



NORSK  
OSTEOPATFORBUND

Norsk Osteopatforbund - NOF  
c/o Optimal Regnskap AS  
Orkdalsveien 67  
7300 Orkanger  
Tlf +47 950 00 505  
[nof@osteopati.org](mailto:nof@osteopati.org)  
[www.osteopati.org](http://www.osteopati.org)

Org. nr. 978694721  
Bankkonto: 1506.35.34738

*Vulvaforum og vulva.no*  
v. Jenny Toftner

Jeg viser til deres henvendelse til flere av våre medlemmer, om hvordan osteopater vurderer og behandler vulvodyni. Medlemmene har i sin tur henvendt seg til oss i Norsk Osteopatforbund (NOF), med forespørsel om forbundet kan sende et svar på vegne av profesjonen. NOF sender derfor et svar utarbeidet av medlemmer med spesielt god kompetanse innen kvinnehelse.

#### *Innledning*

I Norge er det nå godt over 400 kvalifiserte osteopater, og de aller fleste er medlemmer av NOF. Utdanningen er fire års fulltidsstudier eller tilsvarende, og gir osteopater god kompetanse til å arbeide med muskel og skjelettplager og ulike funksjonelle problemstillinger. Grunnutdanningen er bred og gir en innføring i problemstillinger knyttet til ulike pasientgrupper, f.eks. idrettsmedisin, kvinnehelse og pediatri. Mange av våre medlemmer med spesiell interesse for kvinnehelse, har også tatt videreutdanning i dette.

Stortinget har besluttet at osteopater skal gis autorisasjon som helsepersonell. Osteopater arbeider som regel i privat helsetjeneste, uten refusjon fra det offentlige. Normalt sett er varer en konsultasjon 30-45 min. Priser varierer avhengig av lokasjon og tidsbruk, men ligger ofte i området 600-900,-.

#### *Om Vulvodyni*

En pasient som oppsøker osteopat skal forvente en grundig kartlegging og vurdering, som inkluderer innledende samtale, sykdomshistorikk og undersøkelse av kroppen med utgangspunkt i symptomer og nedsatt funksjon. Osteopaten vil i samarbeid med pasienten foreslå en behandlingsplan, basert på funnene. Vulvodyni er en sammensatt diagnose som kan ha ulike årsaker. Anatomien og fysiologien i bekkenet er også sammensatt, og derfor kan antall behandlinger og valg av behandling være ulik fra pasient til pasient. I en osteopatisk behandlingsplan vil du typisk oppleve at osteopaten behandler deg skånsomt i muskler, ledd og bindevev. Målet med behandlingen er å øke funksjon og sirkulasjon, og dempe smertesignalene fra bekken og underliv. Osteopaten arbeider også ut fra teorien om at ulike deler av kroppen kan påvirke nettopp bekkenet, og vil derfor undersøke og ofte behandle andre områder av kroppen som kan hjelpe med å bedre dine plager. Nevrologi, sirkulasjon, trykkforholdene i kroppen, holdning og

nedsatt funksjon i muskelskjelettsystemet både nedenfor og ovenfor området du har smerter, vil bli adressert. Osteopatisk behandling bidrar til økt funksjon i muskel-skjelettapparatet, og legger til rette for økt sirkulasjon og mindre smerte. På denne måten er osteopatisk behandling rettet mot å hjelpe kroppen å hjelpe seg selv ved å utnytte de ressursene som ligger i kroppens egne systemer. Vi vil i tillegg veilede til øvelser, livsstilsvalg, lære pasienten om mekanismene som ligger bak smerten de opplever, og dele strategier for stressmestring.

Osteopater er i dag og vil i fremtiden være en naturlig del av et tverrfaglig behandlingsteam for vulvodyni. Derfor er kommunikasjon med annet helsepersonell som er involvert i behandling og henvisning videre til relevant helsepersonell, en viktig del av vårt yrke. Vulvodynipasienter har ulike behov for oppfølging. Vår rolle i behandlingsplanen kan variere fra pasient til pasient. Derfor varierer også antall behandlinger og varighet av behandlingene. I de tilfellene der vi ser at nedsatt funksjon i kroppens muskel/skjelettapparat bidrar til din diagnose, vil vi være der med vår kompetanse og bruke manuelle behandlingsteknikker for å støtte din kropp tilbake til økt funksjon og mindre smerte.

*Vennlig hilsen,*  
*Tomas Collin, leder NOF*  
Vestskogen 2021.09.02