

Sognando con gli occhi a mandorla: i rimedi sedativi della medicina cinese

Lucio Sotte* Emanuela Naticchi**

Introduzione

I disturbi dello psichismo e, conseguentemente, quelli del sonno, si manifestano come conseguenza di molteplici patologie e di complessi squilibri generali; ciò dipende dal fatto che l'uomo è un'unità energetica e dunque un'unità psicosomatica. Si può anzi affermare che ogni malattia abbia un suo risvolto, più o meno evidente, sul mentale. Esistono delle malattie in cui il fenomeno organico è assai evidente e quello psichico quasi irrilevante. Generalmente accade il contrario: le modificazioni del mentale rappresentano l'aspetto sintomatologico emergente, mentre quelle organiche non vengono alla luce che con un'indagine molto approfondita o dopo un lungo lasso di tempo. Spesso accade che modesti disturbi del sonno, iniziali sintomatologie ansiose o depressive o, semplicemente, delle quasi inavvertibili modificazioni dell'umore o del carattere possano essere il campanello di allarme di altre, più importanti, malattie. La medicina cinese insegna, in armonia con i dettami di altre medicine di origine orientale, come quella tibetana e l'ayurvedica, che esiste un rapporto assai stretto tra alcuni organi, visceri e alcuni sistemi energetici dell'uomo e lo "*shen*" l'energia mentale. Occorre definire con precisione che cosa sia lo *shen* perché in Occidente si è molto equivocato a questo proposito.

Il termine cinese *shen* è stato tradotto con "energia mentale" e molti autori hanno pensato che, di conseguenza, corrispondesse all'intelligenza ed alla capacità di razionalità dell'uomo. In realtà l'intelletto appartiene allo *shen*, ma non

lo definisce completamente.

Lo *shen* è un insieme complesso di dati che possono essere sintetizzati in quattro punti; esso è: – ciò che permette all'individuo di prendere coscienza della propria esistenza;

– ciò che assicura la forza di coesione delle varie parti del nostro organismo, delle nostre cellule; – ciò che permette la vita; la vita esiste in forza dello *shen*, la morte e la decomposizione del corpo sono la conseguenza della sua scomparsa;

– ciò che permette di situare ogni individuo nell'ambito spazio-temporale suo caratteristico. Allo *shen* è assegnato un triplice compito assai complesso.

In primo luogo percepire, assimilare, comprendere, leggere, decodificare tutte le informazioni che vengono dall'ambiente esterno, gli inputs ambientali. Parafrasando, in medicina occidentale, diremmo che questo compito è svolto da quella parte del sistema nervoso che ha il ruolo di recepire, trasmettere e decodificare ogni tipo di informazione che arriva seguendo un percorso centripeto: recettori periferici di sensibilità intero ed esteroceettiva, fibre nervose centripete, fasci ascendenti del midollo spinale, formazione reticolare e nuclei della base.

In secondo luogo filtrare e modulare gli inputs,! a partire dalla propria memoria operativa, dando risposte automatiche: sistemi di cancellazione degli inputs che non superano i filtri soglia, automatismi vegetativi,! outputs automatici viscerosomatici, ormonali ecc.

Da ultimo trattare e lavorare le informazioni interne ed esterne ormai purificate nei precedenti circuiti e caricarle di significato, sulla base delle individuali caratteristiche istintive ed affettive, secondo il proprio temperamento, per farle giungere a livello di coscienza e poter poi procedere con delle risposte integrate tipiche del proprio

comportamento: outputs integrati immediati e ritardati. La vita dell'uomo è quindi un insieme di risposte, in parte automatiche ed in parte coscienti, date dall'organismo all'apporto conoscitivo prodotto da un complesso sistema di ricezione di informazioni interne ed esterne. Lo *shen* è l'insieme dei sistemi di percezione di inputs e di quelli di trasmissione ed elaborazione con produzione di outputs automatici e integrati a livello di coscienza. La salute consiste nella capacità dell'uomo di controllare, nei suoi aspetti automatici e coscienti, il proprio organismo. La malattia nasce quando si perde questa capacità di integrare l'interno con l'esterno e le funzioni dei vari tessuti, organi, visceri ed apparati tra loro, come succede! ad esempio nella patogenesi dei fenomeni auto- immunitari. È per i motivi sopra descritti che confondere lo *shen* con la sola capacità di ragionamento dell'uomo significa equivocare un aspetto del tutto particolare con una totalità ben più complessa. La fisiologia energetica cinese comprende inoltre una serie assai complessa di aspetti. – il rapporto con gli altri due "tesori", cioè il *qi* ed

il *jing*, – il rapporto con il sangue che lo contiene e radica, – il rapporto con i cinque organi correlati ai

cinque movimenti ed in particolare con il cuore, – infine il suo rapporto con lo yin e lo yang. Il cuore controlla, nella fisioenergetica cinese, attraverso lo *shen*, varie facoltà mentali ed in particolare: l'attività mentale intesa come raziocinio e dunque come pensiero, elaborazione, memorizzazione, ma anche come emotività ed affettività, inoltre controlla lo stato di coscienza ed il sonno.

Se il *qi* del cuore è corretto, l'attività mentale è equilibrata, il pensiero è ben organizzato, la sfera affettiva è bilanciata, le emozioni sono ben controllate, lo stato di coscienza è chiaro, il sonno è riposante. La capacità di raziocinio, di memorizzazione, di elaborazione sono in rapporto con il cuore e possono essere regolate agendo su

quest'organo.

!

I farmaci che agiscono sullo shen

In base a quanto affermato, moltissimi farmaci della medicina tradizionale cinese trattano i disturbi dello shen o "mentali", cioè le patologie con componente psichica che, a seconda dell'origine della malattia, possono essere collegate a molteplici momenti eziopatogenetici.

Questi farmaci appartengono perciò a varie categorie:

- *!!i rimedi che purificano il calore e sciolgono i veleni*, cioè le tossine, si rivolgono alle patologie dell'energia mentale "*shen*" correlate alle gravi malattie febbrili o alle alterazioni tossinfettive delle malattie epidemiche, ad esempio gli stati di delirio in corso di gravi iperpiressie;

- *! i rimedi che promuovono la circolazione del sangue* trattano i disturbi dello "*shen*" che sono in relazione con i patologie cerebrovascolari, ad esempio le turbe mentali in corso di cefalee con componente vascolare, quelle di origine aterosclerotica e le vasculopatie senili;

- *!i rimedi tonici* sono in grado di affrontare quei quadri psichici che caratterizzano alcuni terreni costituzionali: il paziente depresso per il deficit dell'energia del polmone e della milza, il paziente ansioso per il deficit dello yin del rene e del cuore, il paziente agitato per un incipiente stato anemico; - *i rimedi che disostruiscono gli orifizi dell'estremità cefalica* trattano le alterazioni mentali causate dai gravi incidenti cerebrovascolari, dagli stati tossinfettivi in fase avanzata e le patologie mentali di origine epilettica, i cosiddetti disturbi indotti dal "vento". Esiste poi una categoria di farmaci indirizzati prioritariamente al trattamento delle patologie dello "*shen*": "*i farmaci che calmano lo shen*". Tali rimedi sono paragonabili

ai farmaci ansiolitici e sedativi della medicina occidentale e sono suddivisi in due ulteriori sottocategorie:

– i rimedi sedativo-tonici – i rimedi sedativi pesanti. Essi si rivolgono alle patologie psichiche che possono essere suddivise in due sottocategorie: le patologie psichiche da deficit e le patologie psichiche da eccesso. Questi quadri patologici sono correlati prevalentemente a turbe del fegato e del cuore ed in minor misura coinvolgono il rene e milza-pancreas. *I rimedi sedativo-tonici* si rivolgono soprattutto alle forme da deficit dello yin e del sangue del cuore e del fegato: tali quadri sindromici si esprimono con irritabilità, palpitazioni, insonnia. Questi farmaci associano ad una azione tonica dello yin e del sangue un effetto sedativo ed ansiolitico. *I rimedi sedativi (con metalli) pesanti* si indirizzano al trattamento delle patologie mentali di tipo “eccesso”. In questo caso la sintomatologia è dominata da segni di pienezza come: agitazione, comportamento maniacale, delirio verbale. ! **I rimedi sedativi pesanti Ossa fossili** denominazione cinese: long gu denominazione farmaceutica: os draconis meridiani destinatari: cuore, fegato, rene, grosso intestino sapore e natura: dolce, astringente, neutro dosaggio: 15-30 g azioni e indicazioni: – !!!!!!!!!!!!! *ansiolitico, sedativo, tranquillante, calma lo shen*: insonnia, palpitazioni, agitazione; – !!!!!!!!!!!!! *pacifica il fegato e ne sottomette lo yang*: sindromi da deficit di yin di fegato con liberazione dello yang, ipertensione arteriosa; – !!!!!!!!!!!!! *astringente nelle perdite di liquidi da deficit organico*: sudorazione notturna e diurna, poliuria, leucorrea, metrorragie; – !!!!!!!!!!!!! *uso topico*: per favorire la guarigione di ferite.

Ostrica!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! denominazione cinese: mu li denominazione farmaceutica: concha Ostreae denominazione zoologica: Ostrea gigas, Ostrea rivularis, Ostrea talienwhanensis meridiani destinatari: fegato, rene sapore e natura: salato, astringente, freddo dosaggio: 9-30 g azioni e

indicazioni: – !!!!!!!!!!! *calma lo shen*: insonnia, palpitazioni, ansia; – !!!!!!!!!!! *benefica lo yin e sottomette lo yang*: sindromi da deficit di yin e liberazione dello yang come insonnia, palpitazioni, vertigini, cefalea, acufeni, ipertensione, nevralgia; – !!!!!!!!!!! *astrigente*: nelle sudorazioni diurne e notturne, spermatorrea, leucorrea, meno-metrorragia da deficit, nelle sudorazioni della sindrome delle “ossa fumanti” e nella fase di convalescenza delle patologie febbrili; – !!!!!!!!!!! *tratta gli indurimenti e dissipa i noduli*: gozzo, linfadenopatie laterocervicali, epatosplenomegalia; – !!!!!!!!!!! *antiacido gastrico*: ulcera gastro-duodenale. ! **Perla** denominazione cinese: zhen zhu denominazione farmaceutica: Margarita denominazione botanica: Pteria margaritifera,

Pteria martensii meridiani destinatari: cuore, fegato sapore e natura: dolce, salato, freddo dosaggio: 0.3-0.9 azioni e indicazioni: – !!!!!!!!!!! *calma il cuore ed esercita azione antispastica*: convulsioni, palpitazioni, facilità alla collera ed all'angoscia; – !!!!!!!!!!! *sottomette lo yang del fegato*: ipertensione, tensione emotiva; – !!!!!!!!!!! *illumina la vista*: cataratta, emeralopia; – !!!!!!!!!!! *promuove la guarigione delle ferite*. ! **Fluorite** denominazione cinese: zi shi ying denominazione farmaceutica: Fluoritum meridiani destinatari: cuore, fegato sapore e natura: dolce, tiepido dosaggio: 6-15 azioni e indicazioni: – !!!!!!!!!!! *calma lo shen, tratta lo stato di allarme*: patologie da deficit del sangue del cuore e da liberazione dello yang del fegato; – !!!!!!!!!!! *riscalda il polmone e promuove la discesa del qi*: patologie respiratorie da freddo e deficit! con tosse, asma, espettorato abbondante;

– !!!!!!!!!!! *riscalda l'utero*: meno-metrorragie, sterilità da sindrome da utero freddo o da deficit dell'energia uterina. !

Ambra

denominazione cinese: hu po denominazione farmaceutica: Succinum

meridiani destinatari: cuore, fegato, intestino tenue, vescica
sapore e natura: dolce, neutro dosaggio: 0.9-1.8

azioni e indicazioni: – !!!!!!!! *calma lo shen*: utile anche nelle epilessie e negli stati convulsivi del bambino; – !!!!!!!! *diuretico*: ritenzione urinaria; – !!!!!!!! *promuove la circolazione del sangue e ne elimina i ristagni*: amenorrea, masse addominali algiche; – !!!!!!!! *cicatrizante, antiedemigeno*. ! **Ematite!!!** denominazione cinese: dai zhe shi denominazione farmaceutica: Haematitum meridiani destinatari: fegato, stomaco, polmone sapore e natura: amaro, freddo dosaggio: 9-30 azioni e indicazioni: – !!!!!!!! *sottomette fortemente il qi ribelle*: rigurgito, vomito, asma; – !!!!!!!! *pacifica il fegato e sottomette lo yang*: cefalea, vertigini, acufeni; – !!!!!!!! *emostatico, promuove la discesa del sangue*: epistassi, ematemesi, emorragie da calore nel sangue. ! **I rimedi sedativi-tonici Giuggiola** denominazione cinese: suan zao ren denominazione farmaceutica: semen Ziziphi spinosae denominazione botanica: Ziziphus jujuba var. spinosa, semen meridiani destinatari: cuore, milza, fegato, vescicola biliare sapore e natura: dolce, acido, neutro dosaggio: 9-18 azioni e indicazioni: – !!!!!!!! *nutre il fegato ed il cuore e calma lo shen*: disturbi psichici da deficit di yin e di sangue; – !!!!!!!! *anidrotico*: nelle sudorazioni diurne e notturne. ! **Biota** denominazione cinese: bai zi ren denominazione farmaceutica: cortex Cinnamomi

denominazione botanica: Biota orientalis, semen meridiani destinatari: cuore, fegato, milza sapore e natura: dolce, acido, neutro dosaggio: 3-9

azioni e indicazioni: – !!!!!!!! *nutre il cuore e calma lo spirito*: utile soprattutto nelle sindromi da deficit del sangue del cuore; – !!!!!!!! *anidrotico*: sudorazione notturna da deficit dello yin; – !!!!!!!! *umidifica l'intestino*: stipsi degli anziani o di pazienti debilitati con deficit di yin e sangue. ! **Poligala** denominazione cinese: yuan zhi denominazione farmaceutica: radix Polygalae tenuifoliae

denominazione botanica: Polygala tenuifolia, radix meridiani
destinatari: cuore, rene, polmone sapore e natura: amaro,
piccante, tiepido dosaggio: 3-9 azioni e indicazioni: –
!!!!!!! *nutre il cuore, calma lo shen, rende libera la
circolazione dell'energia del cuore*: irritabilità, insonnia,
ansia; – !!!!!!!! *dissolve i catarri e disostruisce gli
orifizi*: disturbi mentali da ostruzione degli orifizi del
cuore da parte dei catarri; – !!!!!!!! *espelle i catarri dal
polmone*: espettorante nelle patologie respiratorie con
abbondante escreato. ! **Albizzia** denominazione cinese: he huan
pi denominazione farmaceutica: cortex Albizziae julibrissin
denominazione botanica: Albiizzia julibrissin, cortex

meridiani destinatari: cuore, fegato sapore e natura: dolce,
neutro dosaggio: 9-15 azioni e indicazioni:

– !!!!!!!! *calma lo shen*: insonnia, ansia, irritabilità; –
!!!!!!! *promuove la circolazione del sangue, analgesico*:
dolori post-traumatici, fratture; – !!!!!!!! *dissipa gli
ascessi*: ascessi cutanei e polmonari.

Polygonum

denominazione cinese: ye jiao teng denominazione farmaceutica:
caulis Polygoni multiflori denominazione botanica: Polygonum
multiflorum, caulis meridiani destinatari: cuore, fegato
sapore e natura: dolce, leggermente amaro, neutro dosaggio:
9-30 azioni e indicazioni: – !!!!!!!! *nutre il sangue ed il
cuore e calma lo shen*: patologie dello shen da deficit di yin
e sangue, soprattutto nel sonno disturbato dai sogni; –
!!!!!!! *nutre il sangue e promuove la circolazione del qi
nei meridiani*: dolori, intorpidimenti da deficit del sangue; –
!!!!!!! *disperde il vento*: azione antipruriginosa e contro i
rash cutanei. ! **Bibliografia** 1. Sotte L., La Farmacoterapia
Cinese, Manuale delle Prescrizioni, Qiu Tian, San Marino,
1990. 2. Sotte L., Muccioli M., Diagnosi e Terapia in

Agopuntura e Medicina Cinese, Tecniche Nuove, Milano, 1992. 3. Sotte L., Farmacologia Cinese: la fitoterapia: principi, preparazioni ed uso dei rimedi vegetali, Red, Como, 1992. 4. Di Concetto G., Sotte L., Pippa L., Muccioli M., Trattato di Agopuntura e Medicina Cinese, UTET, Torino, 1992. 5. Muccioli M., Pippa L., La Farmacologia Cinese, sostanze e rimedi naturali della medicina tradizionale cinese, Qiu Tian, San Marino, 1992. 6. Sotte L., Muccioli M., Dispense del Corso di Farmacologia Cinese, Scuola Italiana di Medicina Cinese, Qiu Tian, San Marino, 1989. 7. Humbart S., Natural Healing with Herbs, Hohm Press, Arizona, 1989. 8. Chamfrault A., Traité de Médecine Chinoise, Tome III, Chamfrault ed., Angouleume, 1961. 9. Chamfrault A., Traité de Médecine Chinoise, Tome IV, Chamfrault ed., Angouleume, 1961.