Il cuore secondo la teoria degli zang fu: generalità, sindromi e trattamento con piante cinesi ed occidentali e dietetica energetica

Carlo Di Stanislao*, Rosa Brotzu e Maurizio Corradin****

“Nel vero amore è l’anima che abbraccia il corpo”

Freidrich Wilhlem Nietzsche

“In questo mondo è importante non aver l’aria di ciò che si è”

André Gide

Riassunto: In breve si definisce il ruolo attribuito al Cuore in Medicina Tradizionale Cinese e si esaminano le caratteristiche delle principali sindromi da Vuoto, Pieno e Complesse, individuando e descrivendo i trattamenti fitoterapici (con piante cinesi e occidentali) e quelli dietetici. Una ampia panoramica dei principi e delle precauzioni d’uso è fornita per molti rimedi della erboristeria cinese.

Parole chiave: Cuore, fitoterapia, dietetica

Summary: In short the role attributed to the Heart in Chinese Traditional Medicine is defined and the characteristics of the main syndromes from Empty, Full and Complex are taken an examination, characterizing and describing to the

phytotherapic treatments (with Chinese and Western plants) and those dietetic ones. One wide panoramic of the principles and the precautions of use is supplied for many remedies of the Chinese pharmacology.

Key words: Heart, phytotherapy, dietetic.

Secondo la teoria degli Zang Fu, il Cuore è definito da tre diversi ideogrammi che si legano a nozioni e funzioni differenti:

– Xin (Cuore Centro, Cuore Sovrano, deposito dello Shen , ideogramma Ricci 1990)

– Xin Zhu (Cuore pompa, apparato cardiocircolatorio)

– Xin Bao (Lao) (Busta d'equilibrio fra Energia e Sangue, forse piccola circolazione o circolazione polmonare)

Il Cuore regge lo Shen (ideogramma Ricci 4317), governa il Sangue ed i Vasi, s'apre alla lingua (she), il suo secreto è il sudore (han) ed il suo stato s'esprime a livello del colorito del viso (ma). Le Enciclopedie Mediche della Cina attuale affermano che il cuore regola il sistema nervoso centrale, soprattutto sul versante psichico ed emotivo e l'apparato circolatorio ed ancora sottolineano che i due termini Xin Zhu e Xin Bao hanno a che vedere con il Ministro del Cuore (definito Pericardio) ma, tuttavia, essi sono connessi, in patologia, con manie, insonnia, delirio, oltre che con palpitazioni ed angina. Il Sowen al cap. 8 definisce il Ministro del Cuore Tan Zhong ed afferma che esso "ha l'incarico degli agenti in sede ed in missione, emana allegria e gioia". Secondo vari commentatori il Ministro del Cuore ha il ruolo di diffondere ovunque la presenza misteriosa e vivificatrice del Cuore e dei suoi Spiriti, tramite tutte le circolazioni che sono comandate dal Triplice Riscaldatore Superiore: Yin e Yang, Sangue e Soffi, nutrizione e difesa.

Sempre lo stesso capitolo del Sowen ci dice che Xin, invece,

ha la carica di Signore (Jiun) e di maestro (Zhu) ed emana lo splendore degli Spiriti (Shen). Il sovrano comunica con il Cielo e con i suoi Spiriti. In lui vi è contemporaneamente la comunicazione con il Cielo e l' esercizio del potere. Zhan Zhong Jing, poi, ci avverte che, il pensiero eccessivo provoca apprensione e l'apprensione danneggia il Cuore (Xin). Il Cuore (Xin) danneggiato dà origine ad una perdita dello spirito e lo spirito danneggiato provoca spavento e paura.

In patologia il Cuore può essere interessato sia da turbe da Pieno (shi) che da forme da Vuoto (xu), oltre a dar luogo, in molti casi, a situazioni complesse che lo vedono coinvolto con il Polmone, il Rene e la Milza. Le forme da Vuoto sono caratterizzate da: astenia, pallore, voce debole, traspirazione diurna, dispnea da sforzo, capogiri, vertigini, cefalea, turbe visive, lingua pallida e polso vuoto. Le cause possono essere malattie debilitanti acute e croniche, affaticamento fisico, psichico o sessuale, carenze alimentari qualitative e quantitative, numerose gravidanze o gravidanze ravvicinate, vecchiaia, sedentarietà estrema. Spesso alla base vi è una carenza costituzionale di energia ancestrale (jing e yuan qi).

Vuoto di Qi e di Yang

Sono considerate fasi di differente gravità appartenenti alla medesima nosografia. Tali condizioni sono causate dall'età, da disequilibri (quali-quantitativi) alimentari o strapazzi fisici. I sintomi sono: palpitazioni associate a senso di vuoto interno o di paura, dispnea da sforzo, oppressione toracica, dolore al cuore, arti freddi (soprattutto mani), lingua pallida, polso debole e vuoto. A volte polso annodato o rapido e irregolare. Aggravamento con lo sforzo e la posizione sdraiata. In erboristeria tradizionale occorre scaldare lo

Yang e tonificare il Qi (wen xin yang bu qi). I rimedi principali sono:

– radix Aconiti carmicaeli (Fuzi): ranuncolacea tossica per la presenza di aconitina che determina arresto cardiorespiratorio da ipertono colinergico). Il rimedio è inserito fra i rimedi che riscaldano l'interno e scacciano il freddo (wenli quhan yao). Ricordiamo che l'Aconito è la più tossica fra le ranuncolacee e, pertanto, se ne sconsiglia l'impiego. L'aconitina è un potentissimo veleno che agisce anche a piccolissime dosi di 5-6 mg; se ingerito colpisce il cuore, il sistema nervoso centrale e periferico. L'avvelenamento è molto rapido e si manifesta con parestesie diffuse in tutto il corpo, vomito, diarrea, shock, depressione respiratoria.

– rhizoma Zinziberis officinalis (Gangjiang): inserito anch'esso nei wenli quhan yao, controindicato in gravidanza, nelle emorraggie e nei vuoto di yin con segni di calore. Contiene dall'1 al 3% di olio volatile con gingerone, fellantrene, canfene, cineolo, borneolo ed una sostanza non volatile, detta gingerolo (massa giallastra sciropposa di sapore amaro ed aspro).

radice di Aconito – fuzi

Ha dimostrate azioni toniche ed eupeptiche. La Formula più in uso è: Yang Xing Tang (Decotto per nutrire il Cuore) che si compone di Angelica chinensis radix (Danggui), Rehmannia glutinosa radix praeparata (Shu Di Huang), Rehmannia glutinosa radix (Sheng Di Huang), sclerotium Poriae cocos (Fushen), radix Ginseng (Renshen), radix Ophiopogonis (Maimendong), semen Zyzyphi spinosae (Suanzaoren), semen Biotae (Baiziren), fructus Schizandrae (Wuweizi), radix Glycyrrhizae (Gangcao).

Il primo rimedio tonifica il sangue, il secondo lo yin, il terzo chiarifica il calore. Fushen e Renshen tonificano il Qi e sedano il Cuore, mentre Maimendong tonifica lo yin di Cuore e di Polmone (da cui deriva la circolazione del Qi), mentre gli ultimi tre sono fortemente attivi in senso psichico (soprattutto Suanzaoren e Baiziren sulla coppia Hun-Shen). La Scuola di Nanjing prevede l'impiego, al posto di Shu e Sheng Di Huang, di tue tonici del Qi e dello yang: Cinnammomum cassia radix (Rougui) e Atragalus membranaceus radix (Huangqi). Inoltre aggiunge anche rhizoma Ligustici wallichii (Chuangxiong) che muove il Qi ed il sangue. Questo principio, che nell'olio volatile contiene ligustrina, cnidium-lattone ed acido ferulico, è dotato di azione antispastica, sedativa, ipotensiva e vasodilatatoria (sopratutto sulle arterie coronarie). Nei casi più severi di vuoto di yang si aggiungono cortex Eucommiae (Duzhong) e semen Cuscutae (Tusizi). Comunque è sempre corretto tonificare assieme yin e yang per un maggior equilibrio. In Fitoterapia Energetica con principi occidentali potremo dare piante vasoattive (vasocostrittori periferici), tanniche e ricche di glicosidi cardiaci: Hamamelis virginiana e Stellaria media. In dietetica si usano tonici incisivi come grano, latte, cavolo e carota, oltre ad eliminare o ridurre cibi freddi e crudi.

Vuoto di Yin e di Sangue

Soprattutto le malattie croniche, le emorragie e le troppe preoccupazioni causano questo tipo di Vuoto. Si hanno palpitazioni, agitazione mentale, insonnia, grande emotività, iperonirismo. La lingua è rossa e con poco induito o rossa e secca. Il polso sottile (xin) e rapido (shuo). Il trattamento prevede di nutrire lo yin del Cuore (yang xin yin) e calmare la mente (an xin shen). Pianta attiva sulla nutrizione e tonificazione dello yin del Cuore (bu yin xin yao) è l' Ophiopogonis jaoponici tuber (Maimendong, Foto 2) che è una Lilacea che tonifica lo yin ed umidifica il Polmone, ma è

controindicata nei deficit di Milza e Stomaco.

tubero di Ophiopogon – Maimendong

È dolce, lievemente amara e fresca e si può dare in assoluta tranquillità. Viene così chiamata perché "non deperisce in inverno" (men significa frumento e men dong non deperire in inverno). Contiene una saponina steroidea detta ophiopogonine, isoflavoinidi, glucosio, fruttosio ed inulina. Svolge azione bechica, espettorante, diuretica e cardiotonica. Svolge nei ratti azione antinfiammatoria, è ipoglicemizzante ed antibatterica (Staphylococcus aureus, Escherichia coli e Salmonella tiphy). Altro utilissimo rimedio è la radix Polygalae tenuifoliae (Yuanzhi), che è amara e tiepida, agisce su Cuore, Polmone e Fegato, rinvigorisce il sangue e calma la mente, è contenuta in molte formule tradizionali di largo uso, ma può interagire con fentoinici ed altri armaci analoghi. Altre piante che possono sostenere e tonificare il sangue di Cuore sono: Angelica chinensis radix (Danggui) e Rehmannia glutinosa radix praeparata (Shu Di Huang). Detta anche Angelica anomala la radice contiene un olio volatile con fellandrene dotato di azione analgesica. Svolge azione antispastica e tonico-stimolante. Come altre Apiacee della stessa famiglia ha azione ipnoinducente e tranquillizzante. La Rehmannia glutinosa radix preaparata (Shu Dihuang) agisce su Cuore, Fegato e Rene ed è una Scrophulariacea già descritta nelle Enciclopedie classiche (Sheng Nun Ben Cao Jing, 500 d.C.) come rimedio di prima qualità che controlla e nutre il sangue e migliora lo yin. Svolge vigorosa azione emostatica, cardiotonica, diuretica ed ipoglicemizzante. Svolge azione vasodilante sistemica (sopratutto cardiaca e renale; prof. Yuan Shiun Chang, Illinois University of Chicago). Il principio attivo più interessante (eteroside eterociclico) e' definito "catalpol". Contiene inoltre vari glicidi (stachioso, D-glucosio, succrosio e D-fruttosio), mannitolo, bestasitosterolo e vitamina A. La Formula più in uso è Tian

Wang Bu Xin Dan (Formula dell'Imperatore Celeste per Nutrire il Cuore) estratta dal testo She Sheng Mi Pou, (Indagini segrete per ottenere la salute). Si compone di radix Rehmanniae (Shen Di Huang), radix Scrophulariae (Xuanshen), radix Ophipogonis (Maimendong), radix Asparagi (Tianmendong), radix Salviae meltiorrhizae (Danshen), radix Angelicae chinensis (Danggui), sclerotium Poriae (Fuling) semen Biotae (Baiziren) radix Polygalae (Yuanzi) semen Zyzyphi spinosae (Suanzaoren), fructus Schizandrae (Wuweizi) radix Platycodi (Jiegeng) radix Codonopsis pilosulae (Dangshen). I primi quattro rimedi tonificano lo yin. Danshen (Salvia) muove il sangue, dangui (Angelica chinesis) lo nutre e lo muove ed insieme i due rimedi sedano lo Shen (il mentale) e rinforzano l'azione psicoattiva di Baiziren, Suanzaoren e Wuweizi. Sedativi sono anche Fuling e (Poria cocos sclerotium) e Dangshen (radix Codonopsis) che tonificano anche il Qi (assieme al sangue). Infine l'azione dei principi e' indirizzata verso il cuore (al Jiao Superiore) da Jiegeng (radix Platycodi) che funziona da "cavaliere". Va infine detto che la radix Polygolae per alcuni è solo sedativa, per altri (Hu Lie, Nanjing) tonifica anche lo yin (bu yin yao) di Cuore. Gli studi scientifico compendiati da E. Massarani, anche se datati, dimostrano che la radice de Polygola tenuifolia (vista prima e detta anche Bozzolina cinese) contiene due diverse saponine glicosidiche amare (senergina ed acido poligalo) con azione cardiotonica e di incremento della filtrazione renale. Invece in studi di altri ricercatori (University of Illinois, China Medical College of Taipei) svolge un'azione sulla psiche e sulla capacità di concentrazione. Infine gli oncologi tradizionali cinesi (Jia Kun, 1980-1985) affermano che è in grado di rimuovere le neoplasie. Interessante e' qui esaminare l'azione di Dangshen, Fuling, Wuweizi e Danshen sotto il profilo farmacologico. La Salvia milthiorriza svolge azione reonormalizzante ed antiradicalica con spiccato trospismo per il SNC. in corso di ictus sperimentale. Ha azione estrogenica meno incisiva della Salvia officinalis.Inoltre svolge azione bradicardizzante,

coronarodilatatrice e riduce la richiesta di ossigeno da parte del miocardio. Svolge una incisiva azione antiaggregante e si è dimostrata efficace nel corso di coagulopatia intravasale disseminata. Con Angelica Danggui, Rehmannia praeparata ed Akebia trifoliata cura le dismenoree con sindrome premestruale. Con Polygonum multiflora, cornu Cervi parvi, Ligustichum wallichii ed Euphorbia longan è indicata in tutta la patologia vascolare (ipertensione, sindrome ischemica cardiaca, ipercoagulabilità, insufficienza cerebrovascolare, sindrome di Neri e Leiu-Barré, ecc.). Lo sclerotio di Poria svolge debole azione gastroprotettiva ed ipoglicemizzante, vigorosa azione tonica ed assieme sedativa. Si tratta di un fungo della famiglia Polyporacee che parassita la radice di molte Pinacee. Fuling significa "cuore del Pino" poiché si riteneva, anticamente, che fosse una resina legata o trasudata dal cuore della pianta. Ancora oggi l'uso tradizionale lo considera rimedio dolce e neutro, attivo su Polmone, Milza, Stomaco e Reni, diuretico, rinfrescante, sedativo. Gli studi farmacologici e sperimentali dimostrano che la ricchezza in polisaccaridi ed ergasterolo deterina azione nutritiva ed anabolizzante, mentre sono sopratutto gli acidi organici tumulosico, eburicoico e pachimico ad avere azione diuretica e tranquilizzante. L'iperina, inoltre, ha azione stomacica ed antinevralgica. Dangshen (che si chiama anche con i toponimi Lung Dan, Tai Dang, Mien Dang, Foto 3) è una Campanulacea (C. nervosa, C. pilosula, C. clematidea) dal sapore dolce e dalla natura calda e tiepida, che si indirizza verso il Polmone e la Milza, tonifica il Qi ed aumenta i fluidi corpoei.

radice di Codonopsis – Dangshen

Molti medici cinesi la usano come sostituto del Ginseng perché meno eccitante e di più basso costo. Nelle sindromi da vuoto di energia con secchezza e debolezza digestiva o nel caso di affaticamento con sete e molta fame Dangshen è il rimedio d'elezione. Come potenza tonica sul Qi la successione (secondo Zuo Yang Fu, vicedirettore del College of Traditional Chinese

Medicine di Nanjing) è la seguente: Renshen, Huangqi, Dangshen, Gancao. Nei vuoti di Qi non disturbi mentali è il principio d'elezione. Studi farmacologici cinesi, statunitensi e taiwanesi dimostrano che contiene alcaloidi, saponine, proteine, tiamina, riboflavina ed amidi. Svolge azione sedativa, emopoietica, ipotensiva e tranquollizzante (inibisce il rilascio di ormoni dalla midollare del surrene). Wuweizi è il frutto maturo della Schizandra chinensis (settentrionale o Bei wuweizi o meridianale detto Nan wuweizi, Foto 4)), dal sapore acido (aspro) e dalla natura calda (in verità la polpa è dolce, la scorza aspra, il gheriglio piccante, amaro e sopratutto salato). Si dirige verso Polmone e Stomaco, tonifica i fluidi e lo yin, aiuta i reni, tratta la diarrea, conserva il jing. Contiene olio volatile, vari acidi (citrico, ascorbico, malico, tartarico, protocateutico, fumarico) e dei principi peculiari detti gommina A e schizandrina. Stimola il SNC, aumenta la capacita' di attenzione e svolge ruolo ansiolitico. Svolge inoltre vigorosa azione cardiotonica.

frutti di Schizandra – Wuweizi

Nel Vuoto di Sangue ce chi consiglia Si Wu Tang (Decotto delle 4 sostanze (estratto dal Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang, Formulario della Grazia Imperiale dell'epoca Tai Ping) con principi che tonificano il sangue (Dangui e Shudihuang e Baishao) ed altri che muovono il sangue (Ligustucum wallachii Chuanxiong). Nei vuoti combinati di energia e sangue e di yin (con aritmie cardiache, tachicardie, cardiopatia reumatica, stenoinsufficienza valvolare, astenia, lingua pallida con patina sottile, polso intermittente, vuoto e rapito) si usa la formula (molto enfatizzata anche da aluni AA) Zhi Gan Cao Tang (Decotto di Glycyrrhiza praeparata, originaria

dell’antichissimo Shang Han Lun di Zhang Zhong Jin) con Glychyrriza (Gancao) e Ginseng (Renshen) che tonificano il qi ed attivano la circolazione di energia e sangue; colla corri Asini (Ejiao), Shengdi (radix Rehmanniae) e Maimendong (radix Ophipogonis) che tonificano lo yin ed il sangue; Guizi (ramulus Cinnammomi) che scalda lo yang e muove il sangue ed infine Dazao (fructus Ziziphi jujubae) e Shenjiang (rizhoma Zinziberis recens) che tonificano il TR-medio e fanno produrre sia energia che sangue. In caso, invece, di vuoto di sangue ed energia (palpitazioni, testa vuota, vista offuscata, affanno, respiro corto, scarso appetito, feci molli, lingua pallida con patina sottile e bianca, polso fine e debole o grande e vuoto, si usa Ba Zhen Tang (Decotto degli Otto Tesori, estratto dal Ji Sheng Fang, Formulario dell’Aiuto alla vita) composto da Si Wu Tang (vedi sopra) più Si Jun Zi Tang (con i tonici del qi Renshen Fuling, Gancao e Baizhu). Alcune scuole aggiungono, come per Zhi Gancao Tang Shenjiang e Dazao. Sotto il profilo farmacologico vanno analizzati sia La Glycyrrhiza uralensis sia la radix Panax Ginseng. Gancao è ricco di saponine (dal 6 al 14%) fra cui l’acido glicirretico, l’acido glabrico, il 18-beta ed il 28 idrossiglicirretico, flavonoidi ed aminoicaidi, oltre che di glucosio, saccarosio, mannitolo, ecc. Svolge azione cortison-like per aumento del tempo endogeno di cortisolo, riduce l’acidità gastrica, ha azione antinfiammatoria (acido glicirretico), detossicante (grazie alla glicirrizina), espettorante e mucolitica e tonificante il sistema immunitario. Il Ginseng contiene lo 0.05% di olii essenziali, zuccheri semplici (mono e di o trisaccardi), vitamine del complesso B, colina, betasisterolo e beta-sisteryl-glucoside, ma sopratutto saponine note come gensonidi. Non meno di 50 lavori sono stati rubricati dalla letteratura internazionale dal 1990 al 1995 ed elencati sulla monografia Dispense di Fitoterapia Scientifica. Stimola il sistema nervoso aumentando la trasduzione del segnale e il passaggio sinaptico degli impulsi nervosi. Riduce il senso di fatica muscolare ed è eccitante. Fa contrarre la diuresi ed incremente la frequenza cardiaca e la pressione arteriosa.

Stimola l’emopioiesi con azione midollare ed ha una riconosciuta azione antiallergica ed ipoglicemizzante. Intressante e’ il rimedio Guizi (ramulus Cinnamomium) che oltre a liberare la supericie (diaforetico, antipiritico poiché fresco e piccante) possiede aldeide cinnamica (o cinnamaldeide) che nei ratti ha effetto sedativo e tranquilizzante, oltre che reonormalizzante. In Fitoterapia Energetica con principi Occidentali si possono usare Angelica archangelica, Urtica urens e Salvia officinalis. In Dietetica Latte di mucca, grano, mais., frumento, miele, uova, giuggiola.

Passiamo ora ad esaminare le forme da Pieno, ricordando che esse necessitano, per un radicale trattamento, di combinazioni terapeutiche con tecniche sia esterne (agopuntura, tuina) che interne (piante, dieta, ecc.).

Cuore Yang depresso dal Flegma

La condizione di si deve a difetti alimentari e di vita (orario dei pasti, preoccupazioni, affaticamento). Il flegma si accumula nel torace (xiong) e determina blocco dello yang e del qi di cuore. I sintomi più frequenti sono palpitazione con senso di oppressione toracica, vertigini, nausea, vomito, anoressia. La lingua è umidità o con induito bianco più o meno appiccicoso. il polso è teso e scivoloso. Il principio di trattamento consiste nell’eliminare il flegma (yin) e rimuovere la ritenzione di liquidi (speso il volto e’ gonfio come nelle ins. cardiache destre acute). La formula più in uso è Dan Tan Tang che deriva dalla decozione classica contro la ritenzione di fluidi: Er Chen Tang (decotto dei due vecchi). La formula è tratta dal classico Tai pin hui min he ji ju fang (Formula della grazia imperiale dell’era Tai pin, 907-960 d.C.) e si compone di 4 rimedi: Pinelliae ternata rhizoma (Banxia), piericarpium Citri reticulatae (Chenpi), sclerotium Poria cocos (Fuling) e Glycyrrhiza urlensis radix (Gancao). A

volte si aggiungono fructus Mume (Wumei) e Zinziber recens rhizoma (shenjiang). La formula trasforma le mucosità, ha effetto bechico ed antiemetico, regolarizza lo stomaco. Banxia è rimedio molto vigoroso ma anche tossico a causa di un alcaloide, simile alla coinina, ad azione sedativa ed antispasmodica. Molto usata la formula è Dan Tan Tang, che si compone di Er Chen Tang base (senza aggiunte) con in piu Ziziber recens rhizoma, Citrus arantium pericarpum (Zishi) e rhizoma Arisaematis (Tiannanxing) che dissipa l'umidità ed il vento ed apre gli orifizi del cervello e del cuore (arresta le convulsioni). Ricordiamo che l'Arisema thunbergii è dotata di attività analgesiche ed antispasmodiche, è ricca di saponine, acido benzoico ed amido e fresca è molto tossica (se cotta perde la sua tossicità). Le sue proprieta' analgesiche e sedative sono rinforzate dalla cottura in bile di manzo. Si possono anche impiegare formule che contengono principi che eliminano l'umidita' con azione diretta sul cuore (Fuling g 5, Akebia Mutong g 5), rimedi che dissipa l'umidità agendo sulla milza (Atractylodes macrocephala rhizoma Baizhu g 5; Gancao g 5) altri che aprono gli orifizi del Cuore poiche' aromatici (Acorus raminei rhizoma Shichangpu g 7 e Magnolia officinalis Houpo g 3), rimedi che muovo in qi e regolarizzano il TR-medio (pericarpium Citri reticulatae Chenpi g 10) ed infini principi che scaldano o tonificano lo yang di Cuore come Zinziber off. rhizoma recens (Shenjiang) g 3. La Magnolia officinalis (o medicinale) si coltiva sopratutto nella Cina centrale. La corteccia e' di sapore amaro e contiene una droga ad azione mioparalizzante di tipo curarico. In fitoterapia occidentale si possono usare: Crysanthellum americanum, Passiflora incarnata, Angelica arcanghelica, Fumaria officinalis, Carum carvi, Gentiana lutea. In dietetica, elimare latte e latticini, cibi troppo conditi, grassi o speziati, elimare gli arrosti ed i fritti e dare carne di pecora (anche latte di questo animale), lumaca e tuorlo d'uovo. Utile il grano, il formaggio di soja, le alghe e gli asparagi. Utile la carne di anatra che fa circolare i liquidi e riduce i tan ed il tè (sopratutto verde) che elimina i tan calore. Eliminare tutti

gli alimenti che aumentano i liquidi interni: pera, olive, pomodori, albicocche, giuggiole, limone, pesca e noce, carne di maiale. Naturalmente è proibito l'eccesso di alcolici, il caffè ed il fumo.

– *Invasione da parte del Flegma Fuoco*

Si deve soprattutto a turbe psichiche depressive in fase avanzata con stasi di Qi, sviluppo di fuoco e consunzione dei liquidi. Si avranno palpitazioni intermittenti con estrema agitazione, insonnia, manie, fasi disforiche. La lingua sarà di colorito rosso scuro, oppure secca e con fenditure (sopratutto alla punta). I polsi si presentano rapidi (shuo) e scivolosi (hua). Il trattamento precede di chiarificare il cuore (qingxin) risolvere il flegma e ridurre il fuoco. Le piante che riducono il fuoco del cuore e chiarificano il calore (qingxinhuo) sono:

– Coptis chinensis rhizoma (Huanglian, Foto 5), amara e fredda, attiva su Cuore, Fegato, Stomaco e Grosso Intestino, capace di spegnere il fuoco del cuore ma anche di scacciare l'umidità. È controindicata nelle deblezze gastriche con nausea e vomito e nei vuoti di yin o nel caso di freddo allo stomaco. Poco usata per l'alto costo è sovente sostituita da Huhuanglian (rhizoma Picorrhizae). Questa ranuncolacea (usata anche in India ed i Giappone dove si impiega la varità jiaponica Makino) è dotata di vari alcaloidi (coptisina, worenina e berberina) con azione antiflogistica, stomacico-digestiva ed antidissenterica.

rhizoma di Coptis chinensis, – Huanglian

– Gardenia jiasminoidis fructus (Zhizi, Foto 6), frutto essiccato di una Rubiacea che elimina il calore e l'umidità dai "tre riscaldatori". È amara e fredda ed agisce su Polmone, Fegato, Stomaco e Cuore. è antipiretico, antitterico, antidiarroico e decongestionante oculare. E' controindicato

per diarrea e feci malformate con deficit di milza. A dosaggi superiori ai 12 g o per lunghi periodi di tempo può risultare principio tossico. Si usa in Giappone ed a Taiwan anche come antipiretico ed emostatico. Per uso esterno la polvere mescolata con bianco d'uovo svolge un buon ruolo risolvente sugli ematomi post-traumatici. Contiene vari alcaloidi come gardenina, cronica e clorogenina. È anche ricco di acido tannico e mannitolo.

frutti di Gardenia Zhizi

– I rimedi che aprono gli orifizi del Cuore (turbe psichice e difficoltà di concentrazione) sono per lo più aromatici e portano il suffisso (xiang: odore, profumo). Si definiscono Fanxiang Kaiqiao Yao (rimedi profumati che aprono gli orifici del cuore). Il più utilizzato è il secretio Muschus moschiferus (Shexiang, Foto 7), rimedio derivante dal secreto di ghiandole ferormoniche del cervo maschio, piccante e tiepido, attivo su Cuore, Milza e Fegato. È molto costoso e sovente usata per via inalatorio o, in caso di angina acuta, sublinguale. È' fortemente abortivo (quindi controindicato in gravidanza). Altro rimedio "xiang" attivo sugli "orifizi del cuore" e' la resina di Dryobalonops aromatica o albero della Canfora del Borneo-Longnaoxiang, Foto 8-, piccante ed amaro, di sapore fresco, che agisce su Cuore, Milza e Polmone, con azione sedativa, antipiretica e coronarodilatatrice. Altri rimedi profumati che penetrano le mucosità ma non sono molto incisi sul Cuore sono Saussurea lappa-Muxiang- e Agastache rugosa-Huoxiang-.Si usano anche, ma soprattutto per il circolo periferico e la cute, la resina Olibani (Ruxiang) e la resina Myrrae (Moyao). Entranbe sono piccanti, amare e tiepide ed attive su Cuore, Fegato e Milza-Pancreas, ma Ruxiang fa circolare sopratutto il Qi, Moyao fa invece circolare il sangue. Gli altri rimedi sono rhizoma Acori graminei (Shicangpu) che costa poco ed e' molto indicato nel purificare il calore e calculus Bovis (Niuhuang) (calcolo biliare di bue

domestico) che non viene consigliato per ovvi motivi microbiologici e medico-legali. In Cina si usa il prodotto pronto Shexiang Bing Pian con 0.5 g. di secretio Muschus muschifera. Shicangpu (Acori graminei, detto anche Chang-Pu o Canpu) si appende in Cina, Giappone e Taiwan durante la festa del dragone per allontanare gli spiriti malvagi o cattivi. Anche l'Acarus calamus rhizoma (essiccato, detto più propriamente Shicanpu) contiene sopratutto olii essenziali (come altri rimedi piccanti e caldi) con eugenolo, metileugenolo, calamene, calameone ed acorone. L'olio volatile riduce l'attività spontanea dei topi e seda il SNC. Aumenta la circolazione sanguigna ed ha effetto analgesico, miorilassante, ipersecretivo gastrico e diuretico.

Gli altri rimedi sono rhizoma Acori graminei (Shicangpu) che costa poco ed e' molto indicato nel purificare il calore e calculus Bovis (Niuhuang) (calcolo biliare di bue domestico) che non viene consigliato per ovvi motivi microbiologici e medico-legali.

Ghiandole secretorie di Muschus, Shexian

In Cina si usa il prodotto pronto Shexiang Bing Pian con 0.5 g. di secretio Muschus muschifera. Shicangpu (Acori graminei, detto anche Chang-Pu o Canpu) si appende in Cina, Giappone e Taiwan durante la festa del dragone per allontanare gli spiriti malvagi o cattivi. Anche l'Acarus calamus rhizoma (essiccato, detto più propriamente Shicanpu) contiene sopratutto olii essenziali (come altri rimedi piccanti e caldi) con eugenolo, metileugenolo, calamene, calameone ed acorone. L'olio volatile riduce l'attività spontanea dei topi e seda il SNC. Aumenta la circolazione sanguigna ed ha effetto analgesico, miorilassante, ipersecretivo gastrico e diuretico.

La formulazione consigliata è Meng Shi Gun Tan Wan con radix et rhizoma Rhei (Dahuang) che evacua il calore verso il basso

(xiexiayao), detossicando e drenando anche l'umidità (si tratta di un purgante drastico controindicato in gravidanza e durante l'allattamento e, tradizinalmente, in caso di vuoto di energia e sangue o freddo e vuoto di milza e pancreas), Scutellaria baicalensis radix (Huangqin), Labiata amara e fredda che purifica il calore e spegne il fuoco al Riscaldatore Superiore (ma è controindicata se vi sono segni di calore vuoto al pomone), Chlorite o Cloruro di Mercurio (Qingfen, rimedio minerale piccante, freddo e tossico usato come dissipante l'umidità e che riduce il calore e l'umidità al Cuore) e Aquilaria agalloca lignum resinatum (Chenxiang) rimedio aromatico dal sapore amaro-piccante e di natura tiepida che dissipa le mucosità del torace e non ha controindicazioni. In caso di semplice ostruzione degli orifizi del cuore da parte dei catarri i sintomi saranno parole senza senso, turbe mnemoniche, non riconoscimento delle persone note, palpitazioni, lipotimie e svenimenti improvvisi. Mancano i segni di calore (sete, lingua rossa e secca, ecc.). La lingua mostra induito abbondante e bianco ed il polso è profondo (chen), teso (xian) e scivoloso (hua). In questi casi si usa la formula Su He Xiang Wan con Atractylodes macrocephala rhizoma (Baizhu), Aristolochia debilis fructus (Mudouling) che elimina i catarri dal TR-Superiore, Cyperus rotundus (Xiangfu) che fa circolare il qi, Solfuro di mercurio (Zhusha) molto tossico e da evitare, Santalum album lignum (Tanxiang) aromatico, piccante e tiepido e fa circolare il qi (shuqi), Styrax benjoin (Anxixiang) che apre gli orifizi e fa circolare sangue ed energia, Aquilaria lignum resinatum (chenxiang) vista sopra, Syzygium aromaticum flos (Dingxiang, il fiore di garofano, una Myrtacea) che cura il controcorrente, rinforza lo yang, tratta il Rene e riscalda il TR-medio, Muschus muschiferus (Shexiang) rimedio aromatico ad azione elettiva sl cuore (vedi sopra), Piper longum fructus (Bibo) dal sapore piccante e dalla natura calda che rinforza la zona mediana e dissipa il freddo, Dryobalonps aromatica. resina (rimedio aromatico come Shexiang esaminato prima), Liquidambar aromaticum (o taiwaniana) fructus (Lulutong) che

sblocca i meridiani ed i collaterali dissipando vento ed umidità e Boswella carterii resina (Ruxiang) che riduce l'umidità attiva la circolazione del sangue e favorisce la circolazione (assieme all'Angelica chinesis radix, il Cyperus rotundus, la Salvia melthiorriza e la Corydalis Yanhusuo combatte tutte le algie post-truamatiche; le pillole pronte si chiamano Xing Xiao Wan e sono citate nel testo moderno He Ju Ji Fang. Importanti, in questa sindrome, sono anche i rimedi che sedano lo Shen (an shen yao) e che si dividono in calmanti pesanti (zhongzhen) e rimedi che nutrono il cuore (yangxin). In generale, i primi sono minerali, tossici o difficili da digerire i secondi vegetali e molto più maneggevoli. Le nostre ricerche ed osservazioni ci fanno assolutamente escludere (tossicità acuta e cronica anche di tipo mortale o fortemente invalidante) Zhusha (Cinnabarsi, solfuro rosso di mercurio) anche combinanto allo Zenzero (che ne aumenta la digeribilità). Difficili da digerire, freddi e tossici a lungo andare sono altri due rimedi animali:

– os Dragonis (Longgu) (dovrebbe essere composto da ossa fossili di antichi mammiferi, ma oggi si usano ossa di cani e gatti). Ricco di carbonato di calcio è antiipertensivo, sedativo e contro incubi ed insonnia. Riduce i sanguinamenti uterini. È controindicato nelle sindromi da calore ed umidità. Contiene dal 46 all'82% di carbonato di calcio, inoltre fosfato di calcio, diosiddo di silicio, ossido di magnesio e fosforo, ossido di sodio e di potassio, oltre a vari acidi organic come il borneolo, l'acido acetico, l'aido proprionico ed il valerico. Ha dimostrate azioni sedative, emostatiche, antinfiammatorie ed astringenti. Ed in grado di causare dispepsia ipostenica, stipisi, ipertono vagale (bradicardia, ipotensione, broncospasmo).

– conca Ostreae (Muli) conchiglie tritate (attive su Fegato e Rene e quindi su Hun e Zhi), usate come antineoplastici (studi anche sul Kaposi non AIDS correlato), controindicato nelle pienezze interne di freddo. Il rimedio ha dimostrato

azioni antipertensive, normalizzanti la frequenza ed il ritmo cardiaco e anticefalgiche. Poiché contiene (varieta revularis) il 70-75% di carbonato di calcio è molto usato per le osteopenie o le ipocalcemie delle donne in gravidanza, ma anche è molto difficile da digerire, causando dispepsie come il precedente.

Altri interessanti rimedi come forti sedativi sono:

– ossido Ferrosoferrico (Magnetite), si tratta di un comune minerale piccante e freddo, attivo sul Rene e sul Fegato, sedativo (placa Zhi ed Hun) e tonico del sangue e del Rene. Si usa sopratutto se vi sono isteria, insonnia e disturbi auricolari (vertigo, ronzii).

Ambra (Hupo, Foto 9), si tratta dell'ambra grigia, concrezione grigiastra e grassosa (o cerea) dell'intestino posteriore dei copodogli, molto profumata (odore muschiato), derivante dalla degradazione di cefalopodi che sono il principale alimento delle balene. Il rimedio, che è ricco i acidi grassi polinsaturi di tipo omega-3, i qualli si oppongono alla lipeoperossidazione, apre gli orifizi del cuore e calma le convulsioni. Associata ad Angelica Danggui, Curcuma zedoaria, Peonia lactiflora e Renshen in polvere cura le angine e svolge una vigorosa azione coronarodilatatrice (la formula detiva dal classico Ling Yuan Fang).

Ambra grigia, Hupo

Invece i rimedi che "nutrono il Cuore" sono vegetali, molto maneggevoli e privi di gravi effetti collaterali anche se usata per lunghi periodi di tempo. Si usano negli eccessi di fuoco di Cuore e nei vuoti di energia e sangue di Cuore e trattano nevrosi, isteria, insonnia, neurastenia e somatizzazioni cardiocircolatorie. Vediamo i più importanti:

– Ziziphus jujuba (spinosa) semen (Suanzaoren) è una Rhamnacea acida-dolce e neutra, attiva su Cuore e Fegato, capace di calmare lo Shen, nutrire il Fegato ed il Cuore (lo yin) e ridurre la traspirazione. Già descritta come rimedio di alto livello nell'Enciclopedia Shennong Bencao Jing (V sec a. C.) il suo nome significa giuggiola acerba e contiene varie saponine (giugioboside A,B,.C,) acidi grassi (stearico, miristico, oleiico, palmitolico, linoleico) ed inoltre acido betulino e betulenico. Il principio attivo più interessante è il Giuggioboside B ad effetto sedativo e calmante (i semi freschi ne contengono maggiormente di quelli essiccati),ipotensiva con vasodilatazione periferica, miorilassanti e di inbizione sinaptica ransitoria. Sembra dotata di azione miolitica uterina ed è quindi pericolosa in gravidanza. Con Anemarrhena asfeloides (Zhimu) e Poria cocos (Fuling) forma il decotto Suanzaoren Tang che cura insonnia, agitazione ed ansietà da vuoto di yin di Fegato e Cuore con turba di Hun e di Shen.

Biota orientalis semen (Baiziren, Foto 10) è una Pinacea dolce e neutra che si dirige al Cuore, al Rene ed al Grosso Intestino, tranquillizza lo spirito, nutre il cuore, lubrifica l'intestino e favorisce la eliminazione delle feci. Non è dotata di tossicità e se ne possono dare fino a 18 g al dì. Mancano studi farmacologici accurati sui principi attivi e la loro specifica azione.

Biota orientalis – cebaiye

– Triticum aestivum (Xiaomai) dolce e neutro, capace di nutrire il cuore con azione carditonica e sedativa. Cura l'insonnia e l'ipertensione e favorisce (sopratutto i grani immaturi) la digestione riducendo il senso di pienezza da alimenti. Può causare sindrome orale allergica o bruciore in

bocca nei portatori di allergia alle graminacee.

– Polygola tenuifolia (Yuanzhi) già vista sopra, che tonifica lo yin di Rene, Core e Polmone, svolge azione espettorante ed elimina l'eccesso di flegma e ripienezza al petto dei fumatori. Studi sperimentali dimostrano che e' ricca di principi irritanti mucosali.

Autori europei inseriscono fra i sedativi che "nutrono il cuore" (buxinyao) anche:

– radix Polygoni multiflora (Yejiateng), o falsa gramigna, di sapore dolce e natura neutra, che si dirige al Cuore ed al Fegato, calma lo spirito, tonifica il cuore, dissipa il vento e sblocca i canali ed i collaterali . Gli studi farmacologici dimostrano che contiene alte concentrazioni di tannino, un derivato dell'antrochinone, un olio essenziale volatile, un alcaloide etero detto avicularina, quercitina ed infine rutina. Svolge dimostrate azione diuretiche, antielmintiche ed antidiarroiche, astringenti e, per uso esterno, emollienti ed antipruriginose. Si è mostrato attivo (per uso esterno) sull'ulcera venerea.

– cortex et flos Albitiae julibrissin (Hehuan) una leguminosa dolce e neutra, nota come mimosa rosa o falsa mimosa, molto coltivata in Cina, India, Giappone, Iran ed Etiopia. È attiva sullo yin di Cuore e Fegato, attiva sullo Shen, sul sangue e sulle cute e con spiccate funzioni digestive. Sopratutto la corteccia è ricca di tannini e saponine, amara e pungente, tonica e stimolante, antielminta e cicatrizzante.

In Fitoterapia Occidentale si possono impiegare come principi sedativi Cratageus oxyacanta, Passiflora incarnata, Valeriana officinalis, Matricaria camomilla, Melilotus officinalis. Y. Requena magnifica il cosidetto "infuso dei cinque fiori" composto (secondo la ricetta di Isabella d'Ungheria) di Bianscopino, Meliloto, Tilia, Valeriana e Biancospino

(eretismo psichico ed insonnia ribelle). Fra il 1990 ed il 1995 abbiamo potuto dimostrare l'effetto positivo di due infusioni di cinque piante ciascuna:

– per forte conponente ansiosa con agitazione, sensazione penosa di attesa, paurosità: radice di Valeriana rossa, fiori e foglie di Biancospino, parte aerea di Passiflora, fiore di Citrus arantium amaro, pianta fresca intera di Escholtia californica;

– in caso di depressione, tristezza, melanconia foglie di Rosmarino, radice di Eleutherococco, foglie di Melissa, sommità di Hypericum perforatum (grano saraceno), seme di Trigonella foenum grecum, e polvere di Renshen (può indurre fotodermatosi, anemie emolitiche ed insonnia).

Se vi sono catarri e fuoco dare in combinazione Salix alba e Crysanthellum americanum (estratto secco 1,5/3 g die).

Gli alimenti che sedano lo Shen sono lattuga, grano ed arancia sia dolce che amara. Per aprire gli orifizi del Cuore (kaiqiaoxin) usare carne di pecora, latte di pecora, tuorlo d'uovo e ruta graveolens (come spezia).

Stasi di Sangue di Cuore

Si deve o a deficit di Qi e di yang (strapazzi fisici ed errori dietetici) o a ristagno di catarri (turbe psichiche o alimentazione errata). Determina stasi secondaria nei vasi e nei meridiani con palpitazione, oppressione toracica, angina, dolori intermittenti come una pugnalata, parestesie, sudurazione, pallore, ipotensione, lipotimie. La lingua è rosso scura, a volte porpora con vari "spots". Il polso è rugoso ed annodato. Il principio terapeutico si propone di: attivare la circolazione, disperdere la fissità e rimuovere la stasi. La formula più in uso è Xue Fu Zhu Yu Tang (decotto per rimuore la stasi di sangue nel torace) composto da semen

Persicae (Taoren, con glicosidi cianogeni potenzialmente tossici), flos Carthami (Honghua, controindicato in gravidanza), Angelica chinensi radix (Danggui), rhizoma Ligustici wallichii (Chuanxiong), radix Paenia rubra (Chishao, può avere vigorosa azione anticoagulante ed e' abortiva), radix Achyranthes bidentata (Nuixi, tossica ad alti dosaggi), radix Bupleuri (Chaihu), radix Platycodi (Jiegeng), fructus Citri (Xiangyuan), radix Rehmanniae (Shengdihuang), radix Glycyrrhizae (Gancao). L'Achyrantis radix (Niuxi, Foto 11) (o anche il suo omologo e sostituto Ciuatula chinensis) è di sapore amaro ed aspro, di natura neutra (amaro e dolce la Ciatula) con meridiani destinatari il Fegato ed il Rene. Sblocca la stasi del sangue e diuretica, tonifica fegato e reni e, preparato con vino, ha azione sui tendini. Cura i disturbi urinari ed agisce come diuretico, antidolorifico ed antispastico (inibisce la peristalsi intestinale), ipotensivo (per vasodilatazione però di breve durata) ed antiallergico.

Sopratutto la Cyathula capitata è ticotonica ed aumenta frequenza e forza di contrazione uterina. I principi più attivi sono saponine con acido oleanico come aglicone, fitosteroli (betasistosterolo-glucoside) ad azione vigorosamente ormonale, acido gammanibutirrico (ad azione eccitante sul SNC), succinati, ossalati e betaina (ad azione sulla peristalsi intestinale).

Achyrantis pianta e radici, Niuxi

La Cyathula contiene inoltre cyasterone ad azione sulla muscolatura liscia uterina. Meno incisiva appare la formula Taohong Si Wu Tang (Si Wu Tang che tonifica il sangue piu' Honghua e Taoren: incisa più in sede pelvica che toracica). Ancora più attiva nelle problematiche di stasi di sangue del sesso femminile e la Leonorus cardiaca (Yi Nu Cao) alle dosi di 10-30 g, imperatore della formula Yimucao Gao (una delle principali in campo ginecologico). Il prof. Hu Lie ed Eric

Marie ricordano che la radix Curcumae longae (Yujin), pianta piccante, amara e fresca, attiva su Cuore, fegato e V.B., svolge azione antistenocardica ed antianginosa. Inoltre regolarizza la VB e riduce l'ittero. Quindi a dosi di 5-10 g può essere utilizzato nelle tachiaritmie da spina irritativa colecistica. Nel decotto Si Jing Tan (detto dei Quattro Ori) si combina con Jin Qiao Cao, Hai Jin Sha e Jin Nei Jin e compone un principio contro le colelitiasi da calore ed umidità. In caso di deficit di yin e di sangue (grande emotività, ipertensione, incubi, insonnia, tachicardie ad alta frequenza) ce chi consiglia Tian Wang Bu Xin Dan. Nel caso di liberazione di fuoco (volto arrossato, delirio, estrema agitazione, afte buccolinguali, sete, tachicardia, ipertensione) si impiega (secondo le Scuole di Canton e Xian) la formula Dao Chi San (polvere per condurre in basso il fuoco del Cuore) con radix Rehmanniae (Shengdihuang), caulis Akebiae trifoliate (Mutong), rhizoma Coptis (Huanglian) e folium Phillostachis (Zhuye). Quest'ultimo rimedio (che non è altro che il bambù) contiene silice, idrato di potassio, ossido di alluminio, ossido di ferro e calcio, con azione sedativa (agisce sulla corea minor), antipiretica ed antispastica. Va qui ricordato che, in definitiva, la stasi di sangue con depressione dello yang e sopratutto con catarri determina la maggior parte dei disturbi cardiaci di tipo ischemico. Sul J. Trad. Chin. Med voll 12 e 13 del 1992 e 13 del 1993 sono stati prodotti una serie di studi clinici su decotti cinesi nelle diverse sindromi cardiache. Le conclusioni dei gruppi di lavoro della Zhenjian Accademy of TCM di Hangzhou, dello Xijuan Hospital di Beijing e della Chinese Medicine and Pharmacy e che bisogna distinguere le forme con vuoto di qi e yang (con sindrome del nodo seno-atriale, bradicardia sinusale, miocardite, miocardosi) dalle forme con catarro e stasi del sangue (angina, infarto, ipertensione). Nel caso di deficit dello yang si usa la nuova formulazione Fu Ben Zeng Mai Tang che deriva dalla classica Si Ni Tang (decotto dei 4 arti freddi, tratto dallo Shang Han Lun e composto da radix Aconiti Fuzi, rizhoma Zinziberis

Gangjiang e radix Glycyrrhizae Gancao) con l'aggiunta di Astragali seu Hedysary rhizoma (Huangqi), ramulus Cinnamomi (Rougui), radix Ligustici (Chuanxiong), radix Angelicae sinensis (Danggui), fructus Psoraleae (Buguzi) e herba Asari (Xixin). Quest'ultimo principio (così chiamato perchédotato di piccolissime radici) e' piccante e caldo e scalda polmoni, fegato e reni, togliendo al contempo i fluidi (shui) accumulati. Contiene un olio essenziale ricco di principi aromatici (quindi diaforetici e vasodilatatori) come mentolo, alfa-pinene, metil-eugenolo, eucarvone, safrolo. Si usa in generale per il flemma del petto (tosse con dispnea e catarri fluidi) e per le sinusiti con rinorrea fluida e chiara. Nei casi di stasi di sangue e catarri si usano combinazioni di varie formule fra cui Shen Fu Tang, Zhen Wu Tang, Wu Ling San, Wu Pi Yin, Bao Yuan Tang, Shen Ce Tang e Ting Li da Zao Xie Fei Tang che danno, tuttavia, minori risultati. Torniamo ora alle generalità della sindrome. In fitoterapia occidentale daremo: Angelica Archangelica, Stellaria medi, Cratageugus oxyacantha e Salvia officinalis. In dietetica evitare i cibi o troppo freddi o acidi o salati. Dare i cibi caldi, tiepidi e piccanti. Sono utili il grano, il cavolo ed il latte (a meno della presenza di catarri).

Passiamo ora alle "forme complesse", molto frequenti in geriatria, cardiologia, ematologia, pneumologia e nelle turbe psichiche più gravi e persistenti.

Deficit di Milza e Cuore

Si definisce anche deficit di Qi di milza e sangue di cuore. Le turbe psichiche protratte ed il superlavoro ne possono essere alla base. La diagnosi differenziale deve comprendere il deficit generale di energia e sangue. La faccia e' smorta, opaca, giallognola. Si hanno palpitazioni aggravate dallo sforzo, astenia psicofisica, anoressia, respiro corto, foce flebile, assenza di volontà, scarsa memoria, insonnia,

disturbi del sonno, molti sogni ed incubi, mestruazioni irregolari e scarse e decolorate. Il polso e' sottile, la lingua pallida con induito bianco. Bisogna tonificare il qi ed il sangue di Cuore e Milza. La formula in uso in tutta la Cina è Gui Pi Tang (Decotto per rinforzare la Milza) tratta dal testo Ji Sheng Fang (Formule per salvare la vita). In essa Renshen, Baizhu, Huangqi e Gancao tonificano i rinvigoriscono il qi fortificando la Milza, Danggui e Longyuanrou (Arillus longgan) nutrono il sangue, Suanzaoren svolge azione sedativa ed anidrotica, Yuanzhi (radix Polygalae) e Fuling fortificano il Cuore e calmano la mente, Dazao (fructus Ziziphi jujube) e Shengjiang tonificano la milza e fanno produrre energia e sangue, infene Muxiang (radix Aucklandiae) promuove la circolazione dell'energia ed evita i ristagni da prodotti tonici. L'Astragalo cinese (Foto 12) è una pianta erbacea che cresce nel Nord della Cina in Mongolia ed in Manciuria, che ha dimostrato su modelli sperimentali animali vigorosa azione immunomodulante (incremento linfociti T helper 1 e 2 e Natural Killer). Ha anche azione diuretica (ma se ne sconosce il principio responsabile). Dopo il Ginseng si considera il più poderoso tonico del Qi . Siccome determina incremento nella sintesi delle IgE, va evitato negli atopici. In fitoterapia occidentale daremo Fumaria e Angelica assieme e in dietetica carne di bue, cereali, uva, melone, cocomero, licio, evitando gli alimenti tiepidi e freddi.

radici di Astragalo cinese – Huangqi

Vuoto di Qi di Polmone e Cuore

Si hanno palpitazioni con senso di paura o di caduta, dispnea, tosse cronica, asma o respiro asmatiforme, oppressione toracica, faccia pallida. Il polso e' sottile e debole la lingua rosa o rosso chiaro. Molte cardiopatie reumatiche, vizi

valvolari o forme di COPD rientrano in questo gruppo. Il principio di trattamento consiste nel tonificare (bu) il Qi, nutrire (yang) il Cuore, tonificare il Rene e produrre i liquidi (che sono una riserva di energia). La prescrizione dei tre Collegi riuniti (Nanjing, Shanghai, Beijing) è Sheng Mai San (Polvere per produrre il polso). La formula è contenuta nel testo Nei Wai Shang Bian Huo Lun (Chiarificazione dei dubbi inerenti le patologie da cause esterne ed interne) e rinforza il qi (sopratutto lo yin) e trattiene i liquidi. Si compone di Renshen (radix Ginseng), Maimendong (radix Ophiopogonis) e Wuweizi (fructus Schisandrae). In fitoterapia occidentale si usano, in combinazione, Pulmonaria e Stellaria media, in dietetica alimenti dolci e piccanti, evitando quelli freddi e crudi.

Vuoto di Cuore e Rene

Detta anche Cuore e Rene non comunicano o Vuoto di Yin di Rene e Cuore o anche conflitto fra Acqua e Fuoco. Gli AA moderni cinesi (Lie, Yangfu, Fei, ecc.) parlano di disarmonia fra Cuore e Rene. L'eccessiva attività mentale, le delusioni ne sono la causa principale (ma anche, ad esempio le diete troppo rigide). Molte forme di nevrosi cardiaca, tachicardia semplice o da ipertiroidismo, ipertensione idiopatica o nefrovascolare o nefroparenchimale, rientrano in questo gruppo. I sintomi sono ansia, agitazione, papitazioni, aritmie ad alta frequenza, poca memoria (anterograda e retrograda), vertigini, sete, gola secca, tinnitus, debolezza e dolore ai lombi ed alle ginocchia, incubi, iperonirismo, difficoltà all'addormentamento, sudorazione calda notturna. Il polso è sottile (xi) e rapido (shuo), la lingua (she) rossa e secca o, spesso, con incisure sul rafe mediano, Il trattamento si attua armonizzando il Cuore ed il Rene, nutrendo lo yin e abbassando il calore. Alcuni AA fanno ricorso a Tian wang bu xin dan, ma sia la scuola di Canton che quelle di Hong Kong e Nanjing indicano la formula Huanglian Ejiao Tang. Per nostra esperienza la formula "Dell'Imperatore Celeste" aggiunta a

Long dan xie gan tang (o wan), o con aggiunta solo di Huanglian (rhizoma Coptis, g 9 in decotto) è eccellente per curare la sindrome, senza dover ricorrere a rimedi animali come Ejiao. In fitoterapia occidentale si impiegano Achillea e Passiflora e in dietetica pesce, carne rossa, evitando di dare alimenti riscaldandi e proibendo alcolici, fumo e caffè o altri nervini.

Indirizzo per chiarimenti

Carlo Di Stanislao

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