

AYUR VEDA

— ALTERNATIV ELLER KOMPLEMENT

I ett rött trähus med vita knutar på ön
Rönnskär i Stocka i Hälsingland driver
barnläkare Per Nordgren sedan ett tiotal
år tillbaka en mycket speciell barnläkar-
mottagning. Där förenar han modern
västerländsk medicin med österländska
traditioner inom Ayur Veda, en hälsolära
med 5 000 år lång historia.

— Det finns inga motsättningar mellan vår medicinska vetenskap och Ayur Veda. Tvärtom kompletterar de varandra på ett utmärkt sätt, säger Per Nordgren.

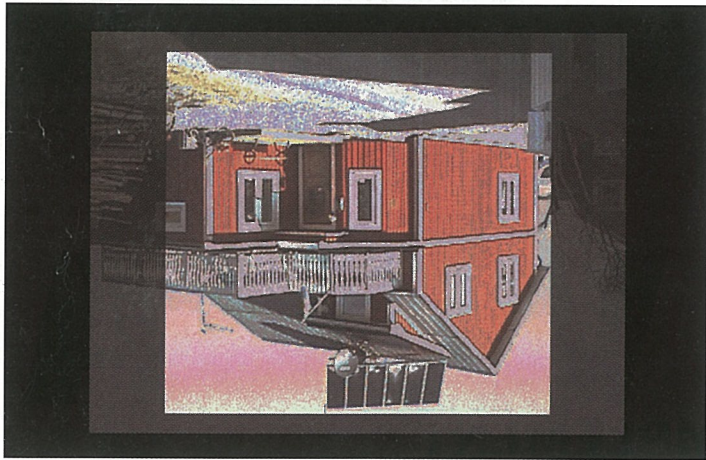
— Ayur Veda inriktar sig på att hålla immunförsvaret i toppskick, medan vår västerländska medicin inriktar sig på att hindra symtom när sjukdom redan brutit ut.

Till Per Nordgrens praktik i Stocka kommer skolbarn och föräldrar från hela Norrland. Besöken kan gälla allt från allergi, diabetes, upprepade öroninflammationer till reumatiska besvär. — Ofta vill besökarna ha en andra synpunkt på diagnoser, säger Per Nordgren. Patienterna känner sig kanske villråddiga efter att ha träffat flera olika läkare, eller så har deras förtroende för den traditionella vården av någon anledning fått sig en törn.

Per Nordgren gjorde sin allmänna tjänstgöring i Norrorten 1986-1987, byggde upp ett kontaktnät och är nu välkänd inom läkarkåren.

Han ägnar sig i dag även åt uppsökande vård och reser runt och håller föredrag om Ayur Veda som ett verktyg för att förbygga sjukdomar och själv ta större ansvar för sin hälsa.

Per Nordgren, som också är utbildad meditationsläroare se-



dan 1970-talet, har studerat Ayur Veda i Indien och på flera platser i Europa, de senaste årtiondena under indiska handledare. Som specialist på Ayur Veda anlitas han också internationellt och ger konsultationer på nätet med olika sponsorer för verksamheten "Landsbygd i en allt mer globaliserad värld".

— Den nygamla hälsoläran vinner i våra dagar allt mer terräng som ett komplement till vår dyra high-tech-medicin. Ayur Veda är mycket väl beprövad och i dag allt mer belagd enligt modern vetenskapssyn, hävdar Per Nordgren.

Världshälsorganisationen WHO anlitar också experter inom Ayur Veda för enkla och kostnadseffektiva lösningar på interna-tionella hälsoproblem.

Per Nordgren har en vision om att Sverige skulle kunna lösa sin sjukvårdskris ekonomiskt och medicinskt genom att i mycket större utsträckning satsa på förebyggande hälsovård i form av Ayur Veda.

— Kanske skulle vi inom en överskådlig tid kunna spara så mycket att vi kunde betala av halva vår statsksuld, säger han.

Om Ayur Veda till 95 procent handlar om förebyggande vård så handlar den moderna skolmedicinen, allopati, till 95 procent



- Namn: Per A. Nordgren
- Alder: 46 år

- Aktuell med: globalt samarbete där bland andra WHO-rådgivare och Ayur Veda-läkare från Sri Lanke utvecklar och utvärderar Ayur Veda-behandlingar för svenskar.
- Utbildning: Utbildad till lärare i Transcendental Meditation 1976. Läkareutbildning i Lund avslutad 1985, med Allmän Tjänstgöring i Norrbotten 1986-1987. Vidareutbildning till barnläkare i Sundsvall, Huddiksvall och Gävle. Har studerat Ayur Veda i Indien och på flera platser i Europa sedan tidigt 1970-tal.
- Efter utbildning: i systemisk familjeterapi enligt Milanoskolan. Påbörjad forskarutbildning. Barnläkare på Rönnskär i Stockholm i Hälssingland.
- E-mailadress: per.nordgren@telia.com



Vad är då Ayur Veda och hur behandlar du dina patienter? – Det handlar om en enkel förståelse för hur vi bevarar god hälsa. Köket är vårt medicinska verktyg och matvaror är i grunden vår medicin. Vi behöver kanske inte fylla så mycket piller eller kosttillskott. Tungan och smaken är viktiga styrinstrument. Vi lägger vikt på vilka födoämnen som aktiverar olika processer i kroppen. Måttfullhet och balans är andra ledord. – Vi inom Ayur Veda ser mer till individen och individens grundkonstitution. Vi är mer uppmärksamma på obalanser som sakta byggs upp i kroppen. Vi ställer diagnos genom pulsläsning och genom att lyssna på patientens historia, istället för att enbart se till eventuella symptom.

Ayur Veda tar fasta på att man går igenom sex steg för att utveckla en sjukdom:

1. En ansamling byggs upp och leder så småningom till en
2. retning i ett organ, som i sin tur ger en
3. utsädd eller spridning, som i sin tur ger en
4. föryad lokaliserings, ett slags förtecken eller "förymning" till sjukdom, i form av exempelvis besvär från ett annat organ.
5. Därefter följer manifestation, de verkliga symtomen, och det sista steget kallas
6. kaos, och då är det snarast utslagning som gäller.

I den här sjukdomskedjan inriktar sig den moderna skolme-

om kurativ vård, samt om att förebygga församlingar av ett aktuellt sjukdomstillstånd.

Per Nordgren möter en viss skepsis och rädsla inom karens inför den österländska hälsofilosofin. Men viljan och öppenheten att ta till sig ny kunskap och nya idéer ökar i takt med att värdegrunden förvärras, enligt Per Nordgren, och Ayur Veda blir allt mer populär hos gemene man.

Per är inte ensam om att som läkare ha verksamhet baserad på denna dubbla kunskap. Enligt honom finns ett dussintal doktorer i Sverige, främst distriktsläkare, som har kunskap om Ayur Veda. Per Nordgren skiljer sig från dem genom att han inte har vardatal med landstinget utan tar ut full kostnadsäkning.

Det är framför allt barn i skolåldern som Per Nordgren riktar in sin verksamhet på. Han är orolig för deras framtida hälsa. Till exempel är övervikten bland dagens skolbarn större än bland vuxna. Uppskattningsvis är mer än tio procent av barnen i varje klass överviktiga, enligt Per Nordgren därför att många inte äter huvudmål i skolan, rör sig för lite och äter för mycket skräp.

Per Nordgren ambitionen att disputera inom området skolhälsovård och han har påbörjat en forskarutbildning. Han vill göra skolan till en bättre arbetsplats för barnen, där skol-lunchen utgör huvudmålet och svarar för 50 procent av dagens måltider.