

Trattamento degli acufeni con l'agopuntura

Ming Niu* Glauco Cristofaro** Fu Bao Tian**

Abstract: È opinione comune che una pluralità di agenti patogeni differenti possano influire sulla patogenesi degli acufeni. Tuttavia nel presente lavoro solo due fattori vengono chiamati in causa, ossia *pieno-eccesso* e *vuoto-insufficienza*. In una situazione di *pieno* il disturbo può essere causato da un eccesso di fuoco nel cuore e nel fegato, stasi del sangue e stagnazione del *qi*, unione fuoco-catarro. Il trattamento avviene tramite dispersione del fuoco, riduzione del fuoco e scioglimento del catarro, sblocco della stasi del sangue. La situazione di *vuoto* è caratterizzata da un'insufficienza di *yin* nel rene e nel fegato, il trattamento mira a tonificare lo *yin* di questi due organi.

Parole Chiave: acufeni, agopuntura, testa-collo, otorinolaringoiatria, audiologia.

Gli acufeni sono la percezione di un suono simile ad un fischio o un ronzio in assenza di una sorgente sonora in corrispondenza o in prossimità del soggetto. Le statistiche otorinolaringologiche indicano che il 17-20% degli adulti soffrono di questo disturbo, la percentuale aumenta al 28% negli adulti oltre i 65 anni, raggiungendo l'85% in concomitanza con patologie auricolari. Il repertorio terapeutico della medicina occidentale non comprende interventi specifici per gli acufeni; tutt'oggi le terapie applicate, quali gli anticoagulanti e i sedativi, non hanno dato i risultati sperati.

Agopuntura

Prestando maggior attenzione alla ricerca dei meccanismi fisiopatologici che sottendono la sintomatologia, come anche lo stato globale dei meridiani, dei visceri e degli organi, attraverso una analisi dialettica è possibile mettere in atto una ricerca dinamica delle cause sotto riportate che permetta la scelta di opzioni terapeutiche adeguate.

Agopunti prossimali e distali lungo i meridiani connessi all'orecchio

Tra gli orecchi e i meridiani degli organi interni sussiste una diretta relazione, nel caso specifico gli orecchi sono gli orifizi esterni correlati ai reni. Secondo le teorie della MTC inerenti ai concetti di trasformazione e controllo dei cinque elementi, gli orecchi sono in relazione anche con gli altri organi interni, è rilevante notare che cinque dei dodici meridiani passano in prossimità dell'orecchio. I meridiani dell'orecchio sono i meridiani *shaoyang* e *yangming* della mano e del piede. Il meridiano del triplice riscaldatore (TB – *shaoyang* della mano) decorre dal dorso della mano terminando in prossimità dell'apice auricolare, anche il meridiano della vescica biliare (GB – *shaoyang* del piede) decorre nei pressi delle regioni apicale e mastoidea; il meridiano dell'intestino tenue (*taiyang* della mano – SI) decorre dal canto oculare interno verso la regione auricolare per poi proseguire anteriormente all'orecchio; il meridiano dello stomaco (ST-*yangming* del piede) decorre dalla regione auricolare superiore verso la guancia attraversandola.

Il trattamento con l'agopuntura può migliorare la circolazione sanguigna nell'orecchio, accelerando il flusso ematico [1]. Evidenze sperimentali hanno confermato che *yifeng* (TR-17) – come anche altri agopunti [2] – è in grado di attivare i nuclei della base quali il nucleo caudato (CN) e il nucleo del

lemnisco laterale (nLL), come anche strutture inferiori, quali il collicolo inferiore (IC) e il nucleo spinale del V n.c. (Sp5). In questo modo è possibile esercitare un'influenza sull'attività nervosa del sistema uditivo, in grado pertanto di inibire l'insorgenza degli acufeni. Secondo la teoria della medicina attuale, gli acufeni sono con molta probabilità causati da un'attività inappropriata del nucleo di Erdinger-Westphal (EW) [3], stimolati dall'attività del sistema nervoso centrale (in particolare dalla corteccia), causati da impulsi aberranti [4]. Queste sono funzioni che secondo la teoria dei cinque elementi della medicina tradizionale cinese appartengono al cuore, perciò è possibile utilizzare bilateralmente i punti *neiguan* (PC-6).

Diagnosi e scelta degli agopunti

Gli acufeni sono associati allo stato degli organi interni, e in particolare modo ai reni, fegato, stomaco e milza. Per quanto la loro eziologia possa apparire complessa, la patogenesi può essere ricondotta a due sole manifestazioni: un esordio acuto di elevata intensità in un ambiente di vita rumoroso associato a depressione emotiva o rabbia, questo può indicare un blocco della circolazione energetica (*qi*) a livello auricolare con ipoacusia, accompagnata dalla comparsa di un arrossamento della lingua ricoperta da una patina giallastra e da un polso veloce e a corda (*xian*). Sintomi comuni sono: ansia, rabbia ed insonnia, dovute ad un eccesso di fuoco nel fegato e nel cuore, oppure gli insiemi di vento-fuoco e catarro-fuoco, i quali colpiscono la testa quindi i pensieri; un esordio graduale in un ambiente di vita generalmente poco rumoroso e sereno associato a bassi livelli di energia, spossatezza, stanchezza, sonnolenza, sudorazione spontanea, lingua pallida e gonfia con impronta dei denti e polso fine (*xi*). Dunque, in caso di patologia da eccesso è consigliabile l'uso, fra gli altri, degli agopunti *hegu* (LI-4), *taichong* (LR-3), *fengfu* (GV-16), *neiguan* (PC-6), *quchi*

(LI-11), *fenglong* (ST-40), *neiting*

(ST-44). Tutti questi agopunti, come del resto altri, servono per disperdere l'eccesso di fuoco dal cuore e dal fegato, inoltre si utilizzano per liberarsi dal vento-calore e dal catarro e fuoco. In caso di patologia da insufficienza di *yin*, i punti *tianshu* (ST-25), *zusanli* (ST-36), *pishu* (BL-20), *shenshu* (BL-23), *sanyinjiao* (SP-6), *taixi* (KI-3) sono utilizzati per nutrire lo *yin* del rene, migliorando così la funzionalità della milza e dello stomaco.

Sintomi e scelta degli agopunti

Gli acufeni sono spesso accompagnati da insonnia, scarsa memoria, cefalea, visione offuscata, irritabilità, diatesi tromboembolica, quindi la scelta degli agopunti da utilizzare non dipende solo dai meccanismi sotto riportati ma anche dai sintomi associati con la malattia. Insonnia e perdita di memoria sono spesso trattati impiegando, fra gli altri, i punti *baihui* (GV-20), *shenting* (GV-24), *yintang* (EX) e *sishencong* (EX) per attenuare lo *yang* del fegato, riducendo in questo modo l'ottundimento sensoriale e la vista annebbiata. La cefalea può essere trattata con *baihui* (GV-20), *waiguan* (TB-5), *taiyang* (EX), *hegu* (LI-4), l'irritabilità può essere trattata con i punti *neiguan* (PC-6) e *shenmen* (HT-7), i quali agiscono come sedativi del sistema nervoso.

Aspetti tecnici, manipolazione degli aghi

De qi (Ottenere il *qi*. Con questo termine ci si riferisce alle sensazioni di dolore, pesantezza, intorpidimento e contrazione avvertite dal paziente durante l'agopressione, sintomi per cui la terapia sta avendo successo) è la parola che descrive il raggiungimento dell'efficacia terapeutica dell'agopuntura, perciò nel trattamento degli acufeni le

tecniche di manipolazione degli aghi sono estremamente importanti. È opportuno sottolineare che l'energia che viene impressa dal movimento di infissione dev'essere leggera ma decisa al tempo stesso, la morbidezza e la durezza si compenetrano e completano a vicenda, questo è necessario per eseguire correttamente l'infissione che deve avvenire nel punto giusto per far sì che il paziente percepisca solo la sensazione dell'ago e nessun altro tipo di dolore, raggiungendo così ottimi risultati. Durante l'agopuntura relativa a problematiche auricolari, la direzione e la profondità di infissione degli aghi sono di estrema importanza, inoltre devono essere coerenti con la massa corporea dei pazienti. Data la delicatezza delle strutture vicine, è da preferire la tecnica di rotazione sull'asse rispetto alla manipolazione con movimento sussultorio. La rotazione rapida dell'ago è la tecnica migliore e maggiormente usata in questo caso, poiché la sensazione dell'agopressione viene trasmessa direttamente all'interno dell'orecchio; l'impiego di agopunti distali aumenta le probabilità e l'efficacia del trattamento.

Tempistica dei trattamenti

Il medico rappresenta il "generale", la terapia il "comandante dell'esercito". Per saper cogliere l'attimo e conseguire la vittoria è necessario conoscere se stessi, ciò significa che è importantissimo comprendere lo sviluppo degli acufeni e le evidenze della malattia nel tempo, questo permette di pianificare un piano terapeutico coerente, aumentando in questo modo l'efficacia della terapia. Per gli acufeni che si verificano improvvisamente è opportuno eseguire in tempi brevi sia la diagnosi che il trattamento. Gli acufeni monolaterali richiedono comunque un trattamento bilaterale, da iniziarsi quanto più rapidamente possibile e protraendolo nel tempo senza interruzioni. Inoltre seguendo i concetti di fisiopatologia cinese è necessario prendere delle contromisure

preventive per evitare la recidività del disturbo.

Agopuntura e bioritmi – cronoagopuntura

Il fattore tempo gioca un ruolo determinante per l'esito terapeutico. Secondo i bioritmi naturali, durante il trascorrere dei mesi avvengono dei cambiamenti relativi allo *yin* e *yang* che interessano la natura e il corpo umano. Basandosi su questo concetto è possibile utilizzare i metodi *Zi wu liu zhu* e *Ling gui ba fa* in funzione del giorno dell'anno e dell'ora [5] per determinare il trattamento da utilizzare (tonificazione o dispersione), il quale servirà a ristabilire la sincronicità e

l'interdipendenza tra l'uomo e la natura, ristabilendo il corretto equilibrio dinamico di *yin* e *yang* nel corpo umano [6].

Presenza mentale del medico ed agopuntura

La cura delle malattie è un processo in cui intervengono in egual modo il corpo e la mente, perciò è importantissimo per i medici avere una mente riposata e calma senza tensioni nervose. Questo è il miglior modo per fare una diagnosi e, per chi si interessa di agopuntura e MTC, per prescrivere la giusta terapia. Inoltre l'agopuntura richiede ai pazienti collaborazione e focalizzazione mentale sulla loro guarigione, allontanando ogni tipo di pensiero fonte di distrazione. Durante il trattamento i medici dovrebbero allo stesso modo dei pazienti avere presenza mentale senza pensare ad altro all'infuori della cura e della guarigione, in questo modo l'effetto della terapia aumenta sensibilmente.

Terapia adiuvante – regime alimentare e stile di vita

Cattive abitudini alimentari specialmente con un elevato uso di spezie nella dieta, il fumo e un'eccessiva stimolazione localizzata (come ad esempio masticare gomma che aumenta i succhi gastrici) possono causare dei danni all'apparato auricolare ed avere come effetto l'insorgenza degli acufeni. Spezie, fumo, bevande e cibi troppo saporiti ed elaborati possono sovra stimolare gli organi del corpo umano causando un'eccessiva produzione di fuoco e calore endogeni, i quali possono risalire fino all'orecchio causando il disturbo. È molto importante avere delle abitudini alimentari corrette estendendo questo stile di vita salutare ad ogni aspetto della vita durante e dopo il periodo di cura. Durante la terapia di riduzione del calore e del vento (all'interno del corpo) è necessario aumentare il bilanciamento idrico mangiando verdure e alimenti freschi, e facilitare la circolazione del *qi* e del sangue con l'assunzione di alimenti *poveri* e *semplici*. Se l'alterazione è patogenetica e dovuta ad un attacco all'orecchio da parte di un insieme di catarro e fuoco, è indispensabile evitare l'uso di carne soprattutto quella di manzo e di agnello, poiché aiutano in particolar modo la produzione di catarro e fuoco. È buona regola mantenere la giusta alimentazione anche dopo la cura del disturbo, assumendo cibi leggeri, nutrienti e facilmente digeribili. Un buon suggerimento è quello di inserire nella dieta settimanale il riso, un alimento disintossicante e blandamente ipotensivo e diuretico che giova a molte patologie. Inoltre questo cereale sostiene le funzioni della milza e dello stomaco ed è corroborante in età avanzata.

La spossatezza e il deperimento psico-fisico, possono causare profonde alterazioni dello *yin* e dello *yang* nel sangue, anche questi sono fattori che possono causare gli acufeni. I rumori ambientali percepiti in maniera eccessiva e persino con dolore si riscontrano in particolar modo e frequentemente tra i braccianti e gli operai, ma a volte riguardano anche quegli impiegati esausti per il troppo lavoro.

I pazienti con queste caratteristiche dovrebbero vivere in luoghi tranquilli e silenziosi, fare spesso lunghe passeggiate nella quiete di un parco o all'aperto e respirare aria fresca e ben ossigenata, innescando in questo modo uno stato di piacevolezza e migliorando l'ossigenazione generale del corpo e del cervello, poiché, in ottica medica moderna, un adeguato apporto di ossigeno salvaguarda dall'ipossia delle cellule dell'orecchio interno e migliora le funzioni dei letti capillari [7].

Si tenga inoltre presente che il fegato e la vescica biliare sono quiescenti dalle ore 1 alle 3 del mattino, ossia "riposano", ciò significa che una prolungata veglia notturna danneggia questi organi, influenzando negativamente la qualità del sonno con incubi, ansia, insonnia, irritabilità, debolezza muscolare, pallore cutaneo e specialmente della pelle sottostante le unghie delle dita di mani e piedi, secchezza della cute del condotto e del padiglione auricolare con riduzione della secrezione di cerume, lacrimazione per esposizione al vento freddo, dolori lombari e gonalgia [8]. Pertanto è consigliato vivamente regolare le proprie giornate sulla necessità ed utilità del mantenimento dei naturali ritmi circadiani, seguendo uno stile di vita ordinato, svegliandosi presto al mattino e coricandosi presto alla sera, in questo modo si favorisce il recupero dello *yin* del rene, limitando in questo modo gli acufeni, il senso di ottundimento, la labilità di memoria e altri sintomi associati.

Consulenza medica e psicologica

Gli acufeni possono essere una conseguenza di emozioni eccessive, in particolar modo della rabbia o di una continua agitazione mentale, due tipologie di emozioni altamente patogene per le funzioni del fegato, milza e cuore. La rabbia repressa può danneggiare il fegato e causare un'insufficienza epatica: il *qi* si trasforma in fuoco che sale agli orifizi

auricolari danneggiandoli e provocando gli acufeni. Una continua agitazione mentale può danneggiare la milza alterandone le normali funzioni: lo *yang* non cresce e lo *yin* non può calare del tutto, quest'ultimo rimane costipato nelle orecchie causando atresia auricolare e acufeni. Per la MTC la milza è associata ai pensieri emotivi e il cuore alla gioia, quindi un eccesso di pensieri e agitazione mentale possono portare ad una deplezione ematica che causa gli acufeni, poiché l'insufficienza di sangue altera le funzioni degli organi interni.

Le alterazioni delle funzioni di milza e rene causate da una malattia cronica o di vecchia data, rendono difficilmente curabili la deplezione di sangue e le malattie nelle quali si presenta contemporaneamente espettorazione e catarro. Queste condizioni quando si trovano in un rapporto di collusione reciproca, creano un circolo vizioso che è molto difficile interrompere, ponendo una serie di difficoltà terapeutiche. Al contrario un circolo vizioso prodotto da alcuni dei sintomi aggregati più frequenti, come ansia, irritabilità ed insonnia, può essere facilmente interrotto, consigliando al paziente l'aiuto di una consulenza psicologica, la quale sicuramente favorirà un recupero molto più rapido.

Caso clinico

Paziente femmina di anni 41, arrivata in ambulatorio il 3 Marzo 2013 per acufeni bilaterali presenti da 10 giorni e acutizzati negli ultimi tre. Gli acufeni sono caratterizzati da un suono che incrementa fino ad un'intensità regolare, senza la tendenza a diminuire, accompagnate da una sensazione di ostruzione auricolare, ipoacusia, insonnia, irritabilità, difficoltà a deglutire, disagio al fianco destro, bruciore della mucosa orale al risveglio, lingua rossa con superficie ricoperta da una patina sottile e giallastra, polso a corda e leggermente accelerato. L'esame otoscopico del canale

auricolare destro ha mostrato una membrana timpanica integra e assenza di rilievi patologici. La prova audiometrica ha rilevato una ipoacusia di tipo misto all'orecchio destro.

MTC, diagnosi:

Fuoco nel fegato che attacca l'orecchio, con stagnazione di *qi* e stasi di sangue negli orifizi auricolari. Il trattamento con agopuntura si è basato su tre agopunti antistanti l'orecchio *ermen* (TB-21), *tinggong* (SI-19) e *tinghui* (GB-2); sul punto *yifeng* (TB-17) nascosto dal lobo auricolare; sui punti retrostanti l'orecchio *qimai* (TB-18), *luxi* (TB-19), *jiaosun* (TB-20), *fubai* (GB-10), *touqiaoyin* (GB-11), *wangu* (GB-12) e infine sui punti *zhongzu* (TB-3), *yemen* (TB-2), *baihui* (GV-20), *taiyang* (EX), *fengchi* (GB-20), *taichong* (LR-3), *waiguan* (TB-05), *hegu* (LI-4).

È importante ricordarsi di chiedere sempre al paziente di aprire la bocca prima dell'infissione nei tre agopunti antistanti l'orecchio. L'infissione deve essere verticale con una profondità di 20 mm, senza manipolazione rotatoria e a maggior ragione sussultoria. L'agopressione dei punti *neiguan* e *zhongzu* per raggiungere un adeguato livello di *qi* deve arrivare a 15 mm di profondità, gli altri punti ad una profondità di 20 mm.

Le sessioni di agopuntura del presente caso hanno avuto cadenza settimanale, ogni martedì e giovedì pomeriggio. Dopo tre sessioni la paziente ha avvertito un miglioramento della sensazione di ostruzione auricolare e gli acufeni si sono trasformati lentamente da un suono costante ad un effetto simile ad una folata di vento. Anche i disturbi del sonno hanno mostrato un netto miglioramento. La guarigione completa è stata raggiunta dopo dieci sedute.

Conclusione

Il presente lavoro vuole mettere in luce il ruolo e l'importanza delle più recenti acquisizioni della patofisiologia e dell'anatomia patologica moderna combinate alla tradizione medica cinese, al fine di comprendere in maniera più ampia gli acufeni e le loro cause, ponendo l'accento sulla scelta, l'impiego e la combinazione di agopunti locali e distali, alcuni consoni alla diagnosi, altri sintomatici. In questo modo è possibile trattare i sintomi e il disagio del paziente ma, al tempo stesso, curare la causa degli acufeni prevenendone la recidività. Inoltre è di estrema importanza porre l'accento sul verso e la profondità dell'infissione, nonché sulle relazioni che uniscono l'efficacia con la cadenza temporale del trattamento.

L'agopuntura aumenta la propria efficacia se combinata ad uno stile di vita e alimentazione salutari e, nel caso ci fosse bisogno, con i benefici derivati da una consulenza psicologica o da altre possibili terapie.

Bibliografia

[1] Zhang Xiaozhe. *Ricerca comparativa clinica sul trattamento degli acufeni con l'elettro-agopuntura*[J]. *Agopuntura e moxibustione cinese*, 2002,22 (2): 91-92.

[2] Du Guoliang. *Percorsi neurali di trasmissione del segnale dagli agopunti yifeng e fengchi ai collicoli inferiori nella soppressione degli acufeni* [D]. 2009, 43-44.

[3] Oertel D, Giovane ED. *What's a cerebellar circuit doing in the auditory system?* [J]. *TrendsNeurosc*, 2004, 27 (2):104-110.

[4] Simpson JJ, Davies WE. *A review of evidence in support of a role for 5-HT in the perception of tinnitus* [J]. *HearRes*, 2000,45 (1-2): 1-7.

[5] He Xiaoying. *Recensione e situazione sullo sviluppo delle*

tecniche terapeutiche e tempistiche dell'agopuntura [J]. Gansu Medicina Tradizionale Cinese, 2005,18 (8) :30-31.

[6] Fu Baotian. *Bioritmi e cronoagopuntura* [M] UniversItalia Roma, Novembre 2012.

[7] Zhang Cuiyan, Wang Yin. *Trattamento con l'agopuntura di trenta casi di acufeni nervosi*. [J] Rivista di Clinica dell'Agopuntura, 2005, 21 (3): 8.

[8] Gu Shunming. *Argomentazione sulla tempistica di preservazione degli organi interni* [J]. Medicina Tradizionale Cinese, 2012,27 (12) :2565-2567.

Email: dr.baotian.fu.m.d@gmail.com