

Che cos'è l'agopuntura

a cura di

Patrizia Furba

Medico Specialista in Medicina Interna

Diplomata Scuola di Medicina Tradizionale Cinese So Wen di Milano

L'agopuntura è una metodica terapeutica molto antica, così antica, che per ritrovare le sue origini, bisogna affidarsi alla leggenda. Si racconta che un soldato cinese afflitto da ischialgia, mentre cacciava per procurarsi il cibo, cadde nella neve e vi rimase sommerso ad eccezione di un piede calzato di pelo. Scambiato così per un animale venne ferito da una freccia a lato del malleolo destro. Toltala, constatò con gioia che i suoi dolori erano del tutto scomparsi: la freccia, conficcata in quel punto aveva scacciato il demone che lo affliggeva. Già nel Neolitico i punti di agopuntura (*xuè*) venivano stimolati con schegge appuntite di pietra e scoperti in numero sempre maggiore. L'efficacia della loro stimolazione rafforzò, negli antichi Cinesi l'idea che strette connessioni dovevano esistere fra le diverse parti del corpo e fra superficie e profondità. L'affinamento delle conoscenze sul corpo umano portarono alla formulazione di una complessa teoria che, considerando il susseguirsi dei punti di agopuntura (*xuè*), li vedeva collegati in una rete energetico-funzionale, avvolgente ogni parte dell'uomo. Le varie parti di questa rete furono chiamate *jing luo* vie di collegamento e tradotte in Occidente con il termine di meridiani. I meridiani sono le vie di scorrimento dell'energia e del sangue (in senso cinese) per far intercomunicare ogni parte del corpo (l'interno con l'esterno, l'alto con il basso, la destra con la sinistra, il davanti con il dietro) e il corpo stesso con l'universo. La primitiva stimolazione dei punti, con significato puramente sintomatico, venne sostituita da una visione terapeutica basata su una concezione di inter-relazioni fra microcosmo (l'uomo) e macrocosmo, dominata dall'energia. L'introduzione in Europa dell'agopuntura avvenne per l'interesse dei Gesuiti nella figura di Matteo Ricci (1600) che soggiornò in Cina per oltre 30 anni entrando pienamente nello spirito cinese non solo imparando la lingua, ma traducendo i classici e venendo considerato alla pari dei loro Letterati. Matteo Ricci ebbe il nome Cinese di Li Madou e morì in Cina. Con Matteo Ricci l'Occidente iniziò a scoprire veramente i Cinesi. A Parigi nel 1971 i Gesuiti fondarono l'Istituto Ricci, centro di studi cinesi. Questo primo contatto non ebbe però, dopo i primi entusiasmi gran seguito perché l'agopuntura non venne correttamente valutata e interpretata, non essendo medici i traduttori, ciò non disgiunto dalla difficoltà, per la mentalità occidentale, di accogliere una metodica terapeutica formulata in base ad una visione cosmologica quale è quella cinese. Il successivo rilancio si deve a Soulié de Morant nel 1930 che introdusse le sue traduzioni di opere mediche cinesi e fondò una scuola. L'agopuntura si affermò in Francia e successivamente in tutta Europa.

Medicina Orientale e Medicina Occidentale

Secondo la concezione cinese nell'uomo non esiste una netta separazione tra psiche e soma, tutto, infatti, dipende dal Qi soffio energia vitale, nelle sue trasformazioni. Il Qi condensato è vita, diluito è potenziale indefinito ed è la forza che anima il mondo; potremmo definirlo respiro vitale dell'universo, analogo al prana nell'induismo, al pneuma dei greci o al ruah degli ebrei. Il "Qi soffio energia vitale" conserva il suo equilibrio oscillando tra due polarità, yin e yang. L'oscillazione fra yin e yang permette, sia in situazioni di benessere che di stress psico-fisico di entità moderata, un relativo e continuo aggiustamento. La forza vitale o energia (Qi) deve fluire attraverso gli organi e i meridiani per il mantenimento del benessere. Sui meridiani vi sono 365 punti di agopuntura che possono essere stimolati attraverso gli aghi o la moxibustione per bilanciare e armonizzare Yin e Yang. La salute è mantenuta da un buon bilancio fra Yin e Yang, mentre la malattia è espressione di disarmonia fra yin e yang. Se si manifestano stress importanti e prolungati nel tempo, si può venire a creare una situazione di squilibrio permanente che si presenta con sintomi inizialmente lievi, ma che possono progressivamente o improvvisamente dare luogo a ciò che noi chiamiamo malattia con manifestazioni di ordine fisico e/o psichico. In medicina cinese la salute è la capacità dell'organismo di rispondere in modo appropriato ad un'ampia varietà di attacchi, sia interni che esterni in modo da mantenere inalterata l'omeostasi. La malattia rappresenta quindi un'incapacità di adattarsi alla sfida sia essa un germe, una sostanza o un'emozione ed a seconda del tipo di "debolezza" dei soffi, presente in quel momento si manifesterà in quell'individuo in modo peculiare. Perciò, se si riorganizza lo schema di disarmonie in uno schema di relazioni armoniche, la causa originale sparirà perchè le condizioni nelle quali si era radicata cessano di esistere. La medicina occidentale moderna segue un'ottica meccanicistica dove si viene curati per settori corporei limitati e l'intero non viene più percepito come entità significativa. Nell'ottica meccanicistica gli eventi malattia diventano casuali e perdono la loro intrinseca relazione reciproca, il corpo perde la propria intelligenza e la mente il suo potere di comprendere, così la mente viene separata dal corpo, la malattia dalla persona, il germe patogeno dal processo di malattia nel suo insieme, le parti l'una dall'altra, i sintomi dall'origine della malattia e i pazienti dalla responsabilità e dal potere su di sé.

Patologie trattabili con l'agopuntura secondo la Organizzazione mondiale della Sanità OMS

La seguente tabella elenca alcune delle malattie per le quali l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ritiene clinicamente utile l'Agopuntura.

PATOLOGIE OSTEO-ARTICOLARI E REUMATOLOGICHE:

osteoartrosi, tendiniti, cervicalgia e brachialgia, dorsolombalgia e sciatalgia, nevralgie intercostali, periartrite scapolo-omeroale, coxalgia (dolore all'anca), gonalgia (dolore al ginocchio), distorsioni articolari, stiramenti muscolari.

PATOLOGIE RESPIRATORIE:

asma allergico, rinite allergica, sinusite.

PATOLOGIE GASTROENTEROLOGICHE:

singhiozzo, gastrite, colon irritabile (colite funzionale), disturbi dell'alvo (stipsi, diarrea).

PATOLOGIE CARDIO VASCOLARI:

patologia di Raynaud, turbe funzionali del ritmo, flebopatie e disturbi del circolo periferico.

PATOLOGIE DERMATOLOGICHE:

acne, eczema, psoriasi.

PATOLOGIE OSTETRICO-GINECOLOGICHE:

amenorrea (assenza di mestruazioni), dismenorrea (dolori mestruali), vomito gravidico, malposizione fetale, induzione ed analgesia del parto, sindrome menopausale, vaginite.

PATOLOGIE GENITALI MASCHILI:

impotenza funzionale, eiaculazione precoce.

PATOLOGIE NEUROLOGICHE:

cefalee, nevralgie post-erpetiche, nevralgia del trigemino, paralisi facciale.

PATOLOGIE PSICHIATRICHE:

sindrome ansioso depressiva, insonnia.

PATOLOGIE OTORINOLARINGOIATRICHE E STOMATOLOGICHE:

ipersalivazione-iposalivazione, odontalgia, analgesia per estrazione dentale, ipoacusia ed acufeni, tinnitus.

Prove di efficacia

Numerosi studi randomizzati, controllati e più di 25 revisioni sistematizzate e meta-analisi hanno valutato l'efficacia clinica dell'agopuntura. Questi studi indicano che l'agopuntura è efficace come antiemetico dopo la chirurgia o la chemioterapia negli adulti, e per la nausea in gravidanza. Buone prove di efficacia esistono anche per l'effetto analgesico, antispastico ed ansiolitico. La ricerca scientifica ha dimostrato l'attivazione di meccanismi oppioidi endogeni; dati recenti, ottenuti

tramite risonanza magnetica evidenziano effetti dell'agopuntura, su specifiche aree cerebrali. Inoltre l'agopuntura sembra stimolare l'espressione genica di neuropeptidi. Uno studio comparso su Arch Intern Med del 2007 raccomanda l'agopuntura come terapia ottimale nelle lombalgie. Sono stati valutati i risultati ottenuti con terapia convenzionale, agopuntura e sham agopuntura. L'efficacia dell'agopuntura era quasi due volte maggiore rispetto alla terapia convenzionale. Il dolore alla schiena è migliorato dopo agopuntura per almeno sei mesi. Uno studio comparso su Neuroimaging settembre 2009 ha mostrato l'attivazione dei recettori mu per gli oppioidi in determinate aree cerebrali tramite l'agopuntura; questa attivazione è stata documentata tramite Risonanza Magnetica. Queste aree cerebrali viceversa non vengono attivate con la Sham agopuntura (agopuntura falsa).

Scopo dell'agopuntura

Scopo della agopuntura è il riequilibrio energetico dello Yin e dello Yang, l'eliminazione della energia perversa ed il rafforzamento delle difese dell'individuo.

Ciò avviene tramite la stimolazione dei punti di agopuntura con aghi, oppure mediante il calore (Kao o moxa) oppure mediante il massaggio. Queste tre metodiche possono anche essere associate.

Come si effettua la terapia con agopuntura

Si pone il paziente in posizione confortevole (è preferibile la posizione supina di miglior rilassamento del paziente) si localizzano i punti scelti per il trattamento, gli aghi sono scelti in funzione della profondità alla quale vanno infissi. Ad es aghi corti per azione in superficie nello yang ed aghi lunghi per azioni in profondità nello yin. L'introduzione dell'ago può determinare dolore. Gli aghi utilizzati sono monouso e per prevenire incidenti si presta particolare attenzione alla qualità degli aghi utilizzati.

Eventi avversi a comparsa durante la terapia con agopuntura

Lipotimia o sensazione di svenimento: può capitare per tensione nervosa, paura per il primo contatto con l'agopuntura. In questi casi gli aghi vengono rimossi e alla persona si prestano le cure del caso. L'ago può restare "serrato", talvolta capita che l'ago dopo l'introduzione resti ancorato al tessuto in cui è stato inserito con difficoltà a levarlo. Questo evento può essere determinato dallo spasmo muscolare o imbrigliamento nel tessuto fibroso risolvibile con massaggio delle zone

circostanti. Oppure l'ago può incurvarsi per cambiamento di posizione della persona effettuata in modo brusco oppure durante l'inserimento l'ago va a colpire zone dure. In queste circostanze si rimuove l'ago delicatamente seguendone la curvatura. L'ago può rompersi per forzata manipolazione, spasmo muscolare, cambio di posizione brusca del paziente. In questi casi se l'ago rotto protrude si toglie con le pinze, se rimane sottopelle e non si riesce a farlo riaffiorare bisogna ricorrere al chirurgo per la rimozione. Dopo la rimozione dell'ago può rimanere un piccolo segno rosso puntiforme che scompare da solo. Se si rilevano gonfiore da lesione dei vasi la sede va massaggiata e vanno applicate compresse calde per favorire il riassorbimento dell'edema.

Chi può effettuare l'agopuntura

La terapia con agopuntura viene effettuata da medici diplomati e preparati da una scuola specifica.

Bibliografia

1. Kaptchuc T. Annals of Internal Medicine (2002) 136(59):374-383. Acupuncture: Theory, efficacy, and practice.
2. Michael Haake, Phd, et al. Arch Intern Med. 2007;167(17):1892-1898 : Acupuncture Trials (Gerae) For Chronic Low Back Pain: Randomized, Multicenter, Blinded, Parallel-Group Trial With 3 Groups free.
3. Herris E.R. Neuroimaging settembre 2009 47(3) 1077-1085 Traditional Chinese Acupuncture and Placebo (Sham) Acupuncture Are Differentiated by Their Effects on μ -Opioid Receptors (MORs).
4. Giorgio Di Concetto casa editrice Ambrosiana Le basi della terapia in agopuntura e farmacologia cinese.
5. Roberto Gatto Marco Maiola Medicina Interna Tradizionale Cinese Centro Studi So-Wen.
6. W.Sanzeni, A.Lomuscio Agopuntura e menopausa: studio osservazionale su 17 pazienti. Scuola Sowaen Milano.