

Fysioterapi & fertilitetsbehandling

Læs her om det interessante rationale bag den tjekkiske fysioterapeut Mojzisovas behandling af infertile kvinder.

Fysioterapeutisk fertilitetsbehandling ad modum Ludmila Mojzisova

Af fysioterapeut Anne Marie Jensen, Havnestadsklinikkens Fysioterapi, www.amj-fysio.dk

For ca. 1½ år siden besluttede jeg mig for at undersøge om man ved hjælp af fysioterapeutiske behandlingsmetoder, kan forbedre visse infertile kvinders chancer for at opnå graviditet. Jeg ville se på om træning med henblik på væggtab, lokal øvelsesterapi, manuel terapi samt EL-terapi (i særdeleshed laserterapi) kunne have en effekt på fertiliteten.

Med støtte fra Danske Fysioterapeuters Fond for Praxisudvikling foretog jeg i første omgang et litteratursøgningsstudium, for at blive klogere på, hvad der foreligger af forskning og litteratur om emnet fra ind- og udland. Til min egen overraskelse fandt jeg faktisk en del materiale inden for alle de 4 ovennævnte kategorier. Når jeg kiggede referencelisterne igennem på de videnskabelige artikler fra Pubmed og det tyske Manuelle Medizin, stødte jeg flere gange på det tjekkiske navn Ludmila Mojzisova. Jeg samlede alt hvad jeg kunne finde af litteratur om Mojzisova og rejste d. 2. juni 2013 (med støtte fra GynObs-gruppens studierejselegat) til den lille by, Vyskov, i det syd-østlige Tjekkiet for her at gennemføre et 4 dage langt ene-undervisningskursus i fysioterapeutisk fertilitetsbehandling ad modum Mojzisova.

Jeg ønsker med denne artikel at give læseren et indblik i, hvorfor fysioterapi er en anvendt og anerkendt behandlingsmetode til behandling af både kvindelig og mandlig infertilitet i Tjekkiet og Slovakiet.

Hvem var Ludmila Mojzisova?

Ludmila Mojzisova (f. 1932) var uddannet sygeplejerske og senere fysioterapeut. Hun specialiserede sig i sportsmedicin og underviste og forskede på fakultetet for fysisk træning og sport i Prag fra 1955. Hun var fysioterapeut for tjekkiske topatleter, professionelle dansere og skuespillere, men også for almindelige tjekker med problemer i bevægeapparatet. Hun udviklede et behandlingskoncept, som vi senere refererer til som Mojzisova-metoden.

I 1971 blev Mojzisova kontaktet af en kvinde midt i 30'erne, som igennem 15 år havde lidt af voldsomme menstruationssmerter, hovedpiner, krampes, træthed, koncentrationsbesvær og infertilitet. Kvinden havde forsøgt forskellige behandlingsformer uden effekt. 4 måneder efter den første konsultation hos Mojzisova var patienten symptomfri og ca. 6 måneder efter gravid. Herefter skete det oftere og oftere at kvinder efter behandlingerne hos Mojzisova, kontaktede hende for at fortælle, at de var blevet gravide trods mange års kamp med infertilitet.

Forskningsresultater

Mojzisova påbegyndte nu en række forskningsprojekter i samarbejde med tjekkoslovakiske gynækologer ved hospitalerne i Prag og Bratislava. I det første projekt – The First Prague Study (1978-1983) – behandlede hun 102 kvinder i alderen 23-29 år, som alle havde lidt af infertilitet i mindst 2 år. 53 af disse kvinder opnåede graviditet (52%) heraf fødtes 47 babyer. Til sammenligning er succesraten for en kvinde under 40 år behandlet på Herlev Fertilitetsklinik ca. 20 % efter et inseminationsforsøg, 25-35% efter et reagensglasforsøg (IVF) og 60-70%, når hun har været igennem det samlede offentlige behandlingstilbud (dvs. max 3 IVF-behandlinger). Men IVF-behandlinger er i modsætning til fysioterapien forbundet med store omkostninger både samfundsøkonomisk og for de enkelte kvinder/par.

I årene 1983-1989 fulgte The Second Prague Study, hvor 2006 tilfældigt udvalgte infertile kvinder i alderen 20-44 år

deltog. Disse blev inddelt i forskellige grupper efter alder, år med infertilitet, type af infertilitet osv. Kvindernes alder taget i betragtning var resultaterne også her overvældende. I alt opnåede 702 graviditet.

Det 3. studie blev gennemført af Mojzisova's elev, fysioterapeuten Hana Volejnikova. 166 infertile kvinder deltog. De blev randomiseret i 3 grupper, hvor den første gruppe blev behandlet efter Mojzisova-metoden, den 2. gruppe fik en behandling, de tredje var Mojzisova-metoden, og den 3. fik ingen behandling, men blev undersøgt grundigt og fik lovning på at kunne påbegynde behandling om 6 måneder. I gruppe 1 blev 34,3% gravide; i de øvrige 2 grupper blev kun ca. 8% gravide.

Denne fysioterapeut, Hana Volejnikova, er trods sine 74 år stadig meget aktiv og afholder kurser i Mojzisova-metoden i Vyskov i Tjekkiet. Det var her hos denne Volejnikova, jeg var på kursus i 4 dage i juni 2013. Af hensyn til mit meget begrænsede kendskab til det tjekkiske sprog, kunne jeg desværre ikke deltage i de almindelige gruppekurser – derfor fik jeg eneundervisning med tolk.

Efter at have færdiggjort dette kursus i Vyskov fortsatte jeg (nu med et tjekkisk kursusbevis i hånden) min rejse via Olomouc og videre til kurbyen, Podebrady ca. 40 km øst for Prag, hvor jeg havde tilmeldt mig et gruppekursus i fertilitetsbehandling ligeledes efter Mojzisova-metoden. Dette kursus blev varetaget af Mag. Ivana Jelinkova, som er tidligere elev af Volejnikova, og nu underviser i fysioterapi på Prag's universitet. Jelinkova taler udmærket engelsk og kunne løbende oversætte for mig, men også her var behandling og undervisning primært individuel.

Metoden

Mojzisova-metoden er et behandlingskoncept, der kombinerer mobiliseringsteknikker, øvelsesterapi, behandling med infrarødt lys, massage og PIR (post isometric relaxation). Grundtanken i Mojzisova-konceptet er at vores reproduktive organer (hos kvinden livmoder, æggeledere og æggestokke) ligesom andre muskler i kroppen, kan blive opspændte og dysfunktionelle pga. ubalancer i nervesystem, kredsløb, bindevæv, led og/eller omkringliggende muskelvæv. Årsager kunne f.eks. være traumer (fald på haleben mm.), holdningsproblemer (f.eks. sammenfalden siddestilling), underlivsinfektioner/inflammationer, overvægt, kulde, underlivsoperationer (og arvæv efter samme), overgreb og blokeringer i rygsøjlen – både thoracalt, lumbalt, i SI-leddene, costovertebralleddene og coccyx.

Behandlingerne tager naturligvis udgangspunkt i en grundig fysioterapeutisk undersøgelse i stående, ryg- og maveliggende og siddende stilling. Fertilitetspatienten undersøges for blokeringer i thoracal- og lumbalcolumna samt costovertebralleddene, SI-led og coccyx (via rectum). Holdning i siddende, stående og liggende stilling observeres og beskrives. Herefter undersøges muskulaturen med særlig fokus på bækkenbunden, iliopsoas, abdominal- og glutealmuskulatur. Asymmetrier, ømhed/smerter, tonus og konsistens beskrives.

Ud fra undersøgelsesfundene lægges en behandlingsplan, der altid indeholder mindst én månedlig konsultation med manuel behandling (mobilisering af rygsøjle, SI-led og coccyx og udspænding af bækkenbunden + iliopsoas osv.) efter opvarmning med infrarødtlys i 10-15 min. Derudover får patienten et hjemmetræningsprogram, som skal udføres 2 gange dagligt. Træningsprogrammet er forholdsvis omfangsrigt og tilpasses den enkelte ud fra undersøgelsesfundene, men indeholder som regel udspænding- og afspændingsøvelser for bækkenbund og iliopsoas, mobiliseringsøvelser for rygsøjle og SI-led, styrkeøvelser for ryg, mave og/eller balder og evt. kredsløbsfremmende øvelser.

Nyere forskning

Ludmila Mojzisova døde i 1992 60 år gammel, men det tjekkiske arbejde med fysioterapeutisk fertilitetsbehandling blev senere fulgt op af nogle amerikanske fysioterapeuter i Florida under ledelse af Mrs. and Mr. Dr. Wurn. Disse har offentliggjort 2 videnskabelige artikler om manuel fysioterapeutisk fertilitetsbehandling, som kan findes på PubMed. Det er begge mindre studier, men ligeledes meget interessante og med særdeles positive resultater.

Som nævnt i indledningen har jeg samlet en del artikler omhandlende forskellige former for fysioterapeutisk fertilitetsbehandling. Mange ligger allerede til fri download på www.sundfertilitet.dk resten vil blive lagt ud løbende eller kan tilsendes på mail efter forespørgsel. Ideer og forslag til det fremtidige arbejde med at klarlægge effekten af fysioterapi som fertilitetsbehandling modtages altid gerne.

Kilder:

Broulikova, Mag. D; "Physiotherapie nach der Methode von Ludmila Mojzisova", 2002

Fertilitetsklinikken Herlev Sygehus (juni 2013)

http://www.herlevhospital.dk/menu/Afdelinger/Gynaekologisk_Obstetrisk_Afdeling/Fertilitetsklinikken/Resultater+af+behandlingerne/

Konecna, H.; "The Physiotherapeutic Method by Mojzisoval", Biomedicina, 2007

Mojzis, L, Nemec, R, Hlavaty, V; "Children of your own", 1990.

Novotna, J., Dobias, J.; "Metoda Ludmily Mojzisoval", 2007

Volejnikova, H., Krupicka, P.; "Experience with the physiotherapeutic treatment of some types of functioneal female sterility at the physiotherapy ward of the Teaching Maternity Hospital KUNZ, Brno", Journal CS Gynekologie, 1991 (www.mojzis-methods.com)

Volejnikova, H.; "Studie zur Objektivierung der Erfolgsraten nach der Behandlungsmethode von L. Mojzisoval bei weiblicher Sterilität infolge von Funktionsstörungen im Beckenbereich", Manuelle Medizin, 1992

Volejnikova, H.; "Female infertility: A study of physical treatment by the method of L. Mojzisoval for functional disturbances of the pelvic region", The Journal of Orthopaedic Medicine 23(2), 2001

Wurn, B., Wurn, L.; "Treating Female Infertility and Improving IVF Pregnancy Rates With a Manual Physical Therapy Technique", 2004

Wurn, B., Wurn L.; "Treating Fallopian Tube Occlusion with a Manual Pelvic Physical Therapy", 2008.