

## IL DOLORE LOMBARE IN MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

*Dr. Marco Maiola*

(Tratto da: L'altra Medicina Magazine – 2012)

*Per la medicina cinese le cause possono essere molteplici: anche psichiche. Ogni paziente è una storia a sè stante da studiare a fondo prima di passare all'applicazione degli aghi.*

*Marco Maiola*

Le patologie dell'apparato muscolo-scheletrico sono sicuramente quelle che il medico agopuntore tratta più comunemente nel suo ambulatorio. Tensioni e dolori della muscolatura cervicale, trapezoidale e lombare; dolori generati da artrosi o da processi infiammatori acuti e cronici a carico delle vertebre e delle articolazioni; lombalgie e lombo-sciatalgie rappresentano i sintomi principali per i quali i pazienti si rivolgono all'agopuntura.

Ormai da tempo, infatti, è nota l'azione antalgica, antinfiammatoria e miorilassante (rilassamento muscolare) che gli aghi svolgono nel corpo grazie all'aumento della produzione di mediatori chimici, già presenti nell'organismo, che l'agopuntura è in grado però di stimolare ed implementare. Nel linguaggio invece dell'antica tradizione cinese, un'azione terapeutica dovuta alla capacità degli aghi, e dei punti che vanno ad attivare, è in grado di riequilibrare la circolazione dell'energia (qi) che forma ogni aspetto del micro e del macrocosmo, dell'uomo e di ciò che lo circonda.

Il mal di schiena si tratta in due fasi. In una prima fase è indispensabile ridurre lo stato irritativo e di infiammazione che sta spesso alla base della sintomatologia dolorosa, escludendo quelle situazioni che hanno una esclusiva indicazione chirurgica. In una seconda fase diventa invece necessario introdurre dei corretti esercizi di mobilizzazione e di allungamento che, non di rado, il paziente tende a trascurare vista la riduzione della sintomatologia ottenuta nelle prime settimane di trattamento con i presidi antinfiammatori ed analgesici, farmacologici e non.



Secondo questo schema terapeutico, l'agopuntura rientra principalmente nelle terapie da utilizzarsi nella prima analgesica, è in grado di determinare sintomatologia nel suo che, nell'antichità, il la possibilità di associare privilegiando quello che, opportuno ed efficace.



utilizzarsi nella prima analgesica, è in grado di determinare sintomatologia nel suo che, nell'antichità, il la possibilità di associare privilegiando quello che, opportuno ed efficace. Così l'agopuntura, ma anche la

fitoterapia, il massaggio tradizionale cinese (tuina), il tai qi ed il qi gong (ginnastiche mediche abbinate alla respirazione) venivano utilizzati in modo sinergico per ottenere una rapida guarigione del paziente che, da parte sua, svolgeva e applicava con diligenza i compiti e i consigli terapeutici ricevuti.

La diagnostica differenziale, secondo la medicina tradizionale cinese, è abbastanza complessa. Un dolore o un sintomo che interessi l'apparato muscolo-scheletrico può infatti essere determinato da fattori climatici esterni (vento, freddo ed umidità), da traumatismi cronici o da posture scorrette, da cause interne interessanti gli organi del corpo o anche da fattori psicosomatici o, francamente, psichici. Ancora una volta, viene evidenziato come, all'interno della medicina tradizionale cinese, l'individuo venga valutato come un insieme, dove l'aspetto somatico e quello psichico rappresentano un tutt'uno, nel quale anche i pensieri e le emozioni possono avere una diretta influenza sul corpo e sulla sua struttura. In ogni caso, comunque, il fattore eziologico (la causa), interno od esterno che sia, tende a determinare uno squilibrio nella circolazione energetica dell'organismo e dei meridiani che lo percorrono, vie lungo le quali sono collocati i punti di agopuntura.

### **Quello che manca nella medicina occidentale**

Prima però di affrontare tempi e modalità della terapia con agopuntura in caso di affezioni dell'apparato muscolo-scheletrico, pensiamo sia utile fare alcune semplici ma importanti riflessioni, prima fra tutte, il differente approccio clinico a questo apparato da parte della medicina occidentale, che privilegia l'aspetto strutturale ed anatomico, rispetto alla medicina tradizionale cinese che ne sottolinea maggiormente quello dinamico e funzionale.



La nostra medicina moderna è nata, in buona parte, sui tavoli autoptici: osservando cioè come appariva il corpo umano durante le autopsie. Questo ha prodotto una grande conoscenza degli aspetti anatomici, macro e microscopici, del corpo umano e un conseguenziale grande sviluppo della tecnica chirurgica che, associata all'evoluzione tecnico scientifica di questi anni, ha permesso di raggiungere livelli di eccellenza.

In ambito diagnostico, questo tipo di approccio ha avuto come logica conseguenza quella di privilegiare esami che evidenziano, in particolar modo, la struttura e l'anatomia delle parti studiate.

Radiografie, Tac, risonanze magnetiche sono presidi diagnostici sempre più sofisticati e precisi ma tendenti comunque sempre a rappresentare un'immagine statica e non dinamica dei tessuti. Immagini quindi indispensabili per valutare la presenza di eventuali danni strutturali, ma lontane dal rappresentarne gli aspetti dinamici e funzionali. Viene allora spontaneo chiedersi quanto quelle vertebre e quei dischi intervertebrali, rappresentati, per esempio, in una risonanza magnetica, corrispondano a quella stessa colonna in movimento, quando la persona cammina, salta o cambia

posizione su una sedia. Non di rado, infatti, da un punto di vista diagnostico e clinico, il medico sa che per valutare lo stato funzionale e di sofferenza di un nervo, risulta talvolta più utile una semplice e meno sofisticata elettromiografia di un esame di tipo statico come quelli citati più sopra.

### **Alcuni Punti**

Anche se i trattamenti saranno diversificati in rapporto alla persona, alla storia clinica del disturbo e alla sua localizzazione, alcuni punti potranno essere utilizzati, in una buona parte dei casi, per sostenere l'apparato muscolo-scheletrico nel suo insieme.

Tra questi troviamo sicuramente il punto **BL.11 (Da Shu)**, localizzato sotto e lateralmente alla 1<sup>a</sup> vertebra dorsale. Questo punto viene definito punto Hui delle ossa e può essere utilizzato in tutte le patologie riguardanti ossa ed articolazioni, specialmente in caso di malattie di origine esterna (vento, freddo, umidità). Parallelamente, sul versante muscolare, troviamo il punto **GB.34 (Yang Ling Quan)**, localizzato antero-inferiormente alla testa del perone, punto Hui dei muscoli e dei tendini. Infine, un punto spesso utilizzato in caso di dolori ma, in modo più specifico, per dolori di tipo lombo-sciaticico, è **BL.60 (Kun Lun)**, localizzato dietro al malleolo esterno, che rappresenta una sorta di “punto aspirina” della medicina tradizionale cinese.

In un'ottica limitata ad alcune parti del corpo, invece, per disturbi riguardanti la zona cervicale risulta particolarmente utile **LI.4 (He Gu)**, localizzato nella mano tra il 1° e il 2° metacarpo. Questo punto ha un'intensa azione anti-dolorifica ed antispastica ed è molto efficace per trattare le contratture e le tensioni a livello cervicale, specialmente in associazione con il punto **GB.20 (Feng Chi)**, localizzato nella zona postero-laterale del collo.



Per il trattamento delle lombalgie, oltre al già citato BL.60, saranno particolarmente utili i punti **BL.23 (Shen Shu)** localizzato sotto e lateralmente alla 2<sup>a</sup> vertebra lombare, e il punto **BL.40 (Wei Zhong)** localizzato nel cavo popliteo. Ambedue questi punti sono in grado di trattare e rinforzare la regione lombare e sacrale.

Un buon trattamento di agopuntura sarà sempre la risultanza di una corretta diagnosi, sia energetica sia di medicina occidentale, la qual cosa permetterà al medico agopuntore di trattare al modo migliore sia la sintomatologia, sia il paziente inteso come terreno.

### ***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.