breiare lag av klinikk- og forskingsmiljø. Naturopatisk forskning blir utført i dei fleste utdanningsinstitusjonane som har slike utdanningstilbod, spesielt i USA, Canada, Australia, Tyskland, India og New Zealand.

“20+
naturopatiske
forskningsentre”

Effekt av naturopatisk klinisk praksis

Naturopatar/naturopatiske legar behandlar ulike fysiske og psykologiske helseproblem gjennom heile spekteret av livet til ein pasient. Dei fleste naturopatbesøk fokuserer på kroniske sjukdommar, men naturopatar behandlar òg akutte tilstandar og støttar pasientar i palliativ behandling og dei som søker råd i høve førebyggjande medisin. Naturopatiske forskarar har publisert 235 kliniske forskingsartiklar som undersøker eit breitt spekter av helseintervensjonar innan ulike helsepopulasjonar. Totalt sett identifiserte 81,1% av studiane på effekt av naturopatisk klinisk praksis ein positiv respons på minst eitt primært eller sekundært resultatmål.

Viktige punkt

- Naturopatiske forskarar har utført klinisk forskning som involverer 81 ulike sjukdomspopulasjonar.
- 81% av studiane som undersøkte effektiviteten av naturmedisinsk behandling, identifiserte eit positivt resultat.
- Risikoen for ikkje-smittsame sjukdommar (NCDs) er sterkt knyta til modifiserbare risikofaktorar som blir adressert som ein del av naturopatisk behandling.
- Naturopatar/naturopatiske legar har vore medverkande til utviklinga av integrativ onkologi, ernæringspsykiatri og dessutan mikrobiomets rolle i høve helsestilstand.
- Ytterligere forskning når det gjeld effekt av naturopatisk behandling er tilrådeleg.



Kreft og kreftrelaterede tilstandar

Enkeltpersonar søker naturopatisk behandling for ei rekke kreftformer, så vel som for å bli frisk frå kreft eller palliativ behandling. Naturopatiske forskarar har utført 53 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med kreft og kreftrelaterede tilstandar, der 93,5% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 100 observasjonsstudiar og meir enn 60 systematiske oversikter eller metaanalyser. Tilstandane

representert i desse studiepopulasjonane inkluderer brystkreft, kolorektal, prostata og livmorhalskreft – og andre kreftformer.

Kardiovaskulære tilstandar

Naturopatar/naturopatiske legar kan ha ei betydeleg rolle i førebygging og behandling av kardiovaskulære og andre NCDar (noncommunicable diseases).

Naturopatiske forskarar har utført 12 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med kardiovaskulære tilstandar, der 72,7% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 20 observasjonsstudiar og meir enn 20 systematiske oversikter eller metaanalysar. Kardiovaskulære tilstandar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer hypertensjon, kardiovaskulær sjukdom, post-hjartekirurgi og andre kardiovaskulære tilstandar.

Komplekse immunforsvar

Den naturopatiske tilnærminga med å sjå behandling av tilstandar gjennom ei linse av kompleksitet, og adressera fleire årsaksfaktorar og fysiologiske system samstundes, er gunstig for pasientar med komplekse immunsjukdomar. Naturopatiske forskarar har utført 14 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med kompleks immuntilstand. Komplekse immuntilstandar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer HIV og AIDS, multipel sklerose og kronisk utmattingssyndrom.

Endokrine tilstandar

Naturopatar/naturopatiske legar er godt posisjonert til å hjelpa til med behandling og forebygging av endokrine tilstandar og andre NCDer på grunn av den spesifikke opplæringa deira og fokus på livsstilsrådgivning og behandling av dei ulike risikofaktorane. Naturopatiske forskarar har utført 23 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med kardiovaskulære tilstandar, der 90,9% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av 15 observasjonsstudiar og 17 systematiske oversikter eller metaanalysar. Endokrine tilstandar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer type II diabetes mellitus, metabolsk syndrom og andre endokrine tilstandar.

Gastrointestinale tilstandar

Gastrointestinale tilstandar er ei av hovudårsakene til at pasientar søker naturopatisk behandling. Naturopatar/naturopatiske legar legg stor vekt på gastrointestinal helse og erkjenner at det er knytt

til mange andre forhold. Naturopatiske forskarar har utført 17 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med gastrointestinale tilstandar, der 82,4% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av 13 observasjonsstudiar og 39 systematiske oversikter eller metaanalysar. Gastrointestinale tilstandar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer irritabel tarm-syndrom, funksjonelle gastrointestinale lidingar, inflammatorisk tarmsjukdom, coliki, lever- og galle- og pankreastilstandar og andre gastrointestinale tilstandar.

Psykiske helsetilstandar

Naturopatien si breispektra tilnærming til helse og sjukdom og det naturopatiske prinsippet *Behandla heile menneske*, betyr at naturopatar/naturopatiske legar anerkjenner betydninga av den mentale statusen til ein person ved behandling av ein kvar tilstand. Naturopatiske forskarar har utført 24 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med psykiske lidingar, der 64,7% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 50 observasjonsstudiar og meir enn 80 systematiske oversikter eller metaanalysar. Psykiske helsetilstandar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer depresjon, angst og andre psykiske helsetilstandar.

“2000+
fagfelleverderte
vitskapelege arti-
klar på 30 år”

Muskel- og skjelettilstandar

Naturopatar/naturopatiske legar bruker ei brei behandlingstilnærming ved muskel- og skjelettlidingar, som er ei av dei vanlegaste årsakene til at pasientar søker naturopatisk behandling. Naturopatiske forskarar har utført 30 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med muskel- og skjelettlidingar, der 89,3% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 50 observasjonsstudiar og meir enn 50 systematiske oversikter eller metaanalysar. Muskel- og skjelettilstandar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer kroniske nakkesmerter, korsryggsmerter, slitasjegikt, fibromyalgi og andre muskel- og skjelettlidingar.

Nevrologiske tilstandar

Naturopatar/naturopatiske legar bruker ei mangfaldig behandlingstilnærming i behandlinga av nevrologiske tilstandar. Naturopatiske forskarar har publisert 21 kliniske forskingsartiklar som undersøker intervensjonar for populasjonar med nevrologiske tilstandar, der 66,7% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 40 observasjonsstudiar og meir enn 25 systematiske oversikter eller metaanalysar. Nevrologiske tilstandar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer migrene og kronisk hovudverk, Parkinsons sjukdom og andre nevrologiske tilstandar.

Hudtilstandar

Naturopatar/naturopatiske legar legg stor vekt på hudsjukdomar, sidan naturopatisk teori ser på huda som det største avgiftningsorganet i kroppen og som ein indikasjon på indre patologiske tilstandar. Naturopatiske forskarar har utført 8 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for populasjonar med hudsjukdommar, der 62,5% rapporterte om positive resultat. Hudsjukdommar representert i desse studiepopulasjonane inkluderer akne vulgaris, psoriasis, vitiligo vulgaris og andre hudsjukdommar.

Kvinnehelse

Naturopatar/naturopatiske legar set tydeleg fokus på helsetilstandane til kvinner, og over 70% av pasientane som søker naturopatisk behandling er kvinner. Naturopatiske forskarar har utført 11 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for helsetilstandane til kvinner. Desse blir støtta av over 40 observasjonsstudiar og meir enn 30 systematiske oversikter eller metaanalysar. Helsetilstanden til kvinner representert i desse studiepopulasjonane inkluderer menopausale symptom, menstruasjonsforstyringar og andre helsetilstandar knyta til kvinner.

Andre forhold

I tillegg til tilstandane som er nemnt ovanfor, er det ei rekke andre tilstandar som blir behandla av naturopatar/naturopatiske legar. Naturopatiske forskarar har utført 14 kliniske studiar som undersøker intervensjonar for desse andre tilstandane, der 85,7% rapporterte om positive resultat. Tilstandane representert i desse studiepopulasjonane inkluderer overvekt eller fedme, luftvegslidingar og genitourinære tilstandar.

Andre forskningspublikasjonar knyta til helsetilstandar

Naturopatiske forskarar har òg publisert over 1400 fagfelleverderte tidsskriftartiklar relatert til helsetilstandar, og omtrent halvparten av desse er systematiske oversikter eller metaanalysar (n=357; 24,5%) – eller observasjonsstudiar (n=363; 24,9%). Denne typen artiklar gjev eit viktig bidrag til helsevesenet knyta til forståinga av helse, sjukdom og handtering av tilstandar.

Forsking på naturopatisk terapi og praksis

Naturopatisk praksis er kjent for kompleksiteten og fleksibiliteten sin med ei rekke behandlingar, terapiar og praksisar. Det er sterk konsensus om sju sentrale naturopatiske modalitetar som blir brukt i praksis: anvendt ernæring og kosthaldsendringar, klinisk ernæring og bruk av naturlege helseprodukt, urtemedisinar, livsstilsrådgjeving, hydroterapi, homøopatiske middel og ulike fysiske modalitetar som yoga, naturopatisk muskel- og manipulasjonsteknikkar. Forsking på naturopatiske terapeutiske modalitetar og praksis framhevar korleis slike behandlingar blir brukte – einskildvis og i kombinasjon.

Det er over 300 kliniske studiar som fokuserer på kliniske resultat knytt til naturopatiske behandlingsmodalitetar og praksis. Desse studiane undersøker behandlingar for over 140 tilstandar. Desse kliniske studiane inneheld vanlegvis pragmatiske element som multimodale intervensjonar, fleksibilitet i administrasjonen og røyndomsnær/praksisnær tilknytning. Totalt sett identifiserte 77,6% av desse studiane ein positiv respons på minst eitt primært eller sekundært resultatmål.

Viktige punkt

- Eit typisk naturopatbesøk involverer generelt bruk av fire eller fleire ulike naturopatiske terapeutiske modalitetar eller praksisar.
- Naturopatisk behandling og omsorg er kjent for sin mangfaldige og fleksible terapeutiske tilnærming til helsetenester.
- Den komplekse intervensjonstilnærminga til behandling og omsorg gjer at naturopatar/naturopatiske legar kan utnytta dei synergistiske eigenskapane til ulike behandlingar og behandla heile menneske.
- Naturopatmiljøet har vore leiande i å undersøka verknaden av å integrera fleire T&CM-behandling-smetodar i konvensjonelle omsorgsmiljø.
- Den naturopatiske multimodale, komplekse intervensjonstilnærminga krev vidare undersøking.



Komplekse inngrep

Ei heilskapleg, pasientsentrert, multimodal behandlingstilnærming er sentral i naturopatisk behandling. Naturopatiske forskarar har utført 25 kliniske studiar som undersøker komplekse intervensjonar. Desse blir støtta av over 70 observasjonsstudiar og 19 systematiske oversikter eller metaanalysar.

Anvendt ernæring

Anvendt ernæring har ein essensiell og grunnleggande rolle i naturopatisk behandling og omsorg – og inkluderer dietterapi (terapeutiske diettar, faste og individualisert kosthaldsendringar), terapeutisk bruk

av spesifikke matvarer og åtferds- og livsstilsrådgjeving relatert til spiseåtferd. Naturopatiske forskarar har utført 31 kliniske studiar som undersøker anvende ernæringsintervensjonar, der 88% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 20 observasjonsstudiar og meir enn 30 systematiske oversikter eller metaanalysar.

Klinisk ernæring

Klinisk ernæring er ein av dei terapeutiske modalitetane som blir mest brukte av naturopatar/naturopatiske legar. Klinisk ernæring inkluderer vitamin og mineral, næringsstoff som har fysiologiske effektar – slik som aminosyrer og andre aminobaserte samansetningar, matbaserte komponentar og andre

samansetningar som er viktige for grunnleggjande menneskeleg biokjemi og fysiologi. Naturopatiske forskarar har utført 59 kliniske forskingsartiklar som undersøker kliniske ernæringsintervensjonar, der 62,5% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 50 observasjonsstudiar og meir enn 90 systematiske oversikter eller metaanalysar.

Urtemedisin

Meir enn halvparten av naturopatbesøka resulterer i ei eller anna form for resept på urter. Naturopatar/naturopatiske legar er opplært til å bruka eit breitt spekter av urter – frå milde urter til ekstremt kraftige urter – som utan tvil er grunnlaget for moderne farmakologisk medisin. Naturopatiske forskarar har utført 48 kliniske forskingsartiklar som undersøker urtemedisinske intervensjonar, der 71,7% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 70 observasjonsstudiar og 19 systematiske oversikter eller metaanalysar.

Livsstilsendringar

Naturopatar/naturopatiske legar var blant dei første helsepersonell som formelt anerkjente livsstilsendringar som eit viktig element i behandling og omsorg. Viktigheita av livsstilsrådgiving i naturopatisk praksis fortset og blir rekna som eit av dei terapeutiske kjerneelementa i naturopatisk praksis. Naturopatiske forskarar har utført 3 kliniske studiar som undersøker livsstilsendringar, der 100% rapporterte om positive resultat.

Sinn-kroppsmedisinsk rådgjeving

Sinn-kroppsmedisin rådgjeving blir tilrådd og blir praktisert med pasientar i alle aldrar som har funksjonelle lidningar (t.d. gastrointestinale, endokrine, nevrologiske eller kardiovaskulære tilstandar), strukturelle lidningar (t.d. muskel- og skjelettilstandar, kroniske smerter), psykologiske tilstandar (angst), depresjon, ADHD, og som ein del av førebyggjande og palliativ behandling. Naturopatiske forskarar har utført ni kliniske studiar som undersøker

terapiintervensjonar for kropp og sinn, der 88,9% rapporterte om positive resultat.

Naturopatisk fysikalsk medisin

Å adressera eller korrigera strukturell integritet blir vurdert som eit viktig stadium i den naturopatiske terapeutiske orden, då det er ein samanheng mellom eit individs haldning og struktur, funksjonen til indre organ og den psykologiske tilstanden til ein person. Naturopatiske forskarar har utført ni kliniske studiar som undersøker fysikalske medisinintervensjonar, der 66,7% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av 20 observasjonsstudiar og 7 systematiske oversikter eller metaanalysar.

Hydroterapi

Hydroterapi – bruk av vatn til terapeutiske føremål – har blitt brukt i tusenvis av år og har vore ein del av naturopatisk behandling og omsorg sidan starten. Naturopatiske forskarar har utført 17 kliniske studiar som undersøker hydroterapiintervensjonar, der 84,2% rapporterte om positive resultat.

Akupunktur

Akupunktur er inkludert innanfor ramma av naturopatisk behandling i nokre land som Canada, USA, Sør-Afrika, India, Tyskland, Sveits og Brasil. Ulike akupunkturmetodar blir praktiserte av naturopatar/naturopatiske legar, inkludert nåling, elektroakupunktur, øyreakupunktur, akupressur, kopping og moxibusjon. Naturopatiske forskarar har utført 32 kliniske studiar som undersøker akupunkturintervensjonar, der 84,8% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av ti observasjonsstudiar og 15 systematiske oversikter eller metaanalysar.

Yoga

Yoga spelar ei betydeleg rolle i naturopatisk behandling og omsorg, spesielt i India der yoga og naturopati er integrert i naturopatisk utdanningsprogram og praksis. Naturopatar/naturopatiske legar brukar ei rekkje

yogiske praksisar, som *asanas*, *pranayama* og meditasjon, for å oppnå påviselege betringar i helse og velværet til pasienten. Naturopatiske forskarar har utført 58 kliniske studiar som undersøker yogaintervensjonar, der 86,3% rapporterte om positive resultat. Desse blir støtta av over 20 observasjonsstudiar og meir enn 50 systematiske oversikter eller metaanalysar.

Optimalisering av farmasøytisk-baserte intervensjonar

Det er viktig at naturopatar/naturopatiske legar er godt informert om interaksjonar mellom legemiddel, urter og næringsstoff – og samanlikninga i høve farmasøytiske og naturopatibaserte intervensjonar. I nokre jurisdiksjonar, fyrst og fremst i Nord-Amerika, har naturopatiske legar føreskrivningsrettar som ein del av deira definerte praksisområde. Naturopatiske

forskarar har utført 8 kliniske studiar som undersøker måtar å optimalisera farmasøytisk-baserte intervensjonar.

Andre forskingspublikasjonar om naturopatiske terapiar og praksis

Naturopatiske forskarar har utført omfattande klinisk forskning, sjølv om det representerer berre ein firedel av dei 1203 publiserte fagfellevurderte tidsskriftartiklane som undersøker det breie spekteret av terapiar som vanlegvis blir brukt i naturopatisk praksis. Ein betydeleg del av observasjonsstudiar som inkluderer forskning ved bruk av undersøkings-, intervju- eller fokusgruppemetodar (n=195; 16,2%), og systematiske oversikter eller metaanalysar (n=297; 24,6%) er òg publisert av naturopatiske forskarar.

Om World Naturopathic Federation

I 2014 blei WNF, utvikla av det globale naturopatiske fellesskapet, innlemma i Canada. Frå 2021 representerer WNF 75 naturopatiske organisasjonar, der 35 nasjonale naturopatiske organisasjonar er fullverdige medlemmer, 11 assosierte medlemmer og 25 utdannings-medlemmer. Mellom 2015 og 2021 har WNF jobba aktivt for å kodifisera og konsolidera den nåverande informasjonen og forskinga som er tilgjengeleg om naturopatifaget. I den tida produserte WNF 19 publikasjonar og 7 politiske erklæringar.

WNFs misjon

- Støtta veksten og mangfaldet av naturopati/naturopatisk medisin over heile verda.
- Støtta føremålstenleg regulering og anerkjenning av naturopati/naturopatisk medisin.
- Fremja akkreditering og dei hogaste utdanningsstandardane i kvar WHO-region.
- Oppmuntra til naturopatisk forskning.
- Etablere og halda ved like ein database over naturopatiske organisasjonar, regulering, akkreditering, konferansar og forskingsaktivitetar.
- Samarbeida med verdsorganisasjonar (Verdshelseorganisasjonen WHO, FN, UNESCO) og nasjonale styresmakter og overnasjonale byrå for å fremja naturopatifaget.





World Naturopathic Federation
20 Holly Street, Suite 200
Toronto, Ontario, Canada
M4S 3B1

worldnaturopathicfederation.org



ISBN: 978-1-7780211-0-7

