



Kuvia toimitukselliseen käyttöön www.neurosonic.fi/media

Neurosonic-matalataajuushoidosta apua unettomuuteen - uusi tutkimus antaa lupaavia tuloksia

Arvostettu unitutkija, LKT, professori Markku Partinen on tutkinut Neurosonic-matalataajuushoidon vaikutusta primaarista unettomuudesta kärsivien potilaiden unen laatuun. Pilottitutkimuksen tulokset ovat lupaavia unettomuuden hoitomuotoja kehitettäessä. Psykoterapeutti Marco Kärkkäisen kehittämä Neurosonic-hoitomenetelmä on suomalainen keksintö, jolla on myös kansainvälistä kysyntää.

Joka yö kolmasosa suomalaisista nukkuu huonosti ja joka kymmenes kärsii yli kuukauden mittaisista unihäiriöistä. Professori **Markku Partinen** mukaan voidaan puhua kansanterveydellisestä ongelmasta, jonka hoitoon ohjataan jatkuvasti liian vähän resursseja. Unettomuus aiheuttaa uupumusta, väsymystä, muisti- ja keskittymishäiriöitä ja vaikuttaa työkykyyn. Vaikka valtaosa unettomuudesta on tilapäistä ja normaaliin elämään kuuluvaa, pitkittyessään se voi johtaa krooniseen unettomuuteen. Tilapäinen unettomuus näyttää lisääntyvän jatkuvasti, yksiselitteistä vastausta tähän ei ole löydetty. Yhtenä selityksenä näyttäisi olevan aivojen hyperaktiiviteetti eli ihmisen elimistö on jatkuvasti ylikerroksilla.

Psykoterapeutti **Marco Kärkkäinen** kehitti Neurosonic-menetelmän autonomisen hermoston rauhoittamiseen. Menetelmä on osoittautunut tehokkaaksi erityisesti stressiperäisten oireiden sekä työuupumuksen ja mielialahäiriöihin liittyvissä unihäiriöissä. Professori Partinen julkaisemat alustavat tutkimustulokset vahvistavat menetelmän voivan soveltua myös primaariin unettomuuteen, osana kokonaisvaltaista, kognitiivisia menetelmiä hyödyntävää hoitoa.

Kaksi kolmesta koki saaneensa apua unettomuuteen

Partisen pilottitutkimukseen osallistui kuusitoista vapaaehtoista, jotka kärsivät merkittävästä primaarisesta stressiperäisestä tai ahdistukseen liittyvästä unettomuudesta. Kaikki tutkittavat kokivat Neurosonic-tuolin hyvänä hetkellisenä rentoutumisvälineenä ja kaksi kolmasosaa tutkittavista koki saaneensa ainakin jossain määrin apua etenkin unettomuuden oheisoireisiin tutkimuksen aikana. Tästä otannasta voidaan päätellä, että valtaosalle primaarista unettomuutta kärsivistä on hyötyä matalataajuushoidosta ja lisätutkimukset ovat tarpeen.

"Matalataajuushoitoa unettomuuden hoidossa on tutkittu vasta vähän. Tästä pilottitutkimuksesta saadut tulokset ovat lupaavia. Hoidosta näyttäisi olevan apua erityisesti ahdistusoireisiin ja rentoutumiseen". vahvistaa Partinen.

Patentoitu suomalainen keksintö

Marco Kärkkäinen on kehittänyt Neurosonic-menetelmää yli 10 vuoden ajan Lahden Fysakosissa, A-klinikalla ja Fysteamissa yhteistyössä fysioterapeuttien ja lääkäreiden kanssa. Menetelmän kliiniset tutkimukset perustuvat yli 8 000 hoitokertaan. Hoidon ydin on matalataajuinen, mekaaninen 20-100 Hz värähtely, joka kohdistetaan Neurosonic-tuolin tai -patjan avulla hoidettavan henkilön koko keholle samanaikaisesti. Tässä niin sanotussa *zero-gravity* -hoitoasennossa keho saadaan sellaiseen asentoon kuin se olisi painottomassa tilassa. Laitteen värähtely saa aikaan kehossa vastinresonanssia eli hoidon aikana tapahtuu samankaltaisia ilmiöitä kuin liikunnan aikana. Kun liikunnassa lihakset vuoroin löystyvät ja kiristyvät, nyt saman lihasstimulaation saa aikaan matalataajuushoito. Se tehostaa ja tasapainottaa autonomisen hermoston toimintaa. Kun autonominen hermosto saadaan rauhoitettua, kehollinen jännitys laskee. Hoidon jälkeen olo on rauhallinen, nukahtaminen tapahtuu nopeammin ja unen laatu muuttuu syvemmäksi ja palauttavammaksi.

Oy Neurosonic Ltd on saanut menetelmän kehittämiseen rahoitusta Suomen Keksintösäätiöltä, Finnveralta sekä Tekesiltä. Neurosonic-laitteisto suunniteltiin aluksi vain ammattilaiskäyttöön ja se on käytössä muun muassa monissa kuntoutuslaitoksissa. Tuotekehitystä on laajennettu myös kuluttajatuotteisiin, ja markkinoille on tuotu divaani, patja sekä sänky. Laitteistoa ohjataan matkapuhelimen, tietokoneen, keinukytkimen tai muistitikun avulla.

"Kotimaan lisäksi olemme lähteneet myös kansainvälisille markkinoille. Neurosonic-hoitomenetelmä herättää kiinnostusta laajasti, unettomuus on globaali ongelma", kertoo Kärkkäinen.

Lisätietoja:

Oy Neurosonic Finland Ltd, toimitusjohtaja Marco Kärkkäinen, puh. 040 808 6312,
marco.karkkainen@neurosonic.fi, www.neurosonic.fi

Vitalmed Helsingin Uniklinikka, LKT, professori Markku Partinen, puh. 050 5604 999,
markku.partinen@vitalmed.fi

Tutkimus:

Janne Tuomi, Gabriele Sved, Anne Huutoniemi, Minna Kuurne-Koivisto, Markku Partinen 2013:
Neurosonic-matalataajuushoidon vaikutus primaarista unettomuudesta kärsivien potilaiden unen laatuun.
http://www.neurosonic.fi/wp-content/uploads/2013/10/Neurosonic_matalataajuus_raportti.pdf

Lisäksi:

Heli Haapaniemi 2013: Neurosonic-menetelmän vaikutus stressiin ja unihäiriöihin, Oulun seudun ammattikorkeakoulu <http://publications.theseus.fi/handle/10024/54640>
