

L'agopuntura inserita nei Livelli Essenziali di Assistenza LEA nel Sistema Sanitario Regionale dell'Emilia Romagna

Con la Delibera della Giunta Regionale 741/2014 sono state approvate le "Linee guida regionali per l'erogazione di prestazioni di medicine non convenzionali in Emilia-Romagna a carico del Fondo sanitario regionale".

Con questo provvedimento sono state inserite tre nuove prestazioni mediche nei Livelli Essenziali di Assistenza regionali:

- agopuntura nel dolore ricorrente o cronico muscolo scheletrico lombare, con o senza sciatalgia;
- agopuntura nella profilassi della cefalea muscolo-tensiva;
- agopuntura nella profilassi della cefalea emicranica.

La decisione è motivata dal fatto che sull'agopuntura per queste indicazioni sono stati pubblicati numerosi studi controllati randomizzati, revisioni sistematiche e metanalisi.

Per quanto riguarda l'esercizio della professione medica, la delibera stabilisce che queste prestazioni "potranno essere esercitate esclusivamente da professionisti, prioritariamente dipendenti aziendali o convenzionati, iscritti negli appositi elenchi dei professionisti esercenti l'agopuntura istituiti presso gli Ordini professionali provinciali dei medici chirurghi e odontoiatri".

Aziende ed enti del Servizio sanitario regionale dovranno

definire le modalità operative per l'erogazione dell'agopuntura. A questo proposito, l'Osservatorio per le MnC dell'Emilia Romagna, istituito nel 2004, ha stilato un documento che raccoglie i consigli per la buona pratica dei trattamenti di agopuntura.

L'obiettivo è offrire alle Aziende Sanitarie un riferimento chiaro sulle caratteristiche di qualità che devono contraddistinguere l'offerta dei servizi di agopuntura. La prescrizione delle prestazioni di agopuntura dovrà avvenire con ricetta del Servizio sanitario nazionale e indicare la patologia, le condizioni di erogabilità e l'eventuale esenzione.

La miliaria in medicina cinese

Carlo Di Stanislao* Rosa Brotzu**

“Se l'occhio non si esercita, non vede. □ Se la pelle non tocca, non sa. □ Se l'uomo non immagina, si spegne”

Daniilo Dolci

La Miliaria, detta feizi o sfogo da calore, è una eruzione acuta, infiammatoria e pruriginosa causata da sudore ed eccesso di traspirazione. La malattia è menzionata nel

capitolo III del Sopen e più tardi (610 d.C.) nel testo di Chao yuan-Fang che recita:

“...Durante il calore estivo, la pelle e gli interstizi sono aperti, [cosicché il corpo] viene facilmente danneggiato dal vento e dal calore. Il vento ed il calore tossico lottano nella pelle, dando così origine alle piaghe bollenti che somigliano a bolle di sapone...”

Segni e sintomi

Il termine Miliaria denota tre disturbi differenziati a seconda del livello in cui si forma l'ostruzione ed il tipo di vesciche che ne risultano. Nella *Miliaria cristallina* le ostruzioni si formano al livello superficiale. Le piccole e chiare vesciche cristalline colpiscono di solito gli anziani, specialmente nelle aree sottoascellari e del collo. Le vesciche possono rompere facilmente e non sono facilmente osservabili.

Nella *Miliaria rubra*, o lichen dei tropici, le ostruzioni occorrono nell'epidermide, causando infiammazioni che sfociano in rossore e prurito. Le lesioni singole consistono in macchie rosse, del diametro di 1-3 mm, con una piccola vescica alla sommità. Le eruzioni di solito colpiscono il tronco ed il collo e negli individui che mostrano eruzioni diffuse esiste anche il rischio della formazione di pustole.

Nella *Miliaria profunda*, le ostruzioni si formano nel punto di contatto tra derma e epidermide. Gli individui soggetti a questo tipo di miliaria sono coloro che presentano estesa e ricorrente miliaria rubra. L'eruzione è caratterizzata da papule biancastre che non danno prurito, del diametro di 1-3 mm. A causa dell'estensione dell'ostruzione delle ghiandole sudorali, i pazienti con la miliaria profunda sono predisposti a sviluppare squilibri termoregolatori accompagnati da alta temperatura basale e disturbi cardiorespiratori a seguito di esposizione al caldo o all'esercizio fisico.

Diagnosi Differenziale

La diagnosi della malattia è confermata dal racconto da parte del paziente della sue recrudescenze con esposizione al calore

Eziologia Tradizionale Cinese

L'esposizione al calore o alle alte temperature causa il sudore. Essendo ostacolata la sua fuoriuscita, viene a formarsi un accumulo di vapore o di umidità calda che causa le eruzioni sulla pelle.

Trattamento

Interno

La strategia di trattamento per la Miliaria mira ad espellere il caldo meteorologico, promuovere la diuresi ed alleviare la tossicità. Le formule indicate per questo scopo includono il decotto che espelle il calore metereologico, o il decotto di Taraxacum, Viola e Lonicera.

Decotto che espelle il calore metereologico – qìng shù tàng

Fructus Forsythiae Suspensae (lian qiao)

Radix Trichosanthis Kirilowii (tian hua fen)

Radix Paeoniae Rubrae (chi shao)

Radix Glycyrrhizae Uralensis (gan cao)

Talcum (hua shi)

Semen Plantaginis (che qian zi)

Flos Lonicerae Japonicae (jin yin hua)

Rhizoma Alismatis Orientalis (ze xie)

Herba Lophatheri Gracilis(dan zhu ye)

PREPARAZIONE E DOSAGGIO: le fonti di questa formula non specificano la quantità degli ingredienti. Preparare il decotto e somministrare due volte al giorno finché persistono le eruzioni.

Decotto di Taraxacum, Viola e Lonicera – pu di ren tang

Herba Taraxaci Mongolici cum Radice (pu gong ying) 30g

Herba cum Radice Violaes Yedoensis (zi hua di ding) 30g

Ramus Lonicerae Japonicae (ren dong teng) 30g

PREPARAZIONE E DOSAGGIO: preparare il decotto e somministrare tre volte al giorno fino al persistere delle eruzioni

Esterno

Polvere contro la Miliaria – fei zì fèn

Semen Phaseoli Radiati (lu dou) (in polvere) 10g

Borneolo (hing pian) (in polvere) 2.5g

Talcum (hua shi) (in polvere) 87.5g

PREPARAZIONE E DOSAGGIO: Mescolare gli ingredienti in polvere e spargere sull'area affetta 2-3 volte al giorno.

Per la miliaria profunda mescolare la polvere tre gialli o la Polvere Rugiada di Giada con olio vegetale al fine di formare un unguento, e applicare 2-3 volte al giorno.

Agopuntura

Per abbassare il Calore occorre Muovere il Sangue ed uno schema molto utile prevede l'impiego, una volta al giorno per 5-8 giorni, dei punti 11LI (quchi), 40BL (weizhong) e 2LR (xingjian), da trattare con puntura da profonda a superficiale e con rotazione rapida per disperdere.

Agopuntura auricolare

Per alleviare il prurito intenso associato alla miliaria rubra, i punti interessati sono: polmone, surrenale, occipitale e shenmen[1]. Lasciare in situ gli aghi per 30 minuti e trattare una volta al giorno finché persiste il prurito.

Rimedi empirici

[A] zuppa di fagioli mung e menta: Cuocere una tazza di fagioli Mung in 1 litro di acqua per 20 minuti. Prima di spegnere il fuoco aggiungere 2-3 ramoscelli di menta fresca. Somministrare una tazza 5 volte al giorno finché la malattia non guarisca[2]

[B] Altro rimedio consiste nel frizionare una buccia di melone invernale fresco sull'area affetta 2-3 volte al giorno.

Trattamento tradizionale cinese contro trattamento occidentale

Il trattamento in generale mira a favorire un alleviamento dei sintomi. La terapia tradizionale si rivela più efficace nell'accelerare la guarigione tramite l'uso combinato di rimedi interni ed esterni che eliminano il calore esterno e la tossicità. Il trattamento farmaceutico è soprattutto un palliativo e si espleta nelle applicazioni di lozioni essiccanti come calamina o idrocortisone al 1% posto in una lozione idrofila di base.

Prevenzione

La miliaria si risolve in pochi giorni, una volta che il paziente evita la fonte di calore. Per pazienti che presentano condizioni acute, è essenziale un ambiente fresco. La guarigione viene accelerata dal lavaggio delicato seguito dall'applicazione di una delle formule suindicate, sia interne che esterne. Gli individui predisposti alla Miliaria possono usare i rimedi interni ed esterni come profilassi contro la malattia se non possono evitare di esporsi a fonti di calore per motivi di lavoro o per motivi metereologici.

Note

[1] Vedi:
<http://pstimaustralia.com.au/wp-content/uploads/2015/01/Auriculotherapy-Manual.pdf>.

[2]Gu, B.H., ed. *Practical Textbook of traditional Chinese External Diseases* (shi yong zhong yi wai ke xue), Shanghai:

La diagnosi in agopuntura auricolare, l'ultima fatica che Marco Romoli offre al mondo medico ed accademico italiano

Lucio Sotte*

La medicina tradizionale cinese da due millenni sottolinea come l'uomo sia un microcosmo che riflette le leggi del macrocosmo e ad esse risponde; il Nei Jing sintetizza questo concetto affermando che *"l'uomo deve sempre rispondere al Cielo ed alla Terra"*. Inoltre ogni individuo è a sua volta costituito da ulteriori microcosmi che debbono armonizzarsi tra loro perché lo stato di salute si possa mantenere inalterato nell'ambito di una equilibrata omeostasi biologica. Ciò significa che ogni parte del corpo è in relazione con l'intero organismo e viceversa e che esiste un'influenza reciproca tra i diversi sistemi che può essere studiata a livello diagnostico e terapeutico.

La somatopuntura ed il correlato sistema degli organi e visceri e dei canali principali, secondari e straordinari si fondano precisamente su questo postulato. La stessa origine ha la teoria dei microsistemi che parte dal presupposto che varie regioni del corpo (il volto, il cranio, la mano ed il piede,

il polso e la caviglia, l'addome etc) abbiano delle corrispondenze con l'intero organismo e con gli organi, visceri e tessuti di cui esso è composto.

Tra i vari microsistemi l'orecchio è certamente quello più studiato e conosciuto. La terapia auricolare che ne deriva è assai diffusa in tutto il mondo ed è figlia di un parto gemellare avvenuto in Occidente – con il grandissimo contributo francese del Prof. Nogier e di tanti altri studiosi tra cui spicca il nostro Marco Romoli – ed in Cina, attraverso l'intuizione e lo studio di numerosi professionisti che hanno sottoposto questa parte del corpo ad una dettagliata osservazione e ad un dettagliato controllo degli effetti locali ed a distanza della sua stimolazione.

Il concetto di base da cui si muove questa disciplina medica è che esiste una somatotopia auricolare che riflette sulla superficie esterna del padiglione l'intero organismo, rappresentato sia nei suoi organi interni che nelle sue parti e nei suoi segmenti esterni.

Ciò significa che l'orecchio può essere utilizzato a scopo diagnostico – perché alterazioni cutanee cromatiche, energetiche, termiche, elettriche della sua superficie rimandano a patologie delle corrispondenti parti rappresentate – ma anche e soprattutto a livello terapeutico. La stimolazione tattile, termica, fisica (ottenuta con molteplici metodiche) dell'orecchio evoca delle reazioni locali ed a distanza delle zone eccitate. L'agopuntura dei punti auricolari rappresenta la tecnica di stimolazione di elezione, vuoi per la dimensione della punta dell'ago che ben si adatta alle modeste superfici del padiglione auricolare, vuoi per la potenza che questa metodica possiede, se confrontata con tecniche di terapia simili.

Esistono tuttavia anche altri metodi di stimolazione di specifici punti della superficie del padiglione auricolare, allo scopo di trattare, congiuntamente con le altre tecniche

terapeutiche della medicina occidentale e di quella cinese, vari tipi di patologie. La terapia auricolare rappresenta un ponte tra medicina cinese e biomedicina perché la prima la correla, con il suo sguardo olistico, con la teoria dei meridiani, degli organi e visceri, dell'energia, dei liquidi e del sangue ed infine dello yin e lo yang, la seconda ne studia i rapporti con l'innervazione auricolare e con i rapporti che questa contrae tramite il sistema nervoso centrale e periferico con l'intero organismo.

Marco Romoli da decenni si dedica alla pratica clinica dell'agopuntura auricolare ed ha un'esperienza clinica personale di tutto rilievo di cui, con questo volume, vuole fare partecipi tutti coloro che avranno l'opportunità di studiarlo.

Il testo inizia con un capitolo dedicato alla storia del metodo per poi passare allo studio dell'anatomia, embriologia e neurofisiologia. Si procede quindi alla descrizione della morfologia ed ispezione dell'orecchio esterno ed a quella dei test del dolore alla pressione, della resistenza elettrica cutanea, del contatto con l'ago. Da ultimo si affronta l'argomento dello studio dell'interfaccia tra diagnosi auricolare e stato clinico del paziente e del passaggio dalla diagnosi alla terapia per la scelta dei punti da utilizzare per il trattamento.

Questo testo è utile all'agopuntore ma anche a tutti i medici. Si tratta di un volume che presenta un metodo estremamente accurato per interpretare le condizioni di ogni paziente. Attraverso il semplice esame del padiglione, la diagnosi auricolare offre la possibilità di un approccio semplice ed immediato per interpretare le condizioni cliniche del paziente e scegliere conseguentemente il miglior approccio terapeutico. Il libro si basa su circa 5000 osservazioni fatte su soggetti sani e malati. è stato scritto da un medico agopuntore che da sempre si interessa anche di medicina generale, utilizza casi clinici per illustrare praticamente la teoria ed infine è

illustrato da disegni a due colori, foto in bianco e nero e 60 tavole a colori.

Localizzazione ed infissione dei punti di agopuntura, un nuovo dvd della CEA opera di Ettore Quirico

a cura della redazione*

L'ultima fatica di Ettore Quirico è un dvd che arricchisce e completa i suoi precedenti testi atlante dedicati all'anatomia dei punti e dei meridiani di agopuntura che abbiamo già presentato in rivista negli anni scorsi.

Si tratta di un sussidio di grande efficacia per la sua semplicità e comodità d'uso per chi voglia introdursi alla pratica dell'utilizzo dei più comuni punti di agopuntura mirabilmente descritti in Punti e Meridiani di Agopuntura di Quirico-Pedrali della CEA.

“La localizzazione e l'infissione del punto di agopuntura costituiscono un momento essenziale della terapia. Le manovre di localizzazione richiedono l'esecuzione di precisi movimenti da parte dell'agopuntore e sono assai diverse per ciascun punto. Anche la metodica di infissione varia a seconda della direzione e profondità di puntura e del tipo di sensazione di de qi evocata.

Gli atlanti di agopuntura, tra cui ricordiamo Punti e Meridiani di Agopuntura di Quirico-Pedrali della CEA, pur

fornendo immagini e descrizioni dettagliate a riguardo, non riescono a “far vedere” come si procede nella realtà della pratica clinica per trattare correttamente i vari agopunti. Quindi gli studenti, nonostante le esercitazioni pratiche svolte in aula e negli ambulatori delle Scuole, faticano a comprendere e memorizzare questa parte centrale del loro percorso formativo. Il DVD, con circa 3 ore di video relativi alla localizzazione ed infissione dei 100 punti più utilizzati nella comune pratica clinica, fornisce all’agopuntore un supporto visivo essenziale per integrare e fissare le nozioni apprese sui testi nel corso delle lezioni teoriche e delle esercitazioni pratiche. Per ogni punto vengono fornite una scheda con etimologia del nome, immagine e filmato della localizzazione immagine e filmato dell’infissione.”

Trattamento agopunturistico di alcuni casi di sindrome orticaria-angioedema di probabile natura autoimmunitaria

Carlo Di Stanislao*

Riassunto: L’articolo esamina le prove fornite dalla recente ricerca scientifica, su un possibile meccanismo autoimmunotario nella patogenesi di forme di orticaria-angioedema ad andamento cronico e persistente. Cinque pazienti

con orticaria-angioedema e con intradermoreazione al siero autologo positiva, sono stati trattati mediante agopuntura.

Parole chiave: orticaria-angioedema, autoimmunità, agopuntura.

Summary: This article presents auto immune still relies during chronic urticaria-angioedema. Immuno assays for IgE-Fc autoantibody are currently. Five patients with positive autologous serum intradermal test are treated with acupuncture.

Key words: urticaria-angioedema, autoimmunity, acupuncture.

“A est erano la Bibbia e le origini del cristianesimo; a est si recarono grandi viaggiatori come Marco Polo, Ludovico di Varthema, Piero della Valle; a est guardarono fantasiosi narratori...” Gérard de Narval, “Voyage en Orient”, 1834.

“J’aime la règle qui corrige l’émotion” Paul Verlaine.

Premessa

L’orticaria è una comune dermatosi dovuta ad edema localizzato fra epidermide e derma superficiale (1-2). Nel 50% dei casi (1) si associa ad angioedema, legato a vasomozione ed essudazione nel derma profondo e nel sottocutaneo. L’orticaria e l’angioedema sono quindi malattie indistinguibili sotto il profilo etiopatogenetico ed oggi si parla di “sindrome

orticaria-angioedema" (1-3).

L'orticaria-angioedema colpisce il 10-20% della popolazione generale, in qualunque momento della vita e senza predilezione di sesso (1,4-5).

La sindrome si definisce cronica se ha una durata superiore alle sei settimane (5).

Le cause più frequenti sono (1,5):

- Allergie e pseudoallergie a farmaci, additivi ed alimenti
- Reazioni citotossiche (ad esempio trasfusionali)
- Infezioni ed infestazioni (batteriche, fungine, virali, protozoarie e da metazoi)
- Reazioni a punture d'insetti (principalmente imenotteri)
- Collagenopatie (anche in fase non conclamata)
- Agenti fisici (freddo, luce attinica, pressione, ecc.)
- Neoplasie
- Squilibri elettrolitici (sodio, potassio, magnesio)
- Squilibri metabolici (soprattutto del metabolismo purinico)
- Stress psichici (l'orticaria-angioedema è definita questi casi, colinergica o adrenergica)
- Sconosciute.

Le casistiche più recenti (1-3,5) dimostrano che nel 50-80% dei casi non si riesce a formulare una diagnosi etiologica. Uno studio inglese molto ampio (3), dimostra che l'impatto sulla qualità della vita non è inferiore a quello di tre bypass coronarici.

Indipendentemente dalla causa in gioco (immunitaria o non

immunologica), la degranulazione dei mastociti cutanei determina i fenomeni vasomotori che ne sono alla base (1,5).

I mastociti possono essere attivati attraverso svariati meccanismi, con degranulazione ed attivazione della fosfolipasi A (2). La degranulazione porta alla liberazione di istamina, proteasi e fattori chemiotattici per eosinofili e neutrofili, inoltre a liberazione di sostanza P e di PAF che risultano molto attivi sulle terminazioni nervose (prurito) e sui vasi (pomfo).

La cascata fosfolipasica dell'acido arachidonico, attraverso la ciclo e lipoossigenasi, rilascia mediatori più tardivi come leucotrieni (SRS-A) e trombossani, che condizionano le fasi ritardate (dopo 6-8 ore) e persistenti della flogosi (2,5).

Non sempre la via d'attivazione è recettoriale (IgE-mediata) e può invece legarsi ad attivazione dei canali del calcio, a rilascio di sostanza P, di nerve growth factor o di peptidi vasoattivi intestinali (soprattutto VIP) (2). Così, ad esempio, le manifestazioni allergodermiche del paziente con infezione HIV-1, si devono in parte agli elevati livelli di IgE correlati con la gravità di malattia e legati a riduzione dei CD8 suppressor (10), in parte ad anomalie del metabolismo della vitamina E (scarso apporto nella dieta, alcolismo, epatopatia), con conseguente accumulo radicalico e secondaria attivazione o instabilità mastocitaria (11).

Questi meccanismi extraimmunitari potrebbero spiegare reazioni pseudoallergiche a farmaci, additivi ed alimenti ed anche rappresentare la via finale comune di risposte urticariose in corso di gastrite ed ulcera da helicobacter pylori (1), da infestazione intestinale (5), in corso di epatite C, ecc. (4).

Di recente, una serie di segnalazioni, tende ad ascrivere un certo numero di forme di orticaria cronica ad un meccanismo autoimmunitario IgG anti IgE (6).

Più propriamente sono stati descritti, in un elevato numero di soggetti con orticaria cronica, anticorpi IgG diretti verso l'alfapeptide del frammento cristallino (Fc) delle IgE. Si ritiene, pertanto, che tali autoanticorpi, legandosi agli specifici recettori per le IgE di basofili e mastociti (dimerizzazione), attiveranno la degranolazione cellulare di tipo istaminergico alla base della vasomozione capillare (1,6).

Una recentissima ricerca del St Jhon Institute of Dermatology di Londra, ha dimostrato tali autoanticorpi nel 25% di pazienti con orticaria cronica idiopatica refrattaria (6). In questi pazienti l'intradermoreazione con siero autologo, causa pomfi urticariosi anche generalizzati (6).

Va ricordato che i basofili ed i mastociti sono le uniche cellule umane ad esprimere recettori ad elevata affinità per le IgE (1,2,12-13), sensibili sia a stimoli immunologici (IgE, IgG anti Fc delle IgE, ecc.) che non immunologici (salicilati, morfina, ecc.) (13). Tornando al già citato lavoro di Greaves (6), si è potuto notare un'alta prevalenza nei soggetti con orticaria cronica ed IgG anti IgE del sistema HLA di II classe II-DR e DQ, alleli che sono frequentemente correlati con le sindromi autoimmunitarie (ad esempio miastenia gravis con IgG anti recettori muscolari per l'acetil-colina) e che, secondo molti, controindicano all'uso di vaccini (7,13).

Studi condotti su guppi controllo affetti da dermopatie e pneumopatie croniche (psoriasi, asma e dermatite cronica) hanno evidenziato una assenza di anticorpi con l'Fc-R-epsilon I-alfa. Un certo numero di questi autoanticorpi, invece, è stato identificato in pazienti con dermatomiosite e pemfigo volgare (6,8).

I test clinici e di laboratorio per confermare l'ipotesi dell'origine autoimmunitaria dell'orticaria sono(6):

– intradermoreazione immediata positiva per siero autologo;

- dimostrazione di un maggiore rilascio di istamina da parte dei basofili in vitro;
- dimostrazione, con metodiche radioimmunologiche, di anticorpi IgG anti Fc-epsilon, R-epsilon-I-alfa superiore al 5% del totale di IgG.

Recenti segnalazioni (14) sull'IL-10 in corsi di malattie autoimmunitarie, ci indurrebbe a ritenere questa citochina un marcatore ematico di orticarie croniche autoimmunitarie, ma il dato deve essere confermato.

Nelle orticarie certamente autoimmuni la plasmaferesi (8), o l'impiego di alte dosi di Immunoglobuline per via endovenosa (9), possono risultare di efficacia risolutiva. Anche la ciclosporina A potrebbe essere importante (6).

Nel 40% dei soggetti con orticaria cronica il test intradermico per siero autologo è negativo (6). Si invocano, in questi casi, altri meccanismi (1,6). Nel 12% dei casi vi sarebbe un'attivazione di un fattore (mast-zellen realising factor), non correlato con l'istamina ed i basofili, ma in grado di incrementare numero ed attività dei mastociti dermici. Nel 18% dei casi incubando mastociti e basofili del sangue periferico con IL-3, si dimostra una più vigorosa azione di rilascio istaminico (instabilità di parete). Infine nel 5% dei casi, come si dimostra con provocazione orale contro placebo in doppio cieco, si hanno manifestazioni, spesso pseudoallergiche, di intolleranza alimentare (1,6).

Tuttavia un gran numero di orticarie croniche con intradermoreazione al siero autologo negativo, restano un enigma sotto il profilo etiopatogenetico.

Il trattamento agopunturistico può risultare efficace in un certo numero di orticarie croniche (15-16). Non si conosce lo specifico meccanismo d'azione, probabilmente legato a riflessi locali e generali in grado di ridurre la degranolazione mastocitaria e dei basofili (15). Nel caso di orticarie

autoimmunitarie si può ragionevolmente pensare ad una azione regolatrice, poiché una serie di osservazioni pregresse (17-18) dimostra una vigorosa azione dell'agopuntura sul pattern citochinico.

Casistica osservazionale

Il nostro studio riguarda 37 casi di orticaria-angioedema ad andamento cronico (durata media 15.8 settimane), di cui, in 18 è stato possibile giungere ad una diagnosi etiologica (focalità, parassitosi, intolleranze a farmaci e/o additivi, ecc.), nei restanti 19 l'origine non è risultata dai dati clinici e dalle ricerche in vivo (prick, prick-by-prick, provocazione orale in doppio cieco, Vegatest) ed in vitro (indici di flogosi, TAS, TAF, Monospot, anticorpi IgG ed IgM antiherpes, parvovirus, cytomegalovirus, C1 inattivatore, immunocomplessi, frazioni C3-C4 del complemento, sodio, potassio, calcio, magnesio, uricemia, bilirubinemia, markers dell'epatite e tumorali, IgE totali e specifiche per i comuni pneumo e trofoallergeni, sottopopolazioni linfocitarie, esame parassitologico delle feci dopo lassativo ed in tre campioni). In 5 dei 19 pazienti (26.3%) è stato possibile dimostrare una risposta immediata positiva (++/+++ entro 30 minuti) all'introduzione intradermica di 0.1 ml di siero autologo. In tutti, inoltre, livelli elevati di IL-10 (da 7.6 a 12 mU/ml) con normalità dell'IL-2 e 6 e dell'ECPs (metodica Cap System Farmacia). Non ci è stato invece possibile documentare la presenza di IgG anti Fc-epsilon RI-alfa delle IgE per carenza tecnica. Sotto il profilo energetico (secondo la Medicina Cinese) tutti i pazienti (3 donne e 2 uomini, di età compresa fra i 19 ed i 55 anni) presentavano "vuoto di Sangue di Fegato con liberazione di Vento". Una cefalea vasomotoria era presente in 4 casi, 3 pazienti soffrivano di ipertensione fugace, 2 di congiuntivite aspecifica primaverile. Tutti e 5, infine, una lingua tremolante ed un polso teso a corda (*xian*), associati ad insonnia e/o sonno

agitato ed incubi frequenti.

Secondo le indicazioni degli AA cinesi di maggiore esperienza (16,19) abbiamo trattato (stimolazione manuale fino al “deqi”, con metodica rotatoria ampia e lenta e trattamento singolo di 30 minuti) i punti:

- *Sanyinjiao* (SP 6) : che tonifica il sangue e lo Yin; combatte indirettamente il Vento e presenta varie indicazioni dermatologiche.
- *Qimen* (LR 14): punto Mu del Fegato, dotato di specifica azione di tonificazione del Sangue del Fegato.
- *Fengmen* (BL 12): punto Vento per eccellenza, capace di disperde il Vento sia interno che esterno ed impiegato per dermopatie sia acute che croniche.

Le sedute sono state bisettimanali per un totale di dieci (5 settimane di terapia).

In caso di acuzie di notevole intensità o durata, il paziente poteva assumere per os ceterizina in dosi unitarie di 10 mg.

Abbiamo valutato l'intensità delle crisi (con punteggio da 0 = assente a 4 = grave) (Tab 1) ed ancora il consumo dei farmaci (Tab. 2).

Alla fine della terapia abbiamo valutato anche il livello di IL-10 e la risposta globale al trattamento (scomparsa, riduzione, invariato) (Tab 3-4). In soli due pazienti (40%) si è avuto, a fine terapia, una riduzione significativa (di 1/3) dell'area del pomfo, dopo intradermoieazione al siero autologo.

Dopo 3 mesi non si sono, inoltre, registrate recidive necessitanti di terapia e si è documentato un ulteriore decremento del livello di (Tab 3) IL-10.

Conclusioni e Critiche

I nostri risultati dimostrano (ma su un numero piuttosto basso di casi) che l'agopuntura agisce sul pattern citochinico che giustifica l'orticaria cronica autoimmunitaria ed è in grado di ridurre il numero e l'intensità delle crisi e l'impiego, a breve termine, di farmaci. Tuttavia, come notato da alcuni esperti del settore (20), i risultati terapeutici a lungo termine non sono semplicemente predicibili sulla base di quanto osservato nel breve periodo, soprattutto nei confronti di dermatopatie croniche come psoriasi, dermatite atopica ed orticaria.

Tabella 1 intensità delle crisi

Tabella 2 consumo di ceterizina

Tabella 3 Livelli di IL 19

Tabella 4 Giudizio finale

Solo valutando nel lungo periodo (almeno sei-otto mesi di follow-up nel caso dell'orticaria) parametri significativi e semplici (ad esempio il numero di crisi necessitati di farmaci sintomatici d'emergenza) si possono avere dati significativi e quindi stabilire se l'agopuntura ha una effettiva azione sulle orticarie croniche con aspetti autoimmunitari.

Bibliografia

- 1) Greaves M.W.: Chronic urticaria, New Eng J Med, 1995, 332:1767-1772.
- 2) Sabroe R.A., Greaves M.W.: The pathogenesis of chronic idiopathic urticaria, Arch Dermatol, 1997, 103:1003-1008
- 3) O' Donnell B.F., Lawlor F., Simpson J. et al.: The impact of chronic urticaria in quality of life, Brt J Dermatol., 1997, 136:197-201.
- 4) Hadziyannis S.J.: Skin diseases associated with hepatitis C virus infection, J Eur Acad Dermatol Venereol, 1998, 10(1):12-21.
- 5) Mc Connel D.J.: Urticaria and angioedema, Cutis, 1986, 17(6):1151-1156.
- 6) Greaves M.W.: Autoimmunity in urticaria and angioedema, Giorn It Allergol Immunol, 1998, 8:16-17.

- 7) Cook P.R.: The safety of allergen immunotherapy: a literature review, *Ear Nose Throat J*, 1998, 77(5):378-379.
- 8) Grattan C.E.H., Francis D.M., Slater N.G.P. et al.: Plasmapheresis for severe unremitting chronic urticaria, *LANCET*, 1998, 339:1078-1080.
- 9) O' Donnell B.F., Greaves M.W.: Intravenous immunoglobulin (IVIG) in autoimmune chronic urticaria, *Brit J Dermatol*, 1998, 1998, 140: 180-183.
- 10) Clerici M., Falagiani P. *AIDS e Allergia, Not Aller.*, 1995, 14 (1-2): 31-34.
- 11) Miguez-Burbano M.J., Shor-Posner G., Fletcher M.A. et al.: Immunoglobulin E levels in relationship to HIV-1 Disease, Route of Infection and Vitamin E status, *Allergy*, 1995, 50:157-159.
- 12) W.H.O.: Allergen Immunotherapy: Therapeutic Vaccines for Allergic Diseases, position paper, 1998, pp 15-21.
- 13) Stellato C., Casolaro V., Spadaro G. et al.: Il ruolo delle cellule Fcepsilon RI+ nella patogenesi delle malattie allergiche respiratorie, *Corso di Aggiornamento in Allergologia ed Immunologia Clinica, Atti, Firenze, 1990, pp 154-168.*
- 14) Valsecchi G.: IL-10 e malattie autoimmuni, *Dermotime*, 1998, 3:15-16.
- 15) AAVV (SIA): Libro bianco sull'agopuntura, coordinato dal dott. C.M. Giovanardi, Sezione Dermatologia, Ed. CEA, in stampa.
- 16) De-hui S. et al.: *Manuale di Dermatologia in MTC*, Ed. CEA, Milano, 1997.
- 17) Ding L., Linsley P.S., Huang L. et al.: IL-10 inhibit macrophage costimulatory activity by selectively inhibiting

the upregulation of B7 expression, J. Immunol, 1993, 151: 1224-1234.

18) Ippoliti F., Liquori A., Bangrazi A. et al.: Studio controllato delle modificazioni delle citochine IL-2, IL-6, IL-10 in pazienti con rinite allergica cronica trattati con agopuntura, Orientamenti in MTC, 1994, 12: 51-65.

19) Lin L.: Dermatology in Traditional Chinese Medicine, Ed. Hai Feng Publishing House, Hong Kong, 1995.

20) Naldi L.: Qualità della vita in Dermatologia, Dermotime, 1998, Supp. 4/5: 1-14.

La riflessologia: un'arte antica tra antropologia, psicosomatica e filosofie orientali

Paolo G. Bianchi*

“Vi è nell'uomo un duplice potere attivo: l'uno che agisce invisibilmente, o potere vitale, e l'altro che agisce visibilmente o forza meccanica. Il corpo visibile ha le sue forze naturali, e il corpo invisibile ha le sue forze naturali egualmente; i rimedi di tutte le malattie o lesioni che possono colpire la forma visibile sono contenuti nel corpo invisibile”. (Paracelso)

“I Moisti con le loro tecniche di accarezzare il Tetto (massaggio della testa per l’equilibrio psichico) e toccare il Tallone aiutano a salvare l’umanità” (Mencio)

Un po’ di storia

La riflessologia è un’arte molto antica. I primi segni della sua presenza più vicini alla nostra Europa sono visibili in alcuni geroglifici antichi di 5000 anni a Sakkara, in Egitto, nella tomba di Akmahor: le immagini mostrano un medico intento a comprimere alcune parti del corpo del suo paziente quali le mani e soprattutto i piedi. Interessante la traduzione del geroglifico che dice: “Non farmi male” e la risposta è “Agirò in modo da meritare la tua lode”.

Anche l’Italia di 4000 anni fa conosceva la riflessologia: in Valcamonica tra i vari graffiti rupestri in uno è rappresentato il disegno di un piede con all’interno un feto umano.

Gli indiani Cherokee, a quanto pare, utilizzavano la riflessologia in molti riti sacri sciamanici senza distinzione tra sani e malati.

La storia della riflessologia è però molto più antica: se ne parla nei Veda indiani e soprattutto nei testi di medicina tradizionale cinese.

Proprio a questi ultimi si rifanno molte scuole di riflessologia moderne, tramandando gli insegnamenti dei maestri e adattandoli sempre più alle esigenze dei nuovi utilizzatori, sicuramente ben diverse da quelle di 5000 anni fa.

Stando agli svariati testi e alle differenti scuole sembra si possa concordare che i primi scritti di dell'efficacia della riflessologia risalgano a Pu Zhougan, vissuto in Cina circa 2200 anni fa durante la dinastia Zhou: molti furono gli studi condotti con successo che determinarono la validità di questa pratica.

Affinché la riflessologia arrivi in Occidente deve passare ancora molto tempo prima che gli studiosi si accorgano dei grandi benefici che può portare, incluso l'aspetto terapeutico.

Nel 1834 il ricercatore svedese Pehr Henrik Link si accorse di un collegamento tra i dolori e alcune patologie di alcuni organi e precise zone cutanee posizionate sulla pianta e sulle parti dorsali dei piedi.

Negli anni successivi studi, soprattutto a scopo anestetico, furono portati avanti dal neurologo inglese Henry Head. Negli anni venti la pratica riflessologica interessò diversi studiosi e le sue applicazioni vennero elaborate in diversificati campi oltre a quello medico. Tra questi quello psicanalitico dell'allievo di Sigmund Freud, William Reich anche se l'utilizzo principale rimase per molti anni soprattutto nell'ambito anestetico. Fu William Fitzgerald, un medico di Boston, a farne una parte attiva della pratica quotidiana sui suoi pazienti.

Sulla base di questi studi anche l'odontoiatria venne coinvolta grazie a Edwin F. Bowers che affinò ulteriormente i principi già catalogati da Fitzgerald. Il metodo, diffuso negli ambienti medici e nei vari ambiti venne definito "terapia zonale": la pressione prima effettuata solo ed esclusivamente con le dita venne in seguito effettuata anche con piccoli strumenti di metallo, legno d'ulivo, acciaio. Il corpo venne diviso in dieci zone attraverso le quali, dagli

alluci fino alla testa, scorreva l'energia.

Sempre negli anni 20 le teorie e le sperimentazioni presero forma in alcuni scritti tra i quali spiccano quelli della terapeuta americana Eunice Ingham dal titolo "Le storie che i piedi potrebbero raccontare" e "Storie raccontate dai piedi". Si può affermare che da questo punto quando si parla di riflessologia ci si riferisce soprattutto ai piedi e relative zone riflesse, soprattutto plantari, escludendo tutto il resto del corpo.

In Italia il Prof. Giuseppe Calligaris, neurologo e docente presso l'Università di Roma e il Dott. Nicola Gentile produssero svariati studi sull'argomento che vennero molto osteggiati per l'eccesso di innovazione della loro proposta olistica e, soprattutto, per la scarsità di dati scientifici che era in loro possesso.

Da allora, è stata l'introduzione in Occidente di numerose pratiche e filosofie orientali che ha favorito l'apporto della riflessologia alle tecniche e alle conoscenze già presenti.

Purtroppo, nonostante la riflessologia sia molto antica, e altrettanto lo siano le diversificate scuole di provenienza soprattutto cinese che la insegnano, ancora oggi pochi la conoscono veramente o l'hanno sperimentata in modo serio almeno una volta nella vita.

I principi base: la filosofia taoista

Conoscere la natura che circonda l'uomo, l'ambiente in cui vive e gli influssi che riceve dallo spazio circostante è un

principio base della filosofia taoista. Immerso in questa condizione l'uomo altro non è che un microcosmo, uno specchio fedele dell'universo stesso. Possiamo quindi dire che l'uomo riceve energia da questo universo e contemporaneamente dà, di rimando, energia. Lo scambio è continuo e in continua evoluzione e mutamento. All'interno di questo sistema sappiamo che, secondo la tradizione, tutte le forze che regolano lo scambio di energia sono due: yin e yang. A esse si ricollegano tutti i classici contrapposti: attivo-passivo, maschio-femmina, sola-luna, giorno-notte, caldo-freddo, secco-umido...

L'uomo, la natura e l'universo non vengono considerati come realtà distinte, ma come una unità in continua evoluzione: "tutto scorre" e così come l'uomo e l'universo sono energia, le forze che muovono tutta la natura muovono anche gli esseri umani che ne fanno parte in un processo di interazione continua e continuo movimento e cambiamento. Nello stesso modo, all'interno del corpo umano avviene un processo simile: ogni singola cellula è chiamata a partecipare alle evoluzioni di tutto il sistema che compone l'organismo umano e la sua struttura. È per questa ragione che l'antica medicina orientale ritiene possibile relazionare una parte al tutto e così instaurare "interscambi energetici" tra un punto della mano, della schiena, del viso o del piede e un organo o un viscere.

Il presupposto della riflessologia è proprio questo: mettere in relazione punti ben precisi e organi e visceri. Allora i piedi, il viso, la schiena, le mani diventano mappe in miniatura di tutto l'organismo umano e, se andremo ad agire su questi punti riflessi, avvieremo un processo di graduale riequilibrio energetico risanando e, secondo molte scuole, anche guarendo disturbi e malattie basandosi sul semplice presupposto che per gli orientali la malattia altro non è che

uno scompenso o uno squilibrio energetico. Ma non solo.

Non solo punti e organi, ma emozioni

Tutte le nostre esperienze umane sono fatte di emozioni: gioia, paura, rabbia, riflessione, tristezza si alternano in noi aiutandoci a comprendere chi siamo, orientando le nostre scelte e misurando il nostro stato benessere.

In questo processo diventa fondamentale il sapere gestire, controllare, reprimere o vivere intensamente queste emozioni. A ogni azione, spontanea o voluta, conscia o inconscia corrisponderà una serie di re-azioni a catena che potranno caratterizzare tutto il nostro futuro.

Ogni singola emozione che noi viviamo e il modo in cui sceglieremo di viverla racchiude in sé le nostre necessità più profonde. Dare o ricevere amore, sentirci considerati e accettati, comprendere o essere compresi, avere bisogno di solitudine, riflessione o di relazionarci solo alcuni esempi di ciò che ognuno di noi vive in diversi modi durante ogni singolo attimo della giornata.

Tutti i sentimenti che proviamo vengono sempre espressi attraverso le nostre emozioni le quali sono rese manifeste, in buona parte, con la scelta del linguaggio, il tono della voce, le nostre posture corporee. Questi sono tutti strumenti che ci aiutano a comprendere l'altro che ci sta di fronte e a leggere il suo stato emozionale, ma sono anche utili per raggiungere consapevolezza e coerenza in relazione a noi stessi e quello che proviamo nelle varie situazioni.

La filosofia Taoista ritiene che alla base di ogni malattia, disagio o scompenso psico-fisico vi sia una "cattiva gestione delle nostre emozioni".

Qui si identificano cinque emozioni primarie: tristezza, gioia, rabbia, riflessione, paura.

A sua volta ognuna di queste emozioni è collegata a un organo, un gruppo di organi o un viscere:

tristezza: polmoni e grande intestino,

gioia: cuore e piccolo intestino,

rabbia: fegato e vescica biliare,

riflessione: milza, pancreas, stomaco

paura: reni e vescica

Il principio generale è quello che ogni emozione è salutare purché sia in perfetto bilanciamento e contrapposizione con le altre. Non esiste un'emozione "positiva" o "negativa" perché tutte ci aiutano a vivere, a crescere sia a livello fisico che mentale.

Il problema nasce quando queste emozioni per varie ragioni o necessità vengono "bloccate". Un classico esempio è quando da bambini ci insegnano a trattenere le lacrime in pubblico o a non mostrare paura in varie situazioni come lo stare al buio o in luoghi chiusi. Un altro esempio di "blocco" delle emozioni è quando da adulti rimandiamo continuamente una discussione importante o un chiarimento con una persona, oppure viviamo continuamente sotto stress e tensione una situazione di lavoro o familiare.

Secondo la filosofia Taoista, trattenere un'emozione significa

impedire quel naturale fluire dell'energia verso l'esterno e impedire il ricarico energetico verso l'interno. I risultati di questo meccanismo diventano evidenti alla fine sul corpo stesso della persona in quanto l'alterazione energetica prima sfocia in malessere, poi in disagio psicologico e interiore, poi può diventare patologia vera e propria.

Ecco quindi l'importanza dell'aiuto che la riflessologia può dare alle persone sia in fase di prevenzione che di sostegno alla guarigione.

La stimolazione dei punti: dove e quando

Viste le premessa appena esposte conviene approfondire il ruolo della riflessologia.

Secondo i riflessologi con la stimolazione di determinati punti "riflessi" sparsi su tutto il corpo è possibile riattivare le energie precedentemente "bloccate" e avviare un normale processo di guarigione. Poiché nessuno ai nostri giorni è immune da tensioni e stress la riflessologia può già intervenire nella fase preventiva soprattutto se utilizzata in forma continuativa.

Questo processo potrebbe essere definito un processo educativo a cui sottoporre il nostro universo corporeo.

Per questa ragione mi sento di affermare che la riflessologia non cura nessuna patologia in modo diretto, non è una terapia, non fa diagnosi cliniche di alcun genere, ma serve a riarmonizzare e riequilibrare energie stimolando un naturale processo di trasformazione, di crescita della propria consapevolezza.

In questo processo pedagogico gioca un ruolo fondamentale il dialogo tra l'operatore e il suo assistito: è uno scambio importante in quanto ogni energia "bloccata" ha bisogno di un

suo naturale fluire per cui la pressione posta sul punto equivale alla riattivazione, all'apertura di un "interruttore". Ma per farlo l'energia ha bisogno di un piano di lavoro complesso continuativo e di molta disponibilità da parte dell'assistito. Molte scuole definiscono questo processo come un momento educativo in cui ogni parte sana si prende cura di quella malata.

Il mondo in cui viviamo, al contrario, è basato soprattutto sul razionalismo e sulla verifica di dati tangibili: uscire da questo schema è difficile perché ci si deve basare su costrutti non sempre verificabili, misurabili, comprensibili sul piano umano: molte di queste teorie, come buona parte delle applicazioni delle medicine orientali hanno difficoltà ad essere riconosciute in ambito strettamente scientifico, anche se qualcosa si sta muovendo.

Gli aspetti da considerare sono troppi e, spesso, chi si rivolge a operatori del mondo "olistico" è poco interessato alla scientificità di ciò che pratica, ma è fuori dubbio che la riflessologia produca nel corpo endorfine lasciando in chi la riceve un forte stato di rilassamento e di quiete interiore che può durare anche diversi giorni.

È pur vero che il neurologo inglese Henry Head, ha ipotizzato il fatto che esista un collegamento nervoso tra gli organi interni e alcune porzioni della cute. La sua teoria si basa sul presupposto che ogni fibra afferente appartenente alla cellula a T di un ganglio radicolare entri nel midollo spinale attraverso una radice posteriore corrispondente a uno spazio di innervazione: il metamero. Sempre nella sua teoria Head sostiene che a ogni metamero esiste un referente cutaneo: il dermatomero. Quindi quando l'organo si ammala lo segnala in una zona ben precisa su una o più parti del corpo. Questa parte viene definita "zona riflessa". La riflessologia diviene quindi per Head un massaggio connettivale che ha lo scopo di

stimolare attraverso la zona riflessa direttamente l'organo interessato

Per i riflessologi di tutte le scuole il piede sembra essere il miglior campo di azione, che dice chiaramente chi siamo, come viviamo, quale visione abbiamo della vita e di noi stessi, come ci rapportiamo ai problemi e ai momenti felici.

Ma pochi sanno che quando parliamo di riflessologia non parliamo solo di piedi.

Non solo piedi

Infatti sia i punti riflessi sia la relazione organo-emozione di cui ho parlato prima non sono solo validi per il piede, ma si estendono a tutto il corpo.

Un buon riflessologo, può scegliere di specializzarsi in una o più tipologie di trattamento che interessano diverse parti del corpo così come non è detto che in una normale seduta di riflessologia debbano essere stimolati tutti i punti riflessi.

Così possiamo parlare di diverse riflessologie:

- Plantare o podalica (pianta del piede, parte superiore e laterali)
- Auricolare (padiglione interno dell'orecchio)
- Dorsale (schiena e fianchi)
- Palmare (palmo della mano e dorso)
- Facciale (volto e testa).

L'orecchio

“Il Dio che ascolta giunge a colui che lo invoca sontuoso

nell'aspetto e pieno di orecchie". Così recita un inno ritrovato su una stele egizia votiva datata tra il 1570 e il 1070 a.C.

L'ascolto è segnalato in ogni civiltà come un passaggio fondamentale dallo stato di apatia e torpore a quello della conoscenza. È attraverso l'ascolto attento dei segnali della natura che l'animale fugge o si prepara a rispondere all'attacco del predatore. Allo stesso modo l'uomo, attraverso il padiglione auricolare, coglie suoni e segnali che lo aiutano a trovare la giusta direzione e orientarsi nelle scelte. Il complesso labirinto dell'orecchio capta il suono attraverso il padiglione auricolare che si presenta con la sua cartilagine come una parte molto sensibile e delicata. Inevitabile pensare che come il padiglione auricolare coglie tutti i suoni così le innervature ad esso connesse li rimandino a organi e visceri prima ancora che gli stimoli siano catalogati e riconosciuti dal cervello.

Lo psicanalista Teodor Reik nel suo "Listening with the third ear" era convinto che l'intangibile potesse comunque essere udito soprattutto grazie all' "intuizione". In questo potremmo anche aggiungere che l'alchimia ha sempre inteso la meditazione come un colloquio intimo e creativo in cui l'altro non è visibile, come un rapporto vivo in cui la voce dell'altro risponde direttamente in noi. Le cose passano da uno stato inconscio a uno consapevole attraverso il dialogo tra questi due orecchi. Per questa ragione l'orecchio è importante non solo per sentire, ma per ascoltare e donare emozioni agli organi direttamente coinvolti e ad esso connessi.

Secondo il medico e auricoloterapeuta Osvaldo Sponzilli il lobo rappresenta le nostre radici e in esso vi sono già le rappresentazioni del tutto. Il lobo è quindi il centro di comando più importante capace di influenzare il tutto. Così dal punto di vista riflessologico se il padiglione auricolare manifesta lo stato dell'organismo così il lobo è la regione

riflessa del cervello: aspetto molto importante se si tiene presente che la maggior parte dei disturbi procede dalla psiche al soma.

La mano

Le prime rappresentazioni artistiche realizzate dagli uomini primitivi si presume siano state fatte appoggiando alla roccia le mani e spruzzandovi sopra ocra rossa o cenere nera. In antropologia l'immagine delle cinque dita aperte rappresenta la potenzialità espressiva della coscienza umana. La mano è lo strumento creativo per eccellenza: con le mani plasmiamo, scalpelliamo, tessiamo e forgiamo, utilizziamo strumenti chirurgici salvando vite umane o più semplicemente battiamo su una tastiera i nostri pensieri rendendoli storie o creando, se si tratta di uno strumento musicale, melodie. Al contrario le potenzialità creative della mano possono diventare distruttive: la mano può colpire, ferire, impugnare armi. Alla mano sono collegati molti detti popolari per esprimere concetti più ampi: avere le mani bucate, d'oro, legate, leste, pesanti o leggere. Molta della nostra comunicazione passa attraverso l'azione silenziosa della mano: gli innamorati la tengono stretta, consoliamo una persona poggiandola la nostra mano sulla sua spalla, rassicuriamo un bambino con una carezza, quando le alziamo ci arrendiamo al nemico. L'uso del linguaggio della mano supera barriere di popoli, razze, culture e nazioni con gesti che sono simili e che ci accompagnano tutti.

Quando la mano è aperta dona, quando è chiusa diventa un pugno ci espone a una minaccia e così, nello stesso modo, la mano filtra tutti i nostri sentimenti e le nostre emozioni mostrandole all'altro o nascondendole (è tipico di molti ordini religiosi nascondere le mani sotto lo scapolare dell'abito quale segno di umiltà e sottomissione). Per questa ragione in riflessologia la mano gioca per l'uomo un ruolo

importantissimo: se l'orecchio accoglie le emozioni, la mano le esprime.

Il dorso

Quando circa cinque milioni di anni fa gli uomini cominciarono a camminare in posizione eretta si aprì la possibilità di utilizzare in modo libero le braccia e le gambe. Questa fu una svolta radicale nella storia dell'evoluzione dell'uomo. È fuori di dubbio che la colonna vertebrale sia fondamentale per i nostri movimenti e per la nostra stazione eretta: la postura che assumiamo nelle diverse situazioni esprime non solo il senso di stabilità, ma anche il nostro stato di salute e di benessere. Chi è depresso si curva su se stesso; chi al contrario è sicuro di sé, avanza diritto e prestante. Viene anche definita spina dorsale. Il termine deriva dal mondo botanico. Per i Tantristi indù la spina dorsale è fulcro della meditazione: in essa risiedono tre nervi entro i quali scorre il soffio vitale. Questo argomento interessò anche Carl Gustav Jung che lo definì "la localizzazione anatomica che coincide coi centri subcorticali, il cervelletto e il midollo spinale". In molti archetipi la spina dorsale o la colonna vertebrale rappresentano l'unione simbolica tra ciò che è in basso e ciò che sta in alto, tra il cielo e la terra.

Il legame vitale che connette le singole vertebre rappresenta insomma non solo la fluidità dello scorrere della vita, ma ne diviene il legame stesso, conferendo stabilità alla psiche, donando personalità, da cui il detto avere "spina dorsale", inteso come forza e grandezza d'animo in grado di sostenere una vita autentica.

L'immagine che ne danno i cinesi è ancora più artistica: "la collana di perle" quasi a mostrarci come la bellezza esteriore di un simile manufatto sia insita in noi tanto da renderci altrettanto belli, unici e preziosi.

Per questo si ritiene in riflessologia che le fasce metameriche rappresentino la lettura completa dello stato emozionale della persona e che gli "interruttori" per sbloccare le energie risiedano proprio lungo la spina e lungo i metameri.

Il viso e la testa

La parte del corpo che ci sovrasta e racchiude difendendoci il nostro cervello, ha interessato da sempre tutte le culture in modi e forme differenti. Presso molti popoli, ancora oggi, è considerato un potente talismano conservare le teste dei nemici, in altri offrirle come segno di devozione. In molte culture coprire il capo significa nascondere l'anima che in esso è racchiusa o creare mistero intorno alla bellezza che è rappresentata dai lineamenti del volto. In molti riti religiosi (anche occidentali) la maggior parte delle benedizioni avviene con l'imposizione delle mani sul capo. Il valore di qualsiasi organizzazione dipende dal "capo" e anche un semplice discorso deve avere "capo e coda". Se la spina dorsale sostiene il sistema elevandolo o abbassandolo, le mani ne propagano le azioni e i piedi ne dirigono la direzione, il capo ne è il punto nevralgico. Massaggiare il capo e soprattutto il viso significa toccare il punto più vicino al centro di controllo del sistema nervoso. Se per molte culture la dimora del pensiero e delle azioni era il cuore, il petto o il fegato, soprattutto in Occidente il cervello è visto come un alambicco nel quale nascono idee e stimoli atte a creare azioni. Per i religiosi è la sede della coscienza e come tale di controllo del corpo e anche dello spirito. Testa e volto vanno sempre protetti: dal sole, dalla pioggia, dal freddo, ma anche dalle cadute di oggetti o dalla schegge di una granata perché per quanto ben protetto il nostro cervello va difeso in ogni modo. In molte tradizioni Orientali è proibito toccare la testa proprio per questo motivo.

Attraverso la testa, soprattutto il viso orientiamo ed estrinsechiamo emozioni e sentimenti, ma anche esprimiamo il nostro modo di essere. Il tocco sui punti riflessi incide direttamente su ciò che vogliamo rappresentare, sulla nostra maschera e sul nostro apparire verso l'esterno. La digitopressione quindi assume il significato di rafforzare ciò che mostriamo o di energizzare ciò che vorremmo diventare e mostrare agli altri.

Il piede

Il piede è il legame con il presente più stretto e immediato che ci ricorda che siamo fatti di terra, camminiamo sulla terra, alla terra torneremo. Prima ancora che il cervello immagazzini il senso del pericolo, il piede è già in movimento per la fuga. Sul piede si è detto moltissimo. Va da sé che il piede ci dirige verso i nostri obiettivi. Molti riflessologi sono convinti che per questa ragione sia possibile dall'anamnesi del piede, prevedere l'arrivo di malesseri e malattie con un larghissimo anticipo. Se così fosse dovremmo veramente baciare i nostri piedi e soprattutto dove si posano perché saprebbero indicarci sempre cosa stiamo diventando. Infatti in alcune scuole di riflessologia si ritiene che il piede sia fondamentale per dare il senso di marcia alla salute e al benessere della persona. Il percorso energetico si sviluppa proprio dai punti riflessi sulla pianta del piede creando interazione con visceri e organi. È come se dalla terra da cui proveniamo le energie debbano salire dal piede, attraverso tutto il corpo per elevarsi ed elevarci verso il cielo. Per questa ragione il piede ritma le danze gioiose, accompagna il passo lento delle decisioni da prendere, diviene spedito quando l'obiettivo è chiaro e cadenzato quando deve incutere disciplina o rispetto nel cammino silenzioso che ci porta verso l'ignoto nell'ultimo viaggio.

Il riflessologo

Il riflessologo esperto che utilizza i punti su tutto il corpo deve sempre saper fare delle scelte in base alle esigenze dell'assistito; ecco perché le sessioni non sono mai una eguale all'altra.

Conoscere tutta la mappa riflessologica del corpo umano richiede molti anni di esperienza, continuo aggiornamento e grande dedizione, ma soprattutto l'umiltà del ritenersi solo uno strumento proprio come l'ago che nelle mani dell'agopuntore punge divenendo una "antenna" che capta energie dal cosmo irradiandole nel corpo e ripristinandone il flusso originario naturale.

Per questa ragione e per dare serietà alla pratica riflessologica molte scuole preparano i propri operatori non solo sotto il profilo tecnico, ma anche deontologico, tramite l'iscrizione in appositi registri e richiedendo un aggiornamento continuo

Ogni buon riflessologo è chiamato al rispetto dei propri assistiti, si attiene agli insegnamenti e avvia sperimentazioni solo in accordo coi propri maestri o con colleghi più esperti. Poiché è convinto di fare parte di un cosmo e di creare interrelazione tra questo, se stesso e il proprio assistito cura molto il suo stato fisico e psichico sottoponendo prima di tutto se stesso alla pratica riflessologica e magari ad altre pratiche energetiche interne come ad esempio il Qi Gong. Si possono trattare i propri assistiti solo quando si ha una buona forma e soprattutto una grande disponibilità all'ascolto. Inoltre, cosa molto importante, ogni buon riflessologo non deve considerare il proprio operato come il miglior rimedio in assoluto per tutti i mali del mondo, ma deve saper lavorare in team considerando prima di tutto il benessere del suo assistito. Non da ultimo,

e parlo anche per esperienza personale, deve sapersi interfacciare con professionisti della salute che ritengono che il processo di autoguarigione stimolato dalla riflessologia sia uno strumento importante per ottimizzare le risposte farmacologiche o allopatriche in genere.

Riflessologia e stagioni

Ogni sessione di riflessologia è diversa dall'altra perché non solo cambiano le esigenze dell'assistito, a causa del variare delle sue emozioni, ma anche perché bisogna tener conto delle variabili date dalle diverse stagioni. Le scuole più tradizionali consigliano di lavorare molto considerando le stagionalità indicate della medicina tradizionale cinese. Quindi il breve schema precedentemente esposto può completarsi in questo modo:

tristezza: polmoni e grande intestino, autunno

gioia: cuore e piccolo intestino, estate

rabbia: fegato e vescica biliare, primavera

riflessione: milza, pancreas, stomaco, "quinta stagione" (fine estate)

paura: reni e vescica, inverno

Riflessologia: cura dei mali?

Molte scuole lo sostengono. Alcune addirittura pensano che la riflessologia possa curare tutto. Personalmente ho sempre creduto e credo nelle integrazioni e ritengo che la pratica riflessologica possa aiutare la persona in molti momenti della sua vita soprattutto a livello energetico.

In fase preventiva: la continuità delle sedute aiuta la persona a stabilire equilibri psicofisici e quindi a costruire un piano educativo atto a conoscere sempre più se stessi, a investire del tempo per il proprio benessere, a ricercare il senso del piacere non come valore momentaneo, ma assoluto, fatto della costruzione di molti aspetti in uno scambio continuo tra mente-corpo e anima. Il tatto del riflessologo aiuta la persona a conoscere, apprezzare, migliorare gli aspetti corporei personali in relazione a una maggiore definizione di se stessi, a creare uno stato atto ad affrontare le difficoltà della vita con maggiore consapevolezza.

In fase curativa: anche se per molti la riflessologia è un metodo terapeutico vero e proprio io ritengo che aiuti a ritrovare armonia. Una persona malata può con la riflessologia essere aiutata nella stimolazione di un naturale processo di trasformazione e crescita delle proprie risorse energetiche. In tal senso può benissimo affiancare la medicina allopatica e le cure naturopatiche così come non si sostituisce all'intervento d'altri professionisti quali fisioterapisti, osteopati, massaggiatori.

In fase post curativa: in questo caso è bene pensare al ri-energizzare, quindi a creare stimoli continui dove la persona possa vedere e sentire, passo dopo passo, i miglioramenti che acquisisce o aumentare la consapevolezza dello stato di mantenimento come presa di coscienza. Come in tutti i processi olistici è fondamentale il dialogo aiutando la persona a ritrovare stili di vita più consoni al proprio stato di salute psicofisico e finalizzando la propria ricerca al proprio benessere.

Paolo G. Bianchi*

Nel prossimi numeri:

“Riflessologia ed emozioni: primavera e l’emozione rabbia”.

“Riflessologia ed emozioni: estate e quinta stagione – le emozioni gioia e riflessione”.

“Riflessologia ed emozioni: autunno e l’emozione tristezza”.

“Riflessologia ed emozioni: inverno e l’emozione paura”.

Bibliografia

AAVV, “Il libro dei simboli riflessioni sulle immagini archetipe”, Taschen Ed. 2013

AAVV, “La riflessologia origini benefici terapia del piede e della mano” Gaia Ed. 2011

Ming Wong, Alessandro Conte, “On Zon Su, il massaggio del piede per la salute”, Mediterranea Ed 2009

Michel Odul, “Dimmi dove ti fa male: elementi di psicoenergetica”, Punto d’incontro Ed. 2013

Ming Wong, Alessandro Conte, “Le mappe segrete dell’ On Zon Su, applicazione dei massaggi antichi alla riflessologia del piede” Mediterranee Ed 2012

Osvaldo Sponzilli, “Auricoloterapia” Tecniche Nuove Ed. 2013

Patrizia Sanvitale, “La mano che cura”, Marsilio Ed. 2011

Alejandro Lorente, “Digitopressione” Armenia Ed. 2009

George Stefan Georgieff, “Il massaggio coreano della mano”, Macro Ed. 2012

Claudio Santoro, "Riflessologia plantare", Macro Ed. 2012

Gabriella Artioli, "Manuale di riflessologia plantare", Xenia Ed. 2008

AAVV, "Enciclopedia del massaggio", Giunti Ed. 2005

Giovanni Leanti La Rosa, "Messaggeri della salute", Il segno dei Gabrielli Ed. 2005

Marco Lorusso, "Riflessologia plantare", Macro Ed. 2007

Chen You Wa, "Digitopressione", Tecniche Nuove Ed. 2013

Dwight C. Byers, "La riflessologia del piede", Mediterranee Ed. 2012

Iona Masaa Teegarden, "Guida completa alla digitopressione Jin Shin Do", Mediterranee Ed. 2013

Huang Ti Nei Ching Su Wen, "Testo classico di medicina interna dell'imperatore giallo", Mediterranee Ed. 2012

Theodor Reik. "Il rito religioso. Studi psicoanalitici" (1946). Trad. it.: Bollati Boringhieri Ed. 1977.

Duccio Sacchi. "Theodor Reik e il «terzo orecchio». Un'introduzione all'ascolto psicoanalitico". Centro Scientifico Ed. 2010.

* counselor, counselor olistico

esperto in processi formativi esperienziali e discipline bionaturali

Registro Professionale Counselor S.I.A.F. n. LO 057 P -CG

Associazione Professionale Operatori Discipline Bionaturali
cod. AP1831

Registro Nazionale Operatori Discipline Bionaturali A.P.O.di.B
– Reflessologia

Registro Nazionale Operatori Discipline Bionaturali A.P.O.di.B
– Naturopatia: Floriterapia

Registro Nazionale Operatori Discipline Bionaturali A.P.O.di.B
– Insegnanti Discipline Bionaturali

Referente territoriale Centro Studi Schola Medica Salernitana

Professionista disciplinato ai sensi della Legge 4/2013

IL 2015: anno della Capra

Rosa Brotzu*, Giuliana Franceschini, Maurizio Corradin***,
Carlo di Stanislao******

“Quanto proiettiamo tanto le nostre aspettative nel futuro, denunciando inconsapevolmente e certissimamente la nostra infelicità presente. Ma chi è disposto a riconoscerlo? Dovemmo anche ammettere che nella vita siamo tutti dei giocatori incalliti che arrivano a perdere l'intero patrimonio ma non il vizio di giocare”

Johann Wolfgang von Goethe

“Il giusto non richiede riflessione”

Johann Wolfgang von Goethe

“Si corre lo stesso rischio troppo che a credere troppo poco” □ Denis Diderot

“Proiettandosi come unico vero rappresentante del progresso umano, l’Occidente è riuscito a dare, a chi non è “moderno” a sua immagine, un grande complesso di inferiorità – neppure il cristianesimo era riuscito a tanto! – e l’Asia sta ora buttando a mare tutto quel che era suo per acquisire tutto quel che occidentale, sia nel modello originale”

Tiziano Terzani

“Non lasciare mai che ciò che non puoi fare interferisca con ciò che puoi fare” □ John M. Capozzi

Riassunto: Secondo la tradizione cinese, l’anno 2015, sotto il dominio della capra, sarà un anno dominato da Vento e Calore. In questo articolo si chiariscono quali malattie saranno più frequenti, come curarle con tecniche esterne ed interne e quali strategie preventive mettere in campo.

Parole chiave: Zodiaco cinese, Legno, Vento, Calore.

Summary: According to Chinese tradition, the year 2015, under the rule of the goat, will be a year dominated by Wind and Heat. This article clarifies what diseases will be more frequent, how to cure them with techniques such as external and internal and preventive strategies put in place. □ **Keywords:** Chinese Zodiac, Wood, Wind, Heat.

Il 19 Febbraio, subito dopo la Mezzanotte (Wǔyè 午夜) si entra nel segno della Capra o Pecora o anche Montone (Yáng 羊), animale tutelare del 2015, ottavo animale a giungere al cospetto di Buddha ed ancora ottavo nell'elenco degli esseri che, secondo un'altra leggenda, stupirono l'Imperatore di Giada in visita sulla Terra. Tale animale totemico dona ai suoi protetti temperamento affettuoso, sensibile, timido, gentile e generoso, ma anche caparbio, capace di raggiungere tutti gli obiettivi facendo leva sulla innata diplomazia. Anno che si preannuncia carico di pace e privo di tensioni e discussioni, favorevole a chi rifugge dalle polemiche e fonda la sua vita su creatività e fantasia è anno del Legno Yin o femminile, collegato al simbolo Yi, dominato da Giove (la Stella del Legno ovvero Mùxīng 木星), con il Tronco Celeste che è Xing (Paiolo), il Ramo terrestre Wei [i] [ii] [2] che viene spesso ascritto al terzo Trigramma dell'Yi Jing, che segna la Messa in Movimento dello Yin, lo Shao Yin nei Sei Livelli ed il Ren Mai fra i Mediani Curiosi Ren Mai [iii] [iv] [v] [vi]. Dominato dal Vento sarà anno che favorirà, in campo medico, i Vuoti di Sangue e, pertanto, saranno da attendersi forme cutanee minime come prurito e orticaria, turbe mestruali contrassegnate da cicli scarsi, dolorosi e in ritardo, ma anche cefalee, puntate ipertensive e sinanche incendi ischemici cerebrali di tipo apoplettico [vii] [viii] [ix]. In anni come questo saranno frequenti i e Tonificando il Sangue ma possono, se combinati con Freddo ed Umidità, dare luogo o Bi tenaci che rispondono bene, secondo osservazioni degli anni '60 di Roustan, ad iniezioni intrarticolari di appena 1ml di Betametasone con fosfato bisodico in diluizione omeopatica alla 5CH [x]. Il Fosfato di Sodico, noto in omeopatia come Natrum Fosforicum, con formula Na_2HPO_4 è molto abbondante nelle cellule cerebrali, nei nervi, nei muscoli, nei globuli rossi e nel tessuto connettivo; mantiene l'acido urico in soluzione che può essere così espulso attraverso i reni e svolge un ruolo fondamentale nei processi di eliminazione dei prodotti del metabolismo (cataboliti). Ha, inoltre, una

funzione tampone nel metabolismo dell'acido lattico, che si forma a partire dal glucosio durante gli sforzi muscolari, e nel ricambio di ossigeno nel sangue. Leggendo tutto questo nella prospettiva della Medicina Cinese, attiva il Fegato e muove il Qi di questo Zang ed è molto efficace in pediatria (l'infanzia è legata al Legno) in corso di, acetonemia e vomito ed è indicatissimo nei reumatismi a carattere migrante, in corso di gotta (che viene trattata con i punti Jing prossimale e Shu di Fegato e Milza[xi]), pirosi, infiammazioni agli occhi, eruzioni allergoderamiche cutanee[3], ecc[xii]. Tornando alle generalità questa la divisione in periodi lunisolari, elaborata dall'amico e collegaga Antonio Brucoli del Centro I D'O (www.centroido.it) :

In generale, secondo i contenuti del libro 21, capp. 71 e 72 del Sowaen[xiii] nell'universo dominano Vento (Feng) e Calore (Re), le stagioni sono in anticipo ed i cambiamenti stagionali e climatici repentini, saranno frequenti le paralisi Tānhuàn(瘫痪) di tipo atrofico (Weizheng) e l'invasione del Fegato sulla Milza con borborigmi, dolori addominali e diaree. L'entità della invasione si misurerà palpando l'onda sfigmica a livello del dorso del piede, sul punto 42ST Chong Yang 冲阳[4], mentre particolarmente attivo, con punture lunghe (simbolicamente si dice della durata di sei respirazioni), sarà il punto 8PC, Lao Gong 劳宫, al centro del palmo della mano[5] [xiv] [xv] [xvi]. Se il Calore invade l'organismo, i punti per Chiarificarlo (Qing) saranno, in dispersione: 34GB, 11LI, 5-10LU, 6HT, 8PC, 14GV e 44ST. Se vi è invasione del Sangue (Xue) con dermatie a rapido sviluppo e a carattere o esantematico[6] o pomfoide, i punti 2LR, 10SP, 3-7PC, 6SP e 17BL. Nel caso, infine, di Vento-Calore che causano arrossamento diffuso del viso, febbre, freddezza, sete, sudorazione, dolori e gonfiori alla gola, con Polso rapido e superficiale e Lingua rossa e secca con indurimento giallo, usare 5TB con 4 e 11 LI[xvii]. Secondo i testi antichi[xviii] [xix] [xx] ed alcuni AA soprattutto italiani[xxi] e francesi[xxii] [xxiii], si può operare la Refrigerazione pungendo i punti Ying dei meridiani

Yang, corrispondenti all'Acqua e tonificando i punti Yuan dei meridiani Yang, disperdendo i punti Luo dei meridiani Yin. Questa tecnica è controindicata se i polsi sono vuoti e la costituzione è debole e nel corso di malattie croniche. Stando al Nei Jing (ossia al Sowen[xxiv] ed al Ling Shu[xxv]), il Calore invade facilmente lo Yang Ming o in superficie (Meridiano) o in Profondità (Viscere). Nel primo caso avremo: febbre forte, traspirazione intensa, timore del caldo, sete viva, polso molto ampio e mutevole e nel secondo: febbre (serotina, intermittente), stipsi, aerofagia, meteorismo con dolori addominali non spastici, inquietudine e delirio, polso profondo e duro. Il trattamento consiste nel combattere il calore "perverso" e sbloccare la "ostruzione" energetica dovuta agli scarti "bruciati". Due metodiche sono possibili. La prima, presa dal Sowen, agisce sull'energia dell'uomo e consiste nel disperdere il meridiano intermedio GB, ossia fare circolare l'energia dell'Intermedio dello Yang, lo Shao Yang, pungendo i punti 37GB (Luo), 38 GB (Jing prossimale e punto di dispersione) e tonificando il 40GB, tonificando, inoltre, con i punti 2SP e 6SP per rinfrescare. Se invece la localizzazione è viscerale i tre punti He del basso 36-37-39ST, più il punto Luo dello Stomaco (40ST), che da un lato blocca l'approfondimento del Calore Patogeno verso lo Yin, dall'altro spegne il Calore con l'Umidità della Milza. Un'altra tecnica desunta dal Nei Jing, riguarda le Energie Celesti con metodica di Disostruzione e Regolazione delle stesse, pungendo i punti Jing distali dei meridiani Yang e dei meridiani Yin dell'arto superiore ed inferiore (11 LU, 1 LI, 9 PC, 1TR, 9 HT, 1 SI, 1 KI, 1 SP, 1 LR, 45 ST, 44 GB, 67 BL), con i quali si riporterebbe nei meridiani l'energia Wei (Yang) dal Cielo all'Uomo, per scacciare il perverso. A tal fine si possono anche usare i Punti Extra Sap Sunn delle dita della mano e del piede nei quali le energie Yin e Yang sono in "transizione" o, anche, i punti 28 VG e 20 VG per richiamare lo Yang ma protettivo (weiqi) del Tou Mo, favorendone poi il passaggio nello Yang Ming. Secondo il medico vietnamita Trung

Y Hoc[xxvi], si può prevenire l'ostruzione, pungendo 3 ST ed 1 KI ed in farmacoterapia si usano purganti freddi riuniti in formule che liberano verso il basso. La più usata è Da Cheng Qi Tang, mentre se si desidera una minore azione catartica si elimina la *Saussureae radix* (Mu Xiang) e la formula così ottenuta si definisce Xiao Cheng Qi Tang. Se si vuole una formula ancora più leggera che semplicemente chiarifica il Calore nello Stomaco si eliminano la *Magnolia* (Hou Po) ed il *Citri aurantii fructus* (Zhi Shi) ottenendo Tiao Wei Cheng Qi Tang (per inciso tiao wei significa "regolarizzare lo Stomaco"). Nei casi di Calore al suo massimo (tossico) accumulato agli intestini si consiglia Da Huang Mu Dan Tang che può essere rinforzata se vi sono dolori intensi o masse dovute a Stasi del Sangue, con la *Peonia rossa* (Chi Shao) e l'herba *Ediotis* (Bai Hua She She Cao)[xxvii].

Come piante singole:

* *Huangqin* (*Scutellaria baicalensis radix*): una labiata amara e fredda, attiva su Cuore, Polmone, Vescica Biliare, Grosso Intestino, in grado di purificare il calore dal TR-superiore (Shangjiao), drenare l'umidità (combatte cistiti, ittero, diarrea, dissenteria) ed indicata come antiabortivo. Svolge incisiva azione antipertensiva. È incompatibile con la *Paeonia moutan* e contiene vari olii essenziali e flavonoidi che la rendono facilmente digeribile. L'erba intera (ed anche la varietà barbata) è definita Banzhilian, di sapore amaro e piccante e di natura fresca, si indirizza al Polmone ed allo Stomaco ed è inserita fra i rimedi antitumorali. Elimina il calore ed i tossici, attiva il sangue ed è diuretica. Secondo Guillaume e Mach-Chieu (1987) in associazione con *Solanum lyratum* ed *Houttuyna cordata* svolge un'azione incisiva in caso di cancro polmonare, epatico e gastrico. Una vigorosa azione eupeptica la svolge in caso di cancro gastrico se associata a *nidus Vespae*, *Dioscorea bulbifera* e *Strychnos nux vomica*. Con *Alisma plantago asiatica*, *Lobelia chinensis* e *Zea mais* combatte la cirrosi ascitogena e le disurie da accumulo di

umidità calore (re-shi lin).

* Huanglian (*Coptis chinensis rhizoma*) si usa il rizoma essiccato e cotto con lo zenzero. Gli si attribuisce sapore amaro e natura fredda. I meridiani destinatari sono Cuore, Fegato, Stomaco e Grosso Intestino. Abbassa il calore ed elimina l'umidità dal TR-medio, inoltre disperde il fuoco ed i tossici. Possiede un notevole tropismo anche per gli orifici della testa (tou hou) e calma i rossori degli occhi, delle orecchie e della bocca. È un rimedio molto costoso che deve essere dato a bassi dosaggi.

* Huanbai (Huangbo) (*Phellodendron cinense cortex*) una rutacea di cui si usa la corteccia essiccata al sole che si consuma o come tale o dopo essere stata arrostita con sale. Di sapore amaro e natura fredda va sui meridiani di Rene, Vescica e Grosso Intestino. Elimina l'umidità calore dal TR-Inferiore, libera dai tossici e combatte il calore vuoto. Rinforza l'azione dei tonici dello Yin ed è presente nella formula Zhi Bai Di Huang Wan (Liu dell'Amur (altro nome scientifico è *Phellodendron amurense*) è una pianta della Cina settentrionale della Siberia e del Giappone. Principi attivi noti (E. Massarani, 1981) sono: due potenti alcaloidi la berberina e la palmitina, varie mucillagini e limonina. Si usa in corso di febbre tifoidea, dissenteria, stomatite, epatite, cistite ed uretrite. Per uso esterno (Liang Jian-Hui: *Chuang Jian Pi Fu Bing Zhongyi Zhi Liao Jian Bin*, Blue Poppy Press, 1988) cura dermatiti e congiuntiviti.

* Zhizi (*Gardenia jasminoides fructus*) di cui abbiamo già parlato. Appartiene alla categoria qinreyao, è un rimedio amaro e freddo diretto su Cuore, Fegato, Polmone e Stomaco, con azione di chiarificazione del calore ai tre riscaldatori. È usato come antipiretico, antiflogistico ed emostatico (blocca i sanguinamenti intestinali e bronchiali da calore). Si usa anche come antidoto contro i "redu". In fitoterapia energetica con piante occidentali si drena il Calore e si Tonifica lo Yin mediante Salice Bianco, Betulla, Malva,

Achillea, Equiseto. Se il Calore disturba lo Shen con agitazione, ansia, insonnia, daremo due volte al dì lontano dai pasti per cicli di 15 giorni formulazione in Tintura Madre composta da: Melissa officinalis 30ml; Crataegus oxyacantha 20ml; Passiflora incarnata 20ml; Tila europea 10ml; Valeriana officinalis 10ml. Nelle donne in cui l'agitazione del Cuore e dello Shen si coniuga a Stasi e Vuoto di Sangue di Fegato, con dismenorrea, mestruazioni in anticipo e con coaguli, daremo invece la seguente combinazione in Tintura Madre: Achillea 20ml, Camomilla 20ml, Melissa 20ml, Urtica 10ml e Passiflora 10ml. Secondo molti AA nelle sindromi da Calore (Rebing), occorre applicare la teoria dei Quattro Strati o Qifen, teoria più recente di quella dei Sei Livelli, già nota nel 220 d.C., proposta da Zhan Zhong Jing nel suo Shan Han Za Bing Lun, suddiviso in Shang Han Lun e Jin elaborata durante la dinastia Qing (o mancese) da Ye Tian Shi e dai suoi discepoli nel 1746 nel trattato Wen Re Lun, espressamente dedicato alle patologie "da Calore", testo basato sul Nei Jing e su esperienze dirette dell'Autore, ma che fa riferimento anche al Kui Yao Fang Lun di Wang Shu-He del 1060, in cui si individuano 4 diverse zone che rappresentano una stratificazione delle aree funzionali, dall'esterno all'interno, dell'organismo[xxviii] [xxix]. Secondo i testi classici queste quattro zone sono:

· WEIFEN: È
Yang nello Yang,
corrisponde alle
superficie ed ai
piccoli vasi
(capillari o
microcircolo
terminale.

<ul style="list-style-type: none"> · QIFEN: È Yin nello Yang e corrisponde ai meridiani secondari.
<ul style="list-style-type: none"> · YINGFEN: È Yang nello Yin e corrisponde ai meridiani principali.
<ul style="list-style-type: none"> · XUE FEN: È Yin nello Yin e corrisponde ai grandi vasi soprattutto di tipo arterioso

Le 4 zone stabiliscono relazioni strette con i Meridiani, le cinque sostanze preziose (Wu Bao) ed i diversi organi (Zang/Fu). I meridiani principali e secondari (Jing/Lo) sono i vettori del soffio verso le 4 zone, ovvero collegano le zone alle strutture organiche profonde individuali. Le diverse sostanze sono in relazione stretta con le 4 zone. Se il Calore colpisce Weifen avremo: febbre leggera, leggera avversione per il vento ed il freddo, cefalea, tosse, sete, faringodinia. Il polso è galleggiante (fu) la lingua normale con indurimento colloso. Se il Calore attacca il Pomone, connesso con la Weiqi di questo Strato, avremo invece: tosse incessante, dispnea, afonia, faringodinia violenta, espettorato denso e vischioso. Spesso è difficile una diagnosi differenziale fra attacco della Weifen e sindrome Tai Yang, ma, di solito, nelle formule Tai Yang vi saranno dolori muscolari diffusi e cefalea ad irradiazione nucale più intensa. Comunque in entrambi i casi è consigliata la sudorificazione. Nel caso di Calore nello Strato Wei avremo orticarie acute in corso di reazioni

febrili causate da parvovirus, virus coxakie, virus di Epstein-Barr, ecc. possiamo provocare il sudore tonificando il 7LU e disperdendo il 4LI. In caso di invasione del Polmone disperdere 13BL, mentre per febbre elevata disperdere il 14GV[xxx]. In farmacoterapia si useranno Gui Zhi Tang se domina il freddo (scarsa febbre, lingua non rossa, scarsa sete, polso non rapido) o, in caso contrario, Yin Qiao San (vedi aggressione Tai Yang)[xxxi]. In dietetica cibi piccanti leggeri, freddi o caldi a seconda dei casi. Attenzione ai cibi acidi o troppo dolci che spingono in basso i perversi. Se vi è molto calore dare anche cibi amari-freschi[xxxii]. Se è colpito lo Strato Misto (Qifen), i segni di Calore sono più importanti con: febbre elevata di tipo ricorrente, timore per il freddo, sete e traspirazione, urine cariche, respirazione pesante, agitazione, inquietudine e, a volte, delirio, addome gonfio e doloroso, costipazione o incontinenza fecale, bruciore anale. Il polso è rapido, la lingua mostra patina gialla, collante o secca. Da questo strato il calore patogeno può diffondersi ai vari organi e soprattutto colpire i Polmoni, Lo Stomaco, il TR-medio e gli Intestini. Le manifestazioni cutanee sono contrassegnate da edema e dolore a tipo hepes zoster[7]. Anche l'impetigine contagiosa[8] può rientrare in questo gruppo (con possibili complicazioni glomerulonefritiche). Secondo la maggior parte degli AA si hanno cinque diverse possibilità sindromiche:

– Calore perverso che ristagna nei Polmoni: tosse, respirazione corta ed ansimante, battimento delle pinne nasali, catarro denso, traspirazione e sete. Si tratteranno i punti GV 14 (per ridurre il calore) e LU 1 + BL 13 per rinfrescare il Polmone.

– Calore che ristagna nello Stomaco: febbre elevata, sudurazione incessante, sete inestinguibile, urine scarse, feci secche. Tratteremo 4-11 LI per il calore allo Yang Ming e BL 21 per disperdere il calore nello Stomaco.

– Calore che ristagna nel petto e nell'addome: corpo

caldo, melanconia e tristezza, bruciore al petto. Tratteremo i punti 4-11 LI e 14 VG per rinfrescare il calore e BL 13 e 21 per ridurre il calore nello Stomaco e nel Polmone.

– Calore che interessa gli Intestini: febbre ricorrente, costipazione, addome gonfio, doloroso e duro alla palpazione. Verranno trattati i punti 25 e 27 BL (beishu del Grosso e Piccolo intestino).

– Calore che ristagna al Centro (Zhong): Il calore ristagna al centro del corpo coinvolgendo il TR ed i liquidi. La febbre manca al mattino, aumenta nel pomeriggio e decresce di notte con profusa sudurazione (segno di infezione da gram positivi piogenici). Corpo pesante ed affaticato, sensazione di oppressione toracica, perdita di appetito e mancanza di sete. Tratteremo principalmente i punti BL 22 (shu del dorso del TE) e CV 5 (Mu del TE).

In farmacoterapia si impiegano formule che chiarificano il calore (qinre fang ji) dallo strato del Qi. I colleghi riuniti di Pechino, Nanchino e Shanghai impiegano 20 diverse formule divise in 6 gruppi in base alla gravità ed etiopatogenesi:

a)	Calore lieve (Wen)
b)	Calore forte (Re)
c)	Fuoco (Huo)
d)	Calore tossico (Du)
e)	Calore Estivo (Shi Re)

f) Calore vuoto (Xu Re)

Queste formule con principi amari e freddi non possono essere usate per lungo tempo poiché danneggiano il TR-medio, l'appetito e la possibilità di estrarre Guqi. Siccome asciugano bisogna sempre aggiungere tonici dello Yin e dei liquidi. Inoltre possono danneggiare lo Yang della Milza determinando, a lungo andare, lo sviluppo di Tan (catarri). La formula più usata nelle forme da aggressione dello strato Qi è Bai Hu Tang (decotto della tigre bianca), proposta da Zhang Zhong Jing e magnificata da Li Shi Zhen per purificare il calore, eliminare l'agitazione, favorire l'appetito e far produrre liquidi corporei. Nei bambini o nel caso di febbre molto alta si aggiunge panax Ginseng radix e si ottiene la formula Ren Shen Bai Hu Tang. Se si hanno mialgie violente o violenti dolori addominali (accumulo allo Stomaco ed agli Intestini) si aggiunge il ramulus Cinnamomi (Gui Zhi). In dietetica usare i prodotti amari e evitare dolce e piccante, oltre che alimenti riscaldanti, grassi animali, frutti di mare, gamberi, ecc. Se il Calore persiste e consuma i Liquidi, avremo un interessamento di Yingfen, condizione in cui la malattia assume carattere di particolare gravità per il contemporaneo interessamento dello Shen, con: perdita di coscienza, delirio, febbre alta che aumenta di notte (puntate fino a 40), irrequietezza ed insonnia, sete, paralisi spastica dei quattro arti, eruzioni cutanee di tipo purpurico con "nuance" viola, pelle arrossata ed edematosa, polso rapido e sottile, lingua scarlatta. In realtà sono possibili due diverse sindromi a seconda che siano consumati i liquidi Jin o Ye.

– Sindrome
Jin Ying: febbre
che è massima di
notte, delirio
vrbale,
irrequetezza,
insonnia.

– Sindrome
Ye Ying: febbre
elevatissima
agitazione
permanente (detta
Shenzhi),
eruzioni
maculari, sete,
traspirazione
abbondante, a
volte ematemesi.

Occorre disperdere il calore, trattare i liquidi e sedare lo Shen. Si impiegano i punti LU11 (per il Calore), LU 7 (per i liquidi), CV 17 e 21 e GV 26 (per lo Shen). In farmacoterapia si impiega la formula Qing Ying Tang (decotto per purificare lo strato Ying) con un ingrediente animale (Xi Jiao, corno di rinocerento) ed altre nove piante che promuovono i fluidi Jin/Ye, purificano il calore del Cuore e calmano il mentale. Le meningiti epidemiche, la febbre emorragica e petecchiale, le altre rickettsiosi, la herlichiasi, rientrano fra queste affezioni. Le vasculiti purpuriche[9] e la trinsindrome di Gougerot[10] sono trattabili in questo modo. Utile la stessa dieta della forma precedente e per sostenere i liquidi latte e latticini freschi, insalata, carne di agnello e cibi molto idrati (pesce, ad esempio). Se il Calore penetra nello strato Xuefen, vi saranno gravi ripercussiooni su Fegato, Rene e

Cuore con: perdita di coscienza, delirio, spasmi a crampi, macule, stravasi ematici, ematemesi, melena, emoftoe ed epistassi, ematuria, polso rapido e lingua scarlatta. Le infezioni da *Leptospira* ittero-emorragica, l'Ebola, la sindrome di Waterhouse-Friderichsen[11] rientrano in questo gruppo di affezioni spesso mortali. Le situazioni sindromiche sono di quattro diversi tipi:

– Sindrome del Calore perverso che agita il Sangue: comporta qualsiasi tipo di sanguinamento dal naso, dalla bocca, con feci ed urine. A livello della pelle compaiono macule e papule purpuriche, esantemi rubeolici e si associano delirio e tics.

– Produzione di Vento da eccesso di Calore: si genera una liberazione interna di vento da Yang al suo massimo con vertigine, cefalea, melanconia e tristezza, nuca e dorso rigidi (a volto opistotono), tics convulsivi mani e piedi (corea, ballismo, atetosi), occhi deviati a destra o a sinistra. Se gli orifizi superiori sono ostruiti si assiste anche a crisi convulsive (sindromi epilettiformi febbrili).

– Calore perverso che essicca il Sangue: si avranno liberazione di vento e secchezza del sangue perché il calore avrà bruciato i liquidi. Avremo agitazione, febbre ciclica, affaticamento, desiderio di dormire fino alla letargia (le febbri malariche rientrano in questo gruppo).

– Sindrome della liberazione dello Yin e del Soffio: l'immagine (desunta dal Ling Shu) è quella del cavaliere che si fa disarcionare dal cavallo. L'energia Qi, non più trattenuta dal Sangue, si libera e fugge. Il risultato è una completa e gravissima (premortale) dissociazione. Occhi rossi, stato di ebetudine (coma vigile), respirazione superficiale d'irregolare (respiro di Biot), respirazione a bocca aperta ed alitante. Secondo l'Association Francaise d'Acupuncture occorre rinfrescare (2 LR-11LI) e tonificare (10SP, BL18-20) il Sangue ed inoltre ridurre il calore del Cuore, e sedare lo

Shen (BL 15). Secondo Van Nghi utile trattare 7-8 PC e 8 H, mentre Colin propone BL42 e 43 e HT 3[xxxiii]. In farmacoterapia Xi Jiao Di Huang Tang, con corno di rinoceronte sostituibile con corno di Bufalo a cui aggiungere del tè verde e radice di loto (Ou Jie) per epistassi o altri sanguinamenti. In caso di calore molto intenso (atrofia giallo-acuta del fegato, leucemia acuta, setticemie) utile il prodotto Huang Lian Jie Du Tang, che essendo freddo ed amaro può danneggiare lo Yin; ovvero Liang Ge San (decotto per raffreddare il diaframma), che purifica il calore dagli strati Ying e Xue, libera gli intestini e chiarifica i riscaldatori Superiore e Medio. Una patent molto simile è Huang Lian Shang Qing Wan[xxxiv]. Si eviteranno alimenti riscaldanti, eccesso di sale e saranno utili invece alimenti rinfrescanti, dolci ed amari[xxxv].

Per quanto riguarda il Vento (Feng), invece, esso è considerato la causa principale di molte malattie in Medicina Cinese e la condizione basilare di molte delle disarmonie che contrassegnano svariate patologie a carattere sia acuto, che protratto nel tempo. Il Vento è la più Yang fra le sei Xie (Liu Yin), di origine sia esterna (climatica ed ambientale, Wai Gan) che interna (Nei Shang, da Vuoto di Yin, Vuoto di Sangue o Calore al suo massimo), estremamente mobile, capace di impattare in alto e in superficie (causa varie dermopatie, tremori e contratture muscolari), ma che, anche, è alla base di dolori crampiformi viscerali, soprattutto a carico del digerente, oltre che accessi asmatici e sindromi rinopatiche a carattere spasmodico. Più propriamente, secondo gli AA cinesi, esso causa: affezioni delle vie respiratorie e digestive acute a carattere simil-influenzale (Vento-Freddo e Vento-Calore); edemi del viso (tipo "facies a Pierrot della glomerulonefrite, alcune forme di edema di Quincke[12], ecc.) se commisto ad Acqua ; eruzioni cutanee pruriginose e pomfoidi (tipo rush ed orticaria, ma anche fasi acute di eczema atopico o prurito essenziale) se combinato con Freddo, Calore e, a volte, Umidità o Secchezza; reumatismi migranti e, a volte,

deformanti (artrite reumatoide e psoriasica) se combinato con Umidità. Molti degli incidenti vascolari acuti del SNC (ictus, emorragia) e del cuore (infarto del miocardio) si definiscono, secondo il Sowa, legati al Vento, che è sempre rapido, improvviso e brutale. Secondo AA taoisti esso, impattando sul Legno, implica la trasformazione ed il cambiamento. Soggetti che non sopportano il Vento sono spaventati dalle novità e resistono ai cambiamenti. Non a caso il "Vento" è presente nel nome della "Fenice Cinese": il Fenghuang, a volte chiamata "Gallo Augusto" e legata al Fuoco che è massima trasformazione alchemica. Un suo eccesso è legato alla Collera (Nu,) che, a lungo andare, indebolisce l'energia del Fegato (Gan), predisponendo a malattie gravi (epatopatie, colelitiasi e calcolosi biliari, turbe cardiovascolari, ecc.). Quasi sempre, nella pratica clinica, il Vento interno si deve a Stasi protratta di Fegato o Vuoto di Yin e/o Sangue dell'organo. Queste condizioni causano cefalea, algie facciali, vertigini, ipertensione, epilessia. Veicolo per definizione di vari perversi esso è spesso commisto con Freddo, Calore, Umidità e Secchezza e combattendolo, secondo lo Shang Han Lun, sarà possibile dissipare gli altri perversi che invadono l'organismo. È nostra intenzione, in questo articolo, presentare brevemente le piante (Qu Feng Yao) e le formule (Qu Feng Yao Fan) di più frequente uso nella patologie da Vento (Feng Zheng) in Medicina Cinese[xxxvi]. In agopuntura occorre Eliminare il Vento ma anche Tonificare il Sangue che, se in Vuoto, favorisce lo sviluppo di Vento-Interno. Secondo gli AA Italiani[xxxvii] [xxxviii] e Francesi[xxxix] [xl], si useranno i cosiddetti Punti Vento[13] (soprattutto il 12BL) associati ai punti 6SP e 17BL. Secondo, invece, la più parte degli esponenti della attuale impostazione cinese[xli] [xlii], sono da usare i punti 7LU, 4 e 11 LI, 5TB e, in aggiunta, 17TB, 20GB e 14GV, se vi sono evidenti segni dell'estremo cefalico come ostruzione nasale, occhi arrossati, sinusite, gonfiore e dolore dei muscoli del viso e del collo, ecc.[xliii] [xliv]. Secondo la Scuola Classica Cinese che si rifà agli studi della cosiddetta Accademia Imperiale del Periodo Song, per eliminare

il Vento occorre attivare la funzione “rilasciante” (Jie) del Polmone (Fei), pungente, con punture rapide e superficiali, i punti LU 1 (Zhong Fu), LU 7 (Lie Que) ed LU 8 (Jing Qu)[xlvi]. Secondo il Nan Jing[xlvii] [xlvi] se il Vento supera le difese del Polmone e tende a penetrare in profondità, lo Stomaco (Wei) interviene a sostegno tentando di “rettificare” (Li) questa condizione. Rettificare significa imporre che lo scorrimento del Qi sia regolare e questa funzione la operano, secondo il modello Classico, Stomaco e Vescica Biliare. In pratica, se il Vento invade lo Stomaco con nausea, inappetenza, aerogastria, agitazione e insonnia, dovremo trattare i punti ST 7 (Xia Guan), ST 10 (Shui Tu), ST 14 (Ku Fang). Se il Vento raggiunge lo Shao Yang avremo febbre e brividi, alternanza di caldo e freddo, dolori ossei e muscolari diffusi[14], dolori all’ipocondrio destro e alvo alterno con nausea ma senza vomito, vertigini, disturbi dell’equilibrio. Sono utili, secondo il modello Classico, i punti GB 23 (Zhe Jin) e GB 28 (Weidao), unitamente ai punti Shu e Luo (per Armonizzare) del Triplice Riscaldatore: 3TB (Zhongzhu) e 5TB (Waigan). Molto importanti sono le piante medicinali[xlviii] e più precisamente quelli che “sottomettono il Vento”, calmano i tremori e pacificano lo “Spirito” (Shen, . Molti di questi rimedi sono animali (non usati da noi) ed altri minerali (da usare con qualche prudenza).

* Di Long (Lumbricus terrestris, Lombrico): Salato e freddo, agisce su Vescica, Polmone, Fegato e Milza. Drena il Fuoco di Fegato, calma i dolori e gli spasmi, risolve il Vento-Umidità. È attivo sui dolori articolari, ma cura anche il Calore che blocca la circolazione nei Jing-Luo. Tratta l’epilessia. Il dosaggio è di 4,5-12g/die. È un rimedio animale con rischi sia tossicologici che farmacologici (non si impiega in Italia).

* Quan Xie (Buthus martensi, Scorpione) Salato, piccante e neutro, piuttosto tossico, agisce sul Fegato e dissipa il Vento-Flegma, trattando tremori, cefalee, stroke. Usato nei

dolori tenaci articolari. Dosaggio giornaliero da 2,4 a 4,5 g. È rimedio da evitare sotto il profilo tossicologico e microbiologico.

* Wu Gong (*Scolopendra subspinipes*): Trattasi del corpo essiccato della *Scolopendra subspinipes mutilans* L. Koch della famiglia delle Scolopendridae, insetto lungo e piatto di circa 9-17 cm di lunghezza. Raccolto prevalentemente in Primavera, viene bollito, fatto essiccare e successivamente macinato in polvere oppure fissato ad una striscia di bambù e lasciato così asciugare al sole e all'aria. Il principio è piccante, tiepido e tossico, agisce sul Fegato, drena il Vento, cura spasmi e convulsioni. il quadro iniziale viene scatenato oppure aggravato da un fattore emotivo improvviso, per cui una delle caratteristiche principali oltre alla gravità del quadro clinico stesso, è la brusca insorgenza dei sintomi. Trattavari sintomi neurologici e, soprattutto: disatria, afasia, emiplegia e paralisi del facciale. Esso risolve i noduli cutanei e tratta i morsi di serpente. Dosaggio giornaliero 2-4 g. Non in uso da noi per motivi microbiologici e tossicologici.

* Jiang Can (*Bombyx baytryticatus*, Baco da seta): Piccante, salato e neutro, cura i dolori spastici e le ulcerazioni oculari; combatte il Vento del Fegato. Trasforma il flegma, cura i "noduli" e le affezioni cutanee da Vento e Umidità. Quantità giornaliera da 3 a 9 g.

* Ling Yang Jiao (*Antelopsis cornu*, corno di Antilope: Rimedio animale salato e freddo, che agisce su Fegato e Cuore, calma gli spasmi e le convulsioni, sottomette il Vento di Fegato e cura vertigini, cefalee e congiuntiviti. Drena il Fuoco ed il Calore, cura i deliri e le psicosi, ma tratta, anche, la perdita di coscienza. Si usa a dosi di 1.5 – 3g; in polvere 0,3-3g. Naturalmente ricordiamo i limiti (etici, microbiologici e di sicurezza) tipici dell'uso dei rimedi animali (non si impiega in Italia).

* Long Gu (os Dragonis): Dolce, astringente e neutro, agisce su Rene, Fegato e Cuore, calma il Fegato, consolida lo Yang "fluttuante", cura l'ansia, le palpitazioni e l'insonnia. Per via topica, poiché ricco di carbonato di calcio, cura le ulcere trofiche. Dosaggio giornaliero 15-30 g, può nuocere allo Yang e creare del Freddo.

* Mu Li (Ostreae concha) : Salato, astringente e freddo, questo rimedio minerale agisce su Fegato e Rene, drena il Vento, beneficia lo Yin, tratta le palpitazioni, l'ansia e l'insonnia. Rimedio elettivo delle ipercloridie, tratta le cefalee su base ansiosa. Il dosaggio giornaliero varia da 15 a 30 g.

* Shi Jue Ming (Haliotidis concha): Rimedio minerale freddo e salato, che sottomette lo Yang di Fegato e tratta, soprattutto vertigini e disturbi oculari (fotofobia, congiuntiviti, ecc.). Dosaggio da 9 a 30 g/die. A volte difficile da digerire. Dare a stomaco pieno.

* Dai Zhe Shi (Haematitum, Ematite): Amaro e freddo, questo rimedio minerale tratta Fegato, Cuore e Ministro del Cuore, corregge il Qini, cura vomito, nausea e drena l'eccesso di Yang di Fegato. È emostatico e blocca i sanguinamenti soprattutto digestivi. Dosaggio giornaliero da 9 a 30g.

* Bai Ji Li (Tribuli terrestris fructus): Amaro-dolce e freddo, il rimedio lavora su Stomaco, Polmone e Fegato, trattando il "controcorrente" (nausea, vomito), riducendo gli edemi (da Vento-Acqua) e con forte impatto cutaneo (per via topica tratta le ulcerazioni). Il dosaggio giornaliero è di 3-15 g.

* Gou Teng (Uncaria cum uncis ramulus): Rimedio dolce e fresco, che combatte e sottomette il Vento del Fegato, utile in caso di cefalea, ipertensione, ictus, ma anche impiegato per dissipare il Vento-Calore di origine esterna. Anche esso agisce su Fegato e Cuore. La dose giornaliera varia da 6

e 15 g. È controindicato nei Vuoti severi di Yin.

* Tian Ma (*Gastrodiae elatae rhizoma*) : Dolce e neutro, il rimedio agisce sul Fegato, sottomette il Vento, tratta gli spasmi da Vento e Freddo, controlla gli "accumuli" da Vento e Umidità è utile contro ronzii e vertigini. La dose giornaliera è di 3-9 g (in polvere 0,9-1,5g) ed è molto indicata in caso di emicrania ed epilessia. È impiegata nelle alopecia da Vento-Umidità.

* Ma Huang (*Ephedra sinica herba*): Dolce e neutra elimina il Vento-Freddo e sostiene lo Strato Wei e l'Energia del Polmone. Dosaggio consigliato fra 3 e 10 g/die. È il più antico antiasmatico della storia documentata della medicina. Produce un'azione diuretica e favorisce la risoluzione degli edemi. Tratta rinite, coriza influenzale, sindromi rinobronchiali, tosse ed asma. È ricca di efedrina che svolge una vigorosa azione simpaticomimetica. Limitare l'uso di caffè ed altri nervini. Da non usare in soggetti cardiopatici o ipertesi. Haller e Benowitz, analizzando i dati della FDA sugli effetti avversi raccolti nel periodo (giugno 1997-marzo 1999), hanno identificato 140 eventi conseguenti all'uso di supplementi dietetici contenenti Ma Huang, di cui il 47% a carico del sistema cardiovascolare ed il 18% del sistema nervoso centrale. Recentemente Samenuk et al. hanno analizzato il database per il periodo Gennaio 95 Gennaio 97. Nella banca dati sono stati riscontrati 926 casi di sospetta tossicità da ma huang, 37 dei quali (23 donne, 14 uomini con un'età di 43 ± 23 anni) rappresentati da gravi eventi cardiovascolari. La somministrazione continuata nel tempo causa la tipica cardiomiopatia riconducibile ad eccesso di catecolamine.

* Qiang Huo (*Notopterygium rhizoma et radix*): Piccante, aromatico e amaro, si indirizza verso Rene e Vescica, tratta i dolori nella parte alta del corpo (soprattutto cervicale), disperde il Vento Freddo dissipando l'Umidità e se ne danno da 6 a 15 g/die. Non ha effetti indesiderati (è quindi molto maneggevole).

* Xiang Ru (*Elsholtziae seu Moslae herba*): Piccante, amaro e aromatico, tratta Stomaco e Polmone, favorisce la diuresi, dissipa il Vento combinato con Freddo e Umidità, tratta la diarrea acuta e le cistiti. Dosaggio giornaliero 3-9 g.

* Gui Zhi (*Cinnamomi cassiae ramulus*): Piccante, dolce e riscaldante, agisce su Polmone, Cuore e Vescica, tratta le sindromi influenzali (Strato Wei e livello Tai Yang), favorisce la digestione e calma i dolori muscolari ed articolari. Dosaggio giornaliero 3-9 g.

* Zi Su Ye (*Perillia frutescensis fructus*): Piccante e aromatica. Libera il Vento Freddo e agisce sul Tai Yin (Polmone e Milza). Tratta la dispnea e la tosse, la nausea ed il vomito. È indicato nel "feto agitato" e quindi nello lombalgie gravidiche. Tratta le tossinfezioni alimentari (soprattutto da prodotti ittici). Dosaggio giornaliero 3-9 g.

* Jing Jie (*Schizonepetae tenuifoliae herba seu flos*): Piccante ed aromatica si indirizza verso Fegato e polmone, tratta il Vento Freddo ed elimina i rush cutanei esantematici e pruriginosi. Tratta il dolore degli arti superiori ed inferiori e calma la diarrea. Dosaggio giornaliero 3-9 g.

* Fang Feng (*Ledebouriellae divaricatae radix*): Piccante e aromatica, dissipa Vento e Umidità, tratta cefalea e dermatiti acute urticate o eczematose, di tipo pruriginoso. Dosaggio giornaliero 3-9 g.

* Bai Zhi (*Angelica dahurica radix*): Piccante e Calda, scaccia il Vento freddo, tratta le ostruzioni nasali, favorisce l'eliminazione cutanea del pus, cura, per via locale, piaghe ed ulcerazioni croniche. Dosaggio die 3-9 g. Sheng Jiang (*Zingiberis officinalis recens rizoma*, Zenzero fresco) Agisce su Milza e Stomaco, libera l'esteriore e riscalda il Jiao Medio. Disperde il Flegma dal Polmone e riduce la tossicità delle altre droghe. Dose giornaliera 3-9 g.

* Cang Er Zi (*fructus Xanthii*): Piccante e dolce, riscaldante.

Dissipa vento e Catarri, disostruisce il naso, allevia il dolore da sinusite e le cefalee del vertice (con Angelica dahurica e fructus Evodiae). Dosaggio giornaliero 3-9 g.

* Gao Ben (Ligustici rhizoma e radix): Piccante e riscaldante, agisce sul Meridiano di Vescica ed allevia il dolore nucale e del vertice. Dosaggio 3-9 g/die.

* Xin Yi Hua (Magnoliae flos): Piccante e riscaldante, libera il naso dai catarri e tratta le diverse forme di rinosinusite (con fructus Xanthii). Dosaggio 3-9 g/die. Agisce sul Meridiano di Vescica.

* Xi Xin (Asari herba cum radice): Piccante e Caldo il rimedio è dato a dosaggio molto più basso dei precedenti: 1-3g/die. Libera l'esteriore dal Vento-Freddo, scalda il Polmone e lo libera dal Flegma è utile contro il dolore rinosinusale.

* Bo He (herba Menthae haplocalyx) : Piccante, fredda e aromatica, che agisce a bassi dosaggi (1.5-6 g/die) su Polmone e Fegato, trattando le forme febbrili con segni di flogosi e sovrapposizione batterica, il naso chiuso da Catarri densi e la conseguente cefalea. Tratta anche vari disturbi da Stasi di Qi, soprattutto ginecologici e le turbe psicosomatiche in generale.

* Ge Gen (radix Puerariae): Piccante, dolce e fredda. Agisce su Stomaco e Milza, drena il Vento-Calore commisto a catarri, abbassa la febbre, cura la cefalea. Cura l'orzaiolo e le suppurazioni in generale. Dosaggio 6-12 g/die.

* Sang Ye (Mori albae folium): Dolce, amaro e freddo, il rimedio agisce su Polmone e Fegato, se ne danno da 4,5 a 12 g/die. Drena il Vento del Fegato e l'accumulo di Vento-Calore esterni.

* Chai Hu (Blupeiuri radix): Piccante, amaro e rinfrescante, agisce su Fegato, Vescica Biliare, Ministro del Cuore e Triplice Riscaldatore. Scaccia il Vento freddo e muove il Qi.

Si usa per dolori mestruali, vertigini, dolori intercostali, diarrea, prolasso anale ed emorroidi.

* Dan Dou Chi (Sojae praeparatum semen): Piccante, amaro e dolce, insieme riscaldante e fresco, il rimedio lavora su Polmone e Stomaco e elimina il Vento esterno, giova allo Yin, combatte il calore e da sollievo a palpitazioni, insonnia, gambe senza riposo ed eretismo psichico. Dosaggio giornaliero 6-15 g.

Naturalmente in svariate condizioni (neurologiche, psichiche, allergologiche, ecc.), noi riteniamo utile combinare la terapia con formule cinesi a terapia convenzionale. Questa integrazione garantisce più rapido ed incisivo recupero ma, potenzialmente, aggrava i rischi legati a possibili interazioni fra derivati vegetali e farmaci. Occorre ricordare che le piante, di solito, interagiscono con anticoagulanti, simpaticomimetici, neurolettici, ansiolitici e principi antiretrovirali[xlix] [l]. Inoltre, ed in generale, le interazioni fra farmaci e piante sono: aumento della tossicità dell'erba o della combinazione; riduzione dell'efficacia dell'erba o della combinazione; aumento della tossicità del farmaco; riduzione dell'efficacia del farmaco. In fitoterapia energetica in caso di Fegato che invade la Milza, una miscela in Tintura Madre (15 gocce dopo i tre pasti) per un mese, composta da: Malva sylvestris 30ml; Melissa officinalis 20ml; Matricaria chamomilla 20ml; Foeniculum vulgare 15ml; Pimpinella anisum 10ml; Symphytum officinalis (Consolida maggiore) 5ml[li]. Nel campo preventivo alimentazione, stile di vita ed automassaggio con oli essenziali prescelti in base alle caratteristiche dell'anno, saranno interventi più efficaci[lii][liii]. In campo dietetico, per sostenere lo Yin e il Sangue, che, come detto, in questo anno sono in pericolo, per cui la carenza di Energia Nutritiva è secondaria a quella della Nutritiva (Ying), occorre dare alimenti proteici, carne di maiale, anatra e di manzo, ostriche, vongole, anguille, uova, soia nera, spinaci, castagne, pere sbucciate, pesche e

uva. Meglio le cotture in Umido e a Bagno Maria, evitando fritti e arrostiti. Come oli essenziali per automassaggio sui Meridiani di Fegato, Rene e Cuore, Rosa, Geranio, Salvia e Angelica, in miscele con un contenuto di aromi non superiore all'1%, diluiti in Olio di Sesamo o di Oliva[liv]. Utile il Qi Gong con tecniche interne, atte a consolidare Yin e Sangue. I Sei Suoni e i Cinque Animali sono tecniche molto utili[lv] [lvi]. Utile anche lo stile Tibetano dell'VIII secolo detto Mizong o Astrologico, da eseguirsi soprattutto il martedì per il Sangue e giovedì e venerdì per lo Yin[lvii].

Indirizzi per chiarimenti

Carlo Di Stanislao

mailto: carlo.distanislao@gmail.com; amsaaq@tin.it;
c.distanislao@agopuntura.org

Note

[1] Da: <http://www.leggilo.net/123573/loroscopo-del-2014-secondo-lo-zodiaco-cinese.html>.

[2] Anno del ciclo 78, definito Yi Wei come Tronco Celeste e Ramo Terrestre, rispettivamente: ☰☷

[3]

[4] Da: <http://www.acupuncture.com/education/points/stomach/st42.htm>.

[5] Da: <http://www.orandia.com/forum/index.php?id=99142>.

[6] Come nel cosiddetto eritema migrante tipico rash anulare, detto eritema migrante. (Nelson, Textbook of Pediatrics, XVI Edition, Saunders) che si manifesta nel sito della puntura della zecca, di solito comincia come una macula rossa o una

papula che tende lentamente ad espandersi formando una larga lesione anulare, spesso con un margine rosso vivo ed una zona centrale chiara. Forma iniziale di malattia di Lyme da *Borrellia burgdorferi*; nell'eritema anulare centrifugo di Darier, chiazza con bordi netti e risoluzione centrale, con chiazze simili a distanza alla prima, ad eziologia sconosciuta; o sindrome P.U.P.P.P. (Pruritic Urticarial Papules and Plaques of Pregnancy), eruzione polimorfa ed urticata della gravidanza (terzo mese), con intenso prurito e ad andamento benigno .

[7]

[8]

[9]

[10]

[11]

Vedi:

<http://www.britannica.com/EBchecked/topic/637456/Waterhouse-Friderichsen-syndrome>.

[12]

[13]Essi sono:

- * Fengmen Porta del Vento 12V
- * Yifeng Schermo del Vento 17TR
- * Fengchi Stagno del Vento 20VB
- * Fengshi Mercato del Vento 31VB
- * Fengfu Dimora del Vento 16VG

[14] Lo Shao Yang è il livello intermedio dei 3 livelli Yang che è in rapporto con l'erranza, che gioca un ruolo di perno, che regola i movimenti dello Yang (S. W. cap. 6) ed è il regolatore che erra in tutte le parti del corpo (S. W. cap.

79).

Bibliografia

[i] Wu S.: Chinese Astrology, The Career Press, Inc., New York, 2005.

[ii] De Berardinis D.: Microcosmo e Macrocosmo. Rami Terrestri e Tronchi Celesti. Apertura e Chiusura dei Punti di Agopuntura,
http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_1997/tronchi.htm, 1997.

[iii] Mazzocchi A.: I Ching e medicina tradizionale cinese: parte terza I Ching ed agopuntura,
<http://www.oloselogos.it/articoli-antropologia/i-ching-e-medicina-tradizionale-cinese-parte-terza-i-ching-ed-agopuntura/>, 2014.

[iv] Di Stanislao C.: L'alchimia taoista,
<http://it.scribd.com/doc/163756064/eBook-Alchimia-Ita-Di-Stanislao-Carlo-Alchimia-Taoista#>, 2013.

[v] Lomuscio A.: Yi-King e MTC,
<http://www.albertolomuscio.it/I-KING/I-KING%20e%20MTC.pdf>, 2008.

[vi] Roustan C., Rabreau D.: Fichier d'acupuncture et de médecine occidentale, Ed. OEDIP-CEREM, Paris, 1981.

[vii] Marié E.: Précis de médecine chinoise : Histoire, théories fondamentales, diagnostic et principes thérapeutiques, ed. Dangles, Paris, 2005.

[viii] Roustan C.: Traité D'Acupuncture: médecine traditionnelle chinoise, Voll I-III, Ed. Masson, Paris, 1978.

- [ix] Van Nghi N.: Patogénie et pathologie énergétique en médecine chinoise, Ed. Don Bosco, Marsiglia 1971.
- [x] Roustan C.: Emploi du phosphate disodique de betamethasone en injections locales intra et para-articulaires, Ed. R. Vezin, Lion, 1965.
- [xi] Jarmey C., Bouratinos I.: Agopunti. Guida pratica in agopuntura, moxa, coppettazione, moxa e massaggio, Ed. Edi Ermes, Milano, 2010.
- [xii] Milani L.: Weihe e altri Punti tra Agopuntura e Omeopatia, Ed. Guna, Milano, 2000.
- [xiii] Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen. Volume XI bis. Il SU WEN, Ed. Xin Shu, Roma, 2012
- [xiv] WHO: A Proposed Standard International Acupuncture Nomenclature Report of a WHO Scientific Group , Ed. World Health Organization. Retrieved Sep-05-2014, <http://link.springer.com/article/10.1007/s00424-011-1017-3/fulltext.html>, 2014.
- [xv] Corradin M., Di Stanislao C., Parini M. (a cura di): Mappe dei Punti di Agopuntura, Ed. CEA, Milano, 2001.
- [xvi] AAVV: An Explanatory book of the newest illustrations of acupuncture points, Ed. Medicine and Health Pub. Co, Hong Kong 1974.
- [xvii] Montanari R., De Berardinis D.: Il Calore in Medicina Tradizionale Cinese, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_1997/calore.htm, 1997.
- [xviii] Porkert M.: Medicina Cinese, Ed. Armenia, Milano, 1984.
- [xix] Needham J., Gwei Djen L.: Aghi Celesti, Ed. Einaudi, Torino, 1987.

- [xx] Gori G.: Il significato energetico dei punti di agopuntura, d. San Marco Libri, Bologna, 1989
- [xxi] Cantoni T., Dujiany R., Garavaglia G.P., Mollard Y, revisione a cura di C. Di Stanislao: Principi di diagnostica e terapia agopuntrice, Ed. Sopen Milano, 1997.
- [xxii] Faubert A.: Traité didactique d'acupuncture traditionnelle, Ed. Tredaniel, Paris, 1977.
- [xxiii] Duron A., Leville-Mary C., Borsarello J.: Bioenergetique et médecine chinoise, voll I-III, Ed. Maisonneuve, St. Ruffine, 1977.
- [xxiv] Husson A.: Huang Di Nei Jin Suwen, Ed. ASMAF, Parigi, 1973.
- [xxv] Wong M.: Ling Shu: pivot d'esprit, Ed. Masson , Paris, 1987.
- [xxvi] Van Nghi N., Van Ndong M., Recours-Nguyen C.: Diagnostica e terapia in medicina energetica estremo-orientale, Ed. Vito Ancona, Bari, 1984.
- [xxvii] You Wa C.: Fitoterapia Cinese, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 1994.
- [xxviii] Kay An C.: Pathologie generale et diagnostic en Médecine Chinoise, Ed. Maisonneuve, Moulin les Metz, 1983.
- [xxix] AAVV: Encyclopedie de Médecine Naturelle, Tome I: Acupuncture, Ed. Massonneuve, Paris, 1989.
- [xxx] Di Stanislao C.: Le Faringiti Croniche, TMA, 1989, 8: 10-13.
- [xxxi] Marie E.: Farmacopée Chinoise. Grand Formulaire, Ed. Paracelse, Paris, 1991.
- [xxxii] Di Concetto G., Sotte L., Pippa L. et al.: Trattato di agopuntura e Medicina cinese, voll I-II, Ed. UTET, Torino,

1992.

[xxxiii] Colin D.: Tout sur l'acupuncture, Ed. Colin, Paris, 1989.

[xxxiv] You Wa C.: Fitoterapia Cinese, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 1994

[xxxv] Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al.: Dietetica medica Scientifica e Tradizionale. Curare e prevenire con il cibo, Ed. CEA, Milano, 1999.

[xxxvi] Di Stanislao C., Brotzu R.: Manuale didattico di agopuntura, Ed. CEA, Milano, 2008.

[xxxvii] Stranorossi L.: Il regolo del Qi, Ed. Xinshu, Roma, 2011.

[xxxviii] Sciarretta C.: Lezioni di Agopuntura, Vol III, Ed. AMA, Ancona, 1983.

[xxxix] Kespì J.M.: Acupuncture, Ed. Maissonneuve, Moulin-les Metz, 1981.

[xl] Perrey S.: Les Points, Voll I-III, Ed. AFA, Paris, 1987.

[xli] Evangelista P.: Azioni specifiche dei Punti

**L'osservazione della lingua
alla cinese: uno sguardo
sulle condizioni interne del**

corpo con un esame semplice, sicuro e ricchissimo di informazioni

Lucio Sotte*

Spesso noto una sorta di imbarazzo nei miei pazienti quando chiedo loro di protrudere la lingua per farmela esaminare. Come se indagassi su qualcosa di strano, oscuro, troppo intimo!

D'altra parte è vero che noi medici occidentali abbiamo del tutto negletto questa indagine semeiologica e chiediamo al paziente di aprire la bocca solo se dobbiamo esaminare faringe e tonsille o eventuali lesioni delle gengive, dei denti, del cavo orale, ma ci dimentichiamo costantemente della glossoscopia.

Si potrebbe per certi versi affermare: "la lingua questa sconosciuta"!

Anche i testi di semeiologia medica occidentale dedicano poco spazio a questo argomento ed a parte qualche breve descrizione della lingua villosa, fissurata, a fragola o a carta geografica, trattano superficialmente questo argomento con poche e sbrigative pagine. Sembra che l'argomento venga affrontato più per un dovere storico che per una sua reale necessità!

Tutto ciò accade perché la nostra biomedicina non è stata in grado di trovare quei collegamenti che invece la medicina cinese ha prima scoperto e poi valorizzato tra la lingua, lo stato generale dell'intero organismo e quello particolare delle strutture degli organi e visceri.

Quando i pazienti imbarazzati mi chiedono come mai sia così

interessato a guardare la loro lingua visto che prima di me nessun altro medico l'ha nemmeno presa in considerazione generalmente rispondo così: «Lei cosa fa al mattino al risveglio appena apre la finestra della sua camera? Guarda fuori e se vede un cielo luminoso e chiaro pensa che sia bel tempo, se invece è scuro e fosco immagina che sarà umido e se invece tira vento e piove o nevicata si premura di vestirsi pesante perché sarà freddo. L'esame della lingua è come aprire una finestra, ma invece che guardare fuori si guarda dentro il corpo per vedere che tempo fa: se la lingua è rossa significa che c'è troppo calore, se è fessurata che i liquidi sono carenti, se la patina è spessa che c'è troppa umidità.» Magari aggiungo che: «La forma, il colore, la struttura, i movimenti del corpo linguale, la presenza o meno e il colore, lo spessore la consistenza della patina danno indicazioni estremamente interessanti sullo stato della nostra energia e del sangue, sulla loro circolazione, sull'eventuale ristagno, sullo stato dei nostri fluidi organici correlando tutto ciò all'intero organismo ma anche ai singoli organi e visceri che si localizzano sulla lingua secondo una topografia ben precisa».

Le corrispondenze topografiche linguali

A questo punto molti pazienti iniziano ad incuriosirsi su questa semplicissima indagine semeiologica ed iniziano a guardarsi la lingua allo specchio ogni mattina subito dopo essersi lavati i denti e ad accorgersi che molte sue modificazioni corrispondono a situazioni ben precise del loro organismo.

Accade così che quando mi dimentico di esaminare la lingua prima di iniziare una seduta di terapia, assai spesso i pazienti mi richiamano al mio dovere dicendomi semplicemente: «Dottore oggi che vede sulla mia lingua?»

Assai spesso aggiungo anche un'altra semplice constatazione e cioè che gli esami del sangue hanno bisogno di un prelievo venoso con il fastidio della puntura e col rischio dello scambio di provette per cui può capitare che al signor Rossi per errore vengono comunicati i risultati degli esami del sigor Bianchi. Per l'esame della lingua non c'è bisogno di nessun prelievo perché basta aprire la bocca per farla esaminare e non c'è rischio di nessun errore perché ognuno di noi porta con sé la sua lingua gelosamente conservata nel cavo orale.

Ma com'è la lingua normale e quali sono le sue più frequenti alterazioni? Questo articolo vuole rispondere precisamente a queste due domande e lo dedico a tutti i miei pazienti e soprattutto a quelli più curiosi.

Le corrispondenze topografiche linguali

La lingua normale

La lingua normale ha un corpo mobile, umido, ben strutturato, di colore roseo brillante e la superficie inferiore (che si esamina chiedendo al paziente di toccare con la punta della lingua il palato) è assai simile a quella superiore e presenta due vene ben visibili ai bordi destro e sinistro del frenulo che però non presentano nessun segno di congestione o alterazione cromatica.

La patina linguale è generalmente presente ma è sottile e quasi trasparente o solo leggerissimamente biancastra.

La lingua da deficit di qi, di bioenergia

La lingua presenta un corpo gonfio, edematoso, di consistenza molle, umido, pallido che presenta ai suoi bordi destro e sinistro le impronte lasciate dai denti a causa del fatto che

la lingua eccessivamente gonfia batte contro l'arcata dentaria.

In Cina si dice che il qi carente non permette una buona nutrizione della lingua che appare dunque pallida e favorisce il ristagno dei fluidi che si manifestano con la presenza di umidità e che gonfiano il corpo linguale e lo spingono contro le arcate dentarie fino ad improntarlo.

Sintomi corrispondenti: si tratta di pazienti spesso stanchi fisicamente ma anche psicologicamente con una tendenza alla depressione, alla tristezza, alla preoccupazione, alla rimuginazione su idee fisse ed ossessive. Sono pallidi, sudano facilmente al minimo sforzo e talora anche a riposo, temono il freddo e le correnti d'aria, si ammalano frequentemente di disturbi reumatici e respiratori come raffreddore, bronchite, sono spesso inappetenti ed affetti da disturbi dispeptici.

La lingua da eccesso di calore

La lingua presenta un corpo linguale più rosso del normale ed è ricoperta da una patina gialla. Il colore rosso del corpo e quello giallo della patina sono tanto più intensi quanto maggiore è il calore del corpo, nei casi più avanzati il rosso diventa cremisi ed il giallo vira verso il nocciola, il marrone ed addirittura il nero.

Sintomi corrispondenti: questi pazienti sentono caldo, hanno sete e bocca secca, sudano facilmente, possono avere un vero e proprio aumento della temperatura corporea tanto maggiore quanto più alto è il calore. Presentano urine scarse e di colore ed odore particolarmente carico e stitichezza con feci asciutte, secche, caprine.

La lingua da ritenzione di umidità

In questo caso il corpo linguale è gonfio, spesso pallido, la patina è presente, generalmente biancastra e tanto più spessa, ammassata e grassa quanto maggiore è l'eccesso di umidità.

Sintomi corrispondenti: si tratta di pazienti che secondo la medicina cinese non sono in grado di metabolizzare correttamente i fluidi organici che ristagnano nei tessuti e negli organi e visceri determinando sensazione di pesantezza muscolare, agli arti e pesantezza e ostruzione toracica, addominale. La ritenzione di umidità ostacola anche le funzioni mentali per cui spesso si tratta di pazienti che lamentano una sorta di offuscamento, stordimento, cefalea gravativa, pesantezza mentale e nei casi più gravi letargia.

Lingua da stasi di qi, di bioenergia

La lingua non è particolarmente modificata ma talora presenta un aspetto più opaco ed un colore rosa che vira leggermente verso il violaceo. In alcuni casi la stasi produce calore che si manifesta con un arrossamento della punta della lingua.

Sintomi corrispondenti: la stasi di qi è tipica delle persone stressate che possono manifestare il loro disagio sia con uno stato di frustrazione, depressione che anche con un temperamento instabili e tendenza alla irritabilità ed irascibilità con accessi di collera. Spesso le donne con stasi di qi presentano una sindrome premestruale con distensione addominale, irritabilità, dolore al seno, cefalea o dolori al primo giorno del mestruo.

La lingua da eccesso di calore ed umidità

La lingua assomiglia in parte a quella appena descritta con la differenza che al gonfiore associa il colore rosso tanto più carico quanto maggiore è il calore. La patina è spessa,

grassa, sporca per la presenza di umidità che si ammassa e gialla che vira verso il nocciola, marrone o nero con l'aumentare del calore.

Sintomi corrispondenti: una tosse produttiva da tracheite o bronchite, una cefalea da sinusite muco-purulenta, una gastroenterite con feci maleodoranti, una cistite con urine opache e di colore carico possono essere degli esempi di patologie da calore-umidità.

Spesso questi pazienti presentano anche alterazioni psichiche con tendenza all'agitazione, ansia, irritabilità.

La lingua da stasi di sangue

La lingua è violacea di un colore tanto più intenso quanto maggiore è la stasi. Talora compaiono dei punti o delle macchie violacee che si localizzano nella zona della lingua che corrisponde all'organo o viscere o al tessuto colpiti. Ad esempio nella stasi del cuore la punta della lingua, nella stasi del fegato i bordi ed in quella di stomaco il centro del corpo linguale.

Sintomi corrispondenti: dolore intenso, fisso, lancinante, "a pugnalata" che nella stasi a livello cefalico si localizza in corrispondenza della zona colpita, nella stasi di cuore si manifesta al centro del torace e tra le scapole oppure lungo il bordo ulnare del braccio sinistro dove secondo la medicina cinese corre il canale del cuore. Nel caso dei dolori mestruali si manifesta a livello ovarico o uterino. Anche le varici o i disturbi circolatori arteriosi degli arti inferiori si possono manifestare con una lingua violacea.

Lingua da deficit di sangue

La lingua è pallida come quella da deficit di qi, ma mentre quest'ultima è gonfia, umida ed improntata, quella da deficit

di sangue è sottile ed asciutta perché il sangue carente non nutre (sottile) ed umidifica (asciutta) il corpo linguale.

Sintomi corrispondenti: si tratta di pazienti tendenti all'anemia o francamente anemici che presentano pallore con sfumatura giallastra e incarnato avvizzito, capelli ed unghie fragili, stanchezza, palpitazioni, tachicardia, polso fine e rapido, ansia, insonnia, talora vertigini, tendenza alle lipotimie, disturbi della memoria e scarsa attenzione e capacità di concentrazione.

La lingua da deficit di yang

La lingua assomiglia a quella da deficit di bioenergia perché è pallida, gonfia ed umida, spesso la patina è spessa ed il colore un po' tendente all'opaco-terreo.

Sintomi corrispondenti: si tratta di pazienti che come quelli affetti da deficit di qi sono astenici sia dal punto di vista fisico e psichico con più o meno grave stato depressivo, malinconico. In questo caso c'è anche astenia sessuale, impotenza, disturbi dell'erezione ed eiaculazione, sterilità, pallore con sfumatura scura, terrea, sensazione di freddo generalizzata ed ai quattro arti, lombalgia e sensazione di astenia e freddo lombari.

La lingua da deficit di yin

La lingua è rossa, sottile, asciutta, fessurata, con patina scarsa o assente.

Sintomi corrispondenti: ansia, insonnia, vampate di calore, sudorazione, vertigini, capogiri, tinnitus, stipsi con feci asciutte, urine scarse e di colore carico. Tutti i sintomi peggiorano di notte perché questo è il settore yin della giornata.

Bibliografia

Muccioli M. e Altri, Semeiotica Cinese, CEA Edizioni, Milano, 2008, secondo volume del Trattato di Agopuntura e Medicina Cinese diretto da Lucio Sotte

L'esperienza dell'ambulatorio di agopuntura di Magenta

Giovanni Negri*

Introduzione

La nostra formazione come medici, di solito, è improntata sulla medicina occidentale. Per i più svariati motivi, nel corso degli anni, si può avere una spinta a esplorare anche strade differenti, e a interessarsi alle medicine alternative o complementari. Per qualcuno rimane la soddisfazione di una semplice curiosità, per altri è l'inizio di una nuova e differente strada.

L'agopuntura e le medicine complementari hanno per me segnato l'inizio di un percorso stimolante che si è concretizzato con un'attività collaborativa con l'Università di Pavia nell'ambito delle Scuole di Specializzazione in Anestesia e Rianimazione e Ortopedia e Traumatologia.

Terminata l'università e avviata l'attività lavorativa per me è stato possibile coniugare questo aspetto nella realtà dell'Ospedale di Magenta, in cui vi è un'ottima "cultura del dolore", affiancato da colleghi con iter formativo sviluppatosi a Londra e a Stoccolma-Karolinska.

Breve analisi "Storica" dell'ambulatorio di terapia del

dolore-agopuntura a Magenta

Dopo un intenso percorso formativo e contatti con varie scuole, in Italia e all'estero, ha preso il via l'attività ambulatoriale con delibera del settembre 1992 nell'USSL 72 di Magenta (MI). Da questa attività, nell'ambito collaborativo e culturale con l'AMPASE (Associazione Medica Pavese Agopuntura Scientifica Energetica), sono stati realizzati alcuni studi, come quello sulla casistica geriatrica: in patologie spesso croniche, con esperienze di medicina occidentale caratterizzate da "scarsa soddisfazione" da parte dei pazienti giunti alla nostra attenzione, abbiamo ottenuto risultati da considerarsi discreti, con 116 trattamenti giudicati di successo e 28 insuccessi. I trattamenti non hanno riguardato la sola sfera della Terapia del Dolore, ma anche patologie di diverso tipo, note per i buoni risultati alla M.T.C. (Medicina Tradizionale Cinese): acufeni, sindromi dell'arto fantasma, colon irritabile, bulimie, diabete, eczemi topici, nevralgie post-herpetiche, iperscialorree, nevralgie del trigemino... A queste esperienze hanno fatto seguito un'attività decennale presso l'IRCCS Policlinico S. Matteo di Pavia e il ritorno, con rinnovato entusiasmo, nel magentino.

Un po' di "teoria"

La M.T.C. prende ispirazione dai grandi mutamenti della natura, elaborando da questa una dottrina frutto di millenaria osservazione. I ritmi tradizionali si rifanno a fenomeni fisici ciclici e agiscono sul nostro organismo, parte dell'universo, microcosmo nel macrocosmo. Hanno applicazione universale, a partire dai ritmi giorno-notte, freddo-caldo...

Questo modello "astronomico-matematico", generato dagli antichi agopuntori, si basa sulla circolazione nel corpo di un'energia ciclica vitale, su una doppia polarità (sistema binario) yin-yang, sulla correlazione e identità superficiale-profonda di organi e "vasi energetici" o canali, sulla identificazione di punti specifici il cui trattamento può determinare effetti favorevoli sull'energia vitale.

Gli effetti del campo magnetico terrestre

Siamo stati abituati per secoli, in medicina occidentale, a considerarci esseri sottoposti agli effetti "positivi" della "chimica", ma è innegabile che il campo magnetico terrestre giochi un ruolo essenziale sulle nostre vite, se non altro per il fatto di contribuire a rendere "vivibile" il nostro pianeta. Il campo geomagnetico si estende per decine di migliaia di chilometri nella magnetosfera, parte di spazio a noi vicina, deviando i raggi cosmici e altre particelle, impedendo la loro caduta sul nostro pianeta e rendendo possibile la sopravvivenza umana. Vi sono fenomeni magnetici che influenzano processi biologici noti: questo potrebbe spiegare effetti fisiopatologici dei campi elettromagnetici debolissimi sugli organismi viventi.

Un effetto, per noi di particolare interesse, deriva dalla Forza di Lorenz (deviazione di una particella carica determinata dal campo magnetico statico) e più in particolare dalla Teoria della Ionorisonanza Ciclotronica (I.C.R.). Quest'ultima, nota dagli inizi del secolo scorso alla fisica, descritta negli anni '70 da Adey e Blackman, fu ipotizzata per la prima volta negli anni '80 da A. R. Liboff a seguito dell'osservazione su differenti sistemi biologici unicellulari, su colture cellulari e organismi complessi. Liboff dimostrò il passaggio attraverso le membrane cellulari di ioni fondamentali come calcio, potassio, magnesio e sodio in presenza di due campi magnetici paralleli, con precise caratteristiche di intensità e frequenza: si sfrutta il campo geomagnetico, in combinazione con un campo magnetico variabile la cui frequenza corrisponda a sollecitazioni di frequenza di I.C.R.

I segnali di I.C.R. sembrano agire sulla regolazione dei processi cellulari in modo analogo all'effetto prodotto dai messaggeri biochimici, con attivazione o inibizione, o che addirittura potrebbero esserne gli stimolatori. Combinazioni di differenti frequenze di risonanza, accoppiate con lo stesso campo magnetico locale, potrebbero indurre importanti effetti o variazioni nella regolazione cellulare.

La I.C.R. a multifrequenza agisce tramite l'effetto di ciclotrone del calcio: venendo dislocato rispetto al recettore del glutammato, inibisce la trasmissione nei recettori NMDA, incrementando l'espressione genica di neuropeptidi (come la dopamina, la serotonina, le endorfine e la sostanza P) modificando il trend del dolore. Si determina la diminuzione dell'edema per azione sulle proteine trans-membrana attraverso l'effetto della variazione di forma di queste proteine fra cui le acquaporine. Sarebbe anche evidenziabile un effetto immunomodulante.

La I.C.R. può ridurre l'infiammazione e i dolori nell'apparato osteo-articolare, favorire l'osteogenesi, accelerare la guarigione nelle fratture, produrre un effetto miorilassante.

Attività 2013-2014 nell'ambulatorio di terapia del dolore di Magenta

Nell'ambito dell'ambulatorio divisionale di terapia del dolore "occidentale" (3 accessi settimanali) la componente lombosciatalgica rappresenta la patologia predominante, fino all'80% della casistica presentatasi. La maggior parte di questi pazienti, all'arrivo alla nostra osservazione, era stata sottoposta, in modalità singola o in associazione, a cicli fisioterapici, cicli di TENS, magnetoterapia, Tecar, manipolazioni, osteoterapia, ginnastica in acqua, terapie farmacologiche che spaziano da antiinfiammatori nelle più varie e intense sovrapposizioni, miorilassanti, farmaci morfiniti (ossicodone e fentanyl soprattutto), spesso riduci da interventi chirurgici, talora reiterati, a volte con peggioramento della sintomatologia. Alcuni pazienti presentavano anche ernia discale, anche su differenti livelli intervertebrali.

In questi casi l'invio da parte dei colleghi Fisiatri, Ortopedici e NCH all'Ambulatorio di Terapia del Dolore era motivato dalla specifica richiesta di cicli di blocchi peridurali, o comunque di blocchi anestetici, in genere da noi rifiutati, soprattutto per i pazienti affetti da lombosciatalgia. Questa nostra scelta è maturata negli ultimi

otto anni ed è motivata dalla convinzione di mettere in atto dei trattamenti che non solo non determinerebbero miglioramenti duraturi, ma che spesso porterebbero addirittura a un peggioramento, oltre ad avere elevati rischi di attuazione. In questo ci è venuta incontro la nuova legislazione lombarda, che, suddividendo la popolazione degli ospedali in centri spoke e hub di 1° e 2° livello, in base a requisiti strutturali organizzativi e di organico, con limitazioni nell'esecuzione di procedure MAC e ambulatoriali (DGR IX/4610 del 28/12/2012), ci ha di fatto facilitato nel portare avanti questo intendimento.

In molti casi i pazienti accettano le nostre indicazioni e vengono introdotti nei nostri percorsi terapeutici. In altri, nonostante le nostre motivazioni, convinti delle indicazioni poste dai chirurghi, perseverano nella richiesta di peridurali e vengono inoltrati ad altri centri, da noi direttamente contattati per un percorso facilitato.

In taluni casi solo con il riarrangiamento e la razionalizzazione della terapia farmacologica si ottengono buoni risultati, talora con l'introduzione di un farmaco adeguato e un dosaggio miorilassante, in quei pazienti che sono orientati a un esclusivo approccio farmacologico occidentale.

In un certo numero di pazienti, la sfiducia nei confronti di precedenti approcci farmacologici totalmente infruttuosi e più spesso la non sopportazione di effetti collaterali importanti, in totale assenza di efficacia terapeutica, li porta a richiederci o a convincersi della terapia integrata, che noi proponiamo spesso secondo gli effettivi

Electrical Engineering, Chinese Academy of Sciences, Beijing, People's Republic of China. Bioelectromagnetics. 2006 Sep;27(6):467-72.
– Buonocore M., Bonezzi C. – La gestione del paziente con dolore neuropatico: indicazioni diagnostiche e terapeutiche – FSM 12/5/2000

– Di Concetto G. – Trattato di Agopuntura e di Medicina Cinese – UTET 1992

– Doyle D., Hanks G.W.C., MacDonald N. – Oxford textbook of

- palliative medicine – Oxford University press – 1998
- Liboff AR. Electric-field ion cyclotron resonance. Department of Physics, Oakland University, Rochester, Michigan 48309, USA. Bioelectromagnetics. 1997;18(1):85-7
 - Loeser J.D., Butler S.H., Chapman C.R., Turk D.K.- Bonica's Management of pain – Lippincot, William & Wilkins Ed. – 2001
 - Maciocia G. – La Clinica in Medicina Cinese – Casa Ed. Ambrosiana 1995
 - Manikonda PK, Rajendra P, Devendranath D, Gunasekaran B, Channakeshava, Aradhya RS, Sashidhar RB, Subramanyam C. Influence of extremely low frequency magnetic fields on Ca²⁺ signaling and NMDA receptor functions in rat hippocampus. Department of Biochemistry, Osmania University, Hyderabad 500007, India. Neurosci Lett. 2007 Feb 14;413(2):145-9. Epub 2006 Dec 28.
 - Sieron´A, Labus Ł, Nowak P, Cieślak G, Brus H, Durczok A, Zagził T, Kostrzewa RM, Brus R. Alternating extremely low frequency magnetic field increases turnover of dopamine and serotonin in rat frontal cortex. Clinic of Internal Diseases and Physical Medicine, Medical University of Silesia, Bytom, Poland. Asieron@medicclub.pl. Bioelectromagnetics. 2004 Sep;25(6):426-30
 - Tiengo M. – Il Dolore . Una sfida nelle neuroscienze e nella clinica – Linee guida della SIAARTI nel dolore postoperatorio – Springer Ed. – 1999
 - Visentin M. – Continuing Education in Algologia – Il Pensiero Scientifico Ed – 2001
 - Wall P.D., Melzack R. – Il Dolore – Verduci Ed.
-

Trattamento delle sindrome da

Freddo (Shang Han) secondo la teoria dei i Quattro Strati (si Fen)

Autori: Carlo Di Stanislao[\[1\]](#) e Iacopo Valente[\[2\]](#)

“È nel momento più freddo dell’anno che il pino e il cipresso, ultimi a perdere le foglie, rivelano la loro tenacia”

Confucio

Riassunto: Si descrivono le varie forme di aggressione da Freddo secondo la teoria delle Quattro Zone, i sintomi, le modificazioni di polso e lingua ed il trattamento in agopuntura, farmacoterapia e dietetica. Si descrivo anche i rimedi occidentali e gli oli essenziali più utili in prevenzione e terapia

Parole chiave: Freddo, Si Fen, agopuntura, dietetica, fitoterapia

I raffreddamenti invernali rientrono, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, fra le Forme Esterne (Wai Gan) causate da un Perverso che di preferenza rallenta ed annoda l’Energia ed il Sangue e, secondo una visione moderna, si riconduce ai virus che, com’è noto, in inverno, sono i grandi protagonisti delle sindromi influenzali e simil-influenzali[\[i\]](#) [\[ii\]](#), dal raffreddore comune a forme estremamente più sistemiche e gravi. Va però detto che, secondo la Medicina Cinese ed anche la Biomedicina, il freddo può colpire l’organismo in qualsiasi stagione, perché anche gli acquazzoni estivi e i bagni ghiacciati nel torrente possono provocare patologie da raffreddamento, così come l’uso del condizionatore d’aria, che provoca degli intensi raffreddamenti nelle persone che entrano in ambienti condizionati provenendo, sudati, da ambienti molto caldi. I segni clinici delle malattie dovute al Freddo (Han)

consistono in rinorrea acquosa, cefalea, sensazione di freddo, tosse con espettorato fluido, mancanza di sete, urine abbondanti e chiare, lingua biancastra, polso lento e, come sintomi secondari, viso pallido, urine pallide e chiare e stipsi. Nonostante sia un Perverso di Natura Yin che Blocca Energia e Sangue, il Freddo può colpire sia l'alto che il baso del corpo. In caso di attacco (Shang) in alto avremo: senso di soffocamento, vomito, dispesia con crampi dolorosi, mani cianotiche; in caso invece di attacco in basso: stipsi, feci secche e difficili da espellere, piedi freddi, dolori addominali violenti [\[iii\]](#). Possiamo esaminare le malattie da penetrazione di freddo, quindi tipicamente invernali, in rapporto alle due teorie dette dei 6 Livelli o dei 4 Strati. Mentre la patologia dei sei livelli era già nota nel 220 d.C. (proposta da Zhan Zhong Jing nel suo Shan Han Za Bing Lun , suddiviso in Shang Han Lun e Jin Kui Yao Fang Lun da Wang Shu-Hè nel 1060; quella dei 4 Strati (Si Fen) è più recente, elaborata durante la dinastia Qing (o Mancese) da Ye Tan Shi e dai suoi discepoli nel 1746, nel trattato Wen Re Lun, testo basato sul Nei Jing e in cui si individuano quattro diverse zone che rappresentano una stratificazione delle aree funzionali, dall'esterno all'interno, dell'organismo [\[iv\]](#). Mentre la teoria dei "Sei Livelli" ha un valore molto generale, quella dei Quattro Strati è centrata sulle diverse sostanze [\[v\]](#):

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Lo strato Wei corrisponde alla Weiqi2. Lo strato Ying alla Yingqi3. Lo Strato Qi alla Zheng Qi4. Lo Strato Xue al Sangue |
| |
| |
| |

Prima di parlare della penetrazione del Freddo, occorre rammentare che nella loro patogenesi le malattie esterne (e non solo quelle infettive o contagiose) tendono a penetrare

dal livello più superficiale a quello più profondo e così ad aggravarsi. Se vi sono condizioni di “vuoto” dell’energia corretta antipatogena sono possibili salti di livello o attacchi più profondi che risultano particolarmente gravi [\[vi\]](#) [\[vii\]](#).

Secondo alcuni AA si parla, di patologia dei Sei Livelli se il danno è solo funzionale, dei 4 Strati se si hanno anche anomalie organiche. A parte ciò, attualmente, soprattutto in campo di patologie esterne (waike), si preferisce la classificazione secondo i 4 strati piuttosto che quella a sei livelli [\[viii\]](#). Sempre rimanendo nel campo delle caratteristiche generali della patologia della 4 zone si deve ricordare che la penetrazione di perversi (vento, freddo, caldo, umidità, secchezza) può avvenire o in modo conforme o per propagazioni non conformi [\[ix\]](#).

Le propagazioni conformi: prevedono il passaggio dalla superficie alla profondità, cioè dalla Weifen alle altre zone più profonde. Ciò significa (Sciarretta op. citata) che la malattia passa successivamente da una zona alla successiva subendo un aggravamento progressivo.

Le propagazioni non conformi: equivalgono all’interessamento di una zona senza che sia seguita un normale ordine di progressione. Ad es. attacco della Qifen direttamente, saltando lo strato Wei. Queste si debbono non tanto all’intensità dei morbigeni esterni, quanto alla debolezza dell’energia corretta antipatogena (Zhengqi) [\[3\]](#).

Per quando riguarda il Freddo esso può colpire per lo più i primi due strati, ovvero lo Strato Wei o, nelle forme più

gravi, lo Strato Qi, in questi casi già convertito in Calore poiché qualunque perverso ristagni nel corpo non eliminato si tramuta in Calore (sindrome del Vero Freddo e del Falso Calore)[\[x\]](#). Nel caso di aggressione dello Strato Superficiale (Wei e quindi della Energia Difensiva, come per forme virali leggere[\[xi\]](#)), avremo: febbre leggera (sino a 38), leggera avversione per il vento ed il freddo, cefalea, tosse produttiva, assenza di sete e faringodinia spiccata. Il polso sarà galleggiante (fu) la lingua normale con indumento abbondante e chiaro. Inoltre va ricordato che tale zona è connessa alla funzione del Polmone per cui, nelle forme più gravi, dallo strato Wei il perverso va ad interessare tale Organo (Zang) con: tosse incessante, dispnea, afonia, faringodinia violenta, espettorato denso e vischioso e che si stacca con difficoltà. Spesso è difficile una diagnosi differenziale fra attacco della Weifen e sindromi Tai Yang. Queste ultime però, di solito, si associano a dolori muscolari diffusi e cefalea ad irradiazione nucale. Comunque in entrambi i casi è consigliata la sudorificazione[\[xii\]](#) che si attua con aghi che si può attuare o pungendo LI 4 in dispersione e LU 7 in tonificazione ed aggiungendo, secondo Nguyen Van Nghi[\[xiii\]](#) e Yvonne Mollard[\[xiv\]](#): BL 13, in caso di invasione del Polmone, GV 14 in caso di febbre elevata o persistente, BL 12 e GB 20 se intensa penetrazione di Vento assieme al Freddo con sintomi mobili, intenso sudore, tosse secca e soffocante 18-22-23CV se vi è afonia, se compare dispnea o broncorrea Lu 5. In farmacopea si usa la formula della Shang Han Lun Gui Zhi Tang[\[xv\]](#) [\[xvi\]](#). In dietetica[\[xvii\]](#) [\[xviii\]](#) dare cibi piccanti leggeri e fare attenzione ai cibi acidi o troppo dolci che spingono in profondità i perversi. Se si supera lo strato Wei in forma progressiva o in caso di difetto del sistema immune, è colpito lo Strato del Qi (Qifen), che causa febbre elevata di tipo ricorrente, timore per il freddo, sete e traspirazione, urine cariche, respirazione pesante, agitazione, inquietudine e, a volte, delirio, addome gonfio e doloroso, costipazione o incontinenza fecale, bruciore anale. Il polso è rapido, la lingua mostra patina gialla, collante o

è secca. Da questo strato il calore patogeno può diffondersi ai vari Organi e soprattutto colpire i Polmoni, Lo Stomaco, il TR-Medio e gli Intestini. In dispersione vanno trattati i punti GV 14, LU1 e BL 13. In caso di invasione dello Stomaco il punto ST21 con 4 e 11 LI; per invasione degli intestini BL25 e 27, se viene invaso il TR (con anoressia, dolori attorno all'ombelico, feci poltacee o malformate) TB 6, BL 22 e CV5. In farmacopea si usano formule con principi amari come Yin Qiao San o è Bai Hu Tang (decotto della tigre bianca), proposta da Zhang Zhong Jing e magnificata da Li Shi Zhen per eliminare l'agitazione e favorire l'appetito. Nei bambini o nel caso di febbre molto alta si aggiunge panax Ginseng radix e si ottiene così la formula Ren Shen Bai Hu Tang (peraltro attiva anche in corso di Encefalite B, come dimostrato da uno studio sul J. Trad. Chin. Med., 1954, 102:30-37)., a cui, in caso di mialgie violente o violenti dolori addominali (per accumulo allo Stomaco ed agli Intestini) si aggiunge il ramulus Cinnamomi (Gui Zhi)[\[xix\]](#). Si daranno cibi Piccanti e amari, ma questi ultimi con prudenza e per breve tempo, poiché danneggiano il TR-medio e riducendo l'appetito, alterano la possibilità di guarigione riducendo la possibilità di estrarre Guqi[\[xx\]](#) [\[xxi\]](#). Se siamo costretti per le condizioni del paziente a terapie dietetiche e farmacologiche con cibi e rimedi amari per più di una settimana, occorre pungere, per favorire il TR_Medio e la produzione di Guqi, i punti: 12CV, 43 ST, 2KI, 8KI e 5LI[\[xxii\]](#). In fitoterapia energetica con principi occidentali, occorre udare piante attive sullo Yang e la Weiqi, che si indirizzino al Polmone e al Rene. La nostra preferita, ed Estratto Secco Titolato, è l'Echinacea purpurea, che possiede proprietà antivirali ed immunostimolanti dovute alle glicoproteine, alle alchilamidi, ma soprattutto al gruppo dei polisaccaridi (arabinogalattani ed arabinossilani). Gli effetti immunostimolanti attribuiti all'echinacea possono essere sfruttati mediante l'impiego di [estratti](#) secchi titolati in polisaccaridi, mentre gli estratti idroalcolici come le [tinture](#), più ricchi in polifenoli, presentano soprattutto attività

antinfiammatoria. Gli [alcaloidi](#) pirrolizidinici presenti nell'echinacea contengono il nucleo pirrolizidinico saturo, privo di tossicità, a differenza di quelli a nucleo insaturo, che sono risultati epatotossici. Questa pianta, comunque, può causare eritema nodoso e fenomeni di ipersensibilità. Da non usare in portatori di infezioni streptococciche focali, sarcoidosi, linfoma, morbo di Chron o malattia autoimmune. Il dosaggio consigliato in Estratto secco è di 170-227 grammi, 4 volte al giorno [\[xxiii\]](#). Molto utili, poi, per via inalatorio, magari nei diffusori di acqua sopra ai caloriferi durante il riposo notturno, gli Oli Essenziali di Pino e Cipresso, piante che Rinforzano lo Yang del Rene e la Weiqi [\[xxiv\]](#) e combattono il freddo, tenacemente, come ci ricorda lo stesso Confucio. Tutti gli oli essenziali delle diverse varietà di Pino hanno valide **proprietà espettoranti, balsamiche e decongestionanti**, sono antisettici si rivelano quindi utili nel raffreddore, nella congestione nasale, nel respiro difficoltoso, in mal di gola, tosse e bronchite, nelle sinusiti e nell'influenza. L'aroma, invece, di cipresso cura le tossi spasmodiche ed è indicato in caso di tracheite e bronchite. In Medicina Cinese il Pino tratta più l'aggressione della Weifen e il Cipresso della Qifen per la sua azione riequilibrante generale [\[xxv\]](#).

[\[1\]](#) Presidente Associazione Medica per lo Studio della Agopuntura; responsabile Ambulatorio Agopuntura e Moxa ASL 01 Avezzano-Sulmona L'Aquila.

[\[2\]](#) Medico in formazione Scuola di Agopuntura del Centro Studi Xinshu, riconosciuta dalla Federazione Italiana delle Società di Agopuntura.

[\[3\]](#) Va qui ricordato che le condizioni da Fredo più tenaci, ricorrenti e gravi, compaiono soprattutto in chi si nutre

male, o in chi, adulto o bambino, ha atteggiamenti scorretti dal punto di vista terapeutico e alimentare; usando cibi troppo ricchi di proteine e grassi animali o di zuccheri semplici o fa largo ed improprio uso di antibiotici. Rriequilibrando questi aspetti alimentari e riparando i danni provocati da scorrette terapie, le persone tornano capaci di difendersi egregiamente da queste patologie.

Bibliografia

[i] Di Stanislao C. (a cura di): Libro Bianco sull'agopuntura e le altre terapie della tradizione estremo-oriebtale, Ed. SIA/CEA, Milano, 2000.

[\[ii\]](#) Sotte Diagnosi e Terapia in agopuntura e medicina cinese, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 1992.

[\[iii\]](#) Porkert M. Ulmann C.: Chinese Medicine, Ed. W. Marrow, New York, 1988.

[\[iv\]](#) Gwei Djen L., Needhan J.: Aghi celesti, Ed. Einaudi, Torino, 1987.

[\[v\]](#) AAVV: Encyclopedie de Medicine Naturelle, Tome I: Acupuncture, Ed. Techniques, Paris, 1989.

[\[vi\]](#) Kay An C.: Pathologie generale et diagnostic en Medicine Chinoise, Ed. Maissonneuve, Moulin les Metz, 1982.

[\[vii\]](#) Faubert A.: Traté didatique d'cupuncture traditionnelle, Ed. Tredaniel, Paris, 1977.

[\[viii\]](#) Roustan C.: Traité D'Accupuncture, Vol III, Ed. Masson, Paris, 1983.

[\[ix\]](#) Auteroche B., Navailh P.. La diagnostic en Médecine Chinoise, Ed. Maloine, Paris, 1983.

- [\[x\]](#) Ming O. (chef ed.): Terminology in TCM, Ed. Hai Feng Publishing House, Hong Kong, 1987.
- [\[xi\]](#) Yuen J.C.: Energetica Generale, Ed. AMSA, policopie, Roma, 1997.
- [\[xii\]](#) Di Stanislao C., Brotzu R.: Manuale Didattico di Agopuntura, Ed. CEA, Milano, 2008.
- [\[xiii\]](#) Nguyen V.N., Van Dong M., Nguyen-Recours C.: Diagnostica e Terapia in Medicina Energetica Estremo Orientale, Ed. Vito Ancona, Bari, 1984.
- [\[xiv\]](#) Mollard Y.: Il ruolo fisiologico dei punti di agopuntura, Ed. Red, Como, 1987.
- [\[xv\]](#) Song-you C., Fei L.: A Clinical Guide To Chinese Herbs and Formulae, Ed. Churchill-Livingstone, Edimburgh, 1993.
- [\[xvi\]](#) Giullaume G., Chieu M.: Pharmacopée et MTC, Ed. Presence, Paris, 1987.
- [\[xvii\]](#) Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M., Giovanardi C.M., Mazzanti U.: Dietetica medica scientifica e tradizionale. Curarsi e prevenire con il cibo, Ed. CEA, Milano, 1999.
- [\[xviii\]](#) Eysselet J.M., Guillaume G., Chieu M.: Diététique et Médecine Traditionnelle Chinoise, Voll I-II, Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1983.
- [\[xix\]](#) You Wa C.: Fitoterapia Cinese, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 1994.
- [\[xx\]](#) Vandermeersch L.: Phytothérapie Traditionnelle Chinoise selon Chen Kay An, Ed. SATAS, Bruxelles, 1986.
- [\[xxi\]](#) Massarani E.: Erbe in Cina, Ed. ESI, Milano, Roma, 1981.
- [\[xxii\]](#) Gori G.: Il significato energetico dei punti di agopuntura, Ed. S. Marco Libri, Bologna, 1989.

[\[xxiii\]](#) Giannelli L., Di Stanislao C., Iommelli O., Lauro G.: Fitoterapia Comparata, Ed. Di Massa, Napoli, 2001.

[\[xxiv\]](#) Paoluzzi L. Phytos e Jing, Ed. MeNaBi, Terni, 2007.

[\[xxv\]](#) Di Stanislao C., Brotzu R., Simongini E.: Fitoterapia energetica con rimedi occidentali, aromoterapia e floriterapia secondo i principi della Medicina Cinese. Le lezioni AMSA-XIN SHU Volume , Ed. Xin Shu, Roma, 2012.