

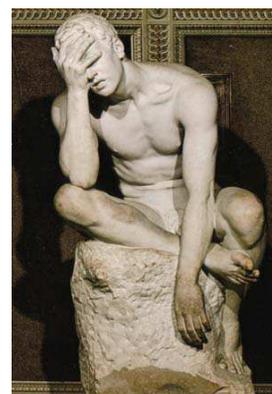
IL DOLORE IN MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

Dr. Marco Maiola

(Tratto da: L'altra Medicina Magazine – 2013)

Il lenire il dolore era, per i latini, *opus divinum* e, ancora oggi, lottare contro il dolore è uno dei compiti fondamentali dell'arte medica. Calmare il dolore significa non solo sottrarre il paziente al suo stato di sofferenza, ma anche limitare e ridurre le conseguenze psichiche e somatiche suscitate dalle percezioni dolorifiche. Il dolore, dunque, è un'esperienza sensitiva ed emotiva spiacevole e tale definizione sottolinea il contributo psicologico all'esperienza del dolore.

Nel pensiero cinese, corpo e psiche sono uniti a formare un insieme, un essere, in un modo così omogeneo e unitario da rendere impossibile una separazione tra questi due piani. Una visione olistica dell'individuo che si pone alla radice di ogni percorso diagnostico e terapeutico e che, inevitabilmente, trova una delle sue massime espressioni nella comprensione dei meccanismi che portano alla comparsa del dolore. Se è vero quindi che qualunque dolore è in grado di influenzare lo stato psico-emotivo del paziente, per la medicina tradizionale cinese è anche vero che l'atteggiamento psicologico del paziente può non solo influenzare l'intensità e la qualità del dolore ma, addirittura, esserne la fonte.



Nel pensiero cinese tutto è energia. Le ossa, i muscoli, gli organi, il sangue, le emozioni, i sentimenti sono tutte manifestazioni di una stessa energia ma in uno stato di diversa aggregazione. Un'energia più o meno condensata, più o meno coesa. La solidità dell'osso o la impalpabilità di un sentimento sono il frutto di questo diverso stato di aggregazione dell'energia, che scorre e che circola in tutto il nostro corpo, che rappresenta l'essenza del nostro essere o che semplicemente, in ultima analisi, è il nostro essere. La circolazione fluida ed armonica di questa energia garantisce il mantenimento di uno stato di salute. Un disarmonica circolazione o un arresto del flusso energetico determina invece la comparsa di un sintomo che, come una spia luminosa, si attiva nel nostro corpo: il dolore.

Il dolore è quindi uno dei più importanti segnali che il nostro organismo dà in risposta ad una alterata circolazione energetica e ad una sua patologica distribuzione nel corpo. Condizioni di pienezza o di vuoto energetico e situazioni di ristagno o di stasi del *qi*, termine comunemente usato per intendere l'energia, possono determinare la comparsa di questo sintomo che, in rapporto al contesto, varierà per intensità e qualità. In linea generale, quindi, un dolore da pienezza sarà, in linea di massima, di recente comparsa, superficiale, facilmente evocabile con la pressione e con la palpazione. Un dolore da vuoto manifesterà invece una spiccata tendenza a cronicizzare, darà l'idea di essere più interno e più profondo e non tenderà a peggiorare con la pressione ma anzi, spesso, addirittura a migliorare. Infine, il dolore da ristagno si abbina spesso a segni e sintomi di alterata circolazione del *qi*, del sangue o dei liquidi organici in genere, con una sintomatologia variabile in rapporto alle zone del corpo interessate ma, in linea generale, caratterizzata da una fissità del dolore che tipicamente, nei casi meno gravi, tenderà a migliorare con il movimento e con il massaggio.

Spesso i fattori climatici sono un fattore eziologico importante nella genesi del dolore, specialmente nel caso di un interessamento dell'apparato muscolo-scheletrico ed articolare, livello nel quale l'agopuntura si è dimostrata particolarmente efficace. Il vento, il freddo e l'umidità sono spesso infatti in grado di determinare la comparsa di dolore o, in caso la sintomatologia fosse determinata da altri fattori (per esempio la presenza di artrosi), di influenzarne l'andamento e la qualità.



Il vento è un'energia di natura *yang*, mette in movimento, crea agitazione e si sposta facilmente. Se il vento domina, il dolore sarà migrante e tenderà a spostarsi nel corpo con l'interessamento, in successione, di più articolazioni. Si potranno avere tremori, spasmi o, nei casi più gravi, convulsioni, ma anche formicolii o rigidità del tronco e della colonna.

Il freddo è invece una energia di tipo *yin* e, quindi, tenderà a dare sintomi in sintonia con questa sua natura. Il freddo, infatti, tende a concentrare, a condensare, ad abbassare, a rallentare fino a determinare un blocco o un'ostruzione. Il dolore è quindi spesso profondo, meno mobile di quanto non si verifichi con la presenza di vento, con un interessamento di una o di poche articolazioni. Il dolore risulta intenso e migliorato dal calore.



L'umidità è anch'essa un'energia di tipo *yin* e quindi, come il freddo, tenderà a rallentare la circolazione dell'energia, aumentando la massa ed il volume dei tessuti, dei liquidi, delle carni nelle quali si infiltra. Mentre il freddo ha tendenza a gelare, l'umidità rallenta e fa ristagnare, dando una sensazione di appiccicosità e di collosità. La fissità del dolore è quindi una delle caratteristiche principali, con l'interessamento di una o poche articolazioni, ed è

associato a sensazione di corpo pesante, di pesantezza agli arti e di gonfiore.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (O.M.S. - 1993) l'agopuntura risulta utile nel trattamento di diverse patologie caratterizzate dalla presenza di dolore quali, per esempio: cefalea, colon irritabile, dismenorrea, herpes zoster, herpes simplex ricorrente ecc. mentre, nell'ambito dell'apparato muscolo-scheletrico ed articolare, si è dimostrata una valida terapia in caso di: lombalgia, sciatalgie, nevralgie in generale, epicondilite, fibromialgia, osteoartrosi e osteoartrite, sindrome del tunnel carpale, borsiti ecc.

In sintesi, i meccanismi attraverso i quali l'agopuntura svolge i suoi effetti nel trattamento delle malattie osteoarticolari sono:

- 1) Azione analgica: l'azione di inibizione del dolore permette di interrompere il circolo vizioso: dolore > limitazione funzionale > danno microcircolatorio e trofico > dolore, favorendo la ripresa della funzione e la mobilizzazione.
- 2) Azione decontratturante ed antispastica: utile soprattutto nelle patologie della schiena.
- 3) Azione sedativa: potenzia l'azione analgica collaborando al ripristino di una fisiologica soglia del dolore.
- 4) Azione eutrofica: legata ad una serie di riflessi neurovegetativi e vascolari, con miglioramento del flusso ematico e della nutrizione neurologica di tipo periferico.

Ovviamente le possibilità di trattamento con l'agopuntura dipendono anche dallo stato di avanzamento della patologia. Per esempio, una sindrome del tunnel carpale risponde bene al trattamento con aghi a patto che non vi sia un restringimento del canale del carpo tale da richiedere un intervento chirurgico. In linea generale, possiamo quindi affermare che il risultato terapeutico ottenibile con l'agopuntura risulta legato, in modo inversamente proporzionale, alla alterazione strutturale ed anatomica dei tessuti interessati. Vale la pena sottolineare, che questa apparente limitazione all'indicazione di un uso dell'agopuntura nel trattamento di queste sintomatologie algiche, sostenute da importanti alterazioni anatomico-strutturali, accumuna l'agopuntura a tutte le altre terapie, farmacologiche e fisiche, di tipo non chirurgico. Inoltre, un trattamento con i comuni farmaci antinfiammatori, specialmente per periodi prolungati, potrà determinare la comparsa di effetti collaterali che, a lungo andare, renderà

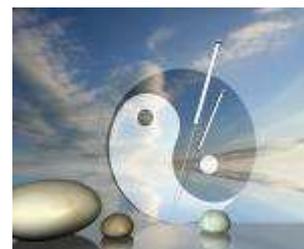


impossibile il proseguimento della terapia medesima, cosa che invece è possibile attraverso un trattamento agopunturistico.

In rapporto a quanto sopra esposto, risulta evidente l'importanza di rivolgersi ad un agopuntore che sia, nello stesso tempo, laureato in medicina, cosa peraltro sancita in Italia da una sentenza della Cassazione. Solo un medico, infatti, potrà di volta in volta stabilire, valutando gli esami diagnostici del caso e il quadro clinico generale, quale potrà essere la terapia migliore per alleviare lo stato di sofferenza del paziente che a lui si rivolge.

Come è facile immaginare, la frequenza e le modalità del trattamento agopunturistico varieranno di caso in caso, così come i punti utilizzati, che saranno in parte punti ad azione loco-regionale, quindi in relazione all'area anatomica interessata, o ad azione più generalizzata e quindi collocati a distanza dalla zona in questione. Tra questi ultimi vale la pena sicuramente di ricordare il punto BL. 60 *Kun Lun*, localizzato tra la parte più sporgente del malleolo esterno e il tendine di Achille. Questo punto calma i dolori, rilassa i tendini ed è molto attivo nelle lombosciatalgie e, in generale, sui dolori localizzati nella parte posteriore del corpo. Un altro punto a distanza molto attivo e molto utilizzato è *He Gu* LI. 4, localizzato sul dorso della mano, tra 1° e 2° metacarpo, a livello del punto mediano del 2° metacarpo. Questo punto ha una potente azione antidolorifica ed antispastica specialmente a livello cefalico, uterino ed intestinale e, in base alla sua azione sul sistema nervoso, è frequentemente utilizzato per ottenere l'analgesia a scopo chirurgico od odontoiatrico.

Nella medicina tradizionale cinese, il dolore è quindi un prezioso segnale di squilibrio nel corpo, che coinvolge sia la sfera fisica che psichica del paziente. Il dolore è il messaggio di un corpo vivo, vitale che reagisce ad uno stato di sofferenza e, in quest'ottica, è da preferire a sintomi da deficit meno eclatanti ma più insidiosi come l'assenza di sensibilità o i deficit motori. Il dolore è il linguaggio di un corpo vivo che ha la forza di reagire, che ha la forza di lottare e, in questa lotta, l'agopuntura può essere un ottimo alleato.



La pratica:

Apparato muscolo-scheletrico: I dolori dei muscoli, delle ossa e delle articolazioni rispondono solitamente bene all'agopuntura. Come più sopra accennato, i risultati dipendono dal grado di alterazione e di degenerazione dei tessuti interessati, principalmente per quanto riguarda la stabilità dei miglioramenti ottenuti. In linea generale, vengono effettuati, all'inizio del ciclo terapeutico, due trattamenti ravvicinati, per poi passare in seguito ad una seduta alla settimana, per una media di 7/8 sedute complessive. Dopo i primi 4/5 trattamenti è legittimo aspettarsi un miglioramento della sintomatologia algica e tensiva. In caso contrario, la terapia viene sospesa.

Sistema nervoso: Lombosciatalgie, nevralgie e cefalee sono tra i disturbi che più comunemente vengono trattati in un ambulatorio di agopuntura. Per quanto riguarda i primi due sintomi valgono le regole sopra esposte, per le cefalee è necessario invece fare alcune importanti precisazioni. Innanzitutto, bisogna ricordare che qualunque tipo di cefalea (muscolo-tensiva, vasomotoria, a grappolo...) tende ad avere un andamento cronico e che, ad oggi, esistono delle ottime terapie farmacologiche per risolvere gli attacchi acuti. Nello stesso tempo, è oltre modo necessario sottolineare che le stesse terapie farmacologiche non riescono a svolgere una reale prevenzione sugli attacchi successivi. Questo costringe il paziente ad assumere quantità, talvolta smodate, di farmaci combinati non di rado in "cocktail fai da te" non privi di effetti collaterali. In base alla mia esperienza, potrei in pratica affermare che l'agopuntura svolge



un'azione complementare a quella dei farmaci, perdendo il confronto sul trattamento dell'attacco acuto, ma vincendolo su un piano preventivo e di assenza di effetti collaterali. Nell'arco infatti di 6/8 sedute, il paziente riesce solitamente ad osservare una riduzione del numero e/o dell'intensità degli attacchi. Le modalità del trattamento e il numero delle sedute varia da caso a caso e va adeguato alle caratteristiche della cefalea, passando da una seduta alla settimana, nei casi più gravi, ad una seduta al mese, per esempio, nelle cefalee catameniali.

Dolore viscerale: Il dolore degli organi interni risulta spesso più complicato e delicato da trattare. L'ampia gamma di patologie e di sintomi rende in pratica impossibile una trattazione breve e sintetica, in grado di essere funzionale all'obiettivo di queste annotazioni a piè di pagina.