Il riscaldamento dei punti di agopuntura nella prevenzione delle patologie respiratorie ricorrenti in età pediatrica

Lucio Sotte*

La prevenzione delle patologie respiratorie ricorrenti dell'età pediatrica può essere effettuata attraverso due tecniche "dolci" che sono assai frequentemente utilizzate in Cina perché particolarmente efficaci e contemporaneamente assai gradite al bambino.

Si tratta della moxibustione indiretta che consiste nel riscaldamento tramite la combustione di moxa e del massaggio dei punti di agopuntura.

La moxibustione è il metodo attraverso il quale la moxa secca (confezionata sotto forma di grossi sigari con la parte aerea dell'*Artemisia vulgaris* essiccata e triturrata, con l'aggiunta o meno di altre erbe medicinali) viene bruciata al di sopra della cute in corrispondenza dei punti di agopuntura.

Il calore riscalda *qi* e sangue nei canali e diviene pertanto utile nel trattamento delle malattie e nel mantenimento della salute.

Talvolta la moxibustione risulta più efficace dell'agopuntura, mentre in altri casi le due metodiche hanno effetto sinergico. Nel capitolo VII del *Ling Shu* si afferma: "Quando gli aghi falliscono, la moxibustione è appropriata".

Il termine moxa deriva dalla parola giapponese *moe kusa*, che significa «erba che brucia». L'uso dell'*Artemisia vulgaris* come principale sostanza di combustione risale al tardo

periodo *Zhou* (inizio VII sec. a.C.); questa pianta è diffusissima anche nel nostro territorio e assai spesso si possono vedere dei cespugli di artemisia in campagna ai borsi delle strade. L'artemisia viene raccolta all'inizio dell'estate, dopo che le foglie hanno sviluppato la loro caratteristica parte lanosa. Le foglie vengono fatte essiccare, stagionare e sono quindi schiacciate e setacciate, in modo da separare la lana dal resto delle foglie e dal gambo, che vengono scartati. La moxa di alta qualità, che dipende dall'età e dalla manifattura, ha un colore che varia dall'avorio al bianco ed è composta quasi interamente dalla lana delle foglie. La moxa grezza, di colore grigio o grigioverde, considerata di qualità inferiore per la maggiore quantità di particelle di foglie contenuta, viene utilizzata soprattutto per la moxibustione indiretta, procedimento in cui si brucia la moxa confezionata in sigari per riscaldare la pelle.

Azioni e tecniche di moxibustione

Trasmissione del calore ai canali

Il freddo e il calore variano il normale flusso del *qi* e del sangue; in particolare, il freddo rallenta il flusso o addirittura causa una stagnazione del *qi*. Il riscaldamento dei canali serve a promuovere la regolare circolazione di *qi* e sangue, attivandone il flusso.

Figura 1 Artemisia vulgaris

Azione contro le energie cosmopatogene e mantenimento della salute

Il trattamento di alcuni punti serve a prevenire le malattie epidemiche, la malaria e le pestilenze. Dai testi classici apprendiamo che, se una persona vuole essere sana, si deve applicare la moxa su ST-36 *zu san li* e, per vivere a lungo,

occorre riscaldare CV-4 *guan yuan*, CV-6 *qi hai*, CV-12 *zhong wan* e GV-4 *ming men*.

Dispersione del freddo e dell'umidità

La moxibustione tratta le patologie da umidità freddo e le malattie persistenti causate dalla penetrazione profonda del freddo patogeno.

Armonizzazione della circolazione di qi e sangue

Oltre ad attivare la circolazione, la moxibustione ha anche la funzione di far fluire il *qi* e il sangue verso l'alto o verso il basso. Ad esempio, nei prolassi e nelle diarree causate da deficit di *qi*, la moxa su GV-20 *baihui* può condurre lo yang *qi* verso l'alto.

Tonificazione dell'energia yang

Lo yang *qi* è fondamentale per l'organismo e la sua presenza è determinante per la durata della vita. La moxibustione lo rinforza e ne previene il collasso.

Moxibustione indiretta con sticks o sigari di moxa

La tecnica di moxibustione che viene utilizzata in questi piccoli pazienti viene definita "indiretta" e viene eseguita senza contatto della moxa con la cute, utilizzando i sigari o sticks di moxa che vengono accesi e successivamente avvicinati alla cute, alla distanza di 2-4 cm in modo che possano trasmettere il calore senza alcun disagio per il paziente. Questa tecnica è molto semplice e praticabile, non è assolutamente dolorosa ed anzi spesso assai piacevole.

Il sigaro o stick di moxa è realizzato con foglie di artemisia setacciate grossolanamente, spesso misturate ad altre erbe e arrotolate come un sigaro. Lo stick è maggiormente utilizzato perché di più facile impiego nelle tecniche di tonificazione, soprattutto nei bambini e negli anziani.

La moxibustione mediante stick fornisce un calore leggero, mobilizza *qi* e sangue localmente e tratta le sindromi *bi* da vento, freddo e umidità.

Le tecniche più tradizionali sono due.

Figura 2 Moxibustione circolare ed a becchettio

Moxibustione circolare

Si regge lo stick a una certa distanza dal punto da riscaldare e lo si muove lentamente con un movimento rotatorio, in modo da diffondere il calore sopra la zona interessata. È indicato per la tonificazione generale nelle malattie croniche e per le zone che soffrono la penetrazione di umidità-freddo patogeno.

Moxibustione a becchettio

Il metodo è così definito perché ricorda il passero che becca. Lo stick è mosso su e giù per 3-5 minuti in modo da aumentare la stimolazione termica, ottenendo la tonificazione della zona circostante l'ago. Il becchettio attenua la sensazione di calore locale e permette una sua penetrazione in profondità all'interno del punto di agopuntura

La moxibustione nel bambino con flogosi respiratorie ricorrenti

Principi di diagnostica

La moxibustione viene utilizzata quando il bambino presenta un quadro clinico di deficit di *qi* di polmone che si caratterizza perché le flogosi respiratorie ricorrenti sono accompagnate da alcuni sintomi patognomonici che sono:

- la sudorazione spontanea o al minimo sforzo,
- la sensibilità al freddo ed alle correnti d'aria,
- il pallore cutaneo accompagnato dall'eccessiva umidità della pelle a causa dell'iperidrosi,
- la sudorazione nella fase di addormentamento,
- l'astenia fisica e psichica.

Il medico troverà poi, nel corso della visita, che il piccolo paziente presenta una lingua pallida, umida, con patina bianca più o meno spessa, gonfia ed improntata ai bordi. La lingua assume queste caratteristiche perché il *qi* di polmone che è in deficit non è in grado di mobilitare adeguatamente i liquidi corporei che ristagnano nella parte alta del corpo provocando il gonfiore linguale che è di natura flaccida. La lingua gonfia batte contro l'arcata dentaria che la contiene e in questa maniera si determina la comparsa di impronte dentarie sui bordi. La lingua inoltre è pallida perché il *qi* carente non è in grado di mobilitare adeguatamente il sangue, umida per il ristagno di fluidi e patinosa a causa di questa stasi di liquidi che crea un accumulo eccessivo di umidità interna.

Il polso del piccolo paziente sarà vuoto soprattutto nella posizione del polmone che è quella del "pollice" di destra.

Principi di terapia

In queste condizioni occorre scegliere dei punti che tonifichino il *qi* di polmone sui quali effettuare quotidianamente il trattamento.

Il mio consiglio è quello di effettuare questa terapia preventiva d'estate per preparare il bambino ad una migliore risposta agli agenti patogeni che lo dovessero aggredire in autunno, in inverno ed in primavera. Inoltre d'estate è assai più semplice praticare questa metodica di terapia dal momento che l'abbigliamento assai leggero può essere tolto molto velocemente, il clima caldo impedisce che il bambino si raffreddi durante l'esecuzione della moxibustione e da ultimo si può eliminare più velocemente il fumo che deriva dalla combustione dell'artemisia praticandola all'aperto, su un terrazzo o comunque areando abbondantemente il locale che è stato utilizzato. Ciò non significa che questa metodica non possa essere effettuata durante la stagione fredda: in questo caso si dovrà scegliere il periodo successivo alla convalescenza dopo una flogosi respiratoria. L'unica avvertenza da utilizzare è quella di evitare la moxibustione quando il bambino è affetto da una flogosi respiratoria in fase acuta che si manifesta con segni di calore: è ovvio che la moxibustione vada evitata in corso di patologie acute da calore-fuoco soprattutto se febbrili.

All'inizio la moxibustione deve essere praticata in ambulatorio e sarà cura del personale paramedico di insegnare ai genitori del bambino o ai tutori che lo accompagnano come proseguire il trattamento a casa. Infatti uno dei pregi di questa terapia è che non è necessaria la presenza quotidiana del medico o dei suoi assistenti; la metodica può essere insegnata senza nessuna difficoltà ai genitori del bambino perché continuino la terapia a domicilio. In questo caso il medico traccerà con una matita dermografica una croce in corrispondenza dei punti di agopuntura da trattare e successivamente questa croce verrà ritracciata dopo ogni doccia facendo attenzione a che non si cancelli completamente

per poter continuare senza bisogno della mano del medico la moxibustione domiciliare.

I punti che generalmente utilizzo maggiormente sono:

- BL-13 *fei shu*
- CV-17 *tan zhong*
- LI-4 *he gu*
- LU-9 *tai yuan*.

BL-13 fei shu

Punto shu di Polmone

È il punto «*shu*» del dorso che agisce direttamente sul «Polmone».

Localizzazione

Sotto il BL-12, equidistante dalla linea mediana e dalla linea margino-scapolare, a 1.5 *cun* dallo spazio intervertebrale D3-D4, dove si trova GV-12 nella massa dei muscoli trapezio e romboide.

Caratteristiche

Punto *shu* del dorso ad azione diretta sul Polmone.

Azioni

- Tonifica il *qi* di Polmone.
- Muove il *qi* di Polmone e disostruisce lo *shen*.
- Nutre lo yin di Polmone e ne purifica il calore da

deficit.

- Purifica il fuoco in eccesso a livello polmonare.
- Dissolve i *tan* polmonari.
- Disostruisce il canale in sede locale.

Indicazioni cliniche

In combinazione con CV-17 *tan zhong*, è indicato nelle forme da deficit di *qi* di Polmone:

- astenia respiratoria con respiro «corto»;
- tosse e voce deboli;
- ipersudorazione da sforzo, pallore;
- facilità alle flogosi respiratorie.

LI-4 he gu

Riunione della valle

He, riunione, incrocio; *gu*, valle.

La denominazione del punto si riferisce alla sua localizzazione: è situato in una «valle» delimitata dalla «riunione» delle prime due ossa metacarpali.

Localizzazione

Sul dorso della mano, nell'angolo formato dalla convergenza del primo e secondo metacarpo, oppure all'unione della metà distale e prossimale di quest'ultimo, sul lato radiale.

Caratteristiche

Punto *yuan*-sorgente.

Azioni

- Rinforza il *qi* difensivo e stabilizza il *biao*,
- Come punto *yuan*, connesso al Polmone tramite il *luo* trasversale, contribuisce alla tonificazione del *qi*,
- Mobilizza il *qi* di Polmone stimolandone la discesa e la diffusione,
- Purifica il calore in generale, specie a livello del Polmone,
- Svolge funzione diaforetica,
- Muove il *qi* in tutto l'organismo con azione analgesica, sedativa e antidepressiva,
- Estingue il vento endogeno e apre gli orifizi,
- Disostruisce il canale, specie a livello facciale,
- Provoca il parto e favorisce l'espulsione del feto.

Indicazioni

In moxibustione, abbinato a GV-14 *da zhui*, è indicato per i quadri clinici da difettosa protezione della pelle e delle mucose respiratorie imputabile a deficit di *qi* di Polmone:

- frequenti flogosi respiratorie (rinofaringiti, anosmia, rinorrea, laringo-tracheiti, bronchiti);
- pallore, ipersudorazione da sforzo;

- facilità a contrarre forme reumatiche superficiali.

LU-9 tai yuan

Grande sorgente

Tai, grande, supremo; *yuan*, sorgente, abisso.

L'azione dei punti *shu-yuan* dei canali yin è «grande» per l'importanza delle azioni e la vastità delle indicazioni cliniche. Il termine «sorgente» si riferisce alle caratteristiche del punto: l'assorbimento di *yuan qi* dal profondo.

Caratteristiche

- Punto *shu*-torrente, corrispondente al Movimento

Terra.

- Punto *yuan*-sorgente.
- Punto *hui*-riunione, ad azione sistemica sui canali energetici.
- Punto di tonificazione.
- Punto d'inserzione del canale tendino-muscolare.

Azioni

- Tonifica il *qi* di Polmone.
- Nutre lo yin di Polmone e ne purifica il calore da deficit.
- Dissolve i *tan* polmonari.
- Disostruisce il canale in sede locale.

Indicazioni

In combinazione con BL-13 *fei shu* e CV-17 *tan zhong*, è prevalentemente utilizzabile nelle forme da deficit di *qi* di Polmone:

- astenia respiratoria con respiro «corto»;
- tosse e voce deboli;
- ipersudorazione da sforzo, pallore;
- facilità alle flogosi respiratorie.

CV-17 tan zhong

Centro del torace

Tan, area centrale del torace; *zhong*, centro.

Il punto è situato nel «centro» del «torace» e agisce sugli organi toracici.

Localizzazione

In corrispondenza dell'incrocio fra la linea mediana dello sterno e la mammillare trasversa, all'altezza del quarto spazio intercostale.

Caratteristiche

- Punto *mu* di *jiao* Superiore e di Pericardio.
- Punto *hui* del *qi*.
- Punto d'incontro dei canali principali di Cuore,

Pericardio e Triplo Riscaldatore, del *luo* longitudinale di Rene e del Grande *luo* di Stomaco.

Azioni

- Tonifica il *qi* di Polmone.
- Tonifica sia il *qi* sia lo *yáng* di Cuore e rinforza lo *shen*.
- Contribuisce a nutrire lo yin di Polmone.
- Muove il *qi* di Polmone.
- Elimina i *tan* accumulati a livello di Polmone e Cuore, chiarificando lo *shen*.
- Incrementa la lattazione.
- Disostruisce il torace.

Indicazioni

In tonificazione, associando preferibilmente la moxibustione, assieme a BL-13 *fei shu*, è indicato nella terapia del deficit di *qi* di Polmone: astenia respiratoria con respiro «corto», tosse e voce deboli, asma, ipersudorazione da sforzo, pallore, facilità alle flogosi respiratorie.

Assieme a BL-15 *xin shu* è utilizzabile per le sindromi da deficit di *qi* di Cuore: astenia mentale, depressione, sonno breve e di scarsa qualità, insonnia, pallore, carenza di memoria, palpitazioni, capogiri.