

Vad är funktionsmedicin?

Funktionsmedicinen vilar på en solid bas av biokemisk vetenskap och bygger på en förståelse av följande grundprinciper:

1. Biokemisk individualitet – vi är alla olika och har olika behov.
2. Individcentrerad, inte endast diagnos- och sjukdomsfixerad.
3. Dynamisk balans mellan interna och externa faktorer i individens kropp, psyke och själ.
4. Nätverksliknande interaktioner mellan kroppens olika inre fysiologiska processer och faktorer.
5. Hälsa som ett positivt och vitalt tillstånd – inte bara frånvaro av sjukdom.
6. Stödjande av kroppens organreserver för att höja livskvalitet och förlänga livet.

Två grundläggande frågor utgör ett fundament i det funktionsmedicinska syn- och arbetssättet:

- Finns det för mycket av något som individen/kroppen behöver minska på eller bli av med?
- Finns det för lite av något som individen/kroppen behöver mer av?

Funktionsmedicinen är därför ingen specifik metod, utan ett sätt att tänka och arbeta kring hälsa och sjukdom med de diagnostiska medel, kliniska kunskaper och vetenskapliga rön som står till buds.

På så sätt spänner funktionsmedicinen över de flesta medicinska yrkesområden och specialiteter och utgör för dess utövare därmed en gemensam förståelsegrund och brobyggare mellan de olika disciplinerna.

Sjukdomar och symptom anses i de flesta fall uppkomma av en kombination av följande tre faktorer:

1. Bakomliggande belastningar/variationer, såsom genetik, livsstil, kost- och miljöfaktorer.
2. Utlösande faktorer – triggers – t.ex. överdriven emotionell stress, trauma, infektion m.fl.
3. Mediatorer – kan vara biokemiska responser i vårt immunförsvar som orsakar inflammation och eventuellt även vävnadsskador. Under inverkan av dessa faktorer uppstår sedan olika tecken och symptom. Mediatorer kan även vara återkommande yttre och inre belastningar som bidrar till att förstärka eller upprätthålla symptom och sjukdomstillstånd.

Funktionsmedicinska laborietester kan utgöra viktiga verktyg i diagnostiken. Dessa kompletterar de tester och analyser som redan används som både inom hälso- och sjukvården och den s.k. komplementärmedicinen. Flertalet av dem är designade för att upptäcka störda biokemiska funktioner och processer inkl. rubbningar i kroppens mikrobiologi, många gånger innan stora skador i vävnaderna hunnit uppkomma och lett fram till en sjukdomsdiagnos med dess associerade sifferkod.

På t.ex. www.amodomedical.se och www.nordiclabs.com finner man bra information och ett stort utbud av funktionsmedicinska lab-tester.

Genom att upptäcka obalanser och nedsatta funktioner på ett tidigt stadium kan man arbeta med att förebygga eller fördröja uppkomsten av olika sjukdomsprocesser. Funktionsmedicinen, oavsett om man är frisk eller sjuk, betonar vikten av en hälsosam livsstil och strävar efter att så långt som möjligt behandla och förebygga uppkomsten av sjukdom genom positiva livsstilsförändringar, vilka kan bli en grund för ett friskt hälsotillstånd och hög livskvalité. Specifika livsstils- och näringsmedicinska råd kombineras i ett individanpassat åtgärdsprogram, i samförstånd mellan den vårdsökande och läkaren/terapeuten.

När något behöver tillföras kroppen strävar man inom funktionsmedicinen så långt det är möjligt att använda sig av naturliga, kroppsegna ämnen, men detta utesluter givetvis inte användning av syntetiska läkemedel när så erfordras. Det finns inget principiellt motsatsförhållande mellan näringstillskott och läkemedel, men vissa hänsyn kan ibland behöva tas beroende på vilka typer av läkemedel och näringstillskott som är aktuella i det enskilda fallet.

Då sjukdom redan manifesterat sig kan det funktionsmedicinska arbetssättet många gånger bidra till mer orsaksinriktade och individspecifika behandlingar istället för att i huvudsak fokusera på diagnos och symptomdämpande åtgärder.

IFM - Institute for Functional Medicine - i USA har under de senaste 30+ åren utbildat/fortbildat tiotusentals läkare och annan vårdpersonal världen över.

Funktionsmedicinen har med åren fått ett allt starkare stöd i USA.

Vid Cleveland Clinic, Ohio, rankat plats två av alla världens bästa sjukhus, drivs sedan 2014 en mycket uppskattad funktionsmedicinsk avdelning <https://my.clevelandclinic.org/departments/functional-medicine>.

Utbildning/fortbildning inom funktionsmedicin meriterar examinerade amerikanska läkare till s.k. category 1 CME-points, vilket betyder att den rankas inom det högsta kvalitetssegmentet av medicinska fortbildningar i USA, enligt det amerikanska universitetsämbetet. Även för exv. amerikanska dietister, sjuksköterskor, osteopater och kiropraktorer är utbildning i funktionsmedicin en sanktionerad fortbildningsmerit.

För mer information om Institute for Functional Medicine (IFM) i USA, besök gärna deras hemsida www.ifm.org