

Armonizzare il fegato in primavera: xiao yao san la polvere del “girandolone”

Lucio Sotte*

In questo articolo presento un famoso fitofarmaco cinese che ha circa 1000 anni di storia e di sperimentazione clinica alle sue spalle. Si tratta della ricetta xiao yao san che viene utilizzata per “armonizzare fegato e milza-pancreas”. La prima parte dell’articolo è dedicata a presentare il farmaco come viene descritto nella tradizione medica cinese. Alla fine presento una sorta di “traduzione biomedica occidentale” delle sue indicazioni ed applicazioni, oltreché i risultati della ricerca clinico sperimentale.

La tecnica terapeutica dell’armonizzazione consiste nel regolare ed equilibrare le funzioni di differenti organi e visceri; il termine cinese esprime anche l’idea del collegamento e della mediazione tra le varie funzioni degli organi e visceri.

Secondo la medicina tradizionale cinese i campi di applicazione dei farmaci armonizzanti sono quattro:

- l’armonizzazione del Livello energetico shao yang;
- l’armonizzazione delle funzioni di Fegato e Milza-Pancreas;
- l’armonizzazione di Stomaco e Intestino;
- l’armonizzazione nei casi di malaria.

Armonizzare lo shao yang significa agire terapeuticamente sulla sindrome di questo Livello energetico; si tratta della patologia del Livello cerniera tra tai yang e yang ming, del Livello che collega l’esterno tai yang con l’interno yang

ming. I farmaci che si applicano a questa sindrome si indirizzano anche alle patologie della colecisti, in particolare a quelle caratterizzate da segni di calore e calore-umidità, che tuttavia sono generate

da un difetto della circolazione energetica del

viscere. In alcuni casi la tecnica dell'armonizzazione è supportata da quella della purgazione: ciò accade quando si vogliono trattare sindromi miste shao yang-yang ming.

Armonizzare Fegato e Milza-Pancreas equivale a

favorire i normali fenomeni di inibizione del Legno

sulla Terra e trattare, in particolare, i fenomeni di superinibizione, sia quelli causati da un eccesso reale del Legno, sia quelli determinati da un eccesso relativo, collegato a un deficit reale di Milza-Pancreas. La regola di armonizzare Fegato e Milza-Pancreas viene utilizzata anche nella sindrome jue yin, che si presenta con segni di squilibrio Legno-Terra e di calore interno.

Armonizzare significa, inoltre, disostruire il ristagno di qi di Fegato, che si manifesta con la distensione ipocondriaca, gastrica, con alterazioni psichiche come la collera, il risentimento, e con alterazioni del ciclo mestruale.

Armonizzare Stomaco e Intestino significa promuovere le funzioni di questi due visceri, che possono essere alterate per motivi flogistici di origine batterica e parassitaria e per un'eccessiva superinibizione del Fegato sullo Stomaco e controinibizione del Fegato sull'Intestino Crasso.

L'armonizzazione si utilizza anche nei casi di malaria, sia perché questa patologia colpisce a fondo il Fegato e la Milza-Pancreas, sia perché si manifesta con un andamento febbrile simile a quello delle sindromi shao yang e jue yin, cioè con l'alternarsi del caldo e del freddo.

Le ricette che armonizzano Fegato e Milza-Pancreas

Tre sono le ricette appartenenti a questa sottocategoria che vengono più utilizzate in clinica.

– Xiao yao san (Polvere del girandolone): sindrome

da stasi di qi di Fegato, deficit di sangue e disarmonia tra Fegato e Milza-Pancreas.

– Si ni san (Polvere per i quattro arti freddi): sindrome del Livello energetico jue yin con stasi di qi di Fegato; sindrome da stasi di qi di Fegato con calore interno ed estremità fredde.

– Chai hu shu gan tang (Decotto di Bupleurum per rilassare il Fegato): sindrome da stasi di qi e di sangue di Fegato.

Esaminiamo ora la ricetta alla quale dedichiamo questo articolo.

Xiao yao san – Polvere del girandolone

– chai hu radix Bupleuri 12

– bai shao yao radix Paeoniae albae 9-12

– dang gui radix Angelicae sinensis 9-12

– bai zhu rhizoma Atractylodis 12

macrocephalae

– fu ling sclerotium Poriae 12-15

– gan cao radix Glycyrrhizae 6

– sheng jiang rhizoma Zingiberis recens 1-3

– bo he herba Menthae 1-3

I dosaggi dei farmaci sono in grammi secondo la formulazione antica con cui si effettuava il decotto. Vanno ovviamente tradotti in percentuale per poter prescrivere secondo una ricetta magistrale.

Origine

Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang o “Formulario della Grazia Imperiale dell’Era Tai Ping”. Si tratta di un volume edito nel 1107 d.C. cioè più di 900 anni or sono.

Preparazione

Decuocere gli ingredienti in acqua; terminata la decozione, assumere il filtrato in 3 dosi giornaliere.

Bo he (herba Menthae) va aggiunto al decotto soltanto negli ultimi 5 minuti di decozione.

Il testo originale prescrive di macinare gli ingredienti e di assumere 6-9 g della polvere così ottenuta con 6 g di sheng jiang (rhizoma Zingiberis recens) tostato e 3 g di bo he (herba Menthae).

Attualmente si utilizzano delle patent medicine con la formula in compresse oppure degli estratti secchi dei rimedi citati prescritti sotto forma di formula magistrale.

Azioni

Armonizza Fegato e Milza-Pancreas, libera la stasi di qi di Fegato, nutre il sangue e tonifica il qi.

Indicazioni

Sindrome da stasi di qi di Fegato, deficit di sangue e disarmonia tra Fegato e Milza-Pancreas.

Sintomatologia

- Ansia, frustrazione, depressione, tensione emotiva, cattivo umore;
- talora cefalea e vertigini;
- anoressia, difficoltà di digestione, nausea;
- talora sensazione di nodo in gola;
- oppressione o ansia faringea e toracica;
- sensazione di tensione o distensione ipocondriaca e costale laterale, talora ipocondralgia;
- astenia;
- gola e bocca secche;
- oppressione toracica e desiderio di sospirare;
- rigurgiti acidi, eruttazioni, vomito;
- bocca amara;
- irregolarità mestruali, sindrome premestruale;
- distensione mammaria premestruale;
- dismenorrea, tensione e irritabilità;
- lingua generalmente normale, oppure pallida con sfumatura rossa;
- polso a corda xian, soprattutto alla barriera di sinistra e leggermente in deficit.

Eziopatogenesi

Si tratta di un'ostruzione del qi di Fegato complicata dalla presenza di deficit di sangue di Fegato e Milza-Pancreas e dalla superinibizione che il qi stagnante di Fegato esercita sul Movimento Terra e sul suo organo.

Oltre ai segni della stasi di qi di Fegato (dolori lungo il canale di Fegato, distensione ipocondriaca e mammaria), osserviamo segni di deficit delle funzioni digestive correlati a Milza-Pancreas e sintomi da deficit di sangue: bocca secca, astenia, lingua leggermente pallida, polso in deficit, anoressia, nausea, vertigini.

Applicazioni

È molto interessante soffermarsi sulle indicazioni in biomedicina di questa formula: nevrastenia, mastopatia fibrocistica, epatite cronica, gastrite cronica, ulcera peptica, irregolarità mestruali, sindrome menopausale, dismenorrea e algomenorrea, sindrome premestruale, cefalea, atrofia del nervo ottico, retinite.

Si tratta apparentemente di indicazioni assai differenti le une dalle altre che però, dal punto di vista medico cinese sono caratterizzate tutte da una stasi di qi di Fegato e da un deficit di Milza-Pancreas.

Analisi della formula

Questa prescrizione può essere considerata una modifica di si ni san con una sottrazione,

zhi shi (fructus Aurantii immaturus), e molte aggiunte.

Chai hu (radix Bupleuri) è l'imperatore, deputato

ad alleviare la stasi energetica di Fegato.

Abbiamo poi quattro ministri. Due di questi, bai

shao yao (radix Paeoniae albae) e dang gui (radix Angelicae sinensis), sono tonici del sangue che agiscono efficacemente nei deficit di sangue di Fegato; bai shao yao, inoltre, nutre lo yin di Fegato, è indicato nei disturbi mestruali e possiede azione spasmolitica e analgesica; è particolarmente utilizzato per trattare gli spasmi e i dolori addominali da stasi; tratta

ancora le

cefalee e le vertigini da risalita di yang di Fegato.

Altri due ministri, fu ling (sclerotium Poriae) e bai

zhu (rhizoma Atractylodis macrocephalae), sono deputati a tonificare il qi, ma soprattutto la Milza-Pancreas, e a promuovere le sue funzioni di trasporto e trasformazione.

Gan cao (radix Glycyrrhizae), il consigliere, tonifica la Milza-Pancreas e tratta, in associazione con bai shao yao, i dolori addominali.

Sheng jiang (rhizoma Zingiberis recens) armonizza lo Stomaco e previene la nausea e il vomito, mentre bo he (herba Menthae) sblocca la stasi di Fegato e, essendo un farmaco fresco, previene i segni di eventuale calore generato dall'ostruzione.

È interessante fare un paragone tra questa ricetta

e altre due formule con azione di disostruzione del qi di Fegato: si ni san (Polvere per i quattro arti freddi) e yi guan jian (Decotto che collega). Si ni san appartiene alla categoria dei farmaci armonizzanti, come xiao yao san, mentre yi guan jian è inserito tra le ricette toniche dello yin. Tutte e tre le prescrizioni trattano l'ostruzione del Fegato; tuttavia, si ni san si utilizza nei casi

più gravi in cui l'ipocondralgia si associa a estremità fredde a causa dell'incapacità del qi ostruito di circolare e di raggiungerle. Xiao yao san è una ricetta meno potente e più adatta a trattare le forme di ostruzione energetica del Fegato che insorgono come complicanza

di disturbi emotivi e di disarmonie tra Fegato e

Milza-Pancreas, e che si manifestano con astenia,

sonnolenza, anoressia. Yi guan jian tratta le ostruzioni che

si associano a segni di deficit di yin ed eccesso di fuoco, con compromissione del Polmone e dello Stomaco.

Ricette derivate

Xiao yao san può essere considerata una ricetta derivata da si ni san, dalla quale si differenzia per il suo maggior effetto tonico sul Riscaldatore Medio.

A sua volta è ricetta madre per altre prescrizioni;

ne esaminiamo due assai famose.

1. Hei xiao yao san – Polvere nera del girandolone

Si ottiene con l'aggiunta di shu di huang (radix Rehmanniae) o sheng di huang (radix Rehmanniae praeparata).

La ricetta promuove la dispersione del qi stagnante

di Fegato, nutre il sangue ed è indicata nelle

ostruzioni energetiche epatiche combinate con deficit di sangue, che si manifestano con dolori addominali prima della mestruazione, lingua pallida, polso a corda xian e debole ruo.

2. Dan zhi xiao yao san – Polvere del girandolone

con Peonia suffruticosa e Gardenia

Si ottiene con l'aggiunta di mu dan pi (cortex Paeoniae suffruticosae) e zhi zi (fructus Gardeniae). La ricetta disperde la stasi di qi di Fegato, purifica il calore e nutre il sangue; è indicata nei casi di stasi di Fegato combinati a deficit di sangue e presenza di calore, che si manifestano con iperpiressia, cefalea, congestione congiuntivale.

Modifiche

In caso di epatite cronica, completare la prescrizione con qian cao gen (radix Rubiae) 6-9 g, hai piao xiao (os Sepiae

seu Sepiellae) 4.5-12 g e dang shen (radix Codonopsis)

3-9 g.

Se compaiono dolori correlabili anche a stasi di

sangue, aggiungere san leng (rhizoma Sparganii) 3-9 g, mu dan pi (cortex Moutan radice) 6-12 g e yu jin (tuber Curcumae) 4.5-9 g.

In caso di mastopatia fibrocistica, aggiungere wang

bu liu xing (semen Vaccariae) 3-9 g, ji xue teng (caulis Spatholobi) 9-15 g, dan shen (radix Salviae miltiorrhizae) 6-15 g, xiang fu (rhizoma Cyperi) 4.5-12 g, ed eliminare gan cao (radix Glycyrrhizae).

Ricerca clinica biomedica

La ricerca scientifica ha studiato vari effetti di questa ricetta.

Nell'animale da esperimento è stato evidenziato un effetto analgesico ed antiepilettico, inoltre è stato dimostrato un potente effetto epatoprotettivo nei danni epatici indotti da tetracloride di carbonio con riduzione dei livelli delle transaminasi e promozione della rigenerazione cellulare.

Alcuni studi hanno dimostrato anche un effetto endocrino su utero ed ovaie che viene annullato dall'asportazione degli organi genitali femminili.

Inoltre sono stati dimostrati nell'animale da esperimento effetti di promozione della secrezione gastrica e di rilassamento della muscolatura liscia intestinale nel ratto.

La formula è stata inoltre utilizzata sperimentalmente nel trattamento della schizofrenia, della psicosi, della depressione, della neurosi, della sindrome premestruale, della

algomenorrea, del colon irritabile, dell'anoressia, iperlipemia ed atrofia del nervo ottico.

Bibliografia

Sotte L., ABCina Firoterapia Cinese, www.ilmiolibro.it, 2014

SotteL., Muccioli M., e altri, Farmacologia Cinese, CEA edizioni, Milano 2012