

# Il polmone e la sua fisiologia, l'asma in medicina cinese

Massimo Muccioli

Direttore ScuolaTao Bologna

Leggendo un libro l'asma viene suddivisa in vari quadri ed ogni quadro ha la sua specifica descrizione ed il suo specifico trattamento. In realtà non è così semplice poiché l'asma è un processo che poggia al tempo stesso su differenti e molteplici disequilibri che si combinano e ricombinano tra loro, si innestano e si rafforzano patologicamente in un cammino verso la cronicità.

Il trattamento dell'asma non può essere dunque uno schema, ma richiede la comprensione di questi passaggi e di queste relazioni. Il ripristino, passo dopo passo, delle giuste funzioni del qi potrà portare alla scomparsa di questo disturbo che è solo espressione di una perdita di armonia e sincronicità nell'attività degli organi e tra le varie funzioni del corpo.

## IL POLMONE E LA SUA FISIOLOGIA

Il Polmone è anatomicamente situato sopra il diaframma, accanto al cuore, il capo e sovrano di tutto l'organismo. Per questa sua posizione di privilegio e vicinanza gli è attribuito il titolo di "primo ministro". Mentre il cuore regge e dirige il sangue, il polmone regge e governa il qi.

La tradizione cinese sottolinea questo suo ruolo affermando che "i diversi tipi di qi appartengono tutti al polmone" (Suwen) perché è lui che li governa e li diffonde in tutto il

corpo consentendo in tal modo l'espletarsi di tutte le attività vitali dell'organismo. Ne consegue – in altre parole – che le attività vitali dell'organismo possono avvenire solo se il qi diffonde in tutto il corpo, solo se i suoi movimenti diffusivi possono avvenire liberamente e con regolarità.

I movimenti del qi sono la salita [sheng], la discesa [jiang], l'uscita [chu] e l'entrata [ru]. Tali movimenti sono riflesso dei movimenti respiratori del polmone ed il ritmo delle inspirazioni ed espirazioni, nella loro successione fisiologica, stimola e regolarizza i movimenti di salita, discesa, uscita ed entrata in tutto l'organismo. Se la respirazione non è regolare tutti i movimenti del qi sono disturbati.

Il polmone, luogo di riunione dei "cento vasi", con l'espirazione si svuota eliminando il qi torbido [zhuoqi] che gli è veicolato dai meridiani e vasi di tutto il corpo mentre con l'inspirazione si riempie di qi puro [qingqi]. In questo modo il polmone espelle il vecchio ed accoglie il nuovo, realizza uno scambio tra interno ed esterno. Può fare questo perché è un organo interno aperto verso l'esterno, come conferma la sua struttura anatomica; dal punto di vista energetico tale peculiarità è sottolineata dal suo legame con la pelle. A livello cutaneo il polmone diffonde il qi difensivo [weiqi] regolando l'apertura e la chiusura dei pori e dello spazio interstiziale [couli], contribuendo così alla secrezione del sudore. Il polmone può fare questo perché, attraverso la sua funzione diffusiva, controlla e regge la circolazione dei liquidi in tutto il corpo. In tal senso la medicina cinese afferma che il polmone regge la via delle acque [shui dao] con un ruolo attivo non solo nella movimentazione dei liquidi ma anche nella loro eliminazione che si compie a) attraverso la discesa degli elementi più impuri verso il jiao inferiore ed il rene, b) attraverso la sudorazione, c) mediante l'evaporazione legata alla espirazione. La sua posizione elevata nel corpo, paragonata

tradizionalmente al baldacchino posto sopra i carri di corte, consente al polmone di espletare da una ubicazione quanto mai favorevole il suo compito di inspirare il puro e far discendere i liquidi che, essendo di natura yin, tendono al basso. La funzione di diffusione [xuan] e quella di discesa [jiang] sono fisiologicamente interdipendenti: essendo legate a movimenti diversi del qi appaiono al tempo stesso opposte e complementari, legate al punto tale da essere interdipendenti condizionandosi reciprocamente in corso di patologia.

Solo quando tutte le funzioni descritte del polmone possono espletarsi in modo regolare il qi può entrare ed uscire, inspirazione ed espirazione possono avvenire in modo fisiologico con scambio di qi ed aria tra interno ed esterno, i liquidi diffondono e le vie respiratorie sono libere. Tutto ciò che può ostacolare questi delicati ed intrecciati processi fisiologici è in grado di determinare l'asma, cioè una mancata discesa del qi di polmone con perdita della regolare funzione respiratoria.

Riassumendo ed ampliando in parte i concetti esposti possiamo affermare che la funzione disperdente del polmone comprende quattro aspetti:

- Ø trasporto delle essenze alimentari prodotte dalla milza sino al jiao superiore
- Ø distribuzione del qi di difesa [weiqi] sulla superfisie del corpo
- Ø distrbuzione dei liquidi sulla superficie del corpo
- Ø espirazione e con essa rimozione del qi torbido dal corpo

La funzione di discesa del polmone è invece sintetizzabile in tre aspetti:

Ø inalazione del qi puro dall'ambiente e sua discesa nel polmone

Ø trasporto del qi puro agli organi

Ø discesa dei liquidi dal jiao superiore a tutto il corpo, specie al jiao inferiore

È infine importante sottolineare che la posizione elevata del polmone, la sua struttura anatomica aperta verso l'esterno e cava all'interno (come un nido di api) ed il suo legame con la cute espongono fortemente l'organo alle influenze dei sei fattori perversi esterni [liuqi] che possono penetrare attraverso il naso, la bocca e la pelle. Tali influenze sono molto poco tollerate dal polmone che è un organo "fragile" [jiaonen] e "sensibile" [jiaozang] con una resistenza molto scarsa sia al freddo che al caldo. In modo diverso anche il freddo ed il calore interni, provenienti da altri organi, possono facilmente ledere e alterare la fisiologia del polmone.

## L'ASMA: CONCETTI INTRODUTTIVI

In medicina cinese il concetto di asma è insito nei termini chuan e xiao. Il termine chuan indica una difficoltà respiratoria con respiro corto, effettuato spesso a bocca aperta, con movimenti su e giù delle spalle ed utilizzo dei muscoli respiratori accessori. La denominazione xiao designa un respiro sibilante, rumoroso, associato a dispnea. È evidente che i due termini insieme sono quanto mai estensivi, possono infatti essere applicati a diverse e molteplici patologie polmonari tra cui l'asma.

L'asma è dovuta alla mancata discesa del qi di polmone.

Tale evento può avere due origini: una ostruzione del qi di polmone (quadro da eccesso) o una sua marcata debolezza (quadro da deficit). Nel primo caso il qi del polmone non può discendere perché bloccato, nel secondo perché è debole e non possiede la "spinta" sufficiente per giungere al rene che lo deve "afferrare" in modo da completare l'atto inspiratorio. È questa una tappa essenziale poiché il rene con la respirazione riceve continuamente dal polmone lo yang puro dell'aria: lo afferra, lo immagazzina, lo usa per produrre e sostenere il suo yang e lo yangqi di tutto l'organismo.

Un'asma o una dispnea dove sia presente difficoltà inspiratoria o inspirazione [xi] incompleta deve sempre far pensare ad una alterazione di questo meccanismo fisiologico con possibile coinvolgimento del rene. Per questo si suole affermare che il polmone regge l'espiazione [hu].

Un altro importante elemento patogeno dell'asma è il flegma [tan], tanto che tale patologia si manifesta più facilmente in sua presenza. Il flegma può derivare dalla penetrazione di patogeni esterni oppure essere legato ad un deficit di milza o rene. Il deficit della milza comporta un alterata funzione di trasporto con accumulo di umidità e flegma. Anche un deficit di rene facilita la produzione di flegma: un deficit dello yang di rene può determinare un accumulo di liquidi che possono poi trasformarsi in flegma, mentre un deficit dello yin di rene può causare un prevalere del fuoco che brucia i liquidi e li condensa in flegma. Per questo la tradizione afferma "i reni sono la sorgente del flegma, la milza li trasforma, il polmone li immagazzina".

Nel trattare un'asma è dunque sempre importante considerare la presenza di flegma e la sua provenienza.

I tre organi descritti sono gli stessi implicati e coinvolti nelle forme di asma di origine allergica.

Il corpo continuamente “lavora” per impedire la penetrazione di patogeni e per eliminarli dall’organismo attraverso la pelle e le diverse funzioni escrettrici dei visceri [fu]. Questo lavoro avviene per opera del qi che in tale attività si consuma. La radice da cui trae vigore l’azione di purificazione e difesa è dunque la formazione del qi.

Un qi indebolito o deficitario sarà meno capace di preservare il corpo, al tempo stesso la presenza e la penetrazione di patogeni consumerà ulteriormente il qi che diventerà ancora più debole creando un circuito che tende a perpetuarsi indebolendo progressivamente l’organismo. Alcuni patogeni possono risultare particolarmente dannosi poiché – per loro caratteristiche energetiche – vanno ad impattare proprio nel punto debole dell’organismo: sono i fattori che definiamo, con linguaggio moderno, allergici. Qualsiasi sostanza è potenzialmente un allergene, non lo diventa perché il corpo la mantiene al suo esterno o perché la trasforma in modo adeguato. Per questo le allergie sono legate in primis al Polmone che protegge l’esterno e alla Milza che trasforma quanto viene immesso all’interno dell’organismo. Il rene ha importanza per quanto concerne familiarità e predisposizione ereditaria e per il suo legame con l’energia di difesa [weiqi].

Polmone e Milza sono anche gli organi base deputati alla formazione e messa in circolo della yingqi: se essi non riescono a trattare adeguatamente i fattori patogeni, yinqi sarà impura e potranno comparire sintomi in parti diverse del corpo, sia come espressione dell’alterata funzione degli organi, sia per l’eccessiva attivazione della secrezione indotta per espellere i patogeni.

In modo più ampio tutti gli organi partecipano alla elaborazione del qi corporeo e dunque tutti possono

partecipare e soffrire una condizione di allergia o di intolleranza, anche se i principali riferimenti restano gli organi citati.

Infine va ricordato che ripetuti attacchi di asma, specie se caratterizzati dalla permanenza del disturbo per lunghi periodi, possono indebolire il polmone che risulta così nel tempo più esposto ai fattori patogeni esterni e meno attivo nel promuovere diffusione e discesa: tale condizioni aprono la porta all'instaurarsi di uno stato di asma cronica o di male asmatico.

## QUADRI DA ECCESSO

### AGGRESSIONE DEL VENTO FREDDO

#### **Fisiopatologia**

Il polmone è un organo delicato, esposto alle aggressioni dei patogeni esterni, specie a quelle del vento freddo. Quando il freddo invade il polmone accadono una serie di eventi, correlati all'impatto tra natura e caratteristiche del patogeno e struttura energetica ed anatomica del polmone. Il freddo è un patogeno yin, poco mobile che tende, come in natura (inverno), a contrarre, bloccare, congelare. Il polmone a sua volta ha necessità di ritmare i movimenti del qi e della respirazione.

Con la penetrazione del freddo i pori cutanei si chiudono. Questo evento apparentemente semplice ed a cui si attribuisce spesso una importanza minima ha enormi ripercussioni sulla fisiologia del corpo. I pori sono chiamati "porta del qi" [qimen] e partecipano non solo alla relazione interno-esterno mediante la secrezione del sudore ma sono partecipi anche degli scambi respiratori, cosa molto evidente nelle rane che

possiedono una struttura anatomica che consente loro di respirare per l'80% del tempo attraverso i pori cutanei, ma anche nell'uomo i pori cutanei partecipano alla respirazione tanto che nelle ustioni estese si repertano costantemente danni a carico delle vie respiratorie (la medicina occidentale correla tali lesioni unicamente alla ingestione di vapori e gas).

Accade inoltre che se i pori sono chiusi i liquidi trasportati verso la superficie dal polmone non possono essere dispersi e si accumulano a monte facilitando la produzione di muco. L'umidità e le produzioni mucose non possono però restare a lungo nell'organismo poiché tendono ad intorbidirsi e divenire patogene. I liquidi iniziano a ristagnare e la diffusione del qi di polmone (che deve movimentarli) ne risulta indebolita.

Il blocco dei pori da parte del freddo determina dunque al tempo stesso un riflesso diretto sulla respirazione e sugli scambi e movimenti del qi per interessamento del tessuto cutaneo, ed un effetto indiretto mediato dal ristagno dei liquidi che favoriscono la formazione di muco con indebolimento della diffusione del qi di polmone. L'alterata diffusione si riflette – per reciproca interdipendenza – sulla funzione di discesa del polmone a sua volta inibita dal freddo che per sua natura contrae e blocca. Il blocco della discesa determina una diminuita diffusione con creazione di un circolo patogeno ingravescente che porta alla produzione ed al ristagno di muco a sua volta capace di ostruire e bloccare discesa e diffusione del qi di polmone.

### **Sintomi**

Dispnea acuta con senso di oppressione al petto, peggiorata o indotta da vento freddo o cambi climatici

Tosse con muco acquoso o schiumoso

Brividi e febbre, con prevalenza di brividi

Non sudorazione

Cefalea occipitale o frontale

Dolori muscolari

Ostruzione nasale con rinorrea chiara

Lingua normale o con patina sottile e bianca

Polso superficiale [fu] o teso a corda torta [jin]

### **Analisi dei sintomi**

I pori si chiudono e per questo non c'è sudorazione.

Il freddo con l'ausilio del vento ha invaso la parte superficiale del corpo e per questo il polso è superficiale e la lingua poco alterata. I fattori patogeni esterni sono ancora presenti alla superficie del corpo ed infiltrano gli strati superficiali dell'organismo [taiyang] con cefalea e rinorrea, infiltrano inoltre i muscoli con comparsa di ostruzione e dolore. Lo yangqi del corpo reagisce a questa aggressione cercando di arrestare la progressione dei patogeni esterni: da questa lotta tra weiqi e freddo nascono febbre e brividi.

Il blocco dei pori e della diffusione del qi e dei liquidi da parte del polmone disturba la diffusione: i liquidi ristagnano con comparsa di tosse con espettorato schiumoso o bianco (caratteristici del freddo), l'alterata diffusione determina una alterazione nella funzione di discesa del qi di polmone con comparsa di dispnea ed asma. Il qi che non scende ed il flegma che si addensa via via nel polmone causano un pieno ed un eccesso al torace con sensazione di oppressione. La scarsa alterazione della lingua depone per un evento esterno, allo stesso modo il polso superficiale indica che i patogeni ed il qi difensivo sono sulla parte esterna dell'organismo.

## **Trattamento**

Il trattamento si propone di disperdere mediante sudorazione il vento ed il freddo che stanno infiltrando il corpo. Si usa la sudorazione perché i patogeni sono superficiali, sotto la pelle e nelle prime vie aeree: è la via più vicina per favorirne l'espulsione. Al tempo stesso è necessario porre attenzione a riattivare la funzione di discesa del polmone per arrestare la dispnea.

Prescrizione: Ma Huang Tang

Si è affermato che la terapia deve in primo luogo riattivare la diffusione e la discesa del qi di polmone agendo però al tempo stesso su organo e pori cutanei, mobilizzando il qi ed i liquidi che accumulandosi favoriscono la comparsa di mucosità. Il rimedio principale della farmacologia cinese in tali contesti e della ricetta Ma Huang Tang è Mahuang (herba Ephedra), erba calda che contrasta il freddo, dotata di effetto diffusivo e discendente sul qi di polmone con azione al tempo stesso diaforetica e diuretica. È aiutata nella sua espressione diaforetica dal ramoscello della cannella [guizhi] e nella sua funzione di discesa del qi di polmone dal seme di albicocca [xingren].

Agopuntura: Dingchuan (M-BW-1), 12BL [fengmen], 4LI [hegu], 7LU [lieque]. Possono essere usati anche 13BL [feishu] e 17CV [shanzhong].

Dingchuan è un punto extra posto a mezzo cun lateralmente al punto 14GV la cui principale indicazione è proprio quella di calmare la dispnea con sibili [xiao]. Trattandosi di invasione di patogeni dall'esterno è opportuno associare punti come 12BL [fengmen] atto a trattare il vento e liberare l'esterno e punti come 4LI e 7LU che associati inducono sudorificazione e rilasciano il vento.

È possibile usare anche 13BL[feishu] poiché favorisce la discesa del qi di polmone e collabora nel liberare l'esterno o 17CV [shanzhong] che tratta la pienezza al torace.

Su tali punti è possibile associare moxibutione per disperdere più potentemente il freddo ed attivare lo yangqi.

Alimentazione: una alimentazione speziata e calda è opportuna poiché contrasta il freddo e ne induce l'espulsione, favorendo così la risoluzione del quadro. Sono utili alimenti dotati di proprietà diaforetica come lo zenzero, le agliacee (cipolla, aglio, erba cipollina, porro ecc.), il peperoncino e le spezie in genere. Preferire cibi caldi e cucinati piuttosto che freddi o crudi.

### **Quadri associati:**

Il tempo a disposizione non consente di esaminare dettagliatamente i quadri associati, ma è chiaro che la situazione descritta può complicarsi e articolarsi qualora coesista nel corpo un disequilibrio di fondo.

Vento freddo e deficit di qi > Una aggressione da vento freddo in condizione di deficit di qi si esprime con sintomi simili ma con presenza di sudorazione poiché il qi debole non riesce a chiudere i pori per impedire la penetrazione ulteriore di energia perversa esterna. In tale condizione i liquidi possono fuoriuscire e si ha una dispnea con tosse meno rumorosa ed umida. In tal caso è necessario sostenere weiqi attraverso una sua armonizzazione con yingqi tramite la decozione Gui Zhi Tang. In agopuntura è utile associare in armonizzazione 36ST e 6SP.

Vento freddo con mucosità accumulate all'interno > Alcuni soggetti hanno un disturbo cronico nel metabolismo dell'acqua e dell'umidità con accumulo di mucosità fluide [tan yin] dovute generalmente ad una debolezza di milza o rene. Quando essi contraggono una patologia da freddo i liquidi si accumulano in modo ancora più intenso a causa del blocco nella

diffusione e circolazione del qi. Le mucosità fluide [tan yin] che abitano nella regione epigastrica aggrediscono il polmone dal basso, mentre il vento freddo lo aggredisce dalla superficie. Il decotto base è Xiao Qing Long Tang che libera la superficie e riscalda il polmone trasformandone le mucosità. Il flegma può essere espulso [zhu] attivando il qi di polmone per espellere i patogeni: si usa in tal senso 9LU con moxa. Il flegma può essere trasformato [hua], attivando il qi di milza con 3SP e 40ST ed associando 13BL. Infine il flegma può essere dissipato [san], cosa che si ottiene attivando il rene con il sostegno della milza, usando in tal caso 3SP insieme a 26KI o 9KI

Vento freddo con calore interno > L'attacco del freddo si instaura in un quadro caratterizzato da pienezza di calore interno, oppure il freddo all'interno del corpo si trasforma in calore mentre la patologia esterna ancora si protrae. In tal caso è importante preservare l'interno ed il trattamento mira in primo luogo a purificare il calore interno inducendo una mite sudorazione. La decozione di riferimento è Shi Gao Tang mentre in agopuntura si associano punti di dispersione del calore come ad esempio 14GV e 11LI portato sino a 5LU

## AGGRESSIONE DEL VENTO CALORE

### **Fisiopatologia**

Il polmone, organo "fragile", è parimenti esposto alle aggressioni del vento calore anche se lo soffre in modo meno intenso rispetto al freddo.

Il vento è un patogeno yang che aggredisce la parte alta del corpo disperdendo dalla superficie dell'organismo l'energia difensiva [weiqi]. Questo evento consente la penetrazione del calore che asciuga e condensa i liquidi creando così un ostacolo alla loro diffusione da parte del polmone. L'alterazione della diffusione può indurre un'alterata discesa

del qi di polmone con comparsa di asma e dispnea.

## **Sintomi**

Dispnea acuta con tosse scarsa ed espettorato colloso e giallastro difficile da emettere

Tosse frequente ed irritante

Pienezza con sensazione di soffocamento ed oppressione al torace

Febbre

Timore del freddo

Sete

Ostruzione nasale o rinorrea densa e giallastra

Gola secca e dolente

Voce roca

Cefalea, solitamente frontale

Lingua normale o con lieve patina giallastra

Polso superficiale [fu] e rapido [shuo]

## **Analisi dei sintomi**

Il vento ha disperso in superficie l'energia difensiva [weiqi], per questo si ha timore del freddo. Con la dispersione di weiqi il calore veicolato dal vento penetra facilmente gli strati superficiali dell'organismo e le prime vie aeree aperte verso l'esterno, causando lesione a carico dei liquidi e più generalmente comparsa di calore e secchezza nel comparto respiratorio: da questi eventi dipendono voce roca, gola secca e dolente, sete, tosse stizzosa, addensamento

delle secrezioni nasali e bronchiali che assumono un colore giallastro. La cefalea frontale è espressione dell'aggressione diretta del vento e calore al viso. Una aggressione da vento calore può limitarsi alla comparsa di questi sintomi. Solo se coesiste una forte compromissione della diffusione può insorgere una alterata discesa del qi di polmone con asma e dispnea che si associano a sensazione di oppressione toracica per il ristagno di qi e patogeni nel petto.

La scarsa alterazione della lingua depone per un evento esterno, allo stesso modo il polso superficiale indica che i patogeni ed il qi difensivo sono sulla parte esterna dell'organismo. Il polso rapido indica la presenza di calore patogeno.

## **Trattamento**

Il trattamento si propone di liberare l'esterno, purificare il calore, ripristinare la discesa del qi di polmone. Anche in questa circostanza la via privilegiata per espellere i patogeni è la sudorazione, ma occorre anche purificare il calore che sta penetrando all'interno. Entrambe queste azioni debbono essere poste in atto con una particolare attenzione a non ledere i liquidi già addensati dal calore.

Prescrizione: Sang Yu Jin

Sangye e Juhua, due degli imperatori [jun] della formula, sono rimedi di natura rinfrescante che liberano il corpo dal vento calore esterni mediante effetto diaforetico, il primo purifica anche il calore al polmone, mentre il secondo disperde il vento calore al jiao superiore, incluso quello che colpisce gli occhi. Tra i rimedi ministri [chen] Lianqiao e Bohe rafforzano l'azione su calore e superficie corporea mentre Jiegeng e Xingren promuovono la diffusione e la discesa del qi di polmone. L'assistente [zuo] è Lugen che purifica il calore e genera i liquidi organici.

Agopuntura: Dingchuan (M-BW-1), 14GV [dazhui], 12BL [fengmen], 11LI [quchi] punto sino a 5LU [chize], 1LU [zhongfu], 17CV [shanzhong]

Dingchuan è un punto extra atto a calmare la dispnea con sibili [xiao], associato a

I punti 1LU, 17CV e Dingchuan facilitano e ripristinano la discesa del qi di polmone.

14GV con 12BL libera l'esterno dal vento calore, mentre nella sua associazione a 11LI purifica il calore al polmone.

Alimentazione: è opportuna una alimentazione rinfrescante e moderatamente piccante, capace al tempo stesso di sostenere i liquidi corporei. Tra le spezie ed aromi dotati di proprietà diaforetica e rinfrescante figurano l'origano, la maggiorana, la menta europea, il crescione, il daikon. Tra i cibi freschi capaci di umidificare il polmone ricordiamo cavoli, zucchini, cetrioli, la boraggine, le alghe, tanti frutti tra cui in particolare la pera. Sono indicati anche latte e latticini freschi, da consumarsi però sempre in misura limitata.

## IL FLEGMA OSTRUISCE IL POLMONE

### **Fisiopatologia**

Un altro importante elemento patogeno dell'asma è il flegma [tan].

Quando il qi non riesce a ripulire ed eliminare [suqing] il flegma stagnante, questo si accumula nei polmoni e determina un impedimento alla discesa con salita controcorrente del qi di polmone [qini] creando il sintomo asma.

Si possono avere in generale due principali quadri da accumulo di flegma nel polmone: flegma umidità [tanshi] e flegma calore [tanre].

## OSTRUZIONE DA TAN UMIDITA'

Questo quadro pur catalogato tra i quadri da "eccesso" è in realtà un quadro misto, poiché trae la sua origine da una insufficiente trasformazione dell'umidità da parte della milza. Questa situazione consegue spesso ad un apporto eccessivo di cibi cibi freddi o crudi o troppo umidificanti come dolci, farinacei, latticini. Se assunti in modo eccessivo tali alimenti richiedono un carico di lavoro e di trasformazione superiore alle possibilità fisiologiche della milza, anzi il loro eccessivo apporto finisce con l'affaticare ed indebolire la milza portandola progressivamente in uno stato di deficit.

Anche se esiste un deficit di milza, questo quadro resta catalogato tra quelli da "eccesso" poiché è l'accumulo in eccesso di flegma umidità nel torace che condiziona la mancata discesa del qi di polmone e la conseguente comparsa di dispnea ed asma.

È proprio il deficit a condizionare lo sviluppo di un quadro con assenza di calore, ma una volta instauratasi nel polmone l'ostruzione del qi questa può periodicamente generare calore facendo sfumare il quadro di ostruzione da flegma umidità in quello da ostruzione per accumulo di flegma calore nel polmone. Questa eventualità può essere facilitata da aggressioni successive di vento calore, oppure da terapie farmacologiche improprie, oppure da una alimentazione inadatta.

### **Sintomi**

Dispnea e tosse con espettorato denso e colloso di colore chiaro o biancastro ma difficile da espellere. Il respiro è rumoroso e denuncia la presenza nel torace di una ostruzione

da flegma che diventa più evidente al mattino o dopo aver mangiato.

Sensazione di ostruzione e pienezza al torace.

Diminuzione dell'appetito

Nausea o vomito

Feci molli

Astenia e sonnolenza

Lingua pallida e gonfia con impronte dentarie, patina biancastra umida, densa, grassa.

Polso scivoloso [hua], con poca forza alla barriera [guan]

### **Analisi dei sintomi**

Il flegma ostruisce il polmone ed ostacola la discesa del suo qi con comparsa di dispnea associata a tosse con muco. Il muco è difficile da espellere poiché è dentro il polmone ed è denso, colloso ed appiccicoso conformemente alle caratteristiche dell'umidità. Si percepisce la presenza di muco nel polmone anche attraverso il respiro rumoroso, mentre il paziente ne avverte la presenza per un senso di impedimento e pienezza al torace ed al respiro. Il muco è biancastro poiché il processo non è caratterizzato da calore ma dal solo ristagno di umidità e flegma. L'origine di questo quadro è da ricercare non solo nell'accumulo di flegma nel polmone ma anche a monte nell'incapacità della milza a trasformarlo adeguatamente e per questo l'ostruzione peggiora al mattino (orario di massima attività del binomio Metallo-Terra [Polmone-/Grosso Intestino – Stomaco/Milza]) o dopo il pasto, momenti in cui aumentano fisiologicamente le richieste metaboliche a carico della milza in deficit. Sono infine presenti sintomi e segno che denotano in modo diretto e chiaro

il coinvolgimento dell'organo milza e della Terra, come mancanza di appetito, nausea o vomito, feci molli.

Il blocco del polmone ed il deficit di milza rendono ragione dell'astenia e della tendenza alla sonnolenza, anch'essa particolarmente pronunciata dopo i pasti, momento in cui la milza in deficit richiama energia dal polmone.

La lingua esprime il ristagno dell'umidità attraverso il suo aspetto umido, gonfio, improntato, mentre il flegma trova espressione nella patina bianca caratteristicamente grassa e collosa.

Il polso è scivoloso [hua] ed esprime in tal modo la presenza di umidità in eccesso, ma ha poca forza [wuli] alla barriera per il sottostante deficit della milza.

## **Trattamento**

Il trattamento si propone di arrestare la dispnea sostenendo l'azione della milza nel trasformare il flegma ed asciugare l'umidità.

Prescrizione: Liu Jun Zi Tang unito a San Zi Yang Qin Tang

Liu Jun Zi Tang è una classica ricetta della tradizione cinese che espleta la sua azione rinforzando la milza nella sua azione di trasformazione di umidità e flegma. Deriva a sua volta dal Si Jun Zi Tang composta due tonici [dangshen, baizhu] che attivano la milza nelle sue funzioni di trasporto e trasformazione, da un diuretico che filtra l'umidità [fuling], dalla liquirizia saltata con miele [zhigancao] che ha la funzione di attivare il jiao medio cui si aggiungono per ottenere il Liujunzitang i "due vecchi" [erchen] dove la Pinellia [banxia] asciuga l'umidità ed elimina il flegma, mentre il pericarpium Citri [chenpi] ravviva con la sua fragranza la milza ed attiva il fluire del qi nel jiao medio.

L'unione del Sanziyangqintang vede l'apporto di erbe capaci di trattare la dispnea [suzi] facilitando al tempo stesso l'espulsione del flegma bloccato nel polmone [baijiezi, laifuzi] con conseguente miglioramento nella diffusione del qi di polmone.

Agopuntura: Dingchuan (M-BW-1), 13BL [feishu], 20BL [pishu], 9LU [taiyuan] 3SP [taibai], 40ST [fenglong], 1LU [zhongfu], 17CV [shanzhong]

Dingchuan è un punto extra atto a calmare la dispnea con sibili [xiao]. Insieme a 1LU e 17CV facilita e ripristina la discesa del qi di polmone. I punti 13BL e 9LU sostengono il polmone e facilitano l'espulsione [zhu] del flegma, mentre 3SP e 40ST ne facilitano la trasformazione [hua] da parte della milza.

Alimentazione: è opportuno in primo luogo evitare, in presenza di accumulo di flegma ed umidità, una alimentazione umidificante ponendo divieto o riducendo drasticamente dolci, zuccheri, farinacei, latticini e frutta. Evitare i cibi che appesantiscono la milza ed il flegma è la prima e fondamentale azione da perseguire nell'alimentazione. Sono naturalmente indicati i cibi che attivano la capacità di trasformazione dell'umidità da parte della milza come miglio, quaglia, fagioli, funghi. Nel cucinare è infine opportuno utilizzare aromi e spezie tiepide capaci di favorire la dissoluzione dei tan come scorze di agrumi, ginepro, cumino, salvia, timo, cardamomo, alloro, anice, zenzero fresco, in piccola misura anche agliacee (cipolla, aglio, scalogno).

## OSTRUZIONE DA TAN CALORE

Un accumulo nel polmone di flegma calore può conseguire ad aggressione esterna da vento calore. Veicolato dal vento il calore penetra nel corpo, lede ed asciuga i fluidi alterandone la diffusione, ma se permane all'interno come fattore patogeno

esso tende a condensare e trasformare le secrezioni ed i liquidi in flegma. Una simile circostanza può anche verificarsi per cause iatrogene legate ad uso o abuso o interazione tra farmaci, per terapie farmacologiche o erboristiche improprie, il processo è anche favorito da una alimentazione speziata e grassa specie in soggetti che possiedono una costituzione calda.

Non è infrequente osservare in corso di ostruzione da flegma umidità la trasformazione del quadro in flegma calore specie se coesistono alcune delle concause ora esposte.

## **Sintomi**

Dispnea e tosse che peggiorano di notte, con flegma abbondante, denso, colorato (giallastro, verdastro, talora striato di sangue) e sempre difficile da espettorare.

Sensazione di ostruzione, pienezza e calore al torace

Viso arrossato

Bocca amara ed asciutta

Stipsi

Lingua rossa con patina densa e grassa di colore giallastro

Polso scivoloso [hua] e rapido [shuo]

Solo se è presente un deficit di milza possono comparire feci molli o alvo irregolare con periodi di stipsi, perdita di appetito, nausea, astenia pronunciata.

## **Analisi dei sintomi**

Il flegma calore blocca il polmone e la diffusione del qi con

comparsa di sensazione di ostruzione e pienezza al torace, associata a percezione di calore all'interno. Il flegma è abbondante e manifesta la presenza di calore interno assumendo colore, è inoltre denso e difficile da espettorare sia perché è per sua natura colloso, sia perché la sua parte umida è addensata ulteriormente dal calore. I liquidi sono lesi dal calore come dimostrano la bocca secca, la stipsi, e lo stesso peggioramento notturno di tosse e dispnea legato in parte alla compromissione dello yin/liquidi. Altri segni associabili al calore sono il viso arrossato, la bocca amara, la lingua rossa con patina giallastra, il polso rapido [shuo].

Sono invece direttamente correlabili al flegma la patina linguale grassa e densa ed il polso scivoloso [hua].

Qualora sia presente un deficit di milza, come accade ad esempio in un quadro di flegma umidità che vira in una condizione di flegma calore, si assoceranno sintomi e segni specifici come perdita di appetito, nausea ed astenia. In tale situazione le feci saranno a volte molli per la mancata trasformazione dell'umidità da parte della milza carente, talaltra secche e difficili da espellere per la prevalenza del calore con lesione e condensazione di liquidi ed umidità.

## **Trattamento**

Il trattamento si propone di espellere il flegma, purificare il calore in modo da consentire la diffusione e discesa del qi di polmone con risoluzione della dispnea.

Prescrizione: Qing Qi Hua Tan Wan

Qing Qi Hua Tan Wan è un prodotto reperibile anche in compresse. La traduzione esatta del nome della ricetta è "pillola per purificare il qi e trasformare il flegma", proprio ciò che si propone il trattamento di questa forma di asma e dispnea.

Il principale rimedio della ricetta è Dannangxing. Si tratta di un prodotto ottenuto dalla bile di bue, maiale o capra sterilizzata mescolata con polvere finissima del rhizoma dell'Arisaema [tiannangxing] e trattata al vapore per circa un'ora. Dopo il procedimento si fa seccare in piccoli cubetti il prodotto che prende il nome di Dannangxing, rimediopotente per trattare il blocco causato da fuoco e flegma. Come tale Dannangxing è imperatore della formulazione e ad esso si associano come ministri gualouren e huangqin che agiscono sinergicamente per purificare il flegma calore. Le rimanenti erbe sono gli aiutanti chenpi e zhishi utili a regolare la discesa del qi e nel dissipare gli accumuli di flegma, ed il binomio banxia e fuling per favorire la trasformazione del flegma. L'ultimo rimedio da citare, ma non ultimo per importanza, è xingren che facilita proprio la discesa del qi di polmone sostenuto in questa azione sia da banxia che da chenpi.

Agopuntura: Dingchuan (M-BW-1), 1LU [zhongfu], 11LI [quchi], 40ST [fenglong], 5PC [jianshi], 17CV [shanzhong]

Dingchuan è il solito punto extra già esaminato nei quadri precedenti ed utile per calmare direttamente la dispnea con sibili [xiao]. Il punto 1LU [zhongfu] favorisce l'espulsione del flegma e la discesa del qi di polmone. Per disperdere potentemente il calore gli si associa 11LI [quchi] punto in profondità sino a raggiungere 5LU [qizhe]. Per favorire la trasformazione del flegma si usa 40ST [fenglong], mentre il punto 5PC [jianshi] serve a trattare il flegma che si addensa ed ostruisce il torace che viene liberato anche dalla azione locale di 17CV [shanzhong]

Alimentazione: in presenza di flegma e calore devono essere evitati i cibi troppo riscaldanti e quelli che tendono facilmente a produrre flegma. Per questo si devono proscrivere carne di maiale ed ovini, formaggi specie se stagionati, zucchero e dolci, spezie molto riscaldanti come peperoncino, zenzero secco ed altre similari. Tra i prodotti maggiormente

indicati per dissolvere i tan calore figurano in particolare le alghe, i germogli di bambù, cren, daikon, ravanello rosso, radicchio rosso, zucca e zucchini, funghi champignon, latte di soia fresco ed in misura limitata, pere, cachi, scorza di agrumi specie di limone e mandarino.

## IL RISTAGNO DEL QI DI FEGATO DANNEGGIA IL POLMONE

### **Fisiopatologia**

Nella visione cinese il corpo è un organismo unico ed indissociabile la cui attività è dettata e ritmata da cinque organi fondamentali tra loro in relazione continua e sinergica. Il polmone è uno di questi cinque organi fondamentali.

Le relazioni tra organi sono ben espresse all'interno del ciclo dei Cinque Elementi.

Il polmone (Metallo) è figlio della milza (Terra), elemento da cui è sostenuto e nutrito [sheng]. Quando la Terra è debole, la milza non trasforma ed il polmone accumula al suo interno umidità e flegma. Questa situazione è già esaminata precedentemente.

Una seconda importante relazione del polmone nel ciclo dei Cinque Elementi è quella che esso contrae con il fegato. Fisiologicamente il polmone domina [ke] il fegato e ne modera l'attività, ma in condizioni di patologia il ciclo di dominazione può subire una inversione [fanke]. È quanto accade in condizioni di particolare pienezza del fegato o di marcato indebolimento del polmone, o ancor più spesso quando i due fattori coesistono. In tal caso il fegato si ribella [wu] al polmone ed invece di esserne moderato lo aggredisce e ne limita l'azione. Il qi di fegato ha tendenza a salire ed invadendo il polmone crea impedimento alla discesa con

comparsa di sintomi respiratori e dispnea.

## **Sintomi**

Dispnea, respiro corto non sufficientemente profondo, sensazione di oppressione al torace, mucosità scarse od assenti. Tali sintomi possono essere scatenati da fattori emotivi e si associano frequentemente a sospiri, irritabilità, tensione nervosa, sensazione di blocco a gola o torace. Completano il quadro distensione addominale, sindrome premestruale talora associata ad alterazione del ritmo del ciclo, a volte palpitazioni ed insonnia.

La lingua non presenta alterazioni di rilievo, talora mostra tendenza al ristagno con un colore tendente al violaceo o una lieve patina. Il polso è teso a corda [xian]

## **Analisi dei sintomi**

Il qi ristagna nel fegato, lo riempie, lo comprime e pone l'organo in pienezza sino a riversarsi controcorrente lungo il ciclo di dominazione [ke] ed aggredire il polmone alterandone la diffusione e discesa con comparsa di dispnea e senso di pienezza la torace. Il respiro non è completo e profondo poiché il qi di fegato sale e contrasta la regolare e completa discesa del qi di polmone. I sospiri sono la reazione istintiva e talora inconsapevole a tale situazione, esprimono il tentativo di mobilizzare verso il basso il qi ristagnante al torace. Talora l'ostruzione del qi è preponderante alla gola e viene avvertita come un senso di nodo e corpo estraneo che spinge la persona ad inghiottire nel tentativo di rimuovere il blocco: tale condizione è tradizionalmente definita "seme di pruno in gola". Non sono in genere presenti mucosità se non in questo specifico quadro ora descritto.

La stasi del qi di fegato si esprime attraverso la presenza di tensione, irritabilità, distensione addominale, sindrome premestruale. Il sangue del fegato partecipa al mestruo ed in condizioni di stasi non viene rilasciato in modo regolare con alterazione del ritmo del ciclo. La stasi di qi induce la comparsa di calore e questo salendo può disturbare l'attività del cuore con palpitazioni ed insonnia.

La lingua non presenta significative variazioni: il qi è immateriale e del suo ristagno si possono cogliere solo elementi meno eterei legati alla minore diffusione del sangue con un colore tendente al violaceo, o all'aumentato ristagno di umidità con comparsa di una patina lieve. Il polso teso [xian] è una tipica espressione di blocco ed eccesso di fegato.

## **Trattamento**

Il trattamento mira a mobilizzare il qi di fegato riducendone stasi ed eccesso, in modo da consentire e facilitare la diffusione e discesa del qi di polmone con risoluzione della dispnea.

Prescrizione: Chai Hu Shu Gan San con modifiche

In questa prescrizione l'imperatore Chaihu assolve la funzione di favorire il libero fluire del qi liberando il fegato dalla compressione ed in parte dal calore, proprietà dovute alla sua natura fredda ed al suo sapore piccante ed amaro. Il ministro è zhike, erba di natura fresca che promuove la diffusione del qi risolvendone la stasi al petto ed al diaframma. Gli assistenti chenxiang, muxiang e xiangfu trattano la stasi a livello di torace, addome e pelvi. Qingpi oltre a mobilizzare il qi ha una azione su umidità e tan, elementi patogeni che tendono a ristagnare ed accumularsi allorché il dinamismo diffusivo perde vigore. Baishaoyao nutre il fegato e protegge lo yin: serve a trattenere all'interno e modera l'azione fortemente dispersiva dell'imperatore e delle altre erbe

utilizzate. Zhigancao armonizza l'azione dei vari rimedi della ricettazione.

Agopuntura: Yintang (M-HN-3), 6PC [neiguan], 14LR [qimen], 17CV [shanzhong], 4LI [hegu], 13BL [feishu], 15BL [xinshu], 18BL [ganshu]

Il punto yintang è molto usato per sedare lo shen, ma non è altrettanto nota la sua importante corrispondenza con il polmone e la sua utilità nel trattamento della dispnea. Yintang è situato nel punto di mezzo delle sopracciglia, corrisponde al polmone ma immediatamente sotto e verso la radice del naso sono situati in successione punti di cuore e fegato. Risulta essenziale pungere yintang in trasfissione sino alla radice del naso, manipolando intensamente l'ago in modo da ridare al qi una giusta direzione. Usato in tal modo yintang possiede una intensa azione a favore di questa forma di dispnea causata da una ribellione del qi di fegato: si cerca di ricondurre il polmone a dominare il fegato. Gli fanno eco l'uso dei punti shu degli stessi organi [feishu, xinshu, ganshu]: tali punti possono essere stimolati mediante coppettazione in modo da facilitare la mobilitazione del qi e la disostruzione. Qualora il polmone fosse in deficit è preferibile moxare feishu ed associargli in tonificazione 9LU [taiyuan].

Il punto 6PC [neiguan] libera invece il torace regolandone il qi e sedando lo shen: la sua azione di disostruzione del torace è favorita dalla combinazione con 17CV [shanzhong] che va punto dall'alto verso il basso, mentre la sua azione sullo shen è potenziata dall'uso concomitante di yintang . Il punto 6PC può anche essere raggiunto indirettamente pungendo in transfissione 5PC [jianshi], tecnica che si usa qualora siano partecipi al processo dei tan ostruttivi.

4LI [hegu] facilita i movimenti del qi e collabora alla sua regolarizzazione, mentre 14LR [qimen] quale punto mu del fegato armonizza l'organo nel suo equilibrio tra qi e sangue.

Alimentazione: l'aspetto maggiormente rilevante dell'alimentazione consiste nell'effettuare pasti leggeri e moderati, in modo da non appesantire la stasi già esistente. I pasti devono essere dunque poco abbondanti, la masticazione lunga e completa, nel mangiare non bisogna essere disturbati da letture, dal guardare la televisione, da discussioni o da pensieri. Tra i pochi cibi dotati di specifica azione in questo quadro figurano la carpa, mandorle e pinoli, limone in piccole quantità.

## QUADRI DA DEFICIT

Gli organi coinvolti nei quadri dispnoici correlati a deficit sono, oltre naturalmente al polmone, milza e reni. Essi costituiscono la radice del qi dell'intero organismo e sono deputati a regolare l'equilibrio dei liquidi di tutto il corpo.

## DEFICIT DI QI DI MILZA E POLMONE

### **Fisiopatologia**

Un deficit di polmone è sufficiente ad indurre dispnea ed asma, mentre un deficit di qi di milza evoca tali sintomi solo allorquando si estende sino a coinvolgere il polmone stesso. La milza è la radice del qi innato da cui il polmone trae parte rilevante della sua energia, relazione sottolineata nel ciclo dei Cinque Elementi dal fatto che la milza è madre del polmone e dunque ne nutre [sheng] e sostiene il qi. Il meridiano di polmone, quasi a confermare questo legame, origina e si diparte proprio dal jiao medio. Non va dimenticato inoltre che la milza ha la funzione di trasformare

l'umidità e pertanto con la sua azione mantiene "pulito" il polmone dal flegma che potrebbe originarsi in corso di disequilibri interni. Tale relazione si gioca in realtà in un rapporto a tre poiché, come ricorda la tradizione, "i reni sono la sorgente del flegma, la milza li trasforma, il polmone li immagazzina". Immagazzinando i tan ed accumulandoli al suo interno il polmone, aperto verso l'esterno, ne consente l'espulsione, ma al tempo stesso si espone alle possibili conseguenze patologiche del loro potere ostruttivo. Tornando con lo sguardo sul ciclo dei Cinque Elementi si noterà che la milza non solo tonifica il polmone [sheng] ma domina il rene-Acqua [ke] moderandone così la potenzialità patogena di produrre umidità e flegma.

È evidente che la dispnea origina direttamente e primariamente dalla debolezza del qi di polmone che, a causa del suo scarso vigore, non riesce a discendere adeguatamente. La milza in deficit ha eventualmente e primariamente la responsabilità di non sostenere sufficientemente il polmone, secondariamente quella di non riuscire a trasformare adeguatamente con comparsa di umidità e flegma, ma il quadro dispnoico resta principalmente dipendente e correlato alla mancata forza di discesa del qi di polmone.

Nel trattamento si vedrà che è qui necessario sostenere non solo il polmone ma anche la milza, poiché se la madre (milza) non riesce a sostenere il figlio (polmone) il deficit, momentaneamente compensato attraverso la tonificazione del polmone, si riprodurrà. A sottolineare l'importante legame che correla questi due organi si ricorda che in farmacologia cinese i tonici del polmone sono anche tonici di milza.

Una condizione di deficit di qi di milza e polmone si verifica con maggiore frequenza in soggetti che possiedono una costituzione debole in qi, oppure in coloro che hanno sofferto ripetutamente durante l'infanzia di malattie del tratto respiratorio o di episodi infettivi a carico di gola ed orecchie con ricorso a protratte e ripetute terapie

antibiotiche ed antinfiammatorie. Le ripetute malattie e l'uso di tali farmaci inducono un consumo ed una lesione nel qi di polmone e milza. In costoro l'eventuale utilizzo di broncodilatatori in corso di episodi dispnoici migliora la sintomatologia respiratoria poiché facilita la dispersione e discesa del qi, ma non compensa la debolezza ed il deficit di qi che anzi viene acuito dall'azione disperdente del farmaco, specie se se ne effettua un uso frequente e protratto.

## **Sintomi**

Dispnea e respiro corto che insorgono facilmente dopo attività fisica ed affaticamento, tosse debole talora con muco chiaro, voce debole, riluttanza al parlare, astenia, sonnolenza specie dopo i pasti, sudorazione spontanea ed al minimo sforzo, diminuzione dell'appetito, feci molli e talora non completamente digerite, distensione addominale. La lingua è pallida con patina biancastra più o meno spessa a seconda dell'accumulo di flegma ed umidità, il polso è debole [ruo].

## **Analisi dei sintomi**

Il polmone in deficit non riesce a far discendere il qi con comparsa di dispnea e respiro corto specie dopo attività fisica ed affaticamento, condizioni nelle quali il qi è stato consumato e risulta quindi ulteriormente carente. Il deficit di qi di polmone si esprime attraverso la poca forza del tossire, la voce debole con riluttanza al parlare, la sudorazione spontanea dovuta al mancato controllo dei pori cutanei. A sua volta il deficit di milza si rende manifesto con i disturbi della sfera addominale generati dalla mancata trasformazione dei cibi con conseguente distensione addominale, feci molli ed indigerite, inappetenza. L'accumulo di umidità e flegma dovuto al deficit di milza può indurre la comparsa nel polmone di muco con espettorazione chiara. Nel periodo post prandiale la milza in difficoltà richiama energia dal polmone

al fine di essere sostenuta nell'azione metabolica digestiva, ma l'ulteriore sottrazione di qi dal polmone determina sonnolenza ed astenia.

Naturalmente il quadro è dominato dall'astenia correlata alla forte ed estesa carenza del qi.

La lingua pallida ed il polso debole sono segno diretto della condizione di deficit, la patina linguale è invece espressione dell'accumulo di flegma ed umidità e può essere lieve o più consistente.

### **Trattamento**

Il trattamento mira a tonificare il qi di milza e polmone, sia per consolidare la weiqi, sia per rafforzare la capacità di discesa del qi di polmone e risolvere in tal modo la dispnea.

Prescrizione: Liu Jun Zi Tang con modifiche

Dangshen

Baizhu

Chenpi

Fuling

Banxia

Gancao

Houpo

Wuweizi

In questa prescrizione l'imperatore è dangshen, tonico di milza e polmone, sostenuto dal suo ministro baizhu che rinforza la milza ed asciuga l'umidità. Le altre erbe svolgono un ruolo tra loro complementare e sinergico: chenpi e banxia costituiscono la base della famosa decozione "er chen tang"

utile a trattare tan ed umidità, a loro volta banxia ed houpo drenano insieme l'umidità e drigono il qi di polmone verso il basso, chenpi e houpo sono legati dalla loro comune azione aromatica, capace di risvegliare le capacità di trasformazione della milza. L'azione tonica della ricetta, garantita dall'elevato dosaggio dei primi due rimedi, è rafforzata da wuweizi, rimedio astringente che rafforza il polmone ed il qi arrestando la sudorazione. Fu ling e gan cao agiscono moderandosi armoniosamente l'un l'altro: il primo filtra l'umidità e sostiene la milza nella sua attività di drenaggio dell'umidità, gancao invece oltre a tonificare milza e jiao medio umidifica in modo da moderare l'azione drenante di fu ling e dell'intera ricetta.

Agopuntura: Dingchuan (M-BW-1), 9LU [taiyuan], 36ST [zusanli], 6CV [qihai], 13BL [feishu], 20BL [pishu], 43BL [gaohuangshu]. Tutti i punti – eccetto dingchuan che viene disperso – sono da usare in tonificazione, eventualmente con ausilio di moxa specie se sia presente freddo vuoto. Fuori dalla crisi dispnoica è possibile moxare il punto 14GV [dazhui] per stimolare weiqi.

La principale indicazione di dingchuan è quella di calmare la dispnea con sibili [xiao].

9LU [taiyuan] è invece il principale punto di tonificazione del qi di polmone mentre 36ST [zusanli], pur essendo un punto di stomaco, è considerato il punto più potente per sostenere la milza e riattivarne le funzioni. L'azione dei due punti è sostenuta dai loro rispettivi punti beishu: 13BL [feishu] per il polmone, 20BL [pishu] per la milza.

6CV [qihai] tonifica il qi sostenendo e finalizzando l'azione dei punti precedenti, entra inoltre in sinergia con 9LU [taiyuan] dato che entrambi legano la loro azione all'attivazione di yuanqi, il qi originale. Completa il quadro dei punti utilizzabili 43BL [gaohuangshu] che sostiene i cinque organi e tratta il flegma a livello del polmone.

Alimentazione: nei quadri dispnoici caratterizzati da deficit è quanto mai utile associare una corretta alimentazione, poiché il cibo è di per sé stesso tonico e può contribuire notevolmente alla risoluzione del quadro. Questo consiglio vale in particolare per coloro che si nutrono malamente o poco, come accade in persone che seguono diete improprie o hanno atteggiamenti di tipo anoressico. In generale sono da limitare i cibi freddi in natura e temperatura, preferendo alimenti cotti da masticare lungamente. Sono da preferire cibi tonici di milza e tra questi cereali come riso, farro, avena, kamut, ma ancor di più miglio ed amaranto per la loro azione estesa al polmone. Tutte le carni ed i pesci sono utili nel sostenere il qi, ma si segnalano in particolare sogliole, ombrine ed in modo ancora più marcato la carne di rana, utilissima nelle dispnee associate a vuoto. Tra le verdure è indicato il non sempre reperibile yam (o igname), le patate, le carote, la zucca ed i cavoli in genere. Per sostenere il qi di polmone è infine sempre opportuno consumare miele, mandorle o pinoli, con l'avvertenza di assumerli in quantità moderata se sono presenti feci molli poiché tali alimenti possiedono proprietà emollienti anche a livello intestinale.

## DEFICIT DEL QI DI POLMONE E DELLO YIN

### **Fisiopatologia**

Un semplice deficit di qi di polmone rientra nel quadro precedente, tanto più considerando che un eventuale deficit di solo polmone si gioverebbe comunque di un sostegno alla milza, suo organo madre nel ciclo dei Cinque Elementi.

Il deficit associato di qi ed yin di polmone definisce invece una condizione diversa e cronica che deriva generalmente da altre patologie polmonari e dal conseguente associato uso od abuso di farmaci. Il quadro unisce in sé la situazione patogena che si crea per deficit di qi e quella dovuta a

carezza dello yin e dei liquidi.

I liquidi hanno una posizione di grande rilievo negli equilibri funzionali del polmone. Si è già sottolineata la stretta relazione esistente tra capacità diffusiva del polmone e funzione di discesa: se la diffusione dei liquidi è compromessa, spesso ne risente anche la discesa del qi di polmone con comparsa di dispnea. È ciò che accade allorché il flegma ostruisce il polmone, ma in modo differente anche una carezza di liquidi ed yin inficia le capacità di discesa del qi di polmone.

Nell'ambito dei cinque organi [zang] il polmone possiede caratteristiche quanto mai distintive poiché risiede nella parte più alta del corpo, è cavo e riceve il qi dell'aria. Le proprietà descritte sono tutti attributi dello yang, compensati e bilanciati dalla presenza dello yin e dei liquidi, essenziali nel consentire un equilibrio interno all'organo e con esso l'espletamento regolare delle sue funzioni fisiologiche. Nell'inspirazione, sotto forma di vapore (liquidi), è eliminato il qi torbido [zhuoqi] veicolato al polmone dai meridiani e dai vasi di tutto il corpo. I liquidi partecipano dunque in modo profondo all'equilibrio del polmone e dell'atto respiratorio, compromettendone l'efficacia sia nell'essere in eccesso che in difetto. In entrambi i casi compare tosse, espressione di un qi a ritroso [qini] che esprime proprio la difficoltà del qi di polmone a discendere regolarmente.

Una simile condizione trae origine o si associa spesso a deficit dello yin di rene, organo con cui il polmone contrae un rapporto quanto mai serrato.

## **Sintomi**

Dispnea, respirazione ansante, respiro corto che insorgono facilmente dopo attività fisica ed affaticamento, tosse debole generalmente senza espettorato o con produzione limitata di

muco, voce debole, riluttanza al parlare, sudorazione spontanea ed al minimo sforzo, astenia, tendenza a contrarre facilmente raffreddamenti o patologie infettive, bocca asciutta, gola secca, i pomelli sono arrossati. La lingua è asciutta, talora roseo pallido o appena rossa, con patina poco presente. Il polso è senza forza [wuli] e fine [xi].

### **Analisi dei sintomi**

Analogamente al quadro precedente il polmone in deficit non riesce a far discendere il qi con comparsa di dispnea e respiro corto specie dopo attività fisica ed affaticamento, condizioni nelle quali il qi è stato consumato e risulta quindi ulteriormente carente. Sono sempre espressione La tosse debole, la voce senza forza, la riluttanza al parlare sono tutti sintomi correlabili al deficit del qi, come d'altra parte la sudorazione spontanea e la facilità a contrarre raffreddamenti, dovuta al mancato consolidamento della parte esterna del corpo [biao] e della energia di difesa [weiqi].

Bocca e gola secche sono da ricondurre alla mancata umidificazione da parte dei liquidi, anch'essi carenti. Il qi di polmone – per il deficit ed il disequilibrio profondo a carico dello yin – fatica a discendere, inoltre la stessa aria inspirata risulta irritante in assenza di un'opportuna umidificazione e per questo compare una tosse stizzosa e secca espressione di un qi [qini] che invece di discendere tende a risalire disturbando la normale funzione respiratoria. Come si è affermato la tosse è secca, solo raramente è presente muco ma in tal caso è quanto mai scarso, difficilmente espettorabile. Il disequilibrio a carico dello yin induce un calore vuoto nel polmone, condizione denunciata dal calore ai pomelli del viso, zona fisiologicamente correlata a questo organo ed alle sue disfunzioni.

La lingua è sempre asciutta, come espressione della lesione dei liquidi e dello yin, ma il suo colore può apparire pallido a causa del deficit del qi oppure roseo per il sovrapporsi di

calore vuoto che tende ad arrossare la lingua. Il polso è senza forza [wuli] per il deficit del qi, fine [xi] perché i liquidi sono lesi e non possono riempire adeguatamente il vaso. Se il calore è intenso il polso può talora essere anche rapido [shuo].

## **Trattamento**

Il trattamento mira a tonificare il qi e lo yin di polmone, al fine di ripristinare la discesa, regolarizzare il respiro e sedare la dispnea. È sempre utile sostenere anche lo yin di rene, azione obbligata qualora coesistano segni e sintomi specifici.

Prescrizione: Sheng Mai San associata a Xie Bai San

Renshen

Maimendong

Wuweizi

Sangbaipi

Digupi

Zhigancao

L'imperatore della ricetta è il ginseng [renshen] capace di tonificare potentemente il qi ed al tempo stesso di generare i liquidi organici carenti. Quando il qi è forte i pori sono controllati ed i liquidi non vengono dispersi attraverso la sudorazione. Il ministro della ricetta è maimendong che nutre lo yin ed umidifica il polmone. Tra gli aiutanti wuweizi agisce come astringente trattenendo e dunque frenando la perdita di qi e liquidi, sangbaipi drena il calore e regolarizza il respiro calmando la dispnea, mentre digupi purifica il calore vuoto. L'ambasciatore zhigancao protegge lo stomaco dalla natura fredda degli altri rimedi ed armonizza la formula. Se coesiste deficit di rene yin è opportuno associare

tianmendong ed yinyanghuo.

Agopuntura: Dingchuan (M-BW-1), 9LU [taiyuan], 5LU [chize], 6KI [zhaohai], 13BL [feishu], 43BL [gaohuangshu]. Tutti i punti – eccetto dingchuan che viene disperso – sono da usare in tonificazione.

La principale indicazione di dingchuan è come sempre quella di calmare la dispnea con sibili [xiao].

9LU [taiyuan] è il principale punto di tonificazione del qi di polmone mentre 5LU [chize] favorisce la discesa del qi di polmone e ne tratta il qi ribelle [qini] purificando al tempo stesso il calore dal polmone e proteggendone in tal modo i liquidi. In sinergia con quest'ultimo punto ed al fine di nutrire lo yin è possibile associare 6KI [zhaohai] che nutre i reni e purifica il calore vuoto oppure 7KI [fuliu] come punto per tonificare lo yin dell'intero organismo e sostenere così attraverso un punto generale l'azione specifica di 5LU. L'azione di tonificazione del polmone è completata dall'uso del punto beishu 13BL [feishu] e da 43BL [gaohuangshu] che sostiene il qi e lo yin dei cinque organi purificandone il calore.

Alimentazione: sono indicati i cibi precedentemente citati a proposito del deficit di polmone e milza, cui è necessario associare alimenti capaci di sostenere lo yin e generare liquidi come miele, malto, zucchero in piccole quantità, frutta ed in particolare albicocche, mele, pere, pesche, mora di rovo, agrumi in genere, arachidi, mandorle, alcuni funghi come la tremella e l'orecchio di Giuda, i germogli di bambù. Possono essere associati in quantità moderata alimenti freschi che collaborano a purificare il calore dal polmone, ma l'obiettivo primario è la tonificazione del qi ed il nutrire lo yin.

Sono invece da proscrivere cibi e bevande diuretici o disseccanti, specie se di natura riscaldante come ad esempio

caffè, alcool, spezie, cipolla, ginepro.

In presenza di deficit associato dello yin di rene è opportuno consumare spesso piccole quantità di carne di maiale o piccione, molluschi, soia nera, semi di sesamo neri, uva, mora di gelso, ribes nero, ciliegie.

## DEFICIT DI RENE E POLMONE

### **Fisiopatologia**

Un adagio della medicina cinese afferma “l’asma da eccesso sta nei polmoni, mentre l’asma da deficit sta nei reni”. L’affermazione decisa in realtà non nega altre possibili origini dell’asma da deficit ma indubbiamente sottolinea con decisione la relazione privilegiata che lega polmone e rene nel determinismo di questo disturbo.

Come è noto il rene riveste un ruolo estremamente significativo nella respirazione in quanto ha il compito di “afferrare il qi” del polmone. La discesa del qi di polmone è un processo attivo che dipende dal polmone, ma l’atto respiratorio si compie completamente solo allorquando il qi di rene lo afferra, termine che fa ben comprendere come anche il rene abbia una funzione attiva e non solo di accoglienza passiva. La respirazione nella sua fase inalatoria ha lo scopo di introdurre nel corpo lo yang puro dell’aria che attraverso il polmone viene trasportato al rene che lo afferra ed immagazzina per renderlo disponibile alla attività metabolica dell’organismo. Il rene yang riceve continuamente yang attraverso la respirazione, tappa essenziale allo sviluppo ed alla attività dello yangqi del corpo intero.

Tornando ai movimenti fisiologici dell’energia, il qi di polmone scende, mentre il qi di rene sale: la respirazione trova regolarità e compimento dal loro incontro attivo. Se il qi di rene è debole il qi di polmone non si ancora in basso e

refluisce verso l'alto accumulandosi nel torace con comparsa di dispnea ed asma.

Quando il qi di rene è debole altri fattori possono partecipare al determinismo dell'asma o a complicarla. Il rene è infatti implicato nel metabolismo dei liquidi, è la sorgente dei fluidi e questi possono accumularsi nel polmone sotto forma di flegma [tan] qualora siano in misura superiore alla capacità metabolica e trasformativa della milza. Lo yang del rene è inoltre basilare nella formazione del qi corretto [zhengqi] e di quello di difesa [weiqi] e la loro carenza implica una vulnerabilità del polmone nei confronti degli agenti patogeni esterni che aggredendolo possono provocare asma e dispnea.

Riassumendo, in questo quadro da deficit l'aspetto fondamentale della dispnea è legato alla mancata comunicazione tra rene e polmone ed in particolare alla mancata ricezione del qi da parte del rene, al tempo stesso però la flessione del rene può attivare anche ad altri meccanismi patogeni che conducono a forme dispnoiche da eccesso. Accade in tal modo che la sola flessione energetica del rene possa essere la causa primaria e fondamentale di un'asma da deficit che si complica periodicamente con crisi dispnoiche da eccesso per accumulo di flegma nei polmoni o per aggressione ed invasione di patogeni esterni.

La flessione del qi di rene è precipuamente legata ad una debolezza dello yang di rene, ma non è possibile scindere il rene in due parti totalmente distinte se non in modo teorico e didattico: lo yang trae origine dallo yin e viceversa, tanto che la lesione di una componente suggerisce comunque la partecipazione o l'instabilità dell'altra.

La relazione tra polmone e rene all'interno del ciclo dei Cinque Elementi è particolarmente serrata essendo il Metallo-polmone madre dell'Acqua-rene. In base alle leggi che regolano le attività dei Cinque Elementi la madre nutre il proprio

elemento figlio e lo sostiene, ma se il polmone è in deficit non riuscirà a sostenere adeguatamente il rene che nel tempo si indebolirà; se ad essere in deficit fosse primariamente il rene, questo sottrarrà nel tempo troppa energia al polmone indebolendolo. Le loro relazioni funzionali già esaminate confermano tale attitudine ad una influenza vicendevole, tanto che alla fine si compone un quadro unico, in cui entrambi gli organi partecipano alla disfunzione respiratoria.

## **Sintomi**

Dispnea cronica con fase inspiratoria più critica, peggioramento della dispnea a seguito i sforzi o attività sessuale, sudorazione spontanea, facilità a contrarre raffreddamenti, svogliatezza, apatia, freddolosità, estremità fredde, lombalgia ed astenia lombare, ginocchia deboli e facilmente dolenti, alterazione della minzione con nicturia o poliuria o con minzioni scarse se presente edema. La lingua appare gonfia e pallida, umida, con patina biancastra. Il polso è debole [ruò], talora lento [chi] e senza radice.

## **Analisi dei sintomi**

La sintomatologia si compone di disturbi direttamente originati dal rene e da altri causati dalla progressiva flessione del qi di polmone.

La respirazione è difficoltosa, specie nella fase inspiratoria poiché essa non può compiersi a causa della mancata salita del rene ad afferrare il qi di polmone che sta scendendo. Nel tempo il polmone stesso si indebolirà e così anche la discesa del suo qi risulterà alterata con una dispnea ancor più pronunciata. La dispnea peggiora allorquando il qi di rene è indebolito perchè utilizzato e consumato in altre attività, in primis quella sessuale. A flettere è principalmente lo yang di rene e per questo la persona è freddolosa, ha le estremità fredde, esprime la sua diminuita vitalità con astenia ed apatia. Il deficit di rene determina anche un alterato

metabolismo dei liquidi che, non adeguatamente trasformati e vaporizzati dallo yang carente, ristagnano in vescica generando poliuria oppure debordano con comparsa di edema. Alla notte il qi di rene non riesce a trattenere compiutamente le urine e per questo compare nicturia. I reni governano la regione lombare ed esprimono il loro vigore alle ginocchia: tali strutture, non adeguatamente riscaldate e supportate dal qi e dallo yang di rene, si indeboliscono, non sostengono adeguatamente il corpo, sono talora fredde, stanche e dolenti. Il rene partecipa alla formazione dell'energia corretta [zhengqi] ed una sua carenza energetica determina una maggiore esposizione del corpo agli agenti patogeni esterni, cosa ulteriormente accentuata nel momento in cui partecipa al processo anche il polmone attraverso una progressiva flessione del suo qi: è per questo che fanno la loro comparsa la sudorazione spontanea e la facilità a contrarre raffreddamenti.

La non trasformazione dei liquidi ed il loro successivo ristagno trovano espressione sulla lingua che appare gonfia, umida, patinosa; il freddo interno e la carenza del qi la rendono pallida e conferiscono alla patina una colorazione chiara, biancastra. Il polso è senza forza perché il qi è debole; è profondo perché lo yang non riscalda il corpo e non muove adeguatamente il qi che fatica a superficializzarsi; è fine poiché i liquidi si accumulano e schiacciano il polso già vuoto di qi: è questa la complessa origine del polso debole [ruò] che è un polso complesso caratterizzato appunto dall'essere profondo, fine e senza forza. Quando la flessione dello yang è consistente il polso può anche diventare lento [chi] a causa di un ambiente corporeo non riscladato e dinamizzato. La radice del polso è ai piedi ed è espressione della vitalità renale ma, essendo questa in deficit, il polso appare senza radice.

## **Trattamento**

È necessario tonificare qi e yang di rene al fine di attivarne

la salita e consentire così l'afferramento del qi di polmone. La terapia deve poi essere completata da un sostegno più ampio al qi dell'organismo ed alla energia difensiva [weiqi].

Prescrizione: Jin Gui Shen Qi Wan con modifiche

Shudihuang

Shanyao

Shanzhuyu

Mudanpi

Zexie

Fuling

Fuzi

Guizhi

Hutaoren

Xingren

L'imperatore della ricetta è shudihuang, rimedio che nutre lo yin ed i reni. Quando lo yin è ben nutrito si evitano inaridimento e secchezza, ma al tempo stesso uno yin ricco è la base per poter poi generare lo yang. I ministri shanyao e shanzhuyu rafforzano il jing, il qi ed il sangue mentre fuzi e guizhi riscaldano il composto ed attivano lo yang e la sua generazione dallo yin, oltre a potenziare il metabolismo dei liquidi. Gli assistenti fuling, e zexie drenano i liquidi in eccesso mentre mudanpi evita l'eccitarsi del fuoco di fegato. La formula è completata dalla aggiunta di tusizi, hutaoren e xingren: i primi due rimedi potenziano l'azione tonica sul rene, gli ultimi due agiscono in modo complementare e sinergico poiché mentre hutaoren facilita la salita del qi di rene, xingren stimola la discesa del qi di polmone. In

presenza di muco abbondante o di altri sintomi rilevanti possono essere associati altri rimedi alla ricetta.

Se si associa un deficit di qi di polmone evidente ed importante è preferibile usare Ren Shen Ge Jie San

Agopuntura: 3KI [taixi], 4CV [guanyuan], 6CV [qihai], 9LU [taiyuan], 13BL [feishu], 23BL [shenshu]. Tutti i punti sono da usare in tonificazione e moxa.

3KI [taixi] punto shu del meridiano penetra all'interno e tonifica il rene giovando al tempo stesso al polmone ed al qi. Come tutti i punti citati è utilizzato in tonificazione e moxa per attivare lo yang ed è sostenuto in tale azione da 4CV [guanyuan] e 6CV [qihai] che fortificano i reni e ne sostengono il qi. L'azione di questi punti trova la sua finalizzazione in 9LU [taiyuan] che deve essere moxato in modo delicato: la sua stimolazione tonifica il polmone e ne facilita la discesa del qi. I punti beishu di polmone e rene rafforzano in modo sostanziale l'azione tonica esercitata dai punti precedentemente descritti.

Alimentazione: in questo quadro caratterizzato da deficit e dalla presenza di freddo vuoto è molto importante evitare l'assunzione di cibi freddi in temperatura e natura, come ad esempio germogli, lumache, carne di cavallo, cetrioli, cicoria, boraggine, salsa di soia, yoghurt, ecc. È anche opportuno limitare l'apporto di alimenti dolci, di latticini e frutta per non facilitare un accumulo di liquidi in una condizione già precaria riguardo al loro metabolismo. Sono invece da preferire cibi cotti e di natura riscaldante, specie quelli che possiedono una azione tonica sul rene come la quinoa, le carni di ovini e cervidi, piccioni e passeri, i reni di animali, gamberi, gamberetti ed aragoste, spezie come cannella e chiodo di garofano, porri, pistacchi ed in modo indicatissimo nell'asma noci e pinoli.

## L'ASMA

Tutto quello che è stato sinora descritto è riferibile in modo appropriato alla dispnea.

L'asma è una particolare tipologia di dispnea che può costruirsi su uno dei disequilibri citati, ma più spesso nasce dal loro continuo ricombinarsi.

In Europa la forma di asma più diffusa riconosce una genesi allergica. Si è affermato nella parte introduttiva che ogni sostanza è potenzialmente allergenica e diviene tale allorché il corpo non riesce a mantenerla esterna a sé o a trasformarla in modo tale da renderla ben assimilabile. Gli organi preposti a tale compito sono proprio i tre organi che sono implicati nella genesi della dispnea da deficit: il polmone, la milza, i reni. L'aspetto maggiormente rilevante è legato alla attività della energia di difesa [weiqi] che deve mantenere esterni al corpo i sottili fattori patogeni stagionali: weiqi è una energia connessa in primis al polmone che la distribuisce e governa, ma è attivata dal rene yang e nella sua formazione partecipano sia il rene che indirettamente la milza. A mio avviso l'incremento delle vaccinazioni, la loro esecuzione in condizioni talora di non perfetta salute, il loro essere somministrate ad una età in cui il sistema immunitario è fortemente immaturo facilita fortemente una debolezza del rene ed una alterazione della energia difensiva [weiqi].

In ogni modo, un buon equilibrio dei tre organi (polmone, rene, milza) risulta fondamentale per non sviluppare un'asma di natura allergica o di altra origine.

La maggior parte delle forme asmatiche ha la propria radice nel deficit poiché è questo ad esporre il corpo ad una serie di conseguenze potenzialmente dispnoiche come:

Ø flessione delle difese per deficit di weiqi con vulnerabilità agli agenti patogeni esterni siano essi cosmici o allergici (deficit di polmone-rene)

Ø alterato metabolismo dei liquidi con facilitata produzione di flegma ed impedimento alla discesa del qi di polmone (deficit di rene-milza)

Ø facilitata ribellione [wu] del fegato nei confronti di un polmone debole con inversione del flusso del qi (deficit di polmone)

Ø difficoltosa discesa del qi di polmone (deficit di polmone)

Ø inefficiente salita del qi di rene che non afferra né ancora il qi di polmone con suo accumulo nel torace (deficit di rene)

Un deficit dello yin e dei liquidi, causato dal protrarsi di patologie polmonari o per cause iatrogene, può infine interferire creando un quadro in cui la secchezza del sistema respiratorio facilita l'insorgenza di movimenti ribelli e contrari del qi [qini] che a loro volta facilitano l'asma specie in concomitanza con un deficit di qi di polmone dove già esiste una diminuita forza discendente.

L'asma dunque si costruisce e fonda sul deficit, anche se la crisi asmatica intensa appare allorquando si sovrappongono fattori patogeni capaci di determinare uno stato di eccesso, come il vento freddo, il vento calore, il flegma, l'iperattività di fegato. Si può riempire solo ciò che è vuoto e dunque tali sovrapposizioni caratterizzate da eccesso sono possibili e facilitate a causa dello stato di deficit. Chi soffre di asma attraversa così fasi apparentemente silenti legate al deficit e fasi di acuzie correlate a fattori patogeni che si innestano e si generano sul deficit.

Nel tempo il flegma non è del tutto eliminato e si accumula sotto forma latente (specie nei fumatori) creando un blocco

sottile e scarsamente avvertito ma che assume rilievo e si riacutizza appena si creano condizioni facilitanti alla sua espressività, come accade con clima umido o freddo, oppure dopo aver assunto cibi troppo umidificanti.

Alla fine si instaura un circolo vizioso in cui il protrarsi della malattia e l'uso dei farmaci tendono nel tempo ad indebolire ulteriormente il sistema, aggiungendo potenzialità lesive sullo yin. La lesione dello yin facilita la condensazione del flegma. A causa di tutti questi fattori in gioco la maggior parte dei soggetti colpiti da asma peggiorano nel tempo il proprio stato.

Esiste una via di uscita? La medicina occidentale cura solo l'aspetto dispnoico, ma quello che tende a cronicizzare la malattia è lo stato di deficit sottostante. Non basta trattare la crisi, è necessario instaurare un trattamento articolato che tenga conto dei tanti fattori in causa. Ancora una volta la medicina cinese può essere di grande aiuto alla persona per ritrovare equilibrio e benessere ma non si tratta qui di usare una formula o uno schema, è necessario invece di volta in volta comprendere i fattori patogeni e le disfunzioni in atto in modo da utilizzare i diversi quadri descritti e le diverse terapie concatenandoli armoniosamente l'uno all'altro.

## L'ASMA NEL BAMBINO

Il bambino non è un piccolo adulto, poiché il suo corpo e la sua fisiologia possiedono aspetti peculiari non sovrapponibili a quelli della persona matura. Conseguentemente anche le malattie assumono nel bambino aspetti e caratteristiche differenti rispetto all'adulto. È ciò che accade anche per l'asma.

Nel bambino gli organi sono quanto mai delicati ed immaturi,

specie il rene, la milza ed il polmone cioè gli organi direttamente responsabili dei meccanismi capaci di indurre asma:

Ø il qi del rene è continuamente consumato per le necessità dello sviluppo mentale e corporeo del bambino, tanto da apparire costantemente deficitario;

Ø il bambino necessita, specie nel primo anno di vita, di una alimentazione specifica poiché la sua milza è ancora debole ed immatura, incapace di trasformare i cibi ingeriti e trasportarne le essenze, tanto da soffrire spesso di diarrea o patologie catarrali;

Ø il polmone è quanto mai vulnerabile e la weiqi non consolidata, per questo il bambino è particolarmente esposto ai patogeni esterni.

D'altra parte tutto l'equilibrio del bambino è spostato verso lo yang e per questo è molto vitale, si muove continuamente, cresce a ritmi elevati, rapidamente si ammala e rapidamente guarisce anche con cure minime, in corso di malattia si hanno rapide trasformazioni tra pieno e vuoto o freddo e calore anche se in generale il bambino è portato a sviluppare calore. In tale contesto gli organi yang, cioè fegato e cuore, sono iperattivi con tendenza alla tachicardia ed alla salita del fuoco di fegato (con vento e rigurgiti). Allo stesso tempo il fuoco di fegato determina un eccessivo dominio su una milza debole ed immatura, che per questo tarda ad compiere pienamente ed efficacemente le sue funzioni fisiologiche con facilità a contrarre patologie caratterizzate da flegma.

Vi sono poi diversi fattori predisponenti da considerare, tanto più importanti quanto maggiore è la loro associazione e presenza contemporanea:

Ø Vaccinazioni – Le vaccinazioni sono generalmente effettuate in primissima età, quando il sistema immunitario è ancora troppo poco sviluppato. A mio avviso esse creano confusione ed

alterazioni nella reattività del sistema immunitario con facilitazione allo sviluppo di allergie. La situazione peggiora se la vaccinazione viene effettuata in uno stato di non perfetta salute del bambino, specie se presenta qualche rialzo febbrile. Inoltre non tutti i vaccini sono innocui in quanto contengono sostanze conservanti assai tossiche (tra queste il mercurio).

Ø Troppa televisione e poco movimento – Il bambino tende a sviluppare calore, specie di fegato. Dovrebbe liberare questo eccesso naturale attraverso il movimento (i muscoli e tendini sono correlati al fegato/Legno) e non restando seduto alla TV, situazione in cui riceve luce, dunque energia, attraverso gli occhi. Gli occhi sono collegati al fegato e la prolungata esposizione a TV o video eccita ulteriormente il fuoco di fegato.

Ø Alimentazione – I bambini di oggi mangiano troppi cibi dolci e legati alla industria alimentare. I cibi industriali non hanno jing, inoltre contengono costantemente zucchero e latte, prodotti che tendono ad appesantire il lavoro di unamilza ancora debole con conseguente produzione di flegma

Ø Medicinali – Nel trattamento degli eczemi infantili spesso sono usati corticosteroidi. In questo modo l'umidità che il corpo faceva "uscire" attraverso la cute resta all'interno e si accumula nei polmoni (polmoni e pelle sono correlati ed appartengono allo stesso sistema energetico: il Metallo). L'uso e l'abuso di antibiotici porta poi a sviluppare nel bambino un calore interno ancora maggiore ed un indebolimento della milza: ad un migliormaneto temporaneo segue nel tempo una recidiva dei disturbi ed una tendenza ad avere sempre più facilmente patologie respiratorie con flegma.

Ø Traumi emotivi – Il bambino ha bisogno di essere amato e protetto, accudito, rassicurato. Condizioni di mancata affettuosità o di eccessiva durezza negli atteggiamenti genitoriali o climi familiari instabili caratterizzati da

litigi o separazioni creano nel bambino un consumo del qi ed un suo blocco nel torace con impedimento alla diffusione del qi di polmone e dispnea.

Ø alterata postura: attualmente non si presta troppa attenzione alla postura, ma spesso i bambini si trovano seduti nei banchi e nei divani in posizioni che comprimono il loro torace

I quadri clinici legati all'asma non si discostano da quelli esaminati nell'adulto.

Le fasi acute sono causate nel bambino da vento freddo o vento calore.

Tali eventi aggressivi possono aver luogo perché esiste al fondo una situazione di deficit, altrimenti i fattori patogeni esterni non potrebbero entrare. Se c'è poca energia nel corpo, i meridiani sono vuoti e possono essere invasi dai patogeni esterni; se invece i meridiani sono pieni di energia nessun patogeno potrà entrare poiché si può riempire solo ciò che è vuoto.

I quadri da vento freddo e vento calore sono sintomatologicamente sovrapponibili per caratteristiche a quelli descritti nell'adulto.

I principi di trattamento non differiscono da quelli segnalati precedentemente per l'adulto.

Nel trattamento con agopuntura è necessario però non lasciare l'ago in sede, oppure stimolare il punto con altre metodiche (tuina, laserterapia, cromopuntura). Usando agopuntura, nel bambino, specie se piccolo, l'ago va inserito e tolto. Si usano aghi di diametro particolarmente sottile ed è bene avere una attenzione all'equilibrio yin/yang della terapia usando un

numero di punti identici sullo yin e sullo yang (ad esempio 2 punti in alto e 2 in basso; 2 punti su meridiani yin, due su meridiani yang).

A livello di terapia farmacologica si preferiscono invece formule ed erbe meno aggressive, proprio in rispetto della diversa costituzione del bambino.

Nel quadro da aggressione di vento freddo è usata la formula Xiaoqinglong tang

Mahuang

Guizhi

Fabanxia

(xixin)

ganjiang

wuweizi

In questa formula Mahuang e Guizhi liberano l'esterno dal freddo attraverso un meccanismo diaforetico. Ma Huang insieme a Fabanxia e Wuweizi regola la discesa del qi di polmone. Wuweizi è astringente e dunque regola e mitiga l'effetto diaforetico del binomio Mahuang-Guizhi. Ganjiang riscalda il polmone insieme a banxi, rimedio che aiuta a trasformare umidità trattenuta e flegma. Xixin può non essere usato.

Nel quadro da aggressione di vento calore si usa Dingchuan tang

Sangbaipi

Huangqin

Fabanxia

Mahuang

Xingren

Suzi

Kuandonghua

Gancao

Nella formulazione sangbaipi e huangqin purificano il calore dal polmone. Mahuang libera l'esterno e possiede anche una azione di regolarizzazione nella discesa del qi di polmone insieme a xingrene e suzi. Fabanxia e kuandonghua collaborano al ristabilimento dei flussi di discesa del polmone e trasformano umidità e flegma.

Nella fase di remissione è importante sostenere i tre organi legati alla patogenesi dell'asma, in primis naturalmente il polmone.

In tal caso si utilizza una formulazione complessiva che espleta la sua azione su tutti e tre gli organi coinvolti nel processo asmatico-dispnoico e cioè milza, rene e polmone. La formula di riferimento è il Liujunzi tang insieme allo Yuping feng san

Renshen

Baizhu

Fuling

Chenpi

Fabanxia

Gancao

Huangqi

Fangfeng

(guizhi)

Renshen tonifica fortemente rene, milza e polmone. La sua azione su milza e polmone è sostenuta da altri due tonici come baizhu e huangqi. Il binomio chenpi + banxia costituisce l'Erchen tang e serve a trasformare umidità e flegma interni, con l'aiuto di fuling che filtra l'umidità drenandola attraverso le urine (diuretico). Fangfeng libera moderatamente l'esterno con azione diaforetica (in questo la sua azione se necessario può essere rafforzata dall'uso di guizhi).

I bambini non assumono volentieri erbe, salvo alcune eccezioni. Se non sono in tenera età possono essere somministrate loro delle compresse, dato che i rimedi citati sono disponibili anche in tale forma. In Cina esistono sciroppi adeguatamente aromatizzati e di semplice assunzione, ma in Italia non se ne ha disponibilità anche perché il mercato è ancora di "nicchia". Al momento attuale non vi è ancora una legislazione europea chiara, ma la tendenza è di ridurre la disponibilità di prodotti preconfezionati. Resta dunque la possibilità di fornire la formula in erbe o estratti secchi, ma la loro gradevolezza è scarsa e sono pochi i bambini che gradiscono questa forma di somministrazione, anche se per facilitarne l'assunzione si usano espedienti diversi come l'uso abbondante di miele che è tra l'altro un ottimo tonico di milza e polmone capace peraltro di trasformare il flegma.