

*This is an electronic reprint of the original article. This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.*

*Please cite the original version:*

Greta Gerlikaite, Anastasia Linschi, Jeremy Church, Sirku Säätelä, Rika Levy-Malmberg (2019). *En reflektion kring den kontroversiella användningen av Reiki som ett exempel på alternativ behandling inom personcentrerad vård*. *Vård i fokus*, nr 2/2019, s. 18-22.

# En reflektion kring den kontroversiella användningen av Reiki som ett exempel på alternativ behandling inom personcentrerad vård

Greta Gerlikaite Anastasia Linschi Jeremy Church  
Sirrku Säätelä Rika Levy-Malmberg

Idag använder människor olika metoder för att lindra symptom, ofta relaterat till smärta. Syftet med metoderna är att återställa och främja hälsa och välbefinnande. Kompletterande och alternativ medicin (CAM) är en av de vanligaste metoderna för att uppnå dessa mål. Enligt Världshälsoorganisationen WHO (1) innebär CAM en bred uppsättning av olika hälso- och sjukvårdspraxis som inte inkluderas i de flesta västerländska länders officiella hälsovårdssystem. Dessutom är dessa metoder reglerade och legaliserade på olika sätt i olika länder. Konceptet CAM har förändrats och i modern tid används hellre termer såsom "integrativ vård" eller "integrativ medicin". Integrativ vård beskriver behandlings- och vårdmetoder som innefattar ett holistiskt, personcentrerat närmelsesätt och som har en vidare förståelse för sambandet mellan sinne, kropp och själ i förhållande till det holistiska och helhetsmässiga (2).

## Integrativ vård

Integrativ vård är som sådan en världsomspännande trend inom olika hälsovårdsreformer och nya organisatoriska arrangemang och fokuserar på mera samordnade och integrerade vårdformer. Integrativ vård kan ses som ett svar på dagens fragmenterade social- och hälsovårdstjänster, vilka är ett erkänt problem i många hälsovårdssystem världen över.

Användningen av integrativ vård växer varje år. Under 2012 använde omkring 34 % av vuxna och 12 % av barn i USA någon form av integrativ vård (3). Naturprodukter, yoga och meditation var bland de mest populära. Enligt det gamla konceptet var alternativ vård uppdelat i fem huvudkategorier, men idag är integrativ vård uppdelad i två huvudgrupper (4). Den ena gruppen är sinnes- och kroppsövningar dvs. olika tekniker för att öka sinnenas förmåga att påverka kroppsfunktionerna och på så sätt lindra olika symptom. Här kan nämnas yoga, Reiki, musikterapi, bön, konst, dans. Den andra gruppen är naturprodukter såsom örter, oljor, mineraler och vitaminer etc. (3).

## Evidens på bevisad effekt

Det är ett erkänt faktum att användningen av integrativa vårdmetoder är populärt, men endast några av dessa metoder har en vetenskapligt bevisad effekt, som garanterar deras säkerhet. Evidens finns i vetenskapliga artiklar

så det går att hitta forskning som stöder användningen av dessa metoder. Icke oaktat kan evidensen ifrågasättas för det finns även forskning som fått direkt motsatta resultat. Med andra ord är effekten av dessa metoder ej helt vetenskapligt klarlagd (5). Exempelvis energiterapier såsom Reiki, saknar fortfarande vetenskapligt bevisad effekt men används trots detta allmänt i kombination med vanlig konventionell behandling.

Det finns ändå flera studier som tyder på att Reiki bidrar till att minska smärta och lindra lidande. Detta ger upphov till många etiska dilemman som blir ett stort problem för vårdgivarna. För att visa problemen gällande Reiki och personcentrerad vård kommer vi härnäst att diskutera Reiki som ett exempel.

## Reiki i praktiken

Reiki är en annorlunda metod för avslappning jämfört med övriga kända avslappningsmetoder. Reiki kräver inte aktivt deltagande av den person eller patient som behandlas. För det mesta utförs behandlingen i sittande eller liggande ställning. Terapin passar därför bra för äldre människor, personer med nedsatt rörlighet och personer inom palliativ vård. Metoden kan enkelt användas som behandling både på sjukhus och hemma, vilket har bidragit till dess popularitet.

Reiki-utövaren har den energi som krävs för helandet. Utövaren

gör en serie handpositioneringar, som varierar från 6 till 15 rörelser (6). Händerna spelar en nyckelroll i Reiki genom att dessa överför energin mellan utövaren och den som behandlas.

Reiki är en andlig metod till sin natur, vilket kan kännas obekvämt för en del personer. Det är emellertid viktigt att nämna, att på vissa sjukhus i världen ges behandlingen av sjukskötare, vilka på så sätt sätter patienten i centrum genom att tillfredsställa patientens andliga behov (6).

En fullständig session av Reiki varar 45–90 minuter. Energin strömmar genom händerna; utövaren behöver inte fortgående utbildning eller kognitiv, andlig färdighet (6). Detta gör Reiki populärt och lätt att använda.

## Studier om effekten av Reiki

I studien “The effect of Reiki on depression in elderly people living in nursing home” utvärderades Reikis effekt på äldre med depression. 90 äldre deltagare delades i tre grupper, den första gruppen fick Reiki, den andra gruppen fick placebobehandling (Sham Reiki) och den sista gruppen var en kontrollgrupp. I Reiki-gruppen minskade graden av depression medan det inte kunde ses någon signifikant skillnad mellan placebo- och kontrollgruppen. Resultaten av denna studie visar att Reiki kan vara effektivt för att minska depression hos äldre personer som



bor i vårdhem (7).

En annan studie som gjorts var att utvärdera effekterna av Reiki på smärta och ångest hos äldre som diagnostiserats med demens. I denna studie deltog 6 äldre patienter med demensdiagnos och dessa personer fick Reiki 2 gånger i veckan under 4 veckors tid. Resultaten visade att deltagarna upplevde mindre ångest, stress, irritabilitet och smärta. Vissa deltagare visade även lägre blodtryck och lägre puls. Deltagarna i Reiki-sessionen var också mer villiga att delta i gruppaktiviteter och var

mer avslappnade (8).

Effekten av Reiki utvärderades som en integrativ vårdmetod för att behandla äldre som upplever smärta, depression och/eller ångest. En experimentell design användes. Experimentgruppen fick Reiki-behandling under 45 minuters sessioner som hölls 1 dag i veckan under 8 veckor. Dessa sessioner administrerades av 2 Reiki-lärare med 8–10 års erfarenhet. Denna studie visar att behandlingen lindrade symptom på smärta, depression och ångest. Det var dock inte klart om

användningen av musik under Reiki-behandlingen har bidragit till att lindra symptomen (9). Det är också oklart om det faktum att patienten och hans andliga behov blev satta i centrum påverkar resultatet i denna studie.

Dessutom kan ses flera studier som visar positiva effekter av placebobehandling vilket skapar tvivel om den egentliga effekten av Reiki. En av dessa studier med titeln "A study to test the effectiveness of placebo Reiki standardization procedures developed for a planned Reiki efficacy study" syf-

tar till att utveckla ett standardiserat sätt att träna placebo-utövare för ytterligare placebo-testning. Avsikten var att jämföra placebobehandling och Reiki. Resultatet av studien visar att under 70 % av tiden kunde den behandlade personen inte identifiera de verkliga Reiki-metoderna eller utövarna av placebobehandlingen (10). Detta ger upphov till ett moraliskt dilemma om utövarens nivå angående utbildning och färdighet.

För att ge klarhet i ämnet har en annan studie genomförts under 2011 med titeln: ”Investigation of Standard Care Versus Sham Reiki Placebo Versus Actual Reiki Therapy to Enhance Comfort and Well-Being in a Chemotherapy Infusion Center”. Syftet med denna studie var att utreda om Reiki-behandling under poliklinisk kemoterapi är förenad med ökad komfort och välbefinnande. Det var en stor studie med 189 deltagare som randomiserades till placebobehandling, egentlig Reiki samt en kontrollgrupp som fick standard vårdmetoder. Resultaten var imponerande eftersom båda grupperna: Reiki och placebogruppen upplevde en signifikant ökning av komfort och välbefinnande. Patienterna i standardvårdgruppen upplevde inga förändringar i komfort och välbefinnande (11). Detta väcker frågor relaterade till kvaliteten på omvårdnaden samt behovet av mer personcentrerat tillvägagångssätt inom standardvård.

## Diskussion

Reiki är en av många vårdmetoder som finns idag under termen integrativ vård. Effekten av dessa kan inte helt förklaras men verkar vara till nytta för patienter i olika situationer där traditionell vård ej ger lindring. Kontroversen kring Reiki kommer troligen inte att försvinna, men Reiki kommer antagligen att vara populärt i vissa situationer och vissa länder medan det förblir ett tabu i andra.


Man kan dra slutsatsen att det finns behov av ytterligare studier om effekterna av fysisk närhet mellan vårdgivare och patienter, för att ta reda på om närhet och personligt centrerad vård är orsakerna till Reikis effekter. Reiki, som många andra typer av integrativ vård, kritiserar för att vara pseudovetenskap eller en form av mystik som inte är rotad i medicinsk- eller vårdpraxis. Reiki är i viss utsträckning en form av mystik genom att det inte kan utföras om inte andlighet först har initierats (10).

Reiki förespråkarna säger att kroppen har energifält som Reiki påverkar genom att tillföra energi vilket leder till läkning och komfort för mottagaren (6, 12). Som svar på påståendet att Reiki-utövare tillför energi under behandlingen gjordes 2013 mätningar av energin från Reiki-utövare medan de praktiserade Reiki. Studien fann inga bevis som stödde påståendet att Reiki-utövaren producerade mer energi. Detta visade

effektivt att en av de viktigaste förklaringarna till vad som äger rum under Reiki inte stämmer, men det visar inte om Reiki är effektivt för att läka och lindra lidande (13).

Den största kritiken mot Reiki är att studierna om dess effekt är motstridiga. Vissa studier påstår att Reiki är effektivare än placebobehandling eller standardvård medan andra studier starkt visar att placebobehandlingen producerar samma resultat som Reiki.

Det är dock möjligt att effekterna som tillskrivs Reiki kan förklaras av fysisk närhet, uppmärksamhet och mänsklig interaktion snarare än den specifika Reiki-praktiken (11). Personcentrerad vård handlar om att se människors personliga önskningsar, värderingar, tro, familjesituationer, sociala förhållanden. Att se personen som en individ och arbeta tillsammans med denne för att utveckla bättre förståelse för personens behov och önskemål. Det är en helhetssyn som fokuserar på patientens subjektiva berättelse (14).

Vi tackar Norlys nätverk för kursen i integrativ vård samt Aktia stiftelsen för projektfinansiering som gjorde det möjligt att producera denna artikel. 

## Referenser

1. WHO. Traditional medicine strategy 2014-2023 (Internet). WHO; 2013 (hämtad 15.05.2018) Hämtad från: <http://apps.who.int/iris/bitstream/hand->



- le/10665/92455/9789241506090\_eng.pdf;jsessionid=A52AF94B4E-303CA558C7639D7123AAD7?sequence=1.
- Duke Integrative Medicine. What is Integrative Healthcare?(Internet); 2018 (hämtad 30.7.2018) Hämtad från: [www.dukeintegrativemedicine.org/leadership-program/what-is-integrative-healthcare/](http://www.dukeintegrativemedicine.org/leadership-program/what-is-integrative-healthcare/).
  - NCCIH (Internet). Use of Complementary Health Approaches in the U.S. National Health Interview Survey (NHIS). What Complementary and Integrative Approaches Do Americans Use? (Internet); 2015 (hämtad 30.7.2018) Hämtad från: <https://nccih.nih.gov/research/statistics/NHIS/2012/key-findings>.
  - NCCIH (Internet). Complementary, Alternative, or Integrative Health: What's In a Name? (Internet). Pub. No. D347; 2017 (hämtad 17.05.2018) Hämtad från: <https://nccih.nih.gov/health/integrative-health>.
  - Hawks J, Moyad M. Complementary and preventive medicine. CAM: definition and classification overview. *Urologic Nursing*. 2003; 23(3): 221-223.
  - Lindquist R, Snyder M. *Complementary & alternative therapies in nursing*. Springer Publishing Company. New York. 2013; 419-425, 428, 430.
  - Erdogan Z, Cinar S. The effect of Reiki on depression in elderly people living in nursing home. *Indian Journal of Traditional knowledge*. 2016; 15(1): 35-40.
  - Meland B. Effects of Reiki on pain and anxiety in the elderly diagnosed with dementia: a series of case reports. *Alternative Therapies In Health & Medicine*. 2009; 15(4): 56-57.
  - Richeson N et al. Effects of Reiki on anxiety, depression, pain, and physiological factors in community-dwelling older adults: physiological factors in community-dwelling older adults. *Research in Gerontological Nursing*. Thorofare, New Jersey. 2010; 3(3): 187-199.
  - Mansour A, Beuche M, Laing G, Leis A, Nurse J. A study to test the effectiveness of placebo Reiki standardization procedures developed for a planned Reiki efficacy study. *Journal Of Alternative & Complementary Medicine*. 1999; 5(2): 153-164.
  - Catlin A, Taylor-Ford R L. Investigation of Standard Care Versus Sham Reiki Placebo Versus Actual Reiki Therapy to Enhance Comfort and Well-Being in a Chemotherapy Infusion Center. *Oncology Nursing Forum*. 2011; 38(3): 212-20.
  - Snyder M, Lindquist R. *Complementary and Alternative therapies in Nursing*. (6th ed.) (Internet). USA: Springer Publishing Company; 2010. Hämtad från: <https://ezproxy.novia.fi:2268/lib/novia-ebooks/detail.action?docID=475134>.
  - Baldwin A L, Rand W L, Schwartz G E. Practicing Reiki Does Not Appear to Routinely Produce High-Intensity Electromagnetic Fields from the Heart or Hands of Reiki Practitioners. *Journal Of Alternative & Complementary Medicine*. 2013; 19(6): 518-526.
  - Botbol M. Subjectivity and Narratives in Primary Care: A Person Centered Issue. *World Medical Journal*. 2015; 61(3): 106-108.

### FÖRFATTARNA

#### Greta Gerlikaite

Sjukskötarestuderande, Nursing degree program, YH Novia

#### Anastasia Linschi

Sjukskötarestuderande, Nursing degree program, YH Novia

#### Jeremy Church

Sjukskötarestuderande, Nursing degree program, YH Novia

#### Sirkku Säätelä

MPA, Lektor i Vård YH Novia

#### Rika Levy-Malmberg

HVD, Lektor i Vård YH Novia