

## Ældrecentret Nygårds Plads

Udarbejdet af: Udviklingspsygeplejerske Susanne Parbst

Godkendt i ledergruppen: November 2018

Ansvarlig: Afdelingsleder Amina Kastberg Polat og Susanne Parbst

Revideret: maj 2021, okt.2021/spb/ jan. 2023 akp

Revideres senest: Jan 2025

<b>Lokal instruks: Vejledning vedrørende NADA</b>	
<b>Målgruppe</b>	Alle personer- sundhedsfaglige som ikke-sundhedsfaglige – som er certificerede til at give NADA og godkendt af institutionens ledelse til dette formål
<b>Formål</b>	Sikre den bedst mulige behandling og pleje for beboerne på centret
<b>Mål</b>	NADA anvendes som komplementær recovery-metode til at øge udbyttet af det samlede tilbud. NADAs primære mål er at styrke borgerens egne ressourcer via et struktureret og længerevarende forløb, så tilbagefald forebygges og den samlede indsats styrkes
<b>Omfatter</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Hvad er NADA</li> <li>2) Hvem må give NADA</li> <li>3) Hvem kan modtage NADA</li> <li>4) Virkning</li> <li>5) Bivirkninger og risici</li> <li>6) Andre symptomer</li> <li>7) Rammerne</li> <li>8) Udstyr</li> <li>9) Bilag 1 Fremgangsmåden når NADA anvendes</li> <li>10) Bilag 2 Konkret handleplan ved nålereaktion og symptomer på infektion</li> <li>11) Bilag 3 Supplerende: Yintang og Magnetiske ørekugler (ikke NADA)</li> <li>12) Bilag 4 Rammer for NADA under Covid-19 pandemi.</li> <li>13) Bilag 5 Nexus arbejdsgang: NADA – visitation, behandling og dokumentation</li> </ol>
<b>Hvad er NADA</b>	<p>NADA er en recovery- og empowerment metode udviklet af psykiater Michael Smith.</p> <p>NADA er et supplement til de primære aktiviteter, behandlinger, pleje, pædagogik, coaching og terapi.</p> <p>NADA behandler ikke sygdomme, metoden står ikke alene og retter sig ikke mod specifikke lægelige diagnoser.</p> <p>NADA-metoden består af fem akupunkturpunkter i øret, som stimuleres af sterile engangsnåle i 45 minutter medens borgeren forholder sig i ro.</p> <p>NADA kan anvendes i akutte situationer til lindring af symptomer som eksempelvis angst, uro, forstyrret søvn, frustration, vrede,</p>

	abstinenser, depressive symptomer, nedsat koncentrationsevne og manglende fokus samt tilstande udløst af stress.
<b>Hvem må give NADA</b>	NADA må udføres af certificerede NADA-udøvere, som har gennemført certificering hos NADA-Danmark.
<b>Hvem kan modtage NADA</b>	Alle kan modtage NADA som supplement uanset baggrund, diagnose, medicinsk- eller anden behandling. NADA kan gives i akutte såvel som stabile perioder. NADA gives som et tilbud på frivillig basis og skal være accepteret af borgeren som mundtlig samtykke.
<b>Virkning</b>	NADA øger mentalt fokus og fremmer udbyttet af vejledning, rehabilitering, coaching og terapi. NADA forbedrer samarbejdet (compliance) med borgeren og forebygger tilbagefald. NADA virker beroligende og har en positiv effekt på angst, psykisk og motorisk uro, fysisk og psykisk stress, tankemylder, søvnproblemer, vrede og aggression, abstinens- og depressive symptomer.  NADA stabiliserer det sympatiske og parasympatiske nervesystem.
<b>Bivirkninger og risici</b>	Siden NADA blev indført i 1974 er der ikke indberettet alvorlige bivirkninger ved protokollen.  Forbigående hovedpine ses i enkelte tilfælde.  Nålereaktion med vaso-vagalt blodtryksfald ses i ganske få tilfælde ved NADA. Infektion af øret efter NADA, som følge af sterile engangsnåle, ses uhyre sjældent (i tilfælde af nålreaktion eller symptomer på infektion se bilag 2.).  Der er beskrevet ganske få ikke farlige type-4 allergiske reaktioner efter NADA (nålene er lavet af kirurgisk stål, som er allergivenlige).  Overførsel af smitte er en risiko ved invasiv aktivitet generelt. Dette er aldrig beskrevet ved NADA. Eventuel stikskade skal i alle tilfælde rapporteres. Er der begrundet risiko for smitte, skal man konsultere læge hurtigst muligt og indenfor 24 timer.
<b>Andre symptomer</b>	Man kan af og til opleve ømhed af et akupunkturpunkt i øret, hvilket er udtryk for en god effekt. De effektive

	<p>akupunkturpunkter har en lavere hudmodstand og derfor øget forbigående sensitivitet.</p> <p>Omkring 5 procent af tilfældene kan der komme en eller få dråber blod, når nålen fjernes, hvilket også er udtryk for, at et godt resultat må forventes.</p> <p>Man kan nogle gange registrere snurrende og lignende fornemmelser flere steder i kroppen som følge af øget blodgennemstrømning. Forbigående kløe kan i enkelte tilfælde optræde i øret under NADA. Reaktionerne er ikke bivirkninger, men resultat af en positiv respons.</p>
<b>Rammerne</b>	<p><b>NADA tilbydes som udgangspunkt som en gruppeaktivitet</b> hver tirsdag og torsdag formiddag i afdelingerne. Det tilstræbes at borgeren sidder i ro (evt. ligger ned) i 45 minutter.</p> <p>Hvis NADA udføres i borgerens eget hjem eller stue, skal aktiviteten også færdiggøres af personalet.</p> <p><b>Borgeren må ikke gå rundt med nåle i ørerne.</b></p> <p>NADA kan til enhver tid afbrydes, når borgeren ønsker det.</p> <p><b>Personalet fjerner nålene</b> og sikrer at alle nåle kommer i en autoriseret kanyleboks.</p> <p>I særlige tilfælde kan borgeren selv fjerne nålene og putte dem i en autoriseret kanyleboks. Dette forudsætter, at borgeren sikkert kan varetage denne opgave og skriftligt har givet tilsagn herom. Desuden skal fremgangsmåden skriftligt være godkendt af ledelsen.</p> <p><b>Ved svære symptomer samt opstart af et forløb, kan det anbefales at indlede med NADA 4-5 gange om ugen de første to uger.</b> I den akutte fase (opstart) kan NADA ikke overdrives. Man kan derfor tilbyde NADA to gange dagligt om nødvendigt. Jo oftere NADA gives, des hurtigere kan resultater forventes.</p> <p><b>NADA kan desuden tilbydes efter behov (pn) hele døgnet</b> til at afhjælpe konkrete symptomer her og nu.</p> <p>Inden NADA igangsættes som PN. Skal det drøftes med SSA/SPL for at sikre, at der ikke er andre underliggende symptomer.</p>
<b>Udstyr</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CE-mærkede og godkendte sterile engangsnåle 7 eller 13 mm lange og 0,20 tykke, hvor udløbsdatoen for sidste anvendelse ikke er overskredet (ASP- og permanente nåle må ikke anvendes). Nålene er lavet af kirurgisk stål og slebet så de ikke laver arvæv.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Håndsprit samt spritserviet til desinfektion af godkendt type (ethanolgel 85% eller tilsvarende).</li> <li>• Autoriseret gul kanyleboks til nåleaffald.</li> <li>• Vatpinde, som opbevares i rent miljø.</li> </ul>
<b>Fremgangsmåde</b>	Fremgangsmåden når NADA anvendes. Se bilag 1
<b>Nålereaktion</b>	Konkret handleplan ved nålereaktion og symptomer på infektion. Se bilag 2
<b>Yintang og magnetiske ørekugler</b>	Supplerende: Yintang og Magnetiske ørekugler (ikke NADA). Se bilag 3
<b>Corona/ Covid-19 pandemi</b>	Rammer for NADA under Covid-19 pandemi. Se bilag 4
<b>Kvalitetssikring og dokumentation</b>	Se bilag 5 arbejdsgang NADA – visitation, behandling og dokumentation Hentes på: <a href="http://www.brondby.dk/aeo">www.brondby.dk/aeo</a> Dokumentation og arbejdsgange i Nexus - Ældrecentre
<b>Lovgrundlag Referencer Kilder</b>	<p>For supplerende informationer om NADA mht. indikationer, metode, teknik, fremgangsmåde og referencer mv. se NADA-metoden v. Lars Wiinblad, 2018.</p> <p>Sundhedsstyrelsen og Styrelsen for Patientsikkerhed henviser til nedenstående love og bekendtgørelser.</p> <p><b>Fra 1. januar 2007 er det tilladt alle, såvel personer med som uden autorisation, at benytte nåleakupunktur i behandlingsmæssigt øjemed.</b></p> <p>Ændringerne omfatter alene nåleakupunktur og ikke injektion af lægemidler, naturmedicin, mv.</p> <p>Forudsætningen er, at patienternes helbred ikke bringes i påviselig fare.</p> <p>Bestemmelserne om fareforvoldelse i Bekendtgørelse nr. 877 af 4. august 2011 af lov om autorisation af sundhedspersoner og sundhedsfaglig virksomhed (§§ 73 og 87). Ændret ved lov nr. 656 å 8. juni 2016 (autorisationsloven):</p> <p>§ 73. En person, der ikke har autorisation efter denne lov, kan behandle syge, jf. dog § 1, stk. 3, og § 74. Den pågældende må dog ikke i den forbindelse udsætte nogen personers helbred for påviselig fare.</p> <p>§ 74, stk. 2. En person, der ikke har autorisation som læge, må ikke, medmindre andet er særligt lovhjemlet, foretage operative indgreb, iværksætte fuldstændig eller lokal bedøvelse, yde fødselshjælp, anvende lægemidler, der kun må udleveres fra apotekerne mod recept, eller anvende røntgen- eller radiumbehandling eller behandlingsmetoder med elektriske apparater, mod hvis anvendelse af uautoriserede personer</p>

Sundhedsstyrelsen har nedlagt forbud på grund af behandlingens farlighed.

Stk. 3. Nåleakupunkturbehandling er ikke omfattet af bestemmelsen i stk. 2. Dette blev ændret ved lovændring 1. januar 2007.

Nåleakupunktur kan således foretages af alle, såvel personer med og uden autorisation, under forudsætning af, at de opfylder betingelsen i § 73 om ikke i forbindelse hermed at udsætte andres helbred for påviselig fare.

#### **Kvaksalveri**

3. marts 2009, Opdateret 27. marts 2009

Det fremgår af lov om autorisation af sundhedspersoner og om sundhedsfaglig virksomhed § 73, at en person, der ikke har autorisation efter denne lov, godt må behandle syge. Den pågældende må dog ikke i den forbindelse udsætte andres helbred for påviselig fare.

Som undtagelse til § 73 skal nævnes, at nogle af de autoriserede sundhedspersoner er autoriseret til at udføre bestemt sundhedsfaglig virksomhed (jf. § 74 i samme lov). Man må således ikke behandle syge med en behandlingsform, der er forholdt autoriserede sundhedspersoner.

**Inden NADA:**

Borgeren skal være klar og sidde komfortabelt. Undersøg herefter øret for de fem zoner, som anvendes ved NADA (se bilag 3). Se efter arvæv, blå mærker, modermærker og beskadiget hud (dvs. udtalt eksem og sår), hvor nåle ikke skal placeres.

Medbring alt udstyr og hav det parat så sessionen ikke skal afbrydes.

Herefter spritter borgeren selv øret af og personalet spritter deres hænder.

Spritten skal virke i 30 sekunder inden første nål sættes. Desuden skal vejledning om håndhygiejne overholdes.

Tjek datomærkning for nålene inden de anvendes. Alle nåle skal holdes sterile – dvs. nålespidsen må ikke have været i berøring med andet end borgerens hud.

Ved mindste tvivl kasseres nålen.

**Teknik ved NADA:**

Personalet skal udvise omhu og være opmærksomme under hele forløbet.

NADA består udelukkende af de fem ørepunkter, som stikkes på begge ører (bilataralt). Anvend lokalisering og vinkler som beskrevet i NADA-metoden v. Lars Wiinblad (s. 41-42 i 2013 udg. og s. 51-54 i 2018 udg.).

Ved NADA anvendes sterile engangsnåle med styrkende (toniserende) teknik, hvor nålen roteres i et sekund. Nålen isættes når borgeren puster ud (ekspiration). Nålen skal sidde fast men højst være ca. 3 mm inde i vævet. Når nålen sidder korrekt, skal den ikke stimuleres yderligere. Løsner en nål sig i løbet af 30 minutter, skal den dog strammes på plads igen. Alle nåle, som tages ud af øret, må ikke genanvendes. Kassér dem straks i en autoriseret kanyleboks og anvend herefter en ny steril nål.

Handsker anvendes ikke, når nålene sættes. Når NADA afsluttes fjernes nålene altid en ad gangen og placeres direkte i en autoriseret kanyleboks. Skulle en dråbe blod vise sig, når en nål fjernes, skal man bruge en ren vatpind til aftørring. Hvis vat eller tilsvarende rent aftørringsmateriale anvendes i stedet for en vatpind, skal personalet anvende engangshandsker i denne del af processen. En NADA-aktivitet varer 45 minutter (vejledende), men nålene kan udmærket sidde i længere tid hos voksne (personer over 16 år).

Der er meget få krav forbundet med at modtage NADA. Metoden kræver ikke forberedelse og ingen indsats efterfølgende. Al anden aktivitet eller behandling eksempelvis med medicin kan fortsætte som vanligt. Man skal ikke drikke ekstra væske eller hvile sig efter NADA.

NADA kan modtages siddende eller liggende alt efter ønske. Piercinger og smykker kan beholdes på.

Skulle man en sjælden gang få et blå mærke efter NADA, masseres dette i et til to minutter nogle gange i løbet af dagen, hvorefter det aftager.

Borgeren skal forholde sig i ro med nålene uden hele NADA-aktiviteten, som startes og afsluttes i de samme lokaler. Man må ikke gå rundt med nålene i ørerne. Det er ikke tilladt at køre bil med nålene i ørerne.

## Bilag 2. Konkret handleplan ved nålereaktion og symptomer på infektion

### Nålereaktion

Det er særdeles sjældent, at borgeren bliver utilpas og svimmel under NADA. Skulle det mod forventning alligevel ske, er anfaldet ufarligt og vil hurtigt klinge af. Der er tale om en nervus vagus reaktion med blodtryksfald. Reaktionen er alment kendt ved eksempelvis besøg hos tandlægen.

I tilfælde af en nålereaktion skal NADA-udøveren gøre følgende:

- Bevare roen i situationen.
- Fjern nålene og hjælp borgeren med at tage hovedet ned mellem benene eller lægge sig ned, hvis ikke svimmelheden omgående aftager.
- Berolig borgeren og bliv hos denne til anfaldet klinger af (typisk få minutter).
- Giv herefter borgeren et glas vand eller saft, når denne er frisk igen.
- Efter 24 timer kan NADA genoptages. Borgeren kan evt. ligge ned de første par gange, hvilket forebygger svimmelhed. Evt. kan man de næste par gange nøjes med at give tre nåle i stedet for fem.
- Hvis anfaldet ikke klinger af i løbet af få minutter og borgeren mister bevidstheden, skal man straks rekvirere akut hjælp (i så tilfælde er årsagen en anden end nålereaktionen og har intet med NADA at gøre). I ventetiden ydes almindelig førstehjælp.

### Handleplan ved symptomer på infektion

Symptomer på infektion er aldrig indberettet som følge af NADA. Personalet skal være alligevel være opmærksomme og kende symptomerne.

Vær opmærksom på følgende infektionstegn i øret de første 24 timer efter NADA:

- Rødme, hævelse, dunkende og vedvarende smerte, som ikke aftager efter 2-3 timer samt varmfølelse.

Borgeren skal være bekendt med ovenstående og kontakte personalet, hvis symptomerne skulle opstå. Rens øret grundigt med **ethanolgel 85% eller tilsvarende godkendt desinfektionsmiddel eller varmt vand og sæbe. Ved mere alvorlige infektioner – eller ved tvivl – søg da læge.** NADA gives først, når symptomerne er forsvundet igen.


Yderligere informationer se kap. 3 forholdsregler og kap 6 NADA-metoden i praksis i NADA-metoden v. Lars Wiinblad, 2018.

## Yintang

Virkning:

- **Dæmper tankemylder generelt**
- Fremmer fokuseret tænkning, ro og koncentration
- Dæmper psykisk stress

Yintang er supplerende til NADA, og er ikke en del af NADA-protokollen. Yintang er til symptomatisk behandling og skal kun bruges i akutte situationer. Dvs. en sjælden gang og altid sammen med NADA. Yintang sidder i 45 minutter sammen med NADA-punkterne.

<p>Placering: Punktet stikkes midt mellem øjenbrynenes mediale spidser oppefra med en vinkel på ca. 15-20 grader. Punktet ligger ca. 5-8 mm. under øjenbrynslinjen eller ca. 4 mm. over næsebenets møde med pandebenet.</p> <p>Teknik: Klem sammen med fingrene omkring huden og stik skråt nedad ca. 10 mm. i en 15-20 graders vinkel. Stik først ca. 3 mm. igennem huden. Herefter føres nålen ca. 1 cm. ind i vævet. Stik oppefra i retning af næsebenet. Nålen må ikke roteres. Fortsæt hele indstikket med samme vinkel for at undgå, at nålen kommer i spænd i vævet. Når Yintang er sat, må den ikke føles ubehagelig. Roter nålen en anelse, hvis dette er tilfældet. Brug altid 13 mm. nåle til Yintang.</p> <p>Bivirkning: Blåt mærke kan optræde en sjælden gang. Dette fjernes ved massage i to minutter ad gangen.</p>	
---	---

## Magnetiske ørekugler

Shen men og shen men reverse (på bagsiden af øret) kan behandles med magnetiske ørekugler imellem to NADA-aktiviteter. Borgeren kan også gå med kuglerne i en periode, når der er behov for dette.

Virkning: Magnetismen og det lille tryk på punktet dæmper angst, lettere depressive symptomer, uro og afhjælper dårlig søvn. Punktet kan aktiveres flere



gange om dagen ved et tryk på ca. 30 sekunder, hvorved den umiddelbare symptomatiske effekt forstærkes.

Kugletype: Magnetisk 100 gauss guldbelagt ørekugle, som allergivenlig og kan tåles af alle herunder børn.

Vær opmærksom på tryksår (decubitus), som kan optræde i sjældne tilfælde. Når ørekugler anvendes, skal borgeren tilses mindst en gang om ugen og øret observeres øret for ømhed, dunken, rødme eller svien. I disse symptomer tilstede, holdes pause en uge eller til symptomerne er forsvundet.

Yderligere informationer se kap. 21 ørekugleplastre i NADA-metoden v. Lars Wiinblad, 2018.

Er du i tvivl, skal du altid først henvende dig til nærmeste leder.

**Borgerne**

Personer med symptomer på Covid-19 (feber, hoste, ondt i halsen, hovedpine og ømme muskler) **skal ikke møde op, og skal være symptomfri i 48 timer før NADA tilbydes.**

Borgeren vasker/spritter hænder ved ankomsten.

Hav sprit stationer på strategiske steder i lokalerne.

Minimer risiko for smittespredning. F.eks. skal ugeblade og lekture ikke være frit tilgængeligt, hav ikke vandkander til fælles afbenyttelse osv.

Hold 2 meters afstand mellem personer i rummet

Overvej antallet af deltagere i gruppen. Flere kan få NADA i eget hjem.

Luft grundigt ud efter hver gruppeseance og rengør og desinficer kontaktpunkter (f.eks. armlæn på stole, strategiske håndtag mv.)

**Personalet/NADA-udøveren**

Vask/sprit hænderne inden NADA.

Hav alt udstyr ved hånden.

Rør ikke ved dit ansigt under seancen.

Gennemfør NADA hurtigt. Minimer tiden med al kontakt som er tættere end 1-2 meter.

Afslut med igen at vaske eller spritte hænder.

**Værnemidler:**

Følg de aktuelle retningslinjer fra Sundhedsstyrelsen, vedrørende anvendelse af værnemidler i forbindelse med personlig pleje og behandling, herunder kirurgisk maske og visir/ beskyttelsesbriller