



AMSA - Associazione Medica per lo Studio dell'Agopuntura

## *La Mandorla*

Fogli elettronici di medicina tradizionale e non convenzionale

Anno XI Numero 41 - Giugno 2007

**Direttore**

Dott. Carlo Di Stanislao

**Comitato Editoriale**

Dott.ssa Rosa Brotzu

Dott. Maurizio Corradin

Dott. Dante De Berardinis

Dott. Fabrizia de Gasparre

Dott. Paolo Fusaro

Dott. Roberto Montanari

Dott. Mauro Navarra

Dott. Giusi Pitari

Dott. Emilio Simongini

©2007 AMSA

Associazione Medica per lo Studio dell'Agopuntura

Tutti i diritti riservati

Gli articoli pubblicati su "La Mandorla" esprimono le opinioni dei rispettivi autori ai quali va attribuita in via esclusiva la responsabilità del loro contenuto

# Indice

<b>Editoriale</b>	<b>1</b>
<b>Il rapporto medico-paziente nell'arte della guarigione</b>	<b>7</b>
<b>Fitoterapia energetica con rimedi cinesi e occidentali nelle turbe del San Jiao</b>	<b>15</b>
<b>Integratori, nutraceutici, alimenti funzionali e cosmeceutici</b>	<b>34</b>
<b>Drosera</b>	<b>52</b>
<b>Marrubio: Marrubii Herba, Marrubium vulgare L.</b>	<b>57</b>
<b>Arpagofito</b>	<b>62</b>
<b>Agopuntura e omeopatia versus vaccino nella prevenzione delle recidive erpetiche</b>	<b>71</b>
<b>Cistite interstiziale di tipo ricorrente in un campione di donne in menopausa</b>	<b>87</b>
<b>Bronchiti e bronchiectasie in MTC</b>	<b>98</b>
<b>L'ansia: trattamenti integrati in Medicina non Convenzionale.</b>	<b>109</b>
<b>Libri da leggere e rileggere</b>	<b>129</b>

# Editoriale

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

“Vedo chiaramente nell'eguaglianza due tendenze: una che porta la mente umana verso nuove conquiste e l'altra che la ridurrebbe volentieri a non pensare più. Se in luogo di tutte le varie potenze che impedirono o ritardarono lo slancio della ragione umana, i popoli democratici sostituissero il potere assoluto della maggioranza, il male non avrebbe fatto che cambiare carattere. Gli uomini non avrebbero solo scoperto, cosa invece difficile, un nuovo aspetto della servitù? Per me, quando sento la mano del potere appesantirsi sulla mia fronte, poco m'importa di sapere chi mi opprime, e non sono maggiormente disposto a infilare la testa sotto il giogo solo perché un milione di braccia me lo porge”

*Alexis de Tocqueville*

“Barbaro non è quel popolo che non ha conosciuto la civiltà, ma quello che, dopo averla raggiunta, la perde”

*Marcel Proust*

“Però, vi è un solo modo di sapere ciò che si sa, ed è di rischiare le proprie convinzioni in un gesto, di impegnarle in una responsabilità”

*Thorton Wilder*

“Il Maestro disse: “Un gentiluomo si attiene a tre principi che io non sono capace di seguire: la sua umanità non conosce ansie; il suo sapere non conosce dubbi; il suo coraggio non conosce paura”. Zigong disse: Maestro, avete tracciato il vostro ritratto”

*Confucio*

Ho riletto in questi giorni *La democrazia in America* di Alexis de Tocqueville ( [1] ) e ciò mi ha portato (come portò in passato Jardin, [2] ) a riflettere sul problema del difficile equilibrio fra libertà individuale e potere democratico, cioè allargato e collettivo. Questa lettura e questa riflessione mi hanno fatto guardare con occhi nuovi (e preoccupati) al panorama attuale della Medicina Cinese nel nostro paese. Esistono Società e Federazioni che propongono (apertamente o in modo strisciante), linee-guida e modalità di condotta che dovrebbero essere rassicuranti e che sono certamente minuziose, metodiche, previdenti, [3], ma che tendono, al contempo, a spostare la nostra disciplina sempre più a ridosso del metodo scientifico proposto dalla Biomedicina e molto lontano dalle molte, vortuose e contraddittorie idee del suo primigenio ed autentico impianto ( [4] ). Vale la pena a questo punto di ritornare su un tema a noi caro, su una domanda molte volte formulata e a cui occorre dare una risposta, per manifestare una precisa, dichiarata, netta presa di posizione. La medicina è arte o scienza?. È nostra convinzione che essa è un'impresa umanistica con una componente scientifica e che, per essere davvero esercitata, necessita di gradi elevati di conoscenza, di esperienza, ma anche di libertà individuale. In tanti momenti della nostra vita siamo chiamati a scegliere, a decidere, a selezionare fra diverse possibilità quella o quelle che riteniamo più convenienti, più adeguate o più giuste. Dai comportamenti più elementari alle più elaborate e raffinate scelte ideologiche, religiose, politiche o professionali, è raro che qualcuno possa sottrarsi a quest'esperienza ad un tempo banale e decisiva. E poiché la scelta è una questione di vita cosciente e la medicina è sempre disciplina cosciente, ridurre i margini di libertà individuale significa appiattare, contrarre, ridurre le facoltà e possibilità autentiche dell'intervento medico. Ora affrontare il tema della scelta significa porre innanzitutto il problema della libertà, senza la quale non ha senso parlare di scelte di alcun tipo. Persino quando si dice che qualcuno si è trovato di fronte a una scelta obbligata s'intende, sotto sotto, che restava un margine, seppure infinitesimo oppure fatale, per sottrarsi a quell'obbligo. Aristotele, S. Agostino, S. Tommaso e poi Kant ci hanno insegnato che l'uomo è un essere razionale, che sceglie attraverso una facoltà conoscitiva e quindi un grado di libertà che nes-

sun altro animale possiede. Tale libertà sarebbe garantita all'uomo da un'altra caratteristica distintiva fondamentale: la volontà ( [5] ). Di qui la secolare differenza fra conoscere e agire che i filosofi moderni hanno cercato di risolvere. Scegliere è dunque un atto della volontà che implica come condizione la libertà e, le linee-guida, riducendo l'atto di volontà e libera scelta, in qualche misura contraddicono l'esercizio di questo atto, che è raffinata e specifica pregorativa dell'uomo. Scrivono Agostino e Duns Scoto che se non ci fosse libertà di scelta, l'uomo sarebbe privo di volontà, in nulla differente dai bruti. Vittima di un cieco destino, inevitabile e insindacabile, la stessa ragione umana sarebbe priva di senso, mera passione senza azione. Per questo credo che l'omogenizzazione proposta da Società e Gruppi sia non solo sterile e appiattente, ma anche molto pericolosa in campo medico e terapeutico. La stessa Medicina Scientifica appare più avanzata e disponibile nel considerare fondanti le scelte libere ed individuali. Circa venti anni fa è stato infatti scritto che, sebbene in medicina la formulazione di una decisione diagnostica e/o terapeutica è presentata come derivante da regole oggettive, i medici, con la loro annosa pratica, applicano, quasi costantemente, un bagaglio di conoscenze soggettive che comportano una sorta di "tacita" conoscenza individuale ( [6] ). La stessa medicina delle evidenze si dichiara incapace di descrivere il processo tacito e professionale del giudizio esperto ed afferma, con intelligente convinzione, che le sensazioni personali, dopo anni di pratica, possono essere la base portante per arguti sviluppi pratici e speculativi ( [7] ). Come in campo Biomedico anche in Agopuntura e Medicina Cinese, lo sviluppo di linee-guida (sostenuite in vario modo), ha rappresentato un encomiabile tentativo di concentrare un ampio volume di conoscenze scientifiche in un formato facilmente utilizzabile dal medico ed applicabile al paziente. Encomiabile quindi lo scopo di formulare raccomandazioni di comportamento clinico, prodotte attraverso un processo sistematico, coerenti con le conoscenze sul rapporto costo/beneficio degli interventi sanitari, per assistere sia i medici che i pazienti nella scelta delle modalità di assistenza più appropriate in specifiche circostanze cliniche. Meno condivisibili gli esiti. Nel 1977 l'OMS raccomandava ai governi dei paesi in via di sviluppo di riconoscere l'importanza dei sistemi medici tradi-

zionali indigeni, conformemente alla volontà delle popolazioni locali con gli adattamenti appropriati al peculiare sistema e insieme lanciava una campagna tra i paesi evoluti per lo sviluppo di una migliore conoscenza delle pratiche terapeutiche tradizionali prescientifiche basata su tre punti: valutazione oculata dei lati positivi, utilizzabili per la salute della popolazione, integrazione delle pratiche tradizionali entro i sistemi convenzionali della medicina occidentale, con criteri convalidabili caso per caso, formazione di esperti per lo studio delle nozioni e delle pratiche della medicina tradizionale indigena, e di guaritori tradizionali addestrati alle nozioni e alle tecniche della medicina convenzionale occidentale. L'auspicato avvio di una revisione epistemologica delle pratiche tradizionali e l'auspicio di una "creolizzazione" tra culture diverse, non ha dato ancora da per tutto risultati soddisfacenti. Questo non solo perché sono ancora pochi i medici che studiano con profondità pratiche non convenzionali per coglierne eventuali aspetti originali relativi al vissuto di malattia e della salute in contesti etico-sociali distanti dal nostro, ma anche perché, tale studio, è fatto secondo linee che stravolgono sovente i contenuti originali delle "altre" medicine ( [8]). Rispetto ai parametri teorici impartiti il più delle volte nella formazione italiana in Medicina Cinese, uno studio attento e concentrato sull'autenticità dei dettati epistemici imporrebbe di confrontarsi con il vissuto di malattia del paziente, con i suoi bisogni, le sue preoccupazioni. Invece tutto questo è avulso dall'interesse formativo di chi percorre la "via maestra" della integrazione i cui elementi portanti sono: semplificazione teoretica ed applicazione di schemi fissi, cioè di linee-guida molte rigide e restrittive ( [9]). Lo slogan della "libertà di cura", seppure carico di pericoli e condiviso da tutti i Gruppi, ha posto il problema della partecipazione del paziente alle decisioni sulla sua salute, nel quadro più vasto del passaggio, nei suoi rapporti con il medico, dal modello paternalistico tradizionale ad uno che gli riconosce un ruolo autonomo. Ma come sarà possibile garantire questa autonomia in schemi ristretti e ripetitivi analoghi a quelli Biomedici attuali? Non si tratta quindi (ci rivolgiamo ai rappresentanti di Società e Federazioni), di reclamare una dignità giuridica per le Medicine Tradizionali, ma di conservare inalterate livelli di conoscenza, basi teoriche, formazione ed erogazione ( [10]). Negli anni si è passati dal con-

petto di "medicina alternativa" a quello di "medicina integrata" e sono stato un convinto assertore del vantaggio di questo passaggio ( [11]). Ma oggi sono davvero preoccupato nel registrare, con l'appiattimento della disciplina e il susseguirsi linee-guida, che anche nel mondo del "naturale" prende piede la Evidence Based Medicine che, puntando tutto sui protocolli, priva il medico della sua libertà di scegliere in autonomia una determinata cura per quel paziente in quel preciso momento della sua vita. Certo questo modello oltre che agevole nell'integrazione con l'Accademico, è molto rassicurante per medici e terapeuti: se il paziente non migliora è guarisce è colpa della sua "non responsività" e non certo dell'autonomia, singola, cosciente scelta terapeutica ( [12]). Occorre infatti non nascondersi dietro facili (e fragili) paraventi ed assumersi, in modo adulto e consapevole, la responsabilità di ogni scelta, individuale e cosciente, correndo il rischio di sbagliare e non riducendosi a proiettare l'insuccesso nella direzione del paziente e del protocollo. Fin dall'antichità si è sempre saputo che i sentimenti e le emozioni producono una certa ripercussione nelle scelte dell'uomo. Questo orientamento sostiene che il comportamento umano nasce dal rapporto dell'individuo col suo ambiente, per cui vengono presi in considerazione tanto l'aspetto psicologico che gli aspetti ambientali per comprenderne le motivazioni. Questa analisi (che diremmo psicosomatica in senso lato), ci porta a ritenere l'adozione di forme ristrette di Medicina Cinese un desiderio di vincere l'angoscia e la paura dell'insuccesso. Vale la pena, a questo punto, richiamare Adler e la sua profonda, intricante analisi del "complesso di inferiorità". Secondo questo psichiatra i sentimenti consci o inconsci di inferiorità (da cui il termine "complesso di inferiorità"), associati a meccanismi di difesa che svolgono un ruolo compensatorio (centrati soprattutto sulla ricerca del potere sugli altri), costituiscono la causa principale dei comportamenti psicopatologici. La tendenza a prevalere, a mostrarsi onnicomprensiva e onnipotente della Medicina Cinese basata sui protocolli, esprime una "volontà di potenza" che mostra un nucleo inconscio fragile ed una radice davvero poco consolidata. Lo stesso Adler ci fornisce la ricetta per il superamento di questo non corretto comportamento. Alla volontà di potenza deve far riscontro l'altra istanza fondamentale della psicologia individuale, il sentimento socia-

le, che include l'empatia e la tendenza a cooperare col prossimo, aspetti propri della primigenia Medicina Cinese e di nessun conto rispetto alla attuale volgarizzazione e semplificazione della stessa. Sempre prendendo spunto dall'austriaco, suggeriamo ai lettori, che la coppia "terapeuta-paziente" divenga "coppia creativa" e che il terapeuta divenga "artista creativo" il cui fine consiste, in un primo tempo, nel decodificare le "mete fittizie", ovvero le "finzioni" e, ancor più, le "finzioni rafforzate" e poi si orienti al trattamento della "autentica e personale patologia individuale" ([13]). Alla destrutturazione dell'onnipotenza fittizia dei protocolli e delle linee-guida, vogliamo contrapporre, come sito e Associazione, la promozione dei "compiti vitali" e, in ultima analisi, la creazione di un nuovo stile di vita, rispettosa dell'individualità e della cosciente libertà di scelta. Grazie a questo modo (antico, classico ed oggi marginalizzato) di vedere la Medicina Cinese (la Medicina, più in generale), intendiamo sostenere che la terapia è una questione di costante cooperazione con il paziente e che il terapeuta deve collocarsi allo stesso livello della persona che soffre. Applicando invece protocolli e schemi semplificati facciamo del "riduzionismo culturale", senza avere la chiara consapevolezza che scambiamo una parte per il tutto, i sintomi per la malattia. E qui voglio far emergere tutto il nostro orgoglio di "appartenenza". Avremmo potuto, per usare una metafora sportiva, passare a squadre più famose e titolate, ma abbiamo sempre preferito continuare a giocare con la nostra maglia. Questa fedeltà ha avuto a che fare con fattori diversi; il principale dei quali ha riguardato l'applicabilità della visione "classica allargata" alla pratica clinica, nel diuturno confronto con sofferenza. I nostri corsi, libri, articoli interventi hanno avuto ed hanno, in definitiva, un fine comune: non amministrare la libertà di un medico ma educare la medicina affinché esprima una cultura umanistica e non solo pragmatica e della convenienza. Ogni "scelta" medica, nell'interesse primario del malato, andrebbe fatta con "scienza e coscienza", in autonomia e responsabilità, disponendo di più possibilità di scelta. Educare alla scelta conveniente in ogni singolo caso, vuol dire educare il medico al giusto, al bene, al meglio, nel rispetto di circostanze concrete, ordinarie, contingenti e individuali. Liberare o amministrare la scelta medica: da questa alternativa dipende il livello della medicina e, in definitiva, il

grado di civiltà della nostra società ([14]). Se qualcuno volesse argomentare che, tuttavia, la nostra scelta, anche se coerente, è perdente rispetto al modello dominante, gli rispondiamo che non consideriamo la visibilità o la "vittoria" un valore assoluto. "Combattere per le cause perdute, militare dalla parte dei vinti, solidarizzare con gli sconfitti o dare la propria vita in battaglie disperate contro il vento della storia e gli imperativi della potenza è segno di nobiltà e di grande carattere". Ha ragione Marcello Veneziani ([15]), un uomo si valuta soprattutto attraverso le sue sconfitte e la capacità, ogni volta, di rialzarsi e non tradire i propri ideali. In un universo (quello della Medicina Naturale di casa nostra), incline alla "mediazione", sfruttata fino all'osso, votato al semplice e arido profitto, non solo non si è più in grado di progettare nulla di buono ma, banalizzando e appiattendolo ogni spinta e ogni contrasto, non ci si accorge che una sola parte deve rimanerne indenne: la coscienza ([16]). Tra un'idea e l'altra ci sono baratri e linee di forza da fronteggiare. Tra una decisione e l'altra oceani da superare e, spesso, in questi territori di mezzo, sorgono i più grandi conflitti, le più forti diatribe. La "mediazione" dunque, oltre ad essere è la via diplomatica dell'accordo, della pace e della risoluzione tranquilla di ogni problema e soluzione, diviene la via più facile da perseguire per essere vittoriosi, vanagloriosamente sull'onda del facile consenso ([17]). Nella vita capita a tutti, prima o poi, di essere coinvolti in conflitti che creano lacerazioni e degenerano a tal punto da lasciare pesanti strascichi di rancore. Individuando i motivi reali, profondi e nascosti dello scontro, può perseguire l'obiettivo di una soluzione pacifica, soddisfacente e durevole ma, comunque, ciò che occorre fare, a costo di essere "vinti" e non scendere a compromessi, non "mediare" rinunciando alle proprie idee. Ciò che sarebbe saggio fare è imparare a rielaborare il conflitto in termini pacifici, attraverso l'uso dell'intelligenza emotiva e a focalizzare i propri obiettivi senza scendere a insipidi compromessi né farsi trascinare in ripicche e ritorsioni. Guardarsi attorno, ma soprattutto "guardare" gli altri è il segreto per porsi nella condizione di trasmissione di un sapere, capace di orientare, oltre che nella professione, anche nella vita. Quando si parla di Medicina Naturale oggi, lo si fa in modo approssimativo, semplificato, rassicurante, con accenni quasi "religiosi" che non distinguono fra tra

credenti e creduloni. Il vero paradosso dello stato delle Medicine Naturali oggi in Italia (per molti versi analogo al cosiddetto "paradosso illuminista", [18]) è quello di aver prodotto, attraverso la "desertica" e monocorde idea "dominante" di un solo pensiero ed una sola "direttiva", di impoverire orizzonti e risorse e aperture che attengono ad altre dimensioni costruttive della persona umana: per esempio le facoltà spirituali, simboliche, mitiche, rituali. Credere ed affermare che tutto questo appartenga ad uno stadio infantile, primitivo e tribale della cultura e non piuttosto all'anima umana, ha significato un impoverimento, una perdita, che ha ingigantito angosce, depressioni e solitudini e prodotto un restringersi delle possibilità ed opportuno di confronto con cosiddetto modello scientifico. Ci sono più cose in cielo e in terra di quelle che certifica la Ragione ([19]) ma, questo modo di pensare, appare oggi minotario, "vinto", marginalizzato o addirittura del tutto oscurato. Anche se dovrebbe essere chiaro la base di qualunque democrazia è quella di avere a disposizione un'informazione libera e plurale, cioè poter conoscere i vari punti di vista, negli ultimi tempi, qui in Italia, abbiamo che l'informazione si trovava tutta schierata da una singola parte. Chi comanda oggi nel mondo del "naturale" è la "struttura" dominante, un apparato senza volto, non fatto di persone, un esercizio del tutto impersonale che, proprio a causa di questo, è ancora più inquietante. Ora questo sistema fa in modo di insegnare alle persone (praticanti e fruitori), a non pensare con la propria testa e a trincerarsi dietro particolari "credo". E non c'è spazio (e va spazzata via), ogni area che insegni (o difenda) l'idea che un'attiva è vitale se nasce dal dubbio e non dal cieco credere. Nella ricerca della verità non c'è più grande sostegno e più forte impeto che un sano senso del dubbio, poiché nella ricerca delle verità la fede non rappresenta l'inizio del cammino, ma l'aspirazione finale. Il dubbio (che professiamo, proponiamo e da cui mai ci separeremo), non è né credo né incredulità, è sconfinata curiosità, insopprimibile desiderio di conoscenza. Nell'Enciclopedia di Diderot e D'Alembert la voce "tolleranza" indicava una morale unica per tutto il genere umano, costituita non da valori propri di una cultura, ma da una sorta di regola *super partes* che nessuno potesse ricusare, proprio per la sua "indifferenza" etica nei confronti dei fondamenti valoriali diversificati. Si forma qui la natura procedu-

rale dell'universalismo. È questa, come ben si sa, la distinzione classica del sociologo Tonnies tra la comunità dalla integrazione perfetta in una unica unità e la società, caratterizzata non dalla integrazione perfetta, ma dalla indifferenza come tecnica per la regolazione delle parti. Invece l'integrazione è oggi vista, dai poteri forti delle Medicine non Convenzionale, come aderenza ad unico modello dominante. Citando Wittgenstein si potrebbe dire: "Il significato di un nome si definisce soltanto indicando il suo portatore". L'unica strada è prendere atto del fondamentale relativismo di ogni cultura e accettarne i limiti e imperfezioni. Una sorta di cosmopolitismo ermeneutico sostituisce il primato della comprensione al primato universalistico della ragione. Proprio la debolezza della ragione favorisce gli scambi e le intese. Ciò in cui crediamo e che da queste pagine difenderemo sempre (da vinti ed emarginati, ma anche da fieri lottatori), è che il dialogo esistenziale, nel quale nessuno crede di possedere tutta intera la verità; ma nel quale tutti pensano, per citare Tommaso d'Aquino, che è "la verità che possiede tutti", è la via più giusta da perseguire, indipendentemente dalle difficoltà, dalle apparenti sconfitte, cadute e dalla eventuale "gogna" della minimizzazione. È da questa impostazione, da questo "dialogo dialogante" che si arriva all'essenziale. La politica o l'etica, più del dialogo che del riconoscimento, rimane un ideale per chi, come noi, crede nel valore autentico di società o gruppi davvero pluralisti. In questo modo è possibile mettere a fuoco la cultura come pluralità e varietà delle pratiche, in modo da avere più strumenti (più modi di vedere) un certo quesito o un determinato problema ([20]). È solo in questo modo, riteniamo, che la cultura potrà riassumere una vera centralità, con un linguaggio che sia capace davvero di divenire il "significante" dell'essere e di ogni essere, nella sua irripetibilità.

# Bibliografia

- [1] de Toqueville A. *La democrazia in America*, ed. Cappelli, Bologna, 1957.
- [2] Jardin A. *Alexis de Tocqueville*, Ed. Jaca Book, Milano, 1994.
- [3] Giovanardi C.M. *Perché il “decalogo” proposto dalla Scuola Matteo Ricci*, <http://www.numedionline.it/apps/essay.php?id=3672>, 2006.
- [4] Andrès G. *La Médecin selon les Traditions*, Dervy-livres, Paris, 1981
- [5] Martinetti D., Curtotti D. (A cura di) *L'Educazione della volontà*, Ed. Clandestine, Roma, 2006.
- [6] Pauker S.G., Kassirer J.P. *Decysion analysis*, N Engl. J Med., 1987, 316: 250-258.
- [7] Tonelli M.R. *The physiological limits of evidence-based medicine*, Acad Med, 1998, 73: 1234-1240
- [8] Crocella C. (a cura di) *Le medicine non convenzionali*, Ed. Camera dei Deputati, Roma, 1991.
- [9] Di Stanislao C. *Libertà di scelta e valutazione scientifica in medicina: problemi e proposte*, <http://www.ilcapoluogo.it/content.php?article.447>, 2006.
- [10] AAVV *Libertà di cura tra “medicina ufficiale” e “medicine alternative”. Prime riflessioni per una comparazione fra ordinamenti italiano e inglese*, Diritto Pubblico Comparato e Europeo, 2001, 1: 83-90.
- [11] Di Stanislao C. *Argomenti di Medicina. Il dialogo e l'integrazione fra culture e modelli*, Ed. Fondazione Silone, L'Aquila-Roma, 2005.
- [12] Cavicchi I. *La medicina della scelta*, Ed. Bollati Boringhieri, Torino, 2000.
- [13] Sanfilippo B. (a cura di) *Itinerari adleriani. La psicologia del profondo incontra la vita sociale*, Ed. Franco Angeli, Milano, 1998.
- [14] Valerio P., Ciannella C., Bolzan M. *La laurea in medicina. Lungo i percorsi di una difficile scelta*, Ed. Franco Angeli, Milano, 1999.
- [15] Veneziani M. *I vinti. I perdenti della globalizzazione e loro elogio finale*, Ed. Mondadori, Milano, 2004.
- [16] Capanna M. *Coscienza Globale. Oltre l'irrazionalità moderna*, Ed. Baldini Castodi Dalai, Milano, 2006.
- [17] Martello M. *Conflitti: parliamone. Dallo scontro al confronto con il metodo della mediazione*, Ed. Sperling & Kupfer, Roma, 2006.
- [18] Berlin I. *Controcorrente*, Ed. Adelphi, Milano, 2001.
- [19] Veneziani M. *Vita natural durante*, Ed. Marsilio, Roma, 2001.
- [20] Mc Carty E.D. *La conoscenza come cultura*, Ed. Moltemi, Milano, 2004.

# **Il rapporto medico-paziente nell'arte della guarigione. La visione taoista secondo gli insegnamenti classici di Sun Si Miao (*Da una lezione del maestro Jeffrey Yuen*)**

Dott. Rosa Brotzu  
r.brotzu@agopuntura.org

“La sofferenza è insita nella natura umana; ma non soffriamo mai, o almeno molto di rado, senza nutrire la speranza della guarigione; e la speranza è un piacere”

*Giacomo Girolamo Casanova de Seingalt*

“Il male peggiore non è la sofferenza, ma l'insensibilità”

*Gustave Thibon*

## Sommario

Nella visione taoista Sun Si Miao, commentato da Jeffrey Yuen, analizza in modo dettagliato il rapporto medico-paziente, esponendo i principi cardine dello scambio che avviene tra i due, al fine di attivare un virtuoso processo di guarigione. Da questa iniziale visione l'articolo trae alcune riflessioni sul rapporto medico-paziente e sul ruolo del medico.

*Parole chiave:* guarigione, nutrire, fiducia, evoluzione, giudizio, compimento.

## Abstract

In Sun Si Miao taoistic point of view, commented by Jeffrey Yuen, analyses in exhaustively about relationship between doctor-patient explaining the foundations ideas to an exchange to induce the healing process. From this begins them vision the article draws some reflections on the relationship doctor-patient and the role of the doctor.

*Key Words:* Healing, nourishing, faith, development, judgment, accomplishment.

Nel rapporto medico-paziente, il taoismo considera il paziente come un individuo con una profonda sofferenza<sup>1</sup> ed il medico come il portatore di

<sup>1</sup>La crudeltà della Natura, o della Creazione nell'ambito di una proiezione creazionistica come quella taoista, è priva di colpa. La Natura e la Creazione sono innocenti. Il Male nel suo accadere assume le connotazioni negative che noi gli attribuiamo solo quando interseca la nostra esistenza, la nostra vita, ammorbandola e piegandola fra spasmi e gemiti. Male è dunque colpevole solo quando entra in relazione con l'uomo. La caduta di un fulmine in un territorio disabitato non è scaturigine di dolore, di sofferenza; diversamente se dovesse colpire e uccidere un bambino, noi ravviseremmo in questo accadere, in questa manifestazione della Natura, gli estremi per dolerci, per individuare una colpa, ancorché astratta. Scrive Eraclito nel frammento VIII "Dell'arco, invero, il nome è vita, ma l'opera è morte", esprimendo un oscuro concetto, molto prossimo al naturalismo e al taoismo delle origini culturali cinesi. Arco e vita in greco antico avevano il medesimo suono ed omofoni sono "centralità della vita" e "centrare il bersaglio" in cinese. Il frammento ci dice che la Vita è violenza, e il risultato di questa violenza è l'annientamento, il disfacimento, la Morte. Ci racconta anche che la violenza della vita scaturisce dall'azione di scoccare la freccia da parte del dio Apollo (di cui l'arco è principale



Figura 1: Sun Si Miao

“bontà” e “giustizia”. L'aspetto cardine della visione taoista<sup>2</sup> è che il medico dovrebbe **nutrire** il paziente; tutto ciò non può prescindere dalla capacità del medico di nutrire, di coltivare, se stesso. Parte di questo nutrimento, per il medico è rappresentato proprio dal trattamento che egli effettua sul paziente. In questa visione il rapporto medico-paziente è visto come uno scambio reciproco, fruttuoso. L'atteggiamento corretto del medico dovrebbe essere quello di incoraggiare il paziente a focalizzare l'attenzione su ciò che ha di positivo, su ciò che di giusto esiste nella sua vita, piuttosto che sugli errori o gli sbagli commessi. Va spostato il pensiero da un oggetto negativo ad uno propositivo e positivo. È come riconoscere che in ogni vita c'è qualcosa di buono, c'è qualcosa che ha un valore da perseguire, per essere attivamente coinvolti nella dinamica del presente, vivendo il “qui ed ora”. Anche nelle attività più banali e quotidiane si può trovare la felicità: come alzarsi al mattino felici di iniziare un nuovo giorno, o andare a dormire contenti della giornata appena trascorsa. Ciò può essere riassunto nella frase: “avere la capacità di abbracciare l'oggi ed abbracciare il doma-

tributo, come uomo intento a tendere un arco e l'immagine con cui nell'antica Cina si designava il medico). La violenza della vita che genera la morte è dunque determinazione della divinità. La vita e la morte sono consanguinee, collaterali, si compenetrano vicendevolmente. Per perpetuare se stessa, la vita ha necessità di generare la morte, la quale a sua volta è fattrice di vita. In più, per il taoismo, la morte è dissoluzione della prigione corporea, ritorno al Vuoto primordiale, annullamento estremo delle passioni e dei doveri.

<sup>2</sup>Espressa soprattutto nelle opere di Sun Si Miao (detto l'Ippocrate della Medicina Cinese), medico del periodo Tang, nato nel 581 a.C. e morto a 101 anni nel 682 a.C., autore del *Qian Jin Yao Fang*, scritto all'età di 70 anni e del *Qian Jin Yi Fang*, redatto venti anni dopo e ispiratore del celebre *Ishimpo*, testo base della Medicina Tradizionale Giapponese. Approfondisci anche su: <http://www.sma.org.sg/smj/4305/4305ms1.pdf>. In figura 1 due immagini tradizionali di Sun Si Miao.



Figura 2: Jacques Lacan

ni". Tra gli autori occidentali, Lacan<sup>3</sup> insiste molto su questi concetti. Egli parte dalla osservazione che in uno studio su 22 pazienti affetti da neoplasia, la metà di essi ha mostrato una remissione spontanea della patologia in seguito ad un lavoro analitico, in cui i pazienti erano incoraggiati a scoprire e ad porre l'attenzione sugli aspetti costruttivi e positivi della loro personalità, in modo da rendere la vita ricca di valori significativi. È importante pensare alla possibilità di migliorare la propria vita, di renderla più piacevole, stimolante ed eccitante, piuttosto che soffermarsi sulle sofferenze e sui dolori: bisogna aiutare il paziente a farsi "catturare" dal processo di guarigione piuttosto che da quello della malattia. Un altro aspetto considerevole, nel rapporto medico-paziente, è l'idea di **fiducia** che il paziente dovrebbe avere nella terapia che segue e nel terapeuta che ha scelto. Il fatto di pensare che la modalità scelta dal paziente per curarsi sia un atto in cui egli ha pienamente fiducia, è

<sup>3</sup>Jacques Lacan (Parigi 13 aprile 1901 - 9 settembre 1981), figura 2, psichiatra, filosofo e tra i maggiori psicoanalisti del XX secolo. Negli anni settanta del secolo scorso cominciò la pubblicazione (in francese) dei seminari (la sua opera principale in psicoanalisi), a partire dalle copie stenografate esistenti in circolazione. Alla versione francese seguì la relativa traduzione in italiano. I seminari hanno l'aspetto discorsivo di opere aperte, tese all'esplorazione ed alla ricerca. Lacan, pur essendo considerato da molti un innovatore del pensiero freudiano, dichiarò di voler "tornare all'insegnamento originario di Freud" e malgrado venne sconfessato più di una volta dalle istituzioni freudiane ortodosse si è sempre proclamato l'unico vero interprete dell'insegnamento di Freud.

importante tanto quanto per il medico avere fiducia nella strategia terapeutica che mette in atto: ugualmente importante è per il medico suggerire al paziente che la via scelta sia la migliore per arrivare alla guarigione. Allo stesso modo è importante l'influenza esercitata dalle persone circondano il paziente, cioè i familiari, gli amici, che dovrebbero sostenere la fiducia riposta nel processo di guarigione, aumentando le aspettative del paziente, così da incrementare il suo miglioramento. Se l'ambiente è ostile si mostra non fiducioso rispetto alle scelte terapeutiche, ciò influirà negativamente sia nel paziente che nel medico; questo atteggiamento ostile viene, a volte, addirittura definito "tossico" perché rallenta il processo di guarigione e conduce ad un dispendio notevole di energie, in questo caso. È necessario allontanare le persone che confondono le proprie scelte, perché creano conflitti profondi a livello della coscienza e dello spirito. È molto rilevante che gli altri siano comprensivi con chi soffre, affinché il malato abbia piena fiducia in ciò che si sta facendo. L'idea di fiducia reciproca porta a sottolineare quanto sia rilevante la partecipazione attiva del paziente nel processo di guarigione. Anche se il medico ha piena fiducia nel proprio operato è fondamentale che il paziente impari ad avere cura di se stesso e sia partecipe in modo ottimista e propositivo alla cura. Non si delega al medico la facoltà di dirimere un disagio, ma il paziente dovrebbe partecipare ad un processo nel quale "il potere di guarigione" gli permetta di capire il significato della patologia di cui è affetto, affinché la stessa patologia sia una possibilità di evoluzione e di crescita. Un altro punto fondamentale riguarda il **raggiungimento, conseguimento**. Dopo aver instaurato un rapporto di fiducia, il paziente dovrà sentire che ciò che sta facendo è corretto, che sta percorrendo una strada giusta, non sbagliata; questa consapevolezza porta all'attivazione del cosiddetto processo di "conseguimento", un processo di auto-scoperta. Si innesca un profondo cambiamento nell'individuo che lo conduce a scoprire parti di sé che erano nascoste, aspetti nuovi più veri, più diretti, più autentici, permettendo così il passaggio dalla preoccupazione per la malattia alla preoccupazione di sé e della propria auto-scoperta: la ricerca di nuove risorse. Il medico, come sottolinea Sun Si Miao, ha il compito di rispettare la **singularità** e l'unicità di ognuno e di conseguenza rispettare il singolo processo di evo-

luzione individuale. Cosicché i punti che il medico va a trattare dovrebbero sempre essere “personalizzati”; per poter aiutare il paziente non è utile basarsi sulle “ricette” predefinite per le varie malattie, ma è funzionale studiare strategie diverse per ogni persona. Inoltre spesso nei testi classici si sottolinea l'importanza della palpazione dei punti, che se interessati dovrebbero essere più sensibili rispetto agli altri. Il medico mostra la sua umiltà non esprimendo **giudizi**, non influenzando ciò che il paziente sarebbe tenuto a provare o a sentire. Così se un paziente racconta una storia triste, cioè se racconta una storia che il medico considera triste, non significa che il paziente la senta come triste. Il medico dovrebbe sganciarsi dai propri giudizi personali, per accogliere in modo empatico<sup>4</sup> il vissuto dell'altro, tenendo da parte, il più possibile, le varie speculazioni su ciò che l'altro, in modo preconcepito, potrebbe vivere. L'assenza di giudizi, rappresenta un importante aspetto dell'etica<sup>5</sup> nel contesto della medicina classica cinese<sup>6</sup>. Il medico non dovreb-

be avere fretta di passare a delle conclusioni veloci per arrivare al più presto ad una diagnosi; durante il processo diagnostico, bisognerebbe porre attenzione alla “intenzionalità” nel cercare conferme alle varie supposizioni. Ciò è importante anche nel corso della presa dei polsi, in cui è fondamentale porre l'attenzione ai cambiamenti del polso durante la visita piuttosto che alla qualità del polso in sé. Se il medico si muove con intenzione, sente e percepisce ciò che ha immaginato di sentire, non cogliendo la realtà della situazione. Inoltre nel corso dell'esame clinico attraverso lo sguardo, è cruciale che lo **shen** del medico entri in contatto con lo shen del paziente. Lo sguardo del medico non si intende intimidatorio, ma pungente e chiaro, così da sciogliere ogni dubbio e paura da parte del paziente e creare una forte alleanza terapeutica. Un'altra strategia importante da attivare nel corso della visita è la **capacità di ascolto**<sup>7</sup>, che, anticamente, era definita come: **spingere le mani**. Questo ultimo termine si riferisce ad un esercizio di qi gong, nel quale il praticante esce dall'area di equilibrio, aggiungendo una variabile, così da potersi muovere per ritrovare un nuovo equilibrio. Allo stesso modo, quando il medico si rende conto della pesantezza della propria mente vi si stabilizza, aggiunge una variabile, un altro peso, liberandosi dalla pesantezza e trovando un nuovo equilibrio. In questo modo si aumenta la propria capacità di ascolto. È come sintonizzare una radio per sentire meglio il messaggio che questa invia, allo stesso modo il medico arriva a sintonizzarsi con il paziente entrando in risonanza con esso. Nell'atto terapeutico, ed in particolare quando si va a pungere una determinata zona del corpo, **l'intenzione** e la consapevolezza di ciò che il me-

<sup>4</sup>È la *condicio sine qua non* di ogni relazione funzionale. La capacità che abbiamo di empatizzare con le emozioni, i sentimenti e le intenzioni altrui crea legami stretti e profondi di elazione e di comprensione.

<sup>5</sup>Va qui ricordato che “etica” è la dottrina sul comportamento pratico dell'uomo di fronte ai due concetti del bene e del male, mentre “morale” è il presupposto spirituale del comportamento dell'uomo. Pertanto la “deontologia” diviene dottrina dei doveri, ovvero insieme di regole morali che governano l'esercizio di una professione.

<sup>6</sup>Che spesso viene definita anche e in modo riduttivo, taoista. Vale la pena ricordare infatti con Genon, che quando parliamo del Taoismo e diciamo che questa o quell'altra cosa dipende da esso (ed è il caso della maggior parte delle considerazioni che dovremo esporre nel presente studio), ci resta ancora da precisare che tutto ciò va inteso in riferimento allo stato attuale della tradizione estremo-orientale, perché menti troppo inclini a vedere tutto “storicamente” potrebbero essere tentate di concludere che si tratti di concezioni non riscontrabili anteriormente alla formazione di quello che propriamente si chiama Taoismo, mentre è vero esattamente l'opposto, dato che esse sono costantemente presenti in tutti i documenti a noi noti della tradizione cinese a partire dall'epoca più remota cui sia possibile risalire, e cioè a partire dall'epoca di Fo-hi. Il fatto è che in realtà il Taoismo non ha assolutamente “innovato” nell'ambito esoterico e iniziatico, come non ha innovato il Confucianesimo nell'ambito essoterico e sociale; sia l'uno che l'altro, ciascuno nel proprio ordine, sono soltanto “riadattamenti” resi necessari da condizioni in seguito alle quali la tradizione, nella sua forma originaria, non era più compresa in modo integrale. Dopodiché, una parte della tradizione anteriore rientrava nel Taoismo e una parte nel Confucianesimo, e questo stato di cose si è conservato fino ai nostri giorni; riferire certe concezioni al Taoismo e certe altre al Confucianesimo non significa assolutamente attribuirle a qualcosa di più o meno paragona-

bile a quelli che gli Occidentali chiamerebbero dei “sistemi”, e in fondo non vuol dire altro se non che esse appartengono rispettivamente alla parte esoterica e alla parte essoterica della tradizione estremo-orientale. Pertanto nella medicina classica confluiscono elementi della cultura ancestrale naturalistica, taoisti, confuciani e buddisti, spesso difficili da districare.

<sup>7</sup>Secondo il moderno counselling in medicina occorre infatti:

- Predisporre all'ascolto
- Rassicurare e fornire le informazioni su patologia e terapia
- Responsabilizzare nei confronti della gestione della malattia
- Modulare l'approccio in funzione della personalità di fronte alla malattia e alla varietà dei sintomi riferiti.

dico intende attivare è fondamentale nella riuscita della strategia terapeutica<sup>8</sup>. Quando si crea l'intenzione, si entra in un'area che, in termini classici, era definita come "area del vuoto"<sup>9</sup>. L'intenzione, o meglio la capacità di muovere le intenzioni, va oltre la conoscenza meccanica della teoria dei punti; rappresenta un'area di silenzio, di vuoto, dove è possibile attivare infinite possibilità di guarigione. Anche il Ling Shu parla dell'importanza dell'intenzione nell'atto di pungere il paziente; il medico deve essere chiaro, diretto, concentrato, quieto, focalizzato. Parallelamente nel qi gong, l'intenzione corrisponde al "muovere l'albero", che si compone di esercizi morbidi, recettivi, di fusione, collegamento. Sia per il medico che per il paziente il **nutrire la vita** è una tappa fondamentale per raggiungere la longevità ed il benessere, si tratta di un processo di integrazione e di sintonia tra macro e microcosmo, attraverso l'osservazione dei ritmi ciccardiani e stagionali, la cura dell'alimentazione, gli esercizi fisici e di respirazione. Sun Si Miao sottolinea che il nutrire la vita va perseguito anche a

<sup>8</sup>Spesso nella vita le parole non corrispondono all'atteggiamento del corpo e all'espressione dell'intenzionalità. Infatti, in termini percentuali, l'efficacia di una comunicazione è la seguente:

- Verbale → 7%
- Paraverbale → 38%
- Comportamentale → 55%

<sup>9</sup>Questa può essere, parzialmente, paragonata alla figura del Medico Assertivo, caratterizzata da:

- Comportamento attivo e non reattivo
- Atteggiamento mentale positivo
- Capacità di manifestare i propri diritti senza negare quello degli altri
- Atteggiamento di non giudizio
- Capacità di comunicare in maniera diretta ma senza prevaricare
- Essere fiduciosi, avere stima di se stessi
- Saper ascoltare (abbassare il livello emozionale del paziente)
- Assumersi i rischi (essere chiari)
- Saper dire di no
- Sapere come dare risposte costruttive
- Gestire la critica (senza inquietarsi)
- Sapere quello che si vuole (stabilire un piano)
- Sapere come esprimere e ricevere risposte positive.

livello intellettuale: ciò coincide con un processo di realizzazione nel quale la vita diventa significativa. Nutrire la vita non significa necessariamente raggiungere la longevità, ma anche la comprensione della **sofferenza**. Con questa consapevolezza è possibile liberarsi dall'ignoranza<sup>10</sup>. La sofferenza è intimamente connessa con il dolore. Si evita la sofferenza per evitare il dolore, ma la sofferenza fa parte della vita, dell'esperienza, eliminandola questa, si elimina la possibilità di esperire e di trasformare. Nel taoismo classico si mette in risalto che la sofferenza è connessa all'esperienza che si vive, per evolvere e superare il disagio è necessario muoversi dall'esperienza che si vive è trascenderla. Riconoscere che la sofferenza è data dal modo in cui ci si relaziona con essa, ed al modo in cui ci si relaziona con gli altri<sup>11</sup>. Modificando l'atteggiamento consueto, così da liberarsi da questo, si riesce ad uscire dal disagio, muovendosi al di là di esso. Negare la sofferenza è come negare la vita stessa. Da un punto di vista clinico la negazione della sofferenza conduce alla rigidità, da un punto di vista terapeutico ciò che aiuta questo passaggio è il trattamento dei punti shu della vescica. Sun Si Miao dice che la sofferenza è una distorsione del tempo e dello spazio: si soffre perché non si riesce a lasciare andare una determinata esperienza. Sun Si Miao, che ha coniato il termine dei punti Ashi, afferma che quando si palpano zone sensibili, perché dolorose, è come se il paziente volesse dire: "non mi toccare lì, non voglio riconoscere questa parte della mia vita, lasciami solo". La vita si nutre anche riconoscendo che ciò che permette di abbracciare la vita è, allo stesso tempo, la capacità di abbracciare anche il male. Nel rapporto medico-paziente va considerato che un altro aspetto della sofferenza è frequentemente legato all'idea di **separazione**. La separazione ci pone di fronte alla dualità, alla polarità, allo yin ed allo yang. I valori, il giudizio creano separazione<sup>12</sup>.

<sup>10</sup>Ciò riecheggia quanto affermato da Kant: "La morale non è in senso stretto la dottrina di come essere felici, ma dicome dovremmo diventare per essere degni di possedere la felicità".

<sup>11</sup>In modo da non commettere il frequente errore occidentale segnalato da Lacan, di "Donare qualcosa che non si ha a qualcuno che non la vuole".

<sup>12</sup>Invece occorrerebbe ricordare, da medici, chi siamo, al di là del nostro ego e dei nostri pensieri. L'essenza spirituale di chi siamo è la divinità, l'unità, la fonte e la luce spirituale. Dobbiamo percepire la nostra divina perfezione e la luminosità che è nella nostra vera natura.

Il giudizio è spesso conseguente al disappunto, alle ferite, ai traumi. Ma il medico per aiutare il paziente in questi casi, non dovrebbe cercare di eliminare la cicatrice che la ferita ha provocato, ma aiutare ad accettare, ad abbracciare il trauma. Per utilizzare le parole di Sun Si Miao: “abbracciando l’oscuro si arriva alla luce”. Nel senso che deve essere possibile relativizzare i vissuti, in quanto, tutto ciò che accade entra a far parte della “sinfonia” della vita. Allo stesso modo nel corso della vita ci saranno dei ritmi diversi; dei giorni buoni, dei giorni cattivi. Il medico dovrebbe superare la paura della gravità delle diverse patologie ed arrivare a trattare una neoplasia come se trattasse un comune raffreddore<sup>13</sup>. Tutto ciò ha una profon-

da influenza sul paziente e sulla sua possibilità di reagire. Nutrire la vita significa anche nutrire tutte le possibilità che la vita offre. Per il medico questo può significare la capacità di svincolarsi da schemi prestabiliti e cercare sempre nuove strategie terapeutiche, pensare di poter iniziare sempre qualcosa di nuovo, anche tenendo conto dell’esperienza passata e della conoscenza teorica, ma facendo sì che questa non comprometta la possibilità di trovare sempre nuove soluzioni. La vera longevità è porsi in modo creativo rispetto la vita considerando sempre di essere presenti ogni istante, pronti ad inventare nuove vite, nel rispetto dell’essere autentici<sup>14</sup>.

<sup>13</sup>E questo non è facile per noi che siamo soliti separare mente e coscienza, quest’ultima istituita nella mente, che ne rappresenta il locus germinativo. La mente racimola in sé i residui del suo sentire, del suo intuire, ad essa restituisce il prodotto delle sue elaborazioni affinché il mondo circostante sia percepito ed interpretato nel modo più verosimile possibile, in foggia d’immagine. La realtà, seppur limitatamente, è percepita a livello di coscienza. È quindi la coscienza a restituire l’immagine della natura, è dunque sempre essa la sede dell’inferno interiore e la scaturigine della scissione dell’uomo. La coscienza non è ridicibile a semplice fenomeno, poiché in tal guisa non sarebbe elemento costitutivo dell’uomo, ma è un processo complicatissimo che non si coniuga con alcun noumeno iperuranico. Non v’è alcuna sede o luogo trascendente ove risieda una verità immutabile noumenica cui connettersi, poiché la realtà e la natura stessa sono moto, divenire, varianza, mutevolezza; ciò tanto all’esterno di ciascuno di noi, quanto nel profondo del nostro intimo. Per un cristiano (anche se laicizzato) con formazione scientifica (intendo dire laureato in medicina) se mente e coscienza coincidono la mente è l’inferno, il limite delle sue rinuncie, la decifrazione e declinazione dei suoi limiti. Invece il pensiero orientale antico (e non solo taoista), ci dice che mente e coscienza non coincidono e la coscienza va ben oltre la mente che ne rappresenta solo una parte esigua. E poiché non vi è né principio né fine, tutto si rende possibile se afferrato dalla nostra coscienza. La mitologia induista è affascinante: racconta in chiave allegorica e per certi versi poetica la genesi del mondo, ma è infarcita di presupposti irrelati che non si collocano su un piano cui l’esperienza possa dare il proprio assenso, non arriva alla radice della pianta della vita e quando cerca di spiegare le manifestazioni della realtà si sperde in mille rivoli fra energie sottili, corpi grossolani, in un tripudio di azioni cruente che lasciano ben intendere e presupporre l’esistere di qualcosa che precede il “principio”, instillano una sequela di domande ad infinitum: *prima di Maishasura? Prima dei Deva? Prima del prima*. La Bibbia, invece, pone un principio, inizia proprio con la locuzione *In principio*. . . chiude la porta al “prima”, lasciando filtrare solo un’unica interrogazione circa la natura di Dio, la sua essenza, la sua dimora celeste. Per noi vi è un limite all’essere umano, appunto stabilito dalla sua natura non-divina, separata da principio. Per l’oriente tradizionale invece, essendo io parte del principio ho soli i limiti che mi sono costruito. La mitologia orientale dà tutto per scontato, s’ingolfa in narra-

zioni mitologiche che dicono una verità astratta presentandola come se fosse concreta o concretamente recuperabile nell’esperienza di ciascuno di noi. Qui stà una delle differenze di fondo fra mitologia giudaico-cristiana ed orientale e, pertanto, fra mentalità giudaico-cristiane e orientale.

<sup>14</sup>E di conseguenza capaci di:

- prendere le decisioni
- gestire le crisi
- migliorare le relazioni
- sviluppare le risorse
- promuovere e sviluppare la consapevolezza personale
- lavorare con emozioni e pensieri, percezioni e conflitti interni e/o esterni

# Bibliografia

- [1] Andrès G. *Principes de la médecine traditionnelle*, Ed. Tredanielle, Paris, 1990.
- [2] Bachelard G. *Psicoanalisi delle acque*, Ed. Red/Studio Redazionale, Como, 2007.
- [3] Bencolini P., Viafora P. *Etica e medicina generale. Il rapporto medico-paziente*, Ed. CIC Internazionali, Roma, 1999.
- [4] Borzacchiello P. *La felicità in tasca. La via del benessere tra medicina cinese, linguaggio del corpo e buon senso*, Ed. Firenze Libri, Firenze, 2007.
- [5] Boschi G. *Medicina cinese: la radice e i fiori. Corso di sinologia per medici e appassionati*, ed. CEA, Milano, 2003.
- [6] Bottalo F., Brotzu R. *I Fondamenti della MTC*, Ed. Xenia, Milano, 1999.
- [7] Brotzu R., De Berardinis D. *Il disagio psichico in Medicina Cinese, in Oltre il Labirinto. Percorsi di Medicina non Convenzionale nel disagio psichico*, a cura di A. Balzala, Ed. Colibrì, Torino, 2007.
- [8] Cortese F. *Trattato di medicina e "psicologia" tradizionale cinese. Riflessioni, critica e approfondimento*, Ed. Laboratorio Grafico BST, Brescia, 2006.
- [9] Dechar L. E. *Five Spirits: The Alchemical Mystery at the Heart of Traditional Chinese Medicine*, Ed. Lantern Books, New York, 2006.
- [10] Di Stanislao C., Brotzu R. (a cura di) *Manuale didattico di agopuntura con principi di Medicina Cinese. Le basi, le eziopatogenesi, la diagnosi, la terapia*, Ed. CEA, Milano, in press.
- [11] Di Stanislao C. *Le Metafore del Corpo. Dal simbolo alla terapia. Percorsi integrati di medicina naturale*, Ed. CEA, Milano, 2004.
- [12] Gaita D. *Il Tao della psicoanalisi*, Ed. Bompiani, Milano, 2007.
- [13] Gambini F. *Freud e Lacan in psicoanalisi*, d. Raffaello Cortina, Milano, 2006.
- [14] Gastel B., Tingyu F., Laidi C. *Essential Book on Traditional Chinese Medicine*, Vol .1, Ed. Blue Poppy Press, Boulter, 1995.
- [15] Gennari M. *Breve Storia della MTC*, <http://www.neurolinguistic.com/proxima/articoli/art-44.htm>, 1999.
- [16] Gunther L. *Intensivo di Illuminazione*, Ed. il Cerchio di Luna, Roma, 2007.
- [17] Ho P.Y., Lisowski F.P. *Brief History of Chinese Medicine*, Ed. Shamballa, New York-London, 2000.
- [18] Jingwei L., Fang F. *Sun Si Miao*, J Chin. Med., 2003, 13, 3: 1010-1023.
- [19] Johnson A.J. *Chinese Medical Qigong 2. Alchemy, Dao Yin, Qi Deviations*, Ed. Paradigm Publications, Seattle, 2006.
- [20] Kespì J.M. *L'interrogatorio del malato in Medicina Cinese*, ed. Sopen, Milano, 1981.
- [21] Lacan J. *Il seminario. Libro XXIII. Il sinthomo 1975-1976*. Testo stabilito da Jacques-Alain Miller, Ed. Astrolabio-Ubaldini, Roma, 2006.
- [22] Occhipinti E. (a cura di) *La grande medicina cinese. Le terapeutiche fondamentali della medicina preventiva cinese*, Ed. Jaca Book, Milano, 2004.

- [23] Simongini E., Bultrini L. (a cura di) *Le lezioni di Jeffrey Yuen 1997-2004*, CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2005.
- [24] Soo C. *Medicina Taoista*, ed. Xenia, Milano, 1994.
- [25] Tucci G. *Apologia del taoismo*, Ed. Luni, Milano, 2006.
- [26] Tucci G. *Saggezza cinese. Confucio, Mencio, Mo-ti, Lao-tze, Yang-chu, Lieh-tze, Chuang-tze, Wang ch'ung*, Ed. Astrolabio Ubaldini, Roma, 1999.
- [27] Virzì A. *La relazione medico-paziente. Come riumanizzare il rapporto: un manuale introduttivo*, Ed. Franco Angeli, Milano, 2007.
- [28] Wiseman N., Fang Y. *Chinese Medical Characters*, Voll I-II, Ed. Paradigm Publications, Seattle, 2005.
- [29] Wiseman N., Feng Y. *A Practical Dictionary of Chinese Medicine*, Ed. Paradigm Publications, Seattle, 2000.
- [30] Wong M. *Ling Shu, Pivot d'esprit*, Ed. Masson, Paris, 1987.
- [31] Yuen J. C. *Ling Shu*, Vol 1, Ed. NESA, Watertown, 2000.
- [32] Yuen J.C. *Energetica Generale* policopie, ed. AMSA, Roma, 1997.

# Fitoterapia energetica con rimedi cinesi e occidentali nelle turbe del San Jiao

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

Dott. Maurizio Corradin  
hotel.estee@inwind.it

“I pensieri si coagulano nel cuore se non vengono espressi. Un’idea è come un uccello raro che non possiamo vedere. Ciò che vediamo è il ramo tremolante dal quale ha appena spiccato il volo”  
*Lawrence Gorge Durrell*



Figura 3: San Jiao



Figura 4: Sesto viscere

## Sommario

Viscere privo di forma e dotato di complesse funzioni, il Triplice Riscaldatore controlla la circolazione dei Liquidi, la Yuanqi, le funzioni digestive, protegge gli Organi Interni e consente al Fuoco del Rene di operare. La sua patologia prevede, per lo più, forme da Umidità e Calore con turbe nella circolazione del Qi, ma sono possibili anche condizioni diverse (Freddo e Vuoto, Calore Tiepido). Partendo dagli studi del XVIII secolo l'articolo indica i principi vegetali (cinesi e occidentali), attivi sulle diverse funzioni e condizioni patologiche del Triplice Riscaldatore. Si presentano sia schemi per condizioni, che altri per sindromi.

*Parole chiave:* Triplice Riscaldatore, Farmacologia Cinese, Fitoterapia Energetica.

## Abstract

Lacking in shape Organs (Fu) and equipped of complex functions, Triple Heating (Burning or Energyzer) one controls the digestive circulation of the Liquids, Yuanqi, functions, protegge the Inner Organs and concurs with the Fire of the Kidney to operate. Its pathology previews, for more, shapes from Humidity and Heat with turbe in the circulation of the Qi, but various conditions are possible also (Cold and Empty, Lukewarm Heat). Leaving from the studies of XVIII the century the article it indicates the principles vegetables (Chinese and Western), assets on the various functions and pathological conditions of Triple Burning one. They are introduced is outlines for conditions, than others for syndromes.

*Key words:* Triple Heating (Burning, Energyzer), Chinese Pharmacology, Energetic Phytotherapy

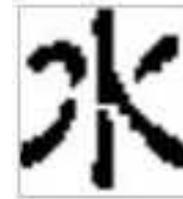


Figura 5: Acqua

## Introduzione

Il Triplice Riscaldatore (San Jiao, cfr. figura 3) rappresenta una delle funzioni più complesse e controverse della Medicina Cinese ([1], [2], [3]). Da alcuni considerato non inseribile nella teoria generale degli Zang/Fu (il Sowen ricorda che "ha un nome ma non una funzione", [4]) e da altri un "sesto viscere" (cfr. figura 4) con funzioni peculiari ([5], [6], [7]). Ted Kuptchuck ([8]) ricorda che esso è inserito fra i sistemi di controllo delle Acque (come Polmone, Milza, Rene, Intestino Tenue e Vescica) e che ancora è permeato di Acqua (cfr. figura 5) e di Fuoco (cfr. figura 6), (la Yuanqi (cfr. figura 7), l'energia primordiale che permette tutte le trasformazioni del Jing). Secondo l'Autore americano (formatosi a Dacao ed oggi attivo a S. Diego) dal Sowen cap. 8 sez. 3 e dal Lingshu cap. 18 sez. 4, è possibile affermare che esso controlla tutte le funzioni che corrispondono alle trasformazioni dei liquidi corporei. J.M. Kespi afferma ([9]) che esso controlla il sistema metabolico individuale e per-



Figura 6: Fuoco



Figura 7: Yuanqi



Figura 10: Mingmen



Figura 8: Fuoco del Rene



Figura 11: Liquidi interstiziali

tanto il sistema di mantenimento della vita (tutte le turbe metaboliche lo riguarderebbero). Nguyen Van Nghi e coll. (cited:10, [11]) affermano che può essere ascritto al sistema digestivo e la suddivisione in tre aree riguarda le tre zone dello stesso: fino al cardias per il Superiore, dal cardias al piloro per il medio, dal piloro in basso per l'Inferiore<sup>15</sup>. Sicuramente il TR ha funzioni molto importanti ed alcune scuole Cinesi affermano che tutte le patologie possono essere trattate sui suoi 23 punti ([12], [13]). Jeffrey Yuan ricorda che, dopo la strutturazione del corpo attraverso lo sviluppo dei punti Mu, un vortice di energia creato dal TR propaga la vita all'intero organismo ([14]). Molti AA Giapponesi (a partire da Kiko Matsumoto, [15], della Facoltà di MTC di Tokio) affermano che il TR attraversato dalla Dongqi<sup>16</sup> è la realizzazione del "Fuoco del Rene" (cfr. figura 6) e che tutti i trattamenti dovrebbero iniziare trattando il punto 4TB (Yangchi, punto Yuan del meridiano). Tutti i punti del Meridiano attivando il Rene Yang agiscono sulla increzione corticosteroidica<sup>17</sup> ed altri, poi, controllano le fun-

<sup>15</sup>Si parla di un "ramo interno" del TR, controllato dai punto 36-42ST, capace di controllare tutti i processi digestivi.

<sup>16</sup>Legata al Fuoco del Rene, attivante le funzioni intestinali e vero motore delle funzioni dei diversi Zang/Fu.

<sup>17</sup>Soprattutto il punto 3TB (Zhongzhu, punto di tonificazione) incrementandola ed il 10TB (Tianjin, punto di dispersione) riducendola.



Figura 9: Rene Yang

zioni di ghiandole endocrine ad azione generale sull'omeostasi organica<sup>18</sup> (5TB<sup>19</sup> → ovaio; 11TB<sup>20</sup> → tiroide; 20TB<sup>21</sup> → ipofisi ecc.), [16] e [17]. Il nostro Gruppo, rifacendosi alle ricerche dell'École Européenne d'Acupuncture ([18]), sostiene che il TR (come il Ministro del Cuore) è legato al "Fuoco Ministro" (Xianghuo o Piccolo Fuoco) che permette al "Fuoco Sovrano" del Cuore e del Mingmen (Junhuo, cfr. figura 10) di operare (l'MC è il servitore del Cuore ed il TR quello del Rene Fuoco; entrambi controllano in generale l'equilibrio Qi/Xue e quello delle trasformazioni del Jing e dei Liquidi organici), [19]. Pertanto il TR interviene nei processi digestivi ([20]), nella regolazione dei Liquidi Interstiziali (cfr. figura 11), nel controllare la respirazione e la elaborazione sia di energia difensiva (Wei, cfr. figura 12) che nutritiva (Ying, cfr. figura 13), [21]. Studi di vari neuroreflessoterapisti lo ascrivono al parasimpatico (pneumogastrico) di tipo gastrico il medio, cefalico-toracico il superiore ed intestinale-vescicale l'inferiore ([22]). In Farmacoterapia Cinese nelle Accademie Riunite di Beijing, Nanjing e Shanghai si afferma oggi, che il TR-superiore è l'alto dell'uomo (testa, braccia, torace), l'inferiore il basso (pelvi ed arti inferiori) ed il medio corrisponde all'addome (regione epigi e mesogastrica), [23], [24]. Nel suo testo di clinica G. Maciocia ricorda che nella evoluzione storica della patologia da "aggressione esterna" (Liu Yin, cfr. figura 14) vengono prima i "sei livelli" (Zhang Zong

<sup>18</sup> Rammentiamo che, secondo la teoria meridianica taoista, il Meridiano del Fegato controlla le paratiroidi, del omeone la Tiroide, della Milza il Pancreas endocrino, del Rene cortecchia e gonadi, del Cuore timo e ipofisi.

<sup>19</sup> Waigan. Incrementa anche la Gonodotropina corionica.

<sup>20</sup> Qinglengquan.

<sup>21</sup> Jiaosun.



Figura 12: Wei



Figura 13: Ying

Jin, III sec. d.C.) poi i “quattro strati” (Ye Tan Shi, 1746) infine quella dei Tre Riscaldatori (Wu Tang, 1748). Inoltre sia questo A. che B. Auteroche e P. Navailh ([25]) affermano che le patologie da freddo e con freddo colpiscono i livelli, quelle con sviluppo di calore gli strati e quelli con calore ed umidità i tre riscaldatori (l'alto il TR-superiore, la zona centrale il TR-medio e l'inferiore il TR-inferiore). Kazuhiro Morikawa et al. ([26]) ricordano, in generale, che nelle patologie dei livelli disegna disperdere il perverso (Guizi, Mahuang, Xixin, ecc.) con sapori piccanti e tonificare il corretto agendo sul Rene (*Achyranthes bidentata*, *Psoralea*, ecc.), sul Polmone (*radix Platycodi*, *radix Astragali membranaceus*) e sul TR-medio (*Atractylodes*, ecc.). In quelle degli strati disperdere il calore e tonificare lo yin (*Dioscorea opposita*, *Rehmannia glutinosa*, *Peonia alba*, ecc.); in quella dei tre riscaldatori far circolare il Qi (*Chuanxiong*, *Xiangfu*, *Yan Hu Suo*, *Dangshen*) ed eliminare il fuoco e l'umidità. In effetti Hu Lie, Zuo Yang Fu e Li Fei (College of Traditional Chinese Medicine di Nanjing) insistono, nel caso del TR, sui principi che disperdono il Fuoco e su quelli che evacuano l'Umidità ([27]). Questi ed altri esponenti della Farmacologia Cinese affermano che le principali sindromi del TR (*sanjiaobing*) sono ([28]):



Figura 14: Liu Yin



Figura 15: Sanjiao Shi Re



Figura 16: Sanjiao Xu Han

Sanjiao Shi Re (cfr. figura 15): che si manifestano per il TR-superiore con affanno, pienezza toracica, stomatite ed afte; per il TR-medio con dispesia, stipsi, distensione addominale tipo Pi<sup>22</sup>, variazioni dell'appetito; per il TR-inferiore

<sup>22</sup> I sintomi addominali più importanti sono: Men, Zhang, Man, Pi, si debbono a turbe diverse di Fegato, Milza, Stomaco, Intestino e debbono essere trattati (farmacoterapicamente) in modo differente.

- Men: Oppressione che sale dall'epigastrio al torace. Si deve ad stasi di qi con presenza di flemma (yin) e si deve a turbe emozionali ed e' una sensazione solo soggettiva. Il polso è o a corta e ritardato o a corda e scivoloso. La lingua è bianca ed acquosa o con induido bianco-grigiastro e colloso. La formula da usare è Banxia Hou Po Tang (Decotto di Pinellia e Magnolia) tratto dal Jin Gui Yao Lue (Sinossi della Camera D'oro), formato da *rhizoma Pinelliae* (Banxia), *cortex Magnoliae officinalis* (Houpo), *sclerotium Poria cocos* (Fuling), *rhizoma Zinziberis recens* (Shengjiang) e *folium Perilliae* (Zisuye) ed in grado di eliminare i fluidi e normalizzare il flusso del qi. Si usa nelle oppRESSIONI epigastriche che salgono al torace in pazienti emotivi con bolo isterico. La *Perilla frutescens* è una Lamiacea diffusa in Cina, Taiwan, Giappone, Vietnam settentrionale, Laos, Thailandia, India, Birmania, con semi e foglie officinali dal sapore pungente e dall'odore aromatico. Tradizionalmente la pianta muove il qi e rinforza l'azione di Houpo. Contiene lo 0,5% di olio essenziale con aldeide perillica, perillamina, d-pinine ed l-lemonene, inoltre un olio (soprattutto nei semi) analogo a quello di lino, con acido linoleico, oleico e palmitico e vari altri gliceridi. Emolliente e stomacica svolge anche azione antisettica.
- Zhang: Distensione con pienezza da Stagnazione di Qi da cause emozionali. Si irradia all'epigastrio, addome e fianchi, è sia soggettiva che oggettiva (l'addome è disteso come un tamburo). Il polso è a corda (soprattutto alla barriera sinistra) mentre la lingua è arrossata sui bordi (soprattutto a sinistra). La formula da usare è Chaihu Shu Gan Tang (Deotto a base di *Blumeurum* per rilassare il Fegato), tratta dalla Raccolta Completa di Jingyue (Jingye Quan Shu). Il preparato si compone di *Blumeurum chinensis radix* (Chaihu), *pericarpium Citri reticulatae* (Chenpi), *fructus Citri seu Ponciri* (Zhike), *Paeoniae alba radix* (Baishao), *Ligustichum wallichii rhizoma* (*Chuanxiong*), *rhizoma Cyperi* (*Xiangfu*) e *Glycyrr-*

con disuria, ematuria, feci brucianti o puruloi-

rhiza uralensis radix (Gancao). In questa formula Chaihu e Chuanxiong disostruiscono l'energia ed il sangue, Chenpi, Zhike, Xiangfu riducono i segni della distensione con effetto antalgico (inoltre Chai hu muove verso l'alto e Zhike verso il basso), Baishao esercita azione antispasmodica e nutre lo yin ed il sangue del Fegato, Gancao agisce come antispastico ed armonizza gli altrini incredenti. Il Blupeuro falcato (o dalle foglie falcate) è una Apiacea con radice officinale amara, contenente due steroli (furfurolo e blupeurolo) ad azione antipiretica. Lo si è usato positivamente in studi controllati in orso di amenorrea e, a forti dosi, (50 g in decotto) per forme malariche o iperpiressie con brivido squassante anche grave (anche in febbri terminali melanuriche). Il Cyperus rotundus contiene lo 0,5% di un attivissimo olio essenziale con ciperene, ciperolo, pinene e sesquiterpeni. È dotato di azione spasmolitica, stomacico-aromatica, antidiarrea ed antidiarrea. La Paeonia alba (o Paeonia cinese) ha radici officinali contenente peoniolo (molto aromatico), glicosidi amari ed acido benzoico. Studi condotti in Cina ed a Taiwan dimostrano che è antipiretica (è detta anche "aspirina cinese"), antidolorifica, sedativa (la nostra Paeonia officinalis era usata nel Medioevo come anti-epilettico), disinfettante, emmenagoga e antidiarrea.

- Man: Pienezza associata a nausea. Si deve a ritenzione di cibo, accumulo di fluidi (Yin e Tan), umidità o sindrome Yangming. Si irradia all'epigastrio ed all'addome e sia soggettiva che oggettiva con addome protudente e duro alla palpazione. La pressione aggrava il disturbo. Il polso è scivoloso e talora piano, la lingua con patina gialla e collosa. Il preparato di primo impiego sarà Bao He Wan (in agopuntura indicata la purgazione calda o fredda). Ricordiamo che Bao He Wan è estratto dal Dan Xi Xin Fa (Insegnamenti di Dan Xi) e composto da Fructus Crataegy (Shanzha), Massa medica fermentata (Shenqu), semen Raphani (Laifuzi), pericarpium Citri reticulatae (Chenpi), rhizoma Pinelliae (Banxia) sclerotium Poria cocos (Fuling) e fructus Forsythiae (Lianqiao) (in questo modo elimina la stasi di cibo, di qi, di umidità e di calore, che possono essere alla base di questa patologia).
- Pi: Distensione localizzata, focale, senso di fastidio, balonamento o glomo. Il disturbo è solo soggettivo (il paziente sente la distensione ma l'addome è soffice alla palpazione). Talvolta si ha una sensazione di "tazza capovolta". Si deve a vuoto di qi di Stomaco, calore dello Stomaco, umidità e calore a livello della Milza, vuoto e pienezza di stomaco (vuoto di qi o di yin ed accumulo di calore) più stagnazione di qi. Il polso è rapido ed a corda, la lingua con patina gialla, sottile e collosa. Si usa Banxia Xie Xin Tang (Decotto di Pinellia per drenare l'epigastrio), tratto dal classico di Zhang Zhong Jn Shang Han Lun e composto da rhizoma Pinelliae (Banxia), rhizoma Zinziberis recens (Shengjiang), Radix Scutellariae (Huanqin), rhizoma Coptis (Huanlian), fructus Zyzophus jujubae (Dazao) e radix preparatae Glycyrrhizae uralensis (Shigancao). Banxia e Shengjiang muovono il qi, combattono stasi ed il controcorrente; Huanqin e Huanlian, invece, combattono il calore, riducono il fuoco ed essiccano l'umidità, Renshen, Dazao e Shigancao tonificano il qi di Milza e Stomaco.



Figura 17: Zang/Fu

di. I polsi sono rapidi e scivolosi nei tre settori (cun, guan, chen) ma bilateralmente ([29]). La lingua è arrossata e con induido collante e giallo alla punta, al centro o alla radice ([30]).

Sanjiao Xu Han (cfr. figura 16, deficit e freddo nei Tre Riscaldatori): al riscaldatore superiore compaiono affanno, voce flebile, asma, pseudoangine; al riscaldatore medio diarrea, dispesie, distensione addominale dolorosa; al riscaldatore inferiore incontinenza urinaria, poliuria, edemi. Il polso è scivoloso e lento, la lingua pallida, con induido bianco e abbondante, facile da scollare.

Sanjiao Wen Bing (calore tiepido al Triplice Riscaldatore): le malattie del calore-tiepido (wen bing) sono rappresentate da quadri acuti, come diarree estive e mucositi aeree primaverili ed estive. Il polso è rapido e scivoloso, la lingua con induido grigio-giallastro ed adeso.

## Fitoterapia

Il Triplice Riscaldatore è un sistema di protezione dei diversi Zang/Fu (cfr. figura 17). A partire dal Classico Wen Bing Tao Bian di Wu Tang, [31] (del 1798), la patologia dei Tre Riscaldatori è dominata dal calore-umidità e le sue patologie determinano Calore negli Organi e Stasi del Qi con turba dei Liquidi, formazione di Flegma ([32]) e, pertanto, dismetabolie varie e pericolose (diabete, diabetes, iperlipemia, iperuricemia, pletora di Greppi), [33]. Secondo la più parte degli AA ([34], [35], [36], [37]) occorre usare, con acume e combinandole fra loro in relazione alle esigenze del paziente, piante che chiarificano il Calore, drenano l'Umidità e regolarizzano il Qi.



Figura 18: Nidus Vespae



Figura 19: Strychnos nux vomica

### Piante che riducono il calore (qingreyao)

Si impiegano i cosiddetti tre gialli (san huang):

*Huangqin* (*Scutellaria baicalensis radix*): una liabiata 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 ([38]) 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*<sup>23</sup>, *Dioscorea bulbifera* e *Strychnos*

*nux vomica*<sup>24</sup>. Con *Alisma plantago asiatica*, *Lobelia chinensis* e *Zea mais* combatte la cirrosi ascitogena e le disurie da accumulo di umidità calore (Re-Shi Lin).

riore apprendimento): Zuo Y.L., Xie Q., Zhou X.D.: An in vitro study on effect of *Nidus vespae* extract on the acid production of three strains of oral bacteria, *Sichuan Da Xue Xue Bao Xi Xue Ban*, 2005, 36(3):375-357.

<sup>24</sup>Cfr. figura 19 La noce vomica o albero della stricnina è un albero originario dell'Asia tropicale (India, Sri-Lanka e Malesia). *Strychnos nux-vomica* e altre specie sono usate per scopi medicinali in erboristeria, in omeopatia e anche per applicazioni particolari nella medicina moderna. L'estratto di alcune specie è stato utilizzato proprio per la sua velenosità per preparare frecce avvelenate presso i popoli primitivi o esche avvelenate per topi presso i popoli più evoluti, fino a tempi recenti. Alcune specie (in particolare *S. Gerrardi*, *S. innocua*, *S. madagascariensis*, *S. potatorum*) hanno limitata applicazione nell'alimentazione locale, in India e in Africa. In alcuni casi, i frutti vengono cotti prima del consumo. Louis Theodore Leschenault de la Tour (1773-1826), botanico e naturalista, lavora per molti anni a Java come etnobotanico. Si interessa vivamente allo studio dei veleni da freccia ed in particolare all'Upas tieutè. Scopre (nel 1805) che si prepara usando la radice grattugiata di una pianta locale, posta a macerare in acqua e quindi ridotta ad un liquido denso come melassa, usato appunto come veleno da freccia di micidiale efficacia. A Parigi la sostanza viene identificata come appartenente al genere *Strychnos*, già conosciuto in Occidente per la *Strychnos nux-vomica*, conosciuta sin dal 1683 come induttore del vomito e convulsivo (usato poi in omeopatia). Nel 1808 egli dà l'estratto a due giovani ricercatori medici francesi, Francois Magendie e Raffeneau-Delile. I due ricercatori sperimentarono il veleno su molti animali e nel 1809 pubblicano i risultati descrivendo il meccanismo d'azione del veleno, che causa convulsioni, calma, poi convulsioni e morte per asfissia. Gli autori concludono che il veleno non ha un effetto sul cervello ma sul midollo spinale. È questa la prima volta che si definisce un'organo specifico d'azione per un veleno, ed è una pietra miliare nella storia della farmacodinamica. È questo esperimento che indurrà poi i successivi studi di Magendie sull'assorbimento e la distribuzione dei veleni ed altre sostanze, e quindi alla "Legge di Magendie" che distingue tra radici dorsali sensorie e ventrali motorie. Fu solo dieci anni dopo, nel 1819, che la sostanza responsabile per le convulsioni, la stricnina, fu isolata. Pelletier e Cavendou nel 1819 la isolarono da *Strychnos nux-vomica* e nel 1824 da *Upas tieutè*. Nel 1819 Magendie introdusse la stricnina in medicina clinica, per aumentare il tono muscolare di un paziente sofferente di debolezza muscolare a seguito di una malattia del sistema nervoso centrale. Da quell'esperimento in poi la stricnina entrò nella clinica per moltissimi disordini (colera, epilessia, tubercolosi, per rinforzare gli organi pelvici delle ragazze in pubertà) senza avere alcuna attività realmente curativa, e portando probabilmente a molti decessi. L'unico ruolo in medicina per la stricnina (ed è stato fondamentale) è quello di strumento di ricerca in farmacodinamica. Sappiamo infatti oggi che essa possiede la sua attività convulsiva perché interagisce (antagonista selettivo competitivo) con l'inibizione post-sinaptica mediata dalla glicina. Approfondisci su: <http://www.hanyakje.go.kr/> e [info.pharm.hc360.com/](http://info.pharm.hc360.com/). Estratto da <http://it.wikipedia.org/wiki/Strychnos>

<sup>23</sup>Cfr. figura 18 Feng Fang, rimedio animale e da non impiegare per ragioni igienico-microbiologiche. Si legga (per ulte-

*Huanglian* (*Coptis chinensis* rizhoma): 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. E' 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 Grossi 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 Wei più Zhimu e Huangbo). Detto anche Sughero dell'Amur (altro nome scientifico e' *Phellodendron amurense*) e' una pianta della Cina settentrionale della Siberia e del Giappone. Principi attivi noti 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 ([39]). Per uso esterno ([40]) cura dermatiti e congiuntiviti.

Inoltre a questi tre principi, al fine di chiarificare il calore se intenso e disposto nei Tre Fuochi, si aggiunge Zhizi (*Gardenia jasminoides* fructus), rimedio che appartiene alla categoria qinreyao, 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" ([41]).

### Piante che drenano l'umidità

Sono per lo più diuretici e debbono essere usati con prudenza nei soggetti con debolezza dello Yin o vuoto di Yin.

*Fu Ling* (*Poria cocos sclerotium*): è il più attivo negli accumuli di umidità (e calore) ai tre riscaldatori. Dolce e neutro è attivo su Cuore, Polmone, Milza, Rene e Stomaco. Svolge azione diuretica, stomacica, digestiva ed anche sedativa. Normalizza il qi della Milza ed è attivo soprattutto sul TR-medio. Calma il nervosismo e le palpitazioni e cura l'insonnia.

*Ze Xie* (*Alisma plantago aquatica* tuber, Mestolaccio d'acqua): dolce e neutro, diuretico ed antidiarroico. Attivo su Rene e Vescica (soprattutto TR-inferiore) ha grande affinità per i genitali femminili (con azione anche stimolante). Possiede un olio altamente volatile (23% del peso secco) ed una resina molto acre. L'azione diuretica è stata provata su animali da esperimento.

*Che Qian Zi* (*Plantago asiatica* semen, Plantaggine comune): dolce e fredda, attiva su Fegato, Piccolo Intestino, Rene e Polmone. Diuretico ed antidiarroico, espettorante e stimolante la vista. Nell'uso attuale in Cina, Vietnam e Taiwan si impiega per tonificare i reni, liberare l'umidità dal TR-inferiore, aumentare la pressione sanguigna e come afrodisiaco. Il decotto di semi, ricco di sostanze zuccherine, acido citrico ed ossalico, invertina, acubina ed emulsina, aumenta la diuresi, determina escrezione di acido urico e cloruro di sodio, abbassa l'uremia e non determina perdita di potassio. Ha azione aniallergica ed espettorante come la *Plantago major*<sup>25</sup>.

### Piante che regolarizzano il qi (liqiyao)

Sono numerose e ne prenderemo in esame solo alcune. Sono principi per lo più piccanti e caldi che sbloccano il qi stagnante e si oppongono al "Qini".

<sup>25</sup>Cfr. figura 20 Le foglie della piantaggine hanno valida applicazione per via interna come astringenti intestinali nelle diarreie e stimolano blandamente la diuresi, leniscono il mal di gola e le infiammazioni delle mucose orali, delle vie respiratorie e dei bronchi. E' un buon rimedio contro la tosse e la bronchite. Si usa per: congiuntiviti riniti allergiche, asma allergica, bronchiti, tosse, pertosse, laringiti, stipsi e diarreie croniche, leucorrea (per uso topico), linfatisma e magrezza. Trova una buona indicazione, alla posologia di 20 gutt. per tre volte al giorno, nelle tossi postinfluenzali dei bambini, ad impronta allergica, da aggiungere a sciroppi già pronti. Approfondisci su: <http://www.phytosonline.it/>.

Non possono essere usate per molto tempo nei deficit di Qi e di Yin ([42]).

**Chen Pi** (*Citri reticulatae pericarpium*): piccante amaro e caldo, diretto verso Milza e Polmone. Contiene elevatissime dosi di vitamine sia liposolubili (A ed E) che idrosolubili (complesso B) e varie fibre che ne spiegano le grandi funzioni digestive. È efficace come espettorante ed analgesico.

**Zhi Shi** (*Poncirus trifoliata fructus*): amaro e fresco, attivo su Milza e Stomaco (TR-medio), utile per dispepsie, gonfiore e dolore addominale, alvo alternante ed oppressione toracica da catarro. L'uso prolungato causa diarrea. Si è dimostrato attivo sui sintomi delle ptosi viscerali e soprattutto delle gastroptosi. I principi attivi risiedono nell'olio essenziale ricco di limonene, acetato di linalile e linalolo. È stomacico e diuretico e, nel breve periodo, antidissenterico.

**Mu Xiang** (*Saussurea lappa radix*): piccante, amara e calda, attiva su Milza-Pancreas e Grosso intestino, efficace sui dolori addominali con diarrea acquosa. La radice è attiva sul brocospasmo e sulla broncorrea ed inoltre analgesica.

**Xiang Fu** (*Cyperus rotundus radix*): si usano anche i tuberi. Il rimedio è pungente, lievemente amaro, dolce e neutro. Si dirige su Fegato e Ministro del Cuore regolarizzando il fluire del qi con azione sedativa, antidolorifica ed analgesica. Cura anche dismenorrea, amenorrea e dispepsia. Si trova nelle formule Chaihu Shu Gan Tang (che tratta la stasi di qi di Fegato) e Xiao Yao San (che cura la stasi di qi con liberazione di fuoco).

**Shi Di** (*Diospyros kaki fructus*): amaro e neutro, attivo sullo Stomaco, normalizza il qi, tratta il controcorrente e cura il singhiozzo. È stomacico ed astringente (usato nelle aftosi ricorrenti) e riduce la pressione arteriosa. Combinato con zenzero fresco incrementa la sua azione sul "qini".

Passiamo ora ad esaminare le formule impiegate nelle sindromi dei diversi TR ([43], [44]).

**TR Superiore** (Shang Jiao: Polmone e Ministro del Cuore): i sintomi sono timore per il freddo, scarso senso di sete, febbre ad incremento serale, oppressione toracica, pigrizia mentale, assenza di traspirazione, gonfiore addominale, ballonamento, scarso appetito e a volte diarrea. La lingua mostra indurimento bianco e spesso. Il polso è molle e lento. Si impiega la formula Xuo Xiang Zhen Qi San con *Agastache rugosae herba* (Houxiang), *Perilliae ternata rhizoma* (Banxia), *Angelicae Citri reticulatae pericarpium* (Chenpi), *Sclerotium Poria cocos* (Fuling), *Angelicae dahurica radix* (Baizhu), *Arecae catechu pericarpium* (Dafupi), *Atractylodes macrocephala rhizoma* (Baizhu), *Citrus reticulatae pericarpium* (Chenpi), *radix Platycodi* (Jiegeng), *Ziziphus jujuba fructus* (Dazao), *Glycyrrhiza uralensis radix* (Gancao) e *Zinziber officinalis* (Ganjiang). Il decotto libera il petto (Jiegeng, Houxiang, Baizhi), stimola la metabolizzazione dei catarri (Dazao, Baizhu, Gancao, Chenpi) e regolarizza l'energia corretta (con Baizhu e Gancao). In alternativa si può impiegare *Hou Po Xia Ling Tang* con *Agastache rugosae herba* (Houxiang), *Iris sanguinea*, *Alismatis plantaginis aquatica rhizoma* (Zexie), *Amomi villosi fructus* (Sharen), *Prunus armeniaca semen* (Xingren), *Magnolia officinalis cortex* (Houpo), *Penilliae ternatae rhizoma* (Banzia) e *Cocis lacryma jobi semen* (Yiyiren). In caso di Vento-Calore (con attacchi di panico, cefalea, anoressia, ecc.<sup>26</sup>), si usa la formula *Bu Ji Xiao Du Yin*<sup>27</sup> (Decotto universale contro il calore),

<sup>26</sup>Si usa anche per tonsillite, parotite, ascesso tonsillare, linfadenite acuta cervicale.

<sup>27</sup>Vediamone le caratteristiche: *Huangian* (rhizoma *Coptis*) e *Huangqi* (radix *Scutellariae*) chiarificano e fanno scendere il calore eliminandolo attraverso le feci e le urine. *Niubangzi* (*Arctium lappa*), *Lianqiao* (*Forsythia suspensa*) e *Jiangcan* (*Bombyx mori*, rimedio animale) che disperdono vento e calore dalla testa e dalla faccia. *Banlangen* (*Isatis tinctoria*), *Mabo* (*Lariosphaera seu Calvatia*), *Xuanshen* (radix *Scrophulariae*) e *Jiegen* (radix *Platycodi*) che rimuovono il calore tossico dalla gola. *Chenpi* (pericarpium *Citri reticulatae*) che regolarizza il qi. *Shengma* (rhizoma *cimicifuge*) e *Chaihu* (*Blupearum radix*) disperdono in generale vento e calore. *Renshen* (radix *Panax ginseng*) che tonifica wei e zhengqi.

elaborata da Li Dong Yuan<sup>28</sup>.

**TR Medio** (Zhong Jiao, Milza e Stomaco): febbre che scompare con la traspirazione ed è ciclica con punte vespertine, sete ma scarso desiderio di bere, anoressia, nausea e vomito, viso giallo e terreo, oliguria e diarrea. La lingua mostra indurimento bianco chiazzato di giallo. Il polso è molle e rapido. Si usa il preparato San Ren Tang (Decotto dei tre semi) con *Prunus armeniaca* semen (Xingren), *Coicis Lacryma jobi* semen (Yiyiren), *Magnolia officinalis* cortex (Houpo), *Talcum* (Huashi), *Tetrapanax papyriferus*<sup>29</sup>, *Phyllostachis nigra bambusae caulis* (Zhuru), *Pinelliae ternatae rhizoma* (Banxia).

**TR Inferiore** (Xia Jiao, Rene e Fegato): ritenzione di feci ed urine con bacino gonfio e duro, sete con scarso desiderio di bere, cefalea ed ebbrezza. Indurimento linguale bianco, grigio, giallo e grasso. Polso molle e rapido. Si usa Fu Ling Pi Tang con *Sclerotium Poriae* (Fuling), *Coicis Lacryma jobi* semen (Yiyiren), *Polyporus umbellatus* (Zhuling), *Arecae catechu pericarpium* (Dafupi), *Lophateri gracilis germen* (Zhuye juanxin). Altra prescrizione utile è Xuna Qing Da Zhuo Tang con *Polyporus* (Zhuling), *Poria* (Fuling), *Mirabilitum* (Mangxiao), *Bombyx mori* (Sangcan) e *Gleditsia sinensis fructus* (Zhu Ya Zao). La Lacrima di Giobbe è una Poacea i cui semi contengono il 55% di amido, il 7% di lipidi, l'1% di steroli, vitamine del complesso B ed il 17% di proteine con aminoacidi vari fra cui leucina, tirosina, lisina, acido glutammico, arginina ed istidina. L'infuso è diuretico, infrescante e con azione lievemente anabolizzante. Sembra svolgere anche azione antireumatica. L'Areca catechu (o Noce di betel o Noce di Areca) contiene il 14% di un olio fisso (con acido oleico, palmitico, stearico, caprico, caprilico, laurico, miristico), mannosio e galattosio, il 15% di tannino rosso, colina ed alcuni alcaloidi (aerocolina,

arecolidina, guaiacolina, arecaidina e guvacina). Soprattutto la prima è strettamente correlata alla pilocarpina e stimola la peristalsi intestinale, produce marcata costrizione bronchiale e la sua azione antagonizza quella dell'efedrina e dell'atropina ([45]). Si usa in MTC come tenifugo. Per tale scopo è usata anche negli USA ma solo in medicina veterinaria per la sua elevata tossicità. La *Gleditsia* cinese è una mimosacea con corteccia officinale, ricca di tannino e saponine. È usata come tonico, stimolante ed antielmintico. Per uso esterno svolge anche un ruolo cicatrizzante ([46]).

**Calore ai tre riscaldatori:** si usa Huang Lian Jie Du Tang (Decotto antitossico a base di *Coptis*, estratto dal *Wai Tai Bi Yao*, Elementi essenziali della libreria imperiale). Contiene i tre gialli (*Huanlian*, *Huangbai* e *Huangqin*) più *Zhizi* (*Gardenia jasminoides*). Libera dal calore tossico i tre riscaldatori. Si usa nelle sindromi di calore esterno ed interno: virusi complicate, infezioni urinaria acute, dissenteria (*Liu Jin*), ecc.

**Freddo e vuoto al TR:** si usa Li Zhong Wan (Pillola per Sostenere il Centro, dallo Shang Han Lun, III sec. d.C.) che riscalda il TR. Il Piccolo Intestino e sostiene lo Yang di Milza. Si usa nelle gastriti, enteriti, coliti, da penetrazione di freddo per vuoto di yang di Milza. È composto da *Gangjiang*<sup>30</sup>, *Renshen*<sup>31</sup>, *Baizhu*<sup>32</sup> e *Gancao*<sup>33</sup>. In questi casi il polso è lento e ritardato, o filiforme, vuoto e senza forza. La lingua pallida con patina bianca, acquosa, a volte collosa<sup>34</sup>. Nel caso in cui il Freddo e l'Umidità ristagnano nel TR-Inferiore<sup>35</sup>, si usa (sempre dallo Shang Han Lun) *Wu Ling San*<sup>36</sup> (Polvere dei sette ingredienti con Po-

<sup>28</sup>Medico del 1200, dinastia Jin, autore del *Wei Sheng Bao Jian*, *Lo Specchio d'Oro della Medicina*, 1202 e del *Pi Wei Lun* (*Trattato della Milza e dello Stomaco*).

<sup>29</sup>Arbusto sempreverde delle Apiacee, che si sviluppa in tutta l'Asia e soprattutto in Cina, Giappone e Taiwan ed è noto coi sinonimi di *Aralia papyrifera* - Hook e *Fatsia papyrifera* o *Fatsia japonica*.

<sup>30</sup>Zenzero

<sup>31</sup>Ginseng

<sup>32</sup>*Atractylodes macrocephala*.

<sup>33</sup>*Glycyrrhiza uralensis*.

<sup>34</sup>Se il freddo persiste a lungo e si trasforma in calore.

<sup>35</sup>Nefriti croniche, sindromi menieriformi, ritenzione urinaria, idrocele, edema nefropatico, edema cardiaco, tosse cronica con espettorato fluido, ascite.

<sup>36</sup>Composizione: ZE XIE *Rhizoma alismatis* 15 gr, FU LING *Sclerotium Poriae Cocus* 9 gr, ZHU LING *Sclerotium polypori Umbrellati* 9 gr, BAI ZHU *Rhizoma Atractylodes Macrocephalae* 9 gr, GUI ZHI *Ramulus Cinnamoni Cassiae* 10 gr, Ze Xie è l'imperatore della formula, agisce direttamente sulla vescica

ria<sup>37</sup>), [47]. Se il Freddo e Vuoto riguardano il TR-Medio<sup>38</sup> Bu Zhong Yi Qi Tang (Decotto per Tonificare il Centro e Sostenere l'Energia), tratta dal Pi Wei Lun (Discussioni sulla Milza-Stomaco<sup>39</sup>). Si compone di Huangqi (Astragalus radix), Renshen (radix Ginseng), Baizhu (radix Atractylodes) e Gancao (radix Glycyrrhizae) che tonificano il qi ed armonizzano il TR-medio; Shengma (Cimicifuga radix) che eleva lo yang con Chaihu (Blumeurum chinensis) il quale libera il qi, Danggui (Angelica radix) che muove il sangue e Chenpi che armonizza il qi ed attiva il TR-Medio. Se vi sono evidenti segni di Qini<sup>40</sup> si impiega Xiangsha Li Jun Zi Tang (Decotto dei 6 nobili gentiluomini con Suausurrea e Aucklandia), che si ottiene da Li Jun Zi Tang<sup>41</sup> a cui si aggiungono Sausurrea (Muxiang) e radix Aucklandiae (Xiangsha).

lix alba<sup>43</sup> e Melilotus officinalis<sup>44</sup>), Drenare l'Umi-

Passiamo ora alle piante occidentali, sempre usate in chiave energetica e secondo il modello della Medicina Cinese ( [48], [49], [50], [51], [52], [53], [54], [55]). In primo luogo segnaliamo le piante da usare<sup>42</sup> per Drenare il Calore (Sa-

---

urinaria per favorire la diuresi ed eliminare l'umidità. Fu Ling e Zhu Ling rinforzano l'effetto di Ze Xie nel favorire la diuresi. Bai Zhu rinforza la milza ed elimina l'umidità. Gui Zhi è efficace per la sindrome esterna di tipo Taiyang e ripristina la funzione della vescica. Approfondisci su: <http://www.gmt2000.it/rivista/011car/riv11art04.htm>.

<sup>37</sup>È sia diuretica che diaforetica, drena l'umidità, riscalda lo yang.

<sup>38</sup>Ballonamento, anoressia, digestione laboriosa, sonnolenza post-randiale, oppressione toracica, broncorrea, polso molto scivoloso, indurimento linguale abbondante, ecc.

<sup>39</sup>Del XIII secolo, Autore Li Dong Yuan.

<sup>40</sup>Dispepsie con rigurgiti, eruttazioni e pienezza addominale.

<sup>41</sup>Formula composta da Si Jun Zi Tang (Decotto dei Quattro Gentiluomini), tratta dal Tai Ping Hui Min Ji Ju Fang (Formulario della grazia imperiale dell'era Tai Ping) e che si compone di Renshen, Gancao e Baizhu che tonificano il qi di milza ed il TR-medio, Fuling che tonifica il qi di milza, elimina l'umidità e combatte la diarrea e, in aggiunta, Chenpi (Citri reticulatae), Banxia (Pinelliae ternatae), Shenjiang (Zinziber officinalis) e Dazao (Ziziphus jujuba).

<sup>42</sup>In decotto o T.M. o E.F.

---

<sup>43</sup>Cfr. figura 21. Lo stesso Leclerc ci indica che l'azione più importante del Salix alba è quella che svolge sulla eccitabilità nervosa come deprimente ed anafrodisiaco; questa azione che fu notata da Dioscoride, è stata poi confermata dai terapeuti di oggi che ci hanno riferito dei buoni risultati impiegando preparati di corteccia in estratto fluido ottenuti specialmente da amenti di Salice bianco, nell'insonnia nervosa, nell'eretismo sessuale come anafrodisiaco e sedativo; come analgesico nei disturbi da dismenorrea, con l'attenuazione dei sintomi dolorosi e la scomparsa delle turbe nervose consensuali.

<sup>44</sup>Cfr. figura 22. È dotato di attività antispasmodica, riduce la eccitabilità riflessa, astringente, decongestionante, carminativa. Va qui ricordato che la scelta della preparazione da somministrare è molto importante in quanto, per esempio, se usassimo una tintura madre di meliloto non avremmo l'azione cumarinica che invece otteniamo con un estratto fluido, in quanto la pianta fresca non possiede dei principi chimici che si ottengono con l'essiccamento della stessa e cioè con l'ossidazione. Non va somministrato in pazienti che presentano disturbi della coagulazione sanguigna, poiché altera l'aggregazione piastrinica. Potenzia l'azione degli anticoagulanti e può dar luogo a fenomeni epatotossici, come anche disturbi gastrointestinali. Sconsigliato nei portatori di malattia peptica. Agisce sul Fuoco, calma il mentale, migliora il microcircolo, secondo la visione orientale.

dità (*Hieracium pilosella*<sup>45</sup> e *Fagus sylvatica*<sup>46</sup>) e Di-

<sup>45</sup>Cfr. figura 23. Il suo utilizzo viene già descritto alcuni secoli or sono e questa piantina, dai capolini di un colore giallo chiaro, non è difficile da incontrare sui margini delle strade e dei campi, come sui pascoli di montagna e nei luoghi sassosi. Studi più recenti hanno evidenziato una spiccata azione sull'apparato renale, tale da rendere la pilosella un ottimo drenante, da utilizzare come depurativo in presenza di un eccesso di cloruri e di acidi urici ed anche come coadiuvante nella ritenzione idrica e nella tendenza agli edemi. La pilosella si è dimostrata particolarmente preziosa nel trattamento della cellulite e durante le diete dimagranti. I principi attivi più importanti sono flavonoidi con virtù diuretiche, antinfettive, astringenti e colagoghi. Attenzione all'uso protratto che potrebbe far perdere sodio e potassio. In Medicina Cinese si usa per il Rene Yin (azione prevalentemente diuretica e depurativa).

Vediamone le caratteristiche principali:

- Parti usate: pianta intera fiorita
- Componenti principali:
  - Flavonoidi: luteolina, apigenina
  - Derivati idrossicinnamici: acido clorogenico, acido caffeico
  - Cumarine
  - Tannini
- Attività farmacologica:
  - attività diuretica (antiuretica, declorurante, ipoazotemica)
  - attività antimicrobica
  - azione astringente (?)
  - antiemorragico (?)
- Impiego clinico:
  - condizioni di ritenzione idrica, edemi
  - cellulite
  - cistiti ricorrenti
  - ipertensione arteriosa
- Posologia consigliata: infuso al 5% assunto a tazzine più volte nella giornata; estratto fluido 30 gtt per tre volte al giorno
- Concentrato totale: opercolo da 248mg (titolato al 6.05% in *derivati idrossicinnamici totali calcolati come acido clorogenico* corrispondente a 15mg di principio attivo)
- 4 opercoli al dì, pari a una posologia di 60 mg/die di derivati idrossicinnamici
- Effetti collaterali, controindicazioni e speciali precauzioni d'uso: non sono noti dalla letteratura effetti collaterali o particolari precauzioni d'uso alle dosi raccomandate

<sup>46</sup>Cfr. figura 24. Il decotto di giovani radici raccolte in primavera o in autunno, è anticonvulsivo. Il decotto di corteccia raccolta preferibilmente in primavera spezzettata ed essiccata ha proprietà febrifughe ed astringenti. Per distillazione del legno si ottiene il creosoto, liquido oleoso con odore acuto di

rigere il Qi (*Cynara scolimus*<sup>47</sup> e *Taraxacum dens*

fumo e sapore fortemente aromatico, che viene utilizzato come disinfettante ed espettorante

<sup>47</sup>Cfr. figura 25. Il Carciofo protegge la cellula epatica come il cardo ed è un drenante epato-renale. La cinarina abbassa il tasso di colesterolo ed è utilizzata nella iperlipidemia ed ipertrigliceridemia. Contiene anche diestere caffeico dell'acido chinico, flavonoidi, eterosidi del luteolo, cinaroside, scolimoside, ramoside della luteolina, mucillagini, tannini, sali di potassio, sali di magnesio, ferro organico, vitamine A, B, C, acido pantotecnico, proteine grezze, inulina, enzimi, inulasi, invertasi, ossidasi, proteasi, acido glicolico, glicerico, composti glucosidici A e B, protidi, lipidi, zuccheri costituiti da inulina e quindi permesso ai diabetici, acqua, manganese, fosforo, ferro, acido malico succinico. Per la stretta correlazione che esiste tra colesterolo ematico e calcolosi biliare, si potrebbe spiegare l'efficacia del carciofo nel trattamento della litiasi biliare. Non va dato alle donne che allattano, perché ne ostacola la secrezione latte, si sconsiglia l'uso in caso di occlusione delle vie biliari, in chi sia stata asportata la cistifellea, potrebbe dare allergia in chi è sensibile alle asteracee. Favorisce, in Medicina Cinese, la funzione del Fegato, quindi la digestione, ma tratta anche le cefalee tensive e l'irritabilità. Vediamone le caratteristiche principali:

- Parti usate: foglie
- Componenti principali:
  - eterosidi flavonoidici: cinaroside, scolimoside, cinaratrioside
  - composti polifenolici: cinarina, acido caffeico, acido clorogenico, acido chinico
  - lattoni sesquiterpenici: cinaropicrina, cinaratriolo
  - acidi organici: acido lattico, glicolico
- attività farmacologica:
  - attività epatoprotettrice, colagogica, coleretica
  - attività ipocolesterolemizzante, lieve ipoglicemizzante e diuretica
  - aumenta l'eliminazione di scorie azotate
  - azione antitossica, antiossidante e epatoprotettiva
- impiego clinico:
  - lieve insufficienza epatica, disordini epatobiliari
  - ipercolesterolemie
- Posologia giornaliera: 6g di droga o l'equivalente delle varie preparazioni
- concentrato totale: opercolo da 234mg (titolato al 3.0% in *acidi caffelchinici calcolati come acido clorogenico*, corrispondente a 7.0mg di principi attivi); 4 opercoli al dì, pari a una posologia di 28mg/die di acidi caffelchinici
- effetti collaterali, controindicazioni e speciali precauzioni d'uso: per i suoi effetti stimolanti la produzione di bile e la contrazione della cistifellea e delle vie biliari, il carciofo dovrebbe essere utilizzato con **molta cautela** nei soggetti con **calcolosi biliare**

leonis<sup>48</sup>).

Va poi ricordato che, nei casi di Calore-Umidità i possono combinare Lavanda officinalis e Fuma-

<sup>48</sup>Cfr. figura 25. In quanto amara la radice stimola la secrezione degli organi deputati alla digestione, risultando pertanto utile nell'ipoacidità gastrica e nell'anoressia; è inoltre coleretica e colagoga prevenendo e trattando le patologie litiasiche biliari, la le colecistopatie e l'insufficienza epatica. Le foglie e la radice sono diuretiche e sodiuretiche, si usano pertanto in estratto fluido nelle terapie dimagranti. E' anche un tonico generale che si usa in primavera nelle terapie riattivanti generali. Anche i pazienti reumatici se ne possono giovare in primavera facendo uso per qualche settimana dell' estratto fluido alla dose di 20-30 gocce tre volte al giorno. Se ne raccomanda l'uso in insalata ogni anno durante la stagione e la raccolta delle giovani gemme che possono essere conservate sotto aceto e che sono simili ai capperi. E' usato in corso di: angiocoliti croniche, nella congestione epatica, nell'insufficienza epatica ed ittero, nella litiasi biliare e renale, nell'ipercolesterolemia, nelle dermatosi degli epatici, nell'acne, foruncolosi, reumatismi e gotta, nell'oliguria, nell'insufficienza renale, stipsi, emorroidi, obesità, cellulite e scorbuto. Non va usata in caso di occlusione delle vie biliari, in chi sia stata asportata la cistifellea, può causare problemi gastrici e di iperacidità, alle dosi indicate è una pianta sicura. Non somministrare in gravidanza e allattamento. Secondo l'ottica della Medicina Cinese agisce sul Fegato, ne favorisce le funzioni e ne calma gli eccessi (irritabilità, cattiva digestione, turbe muscolo-tendinee, ecc.). Vediamone le caratteristiche principali:

- parti usate: radice
- componenti principali:
  - triterpeni: teraxasterolo, beta amirina
  - sesquiterpeni: tetraidrodentina
  - flavonoidi: apigenin 7 glucoside, luteolin 7 glucoside
  - acidi fenolici: taraxacoside, acido caffeico, acido clorogenico
- attività farmacologica:
  - attività coleretica e colagoga, euteptica e stomachica
  - attività diuretica e antirolitiasica
  - azione antinfiammatoria
- impiego clinico
  - azione depurativa
  - epatocolecistopatie e discinesie delle vie biliari
  - condizioni di eccessiva ritenzione idrica
  - reumatismo infiammatorio
- posologia consigliata: infuso al 2-3%: 2-3 tazze
- concentrato totale: opercolo da 320mg (titolato allo 0.094% in *sesquiterpenlattoni calcolati come diidrohele-nalina acetato*; corrispondente a 0.3mg di principi attivi); 4 opercoli al di, pari a una posologia di 1.2mg/die di *sesquiterpenlattoni*

ria officinalis, in quelli con Vuoto e Freddo Agrimonia eupatoria<sup>49</sup> e Borrage officinalis, nelle forme con Calore Tiepido Crysanthellum americanum<sup>50</sup>. Più importante la suddivisione in rapporto

- effetti collaterali, controindicazioni e speciali precauzioni d'uso: i preparati di Talassaco sono controindicati in soggetti con microcalcoli alla colecisti, in quanto agiscono come colecistocinetici e in soggetti sofferenti di ulcera peptica, in quanto stimolanti delle secrezioni gastriche

<sup>49</sup>Caratteristiche principali:

- parti usate: parti aeree raccolte prima o durante la fioritura
- componenti principali:
  - acido ursonico e altri triterpeni minori
  - tannini (4-10%): agrimonia, potentillina
  - polifenoli: esteri esaidrossidifenici
  - acido silicico
  - flavonoidi: ipericoside, quercitroside
- attività farmacologica:
  - azione colagoga e coleretica
  - azione antiplastica sulla muscolatura liscia
  - azione antinfiammatoria e cortison-like (congiuntivite allergica, rinite allergica e asma bronchiale)
  - azione uricosurica
  - azione ipoglicemizzante
- impiego clinico:
  - colon irritabile, colite, dissenteria
  - discinesie biliari
  - iperuricemia
  - insufficienza pancreatica
  - reumatismi (?)
- posologia giornaliera consigliata: 3-6 grammi, si può utilizzare la droga in infusi decotti; l'infuso corrisponde a 3 grammi di droga in 300 ml di acqua bollente, un bicchiere al mattino e uno la sera
- effetti collaterali, controindicazioni e speciali precauzioni d'uso: non sono noti dalla letteratura effetti collaterali o particolari precauzioni d'uso alle dosi raccomandate

<sup>50</sup>Cfr. figura 27. Anche in Linfa o E.S. Gli studi farmacologici e tossicologici confermano e precisano gli effetti costatati attraverso l'uso tradizionale della pianta. Per ciò che riguarda le proprietà angioprotrettrici queste si manifestano attraverso una diminuzione significativa della permeabilità e un aumento relativo delle resistenze capillari, con un rapporto dose effetto, sempre superiore a quello della rutina, preso come termine di riferimento. L'azione antinfiammatoria verificata nell' animale nei confronti degli edemi è più rapida e duratura di quella ottenuta con rutina, aspirina e fenilbutazone. L'azione antiaggregante piastrinica è stata verificata in un modello sperimentale nel

## alle sindromi:

coniglio, trattato preventivamente con una sostanza ad azione trombotica, mostrando un quadro elevato di attività, rilevato attraverso vari test. È stato inoltre inoculato *Crisanthellum* per via venosa, dando come esito una modesta diminuzione della frequenza cardiaca ed una leggera ipotensione. Per ciò che riguarda l'azione coleretica essa è importante e qualitativamente significativa poiché il flusso biliare è fisiologicamente progressivo e stabile, oltre che ricco in sali biliari e bilirubina. Paragonato al *Carduus Marianus* per l'azione epato-protettiva si è dimostrato nettamente superiore, perché oltre a proteggere l'epatocita dai vari tossici metabolici è più attivo nei confronti dell'alcool etilico. L'esame istologico del fegato dell'animale intossicato da alcool, e pretrattato con *Crisanthellum*, non presenta mai necrosi cellulare ed anzi esistono isole di parenchima epatico intatte come verificato al microscopio elettronico. L'azione epatoprotettrice nei confronti dell'alcool si manifesta nello spazio di 12-15 giorni. Altro fatto importante è che la pianta agisce sul citocromo P 450, come induttore enzimatico di questa emoproteina, vera chiave di volta della biotrasformazione e degradazione delle sostanze endogene ed esogene che subiscono il processo di ossidazione e idrossilazione. Numerosi studi a tale riguardo dimostrano che il *Crisanthellum* possiede una buona attività antiperossidante dovuta al suo ruolo di chelante dei radicali liberi, che sono i maggiori responsabili delle alterazioni di membrana dell'epatocita. Questi provocano infatti una lisi cellulare con successiva inondazione enzimatica che rompe così l'equilibrio strutturale delle cellule. Anche i flavonoidi della pianta partecipano a mantenere integra la funzione protidogenica, antitossica e biligenica, proteggendo la membrana lisosomiale, dall'azione distruttiva dei radicali liberi. Ai flavonodi spetta inoltre la peculiarità di orientare il glucosio sulle vie a più alto rendimento energetico, laddove cioè una molecola di glucosio degradata libera 34ATP (il ciclo di Krebs). In tale maniera si realizza un rilancio energetico dell'epatocita e di conseguenza una stimolazione delle funzioni maggiori del fegato. Inoltre sono stati condotti studi farmacologici, su topi intossicati da adrenalina, che hanno dimostrato essere significativamente protetti quando venivano pretrattati con il *Crisanthellum*: si riduceva significativamente tale tossicità nei confronti dei controlli non trattati o trattati con Viti C. Prove tossicologiche hanno infine dimostrato che dosi cinquanta volte superiori alla posologia umana per via orale, sono prive di tossicità acuta o cronica, come pure di azione mutagena. Non si conoscono azioni indesiderate tossiche. In Medicina Cinese tratta i Catarrhi e il Flegma, migliora la digestione e normalizza la lipemia. Vediamone le caratteristiche principali:

- parti usate: sommità fiorite
- componenti principali:
  - acidi caffeilchinici: acido clorogenico, acido caffeico
  - saponine triterpeniche: crisantellina A e B
  - flavoniodi, sali minerali
- attività farmacologica:
  - attività coleretica e epatoprotettrice
  - stimola la rigenerazione epatica
  - azione ipocolesterolemizzante e ipolipemizzante

## TR-Superiore

(assimilazione del cibo e circolazione di Energia e Sangue). Lipotimie, ipotensione, attacchi di panico, nevrosi cardiaca, pseudoangine: *Leonorus cardiana*, *Inula helenium*, *Stellaria media*, *Crataegus oxyacantha*. Come alimenti ([56], [57], [58]) the', cardo, menta, aglio. Evitare il sapore amaro. Evitare gli sforzi fisici e mentali. Evitare anche la vita troppo sedentaria.

## TR-Medio

(trasformazione del cibo; formazione di Qi/Xue/Jin-Ye<sup>51</sup>): disturbi digestivi, astenia, gonfiore, euttazione fetida, sonnolenza post-

- attività vasoprotettrice (endotelio arterioso e venoso)
- azione antinfiammatoria
- impiego clinico:
  - turbe epatodigestive di origine alimentare (bulimia, abuso di alcool)
  - epatocolocistopatie (epatiti, cirrosi, litiasi biliare)
  - ipercolesterolemia
  - fragilità capillari, varici e emorroidi
- posologia giornaliera consigliata: si può utilizzare la droga in infusi e decotti; tintura 1:10 XL gocce tre volte al giorno prima dei pasti: opercolo da 248mg (titolato al 4.03% di *acidi caffeilchinici calcolati come acido clorogenico*; 3 opercoli al dì, pari a una posologia di 30 mg/die di *acidi caffeilchinici*
- effetti collaterali, controindicazioni e speciali precauzioni d'uso: non sono noti dalla letteratura effetti collaterali o particolari precauzioni d'uso alle dosi raccomandate

<sup>51</sup>Nel diabete mellito la continua interazione di aldosi con proteine può condurre alla formazione di prodotti di avanzata glicosilazione (glicosilazione non enzimatica) altamente reattivi definiti AGEs (Advanced Glycosylation Endproducts). Il continuo accumulo di AGEs in proteine a lunga emivita come quelle della membrana basale subendoteliale potrebbe giocare un ruolo importante nello sviluppo di complicanze vascolari associate al diabete. L'interazione di AGEs con cellule endoteliali e fagociti mononucleati comporta la perturbazione di proprietà cellulari potenzialmente rilevanti nella patogenesi delle lesioni vascolari. Per esempio l'incubazione di AGEs con cellule endoteliali in coltura incrementa la permeabilità di tali elementi ed induce l'espressione di fattore tissutale, stimola la crescita cellulare e comporta riduzione nella capacità vasodilatatoria dell'endotelio (tramite inibizione del rilascio di NO). I monociti si accumulano proprio in siti di azione degli AGEs; in tale contesto tali cellule si attivano in risposta a fattori di crescita come il PDGF e citochine. Inoltre in vista della capacità degli AGEs di generare radicali liberi, la loro stretta associazione con la superficie cellulare potrebbe generare un vero e proprio stress ossidativo per la cellula endoteliale. Recentemente sono stati isolati e clonati

prandiale, tendenza a formare tan respiratori, idee ossessive, aerofagia allevviata dalle eruttazioni (anche leucorree, amenorree, mestruazioni scarse ed in ritardo, menometrorraggie). *Chrisanthellum americanum*, *Fumaria officinalis*, *Agrimonia eupatoria*, *Arctium lappa*. Come dieta orzo, riso, formaggio di soia, carota, ptata, porro, zucca ed arancia. Evitare l'eccesso di dolce. Prendersi delle pause di riposo. Consigliato un sonnellino dopo i pasti. Mangiare lentamente e tritare bene il cibo masticandolo con attenzione.



Figura 20: *Plantago major*

#### TR-Inferiore

Disuria, tenesmo, gonfiori addominali bassi, diarrea puruloide o fetida, astenia a lento recupero, scarsa fiducia in se', facilita' alle intossicazioni (alimentari e/o da farmaci), insonnia, magrezza o dimagrimento, frequenti dolori lombari. *Achillea millefolium*, *Eugenia caryophyllata*, *Solidago virga aurea*, *Sambucus niger*, *Equisetum arvense*. In dietetica latte di pecora e di capra e porro. Eliminare il sapore salato. Evitare di stare troppo tempo in piedi o seduto. Evitare i grandi sforzi fisici. Cucinare a vapore ed a bagno maria (evitare gli stufati ed i sughi).

Infine nei casi in cui la funzione del TR relativa a Liquidi e Yuanqi sia compromessa, con sviluppo di turbe metaboliche importanti (assetto lipidico, glucidico, protidico e del metabolismo purifico), può essere usata una formulazione<sup>52</sup> così composta ([59]):

- Beta-sitosterolo<sup>53</sup>
- *Commiphora mukul* Hook
- *Cynara scolimus*
- Cellulosa microcristallina
- Amido di mais
- Vitamina C

recettori per tali prodotti finali di glicazione definiti RAGEs su cellule endoteliali e monociti. Si tratta di recettori appartenenti alla superfamiglia delle immunoglobuline capaci a loro volta di trasdurre segnali dentro le cellule. Tutto questo si connette a turbe degli Ye.

<sup>52</sup>Colasitrol®

<sup>53</sup>Sterolo vegetale con azione sul metabolismo lipidico e di blocco sulla 5-alfa-reduttasi (isoforma 1).

#### • Calcio fosfato

Il principio più importante, con la *Cynara*, è la *Commiphora mukul* Hook (detta anche Gugul, [60]). Si tratta di un piccolo albero arbustoso alto circa 2 m, dal tronco rugoso, privo di foglie per gran parte dell'anno, la *Commiphora mukul* cresce nei terreni rocciosi delle zone calde e semiaride dell'India, Arabia e Beluchistan. Dall'estrazione alcolica dell'oleogommosina si ottiene una frazione insolubile costituita da una gomma glucidica, priva di attività farmacologica anzi responsabile dei disturbi gastrointestinali rilevati con l'impiego della gommosina totale, e una frazione alcolsolubile che mantiene l'azione ipolipemizzante e antiinfiammatoria, questa viene successivamente concentrata in estratto secco ricco di gugalsteroni. Può talora produrre transitori disturbi gastrointestinali è pertanto controindicato in caso di disturbi epatici o gastrointestinali. Occorre usare prudenza nell'associare il principio con antiaggreganti.



Figura 21: *Salix alba*



Figura 24: *Fagus sylvatica*



Figura 22: *Melilotus officinalis*



Figura 25: *Cynara scolimus*



Figura 23: *Hieracium pilosella*



Figura 26: *Taraxacum dens leonis*



Figura 27: *Crysanthellum americanum*



Figura 28: *Commiphora mukul* Hook

# Bibliografia

- [1] Soulié De Morant G. *La vera agopuntura cinese* Ed. Luni, Milano, 2005.
- [2] Bottalo F., Brotzu R. *I Principi della MTC* Ed. Xenia, Milano, 1999.
- [3] AAVV *Zhu Han Zhi Er Qu Zhi Yin, Espressioni usuali in MTC. Metodi Terapeutici* Orientamenti in MTC, 1996, 2: 10-25.
- [4] Lavier J. *HUang Di Nei Jing Suwen* Ed. Dervy-livres, Paris, 1992.
- [5] Boschi G. *Medicina Cinese: la radice e i fiori* Ed. CEA, Milano, 2002.
- [6] De Berardinis D., Di Stanislao C., Corradin M., Brotzu R. *Organie Visceri in Medicina Cinese. La fisiologia, la clinica, la terapia* Ed. Sanli/Bimar, 1992.
- [7] Porkert M. *Medicina Cinese* Ed. Armenia, Milano, 1984.
- [8] Kuptchuck T. *Medicina Cinese. La tela che non ha tessitore* Ed. Red/Studio Redazionale, Como, 1992.
- [9] Kespì J.M. *Eau Feu e Triple Rechauffer* Riv. Fr. d'Acupunct., 86-87, 1992-1993.
- [10] Nguyen V.N., Nguyen-Recours C. *Medicine Traditionnelle Chinoise* Ed. NVN, Marseille, 1990.
- [11] Nguyen V.N. *Semeiotica e Terapia in Medicina Energetica Estremo Orientale* Ed. Vito Ancona, Bari, 1984.
- [12] Bao T. *Agopuntura* Ed. Giunti, Firenze, 2005.
- [13] AAVV *Actions of the San Jiao points* J. of Trad. Chin. Med., 159, 80: 60-65.
- [14] Simongini E., Bultrini L. *Le Lezioni di Jeffrey Yuen 1997-2004* CD-ROM, Ed. Amsa, Roma, 2005.
- [15] Matsumoto K., Birsch S. *Hara Diagnosis. Reflexions of the sea* Ed. Paradigm Publication, Seattle, 1987.
- [16] Denmei S. *La scelta dei punti efficaci in agopuntura* Ed. CEA, Milano, 2005.
- [17] Leung K.P. *Lezioni di Agopuntura (a cura di G.P. Lucarini)* policopie, Voll I-III, Ed. Scuola Italo-Cinese di Agopuntura, Roma, 1993.
- [18] Schatz J., Larre C., Rochat De La Valèe E. *Apercus D'Acupuncture* Ed. Maissonneuve, St. Rufine, 1979.
- [19] AAVV *Introduzione ai principi dell'agopuntura e della Medicina Tradizionale Cinese* Ed. AMSA, Roma, 2001.
- [20] Kai An C. *Patologie generale et diagnostic en medicine chinoise* Ed. Maissonneuve St. Ruffine, 1983
- [21] De Berardinis D. *Fame e Obesità. I disturbi del comportamento alimentare alla luce della Medicina Cinese* policopie, Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2006.
- [22] Sembianti G. *Agopuntura Reflssoterapia* Ed. Piccin, Padova, 1980.
- [23] Vengermeersch L. *Phytoterapie Traditionnelle chinoise selon Chen Kai An* Ed. SATAS, Bruxelles, 1986.
- [24] AAVV *Chinese Herbs of Hong-Kong, Voll I-V* Ed. Haifeng Publishing House, Hong Kong 1980.

- [25] Auteroche B., Navailh P. *La Diagnostic en Médecine Chinoise* Ed. Maloine, Paris, 1983.
- [26] Morikawa K. *External diseases in TCM* Journal of JSA, 1994, 4: 94-98.
- [27] Song Y., Fei L. *A Clinical Guide To Chinese Herbs and Formulae* Ed. Churchill-Livingstone, Edimburg, 1993.
- [28] Jujing G. *Herbal Formulas* New World Press, Beijing, 1991.
- [29] Borsarello J. *Sfigmologie Chinoise* Ed. Masson, Paris, 1992.
- [30] Maciocia G. *The Tongue Diagnosis in TCM* ed. Churchill-Livingstone, Edimburg, 1992.
- [31] AAVV *Tang W.: Wen Bing Tao Bian* Ed. Renmin Weisheng Chubanshe, Beijing, 1963.
- [32] Xie L. *San Jiao* China Journal of Traditional Chinese Medicine and Pharmacy, 1995, 10: 2-6.
- [33] Di Stanislao C. *Malattie Metaboliche e Endocrine in Medicina Cinese* CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2007.
- [34] Auteroche B., Auteroche M., Damont P. *Matiere Medicale Chinoise* Ed. Maloine, Paris, 1992.
- [35] Mu-hsun L., Chang S. *Chinese Herbal Formula* Ed. Sheng Chang Pharmecutal Press, Taipei, 1990.
- [36] Kuptchuck T. *Jade Pharmacy* Ed. SATAS, Bruxelles, 1990.
- [37] Ried D.P. *Chinese Herbal Medicine* Ed. Cina 2000, Hong Kong, 1987.
- [38] Guillaume G., Chieu M. *Pharmacologie et Médecine Traditionnelle Chinoise* Ed. Presence, Paris, 1987.
- [39] Massarani E. *Erbe in Cina* Ed. ESI, Milano-Roma, 1981.
- [40] Jian-Hui L. *Chuang Jian Pi Fu Bing Zhongyi Zhi Liao Jian Bin* Ed. Blue Poppy Press, 1988.
- [41] Bensky D., Barolet R. *Farmacologia Cinese. Formule e Strategie* Ed. CEA, Milano, 2001.
- [42] AAVV *Chinese Medicinal herbs compiled by Li Shih chen* Ed. Georgtown Press., San Francisco, 1973.
- [43] Gatto R., Di Stanislao C. *Introduzione alla Farmacologia Cinese* policopie, Ed. CSTNF, Torino, 1998.
- [44] Vengermeersch L. *Phytoterapie Traditionnelle chinoise selon Chen Kai An* Ed. SATAS, Bruxelles, 1986.
- [45] Maughini E. *Botanica Farmaceutica* Ed. Piccin, Padova, 1987.
- [46] Lin L. *Diagnosis and Treatment of Skin Diseases in TCM* Ed. Hai Feng Publishing House, Hong Kong, 1992.
- [47] Sotte L. *Ricette Naturali Cinesi* Ed. Riv. It. di Agopunt. e Med. Cin., Civitanova Mrche (MC), 1994.
- [48] Deodato F., Di Stanislao C., Giorgetti R. *Vademecum di fitoterapia pratica nelle patologie altiche cranio-cervico-mandibolari* in press.
- [49] Ross J. *Western Herbs in Chinese Medicine* Ed. Churchill-Livinston, London, 2004.
- [50] Iommelli O., Brancaleoni M., Lauro G., Di Stanislao C. *Qi & Phytos* CD-ROM, Ed. AIFF, Napoli, 2003.
- [51] Giannelli L., Di Stanislao C., Iommelli O., Lauro G. *Fitoterapia Comparata* Ed. Massa, Napoli, 2001.
- [52] Paoluzzi L. *Fitoterapia Energetica* Ed. AICTO, Angiullara (RM), 1997.
- [53] Di Stanislao C., Paoluzzi L. *Vademecum Ragionato di Fitoterapia* Ed. MeNaBi, Terni, 1991.
- [54] Di Stanislao C., Paoluzzi L. *Phyθος* Ed. MeNaBi, Terni, 1990.
- [55] Requena Y. *Acupuncture et Phytoterapie* Ed. Maloine, Paris, 1985.

- [56] Beltrammi C. *New Panorama MTC* CD-ROM, Ed. Beltrammi, Rimini, 2004.
- [57] Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al. *Dietetica Medica Scientifica e Tradizionale. Curarsi e prevenire con il cibo* Ed. CEA, Milano, 1999.
- [58] Eyssalet J.M, Guillaume G., Chieu M. *Di  t  tique et M  dicine Traditionelle Chinoise* Voll I-II, Ed. Tredaniel, Paris, 1984.
- [59] Forlani R. *Valutazione dell'efficacia di un approccio terapeutico non convenzionale con Colasitrol nel trattamento delle dislipidemie*. I quaderni di Medicina di Holus, 2002, 1: 10-15.
- [60] Satyavati G.V. *Gugulipid: a promising hypolipidaemic agent from Gum Gugul (Commiphora wightii)* Economic and Medicinal Plant Research, 1991, 5: 1018-1020.

# Integratori, nutraceutici, alimenti funzionali e cosmeceutici: un po' di chiarezza e qualche considerazione pratica.

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

Dott. Francesco Deodato  
francescodeo@tiscali.it

Dott.ssa Tiziana D'Onofrio  
tiziana@centroido.it

“Bisogna aver rinunciato al buon senso per non convenire che non conosciamo nulla se non attraverso l'esperienza”

*Francois Voltaire*

“La bellezza: che tremenda e orribile cosa! [...] Là gli opposti si toccano, là vivono insieme tutte le contraddizioni!”

*Fedor Dostoevskij*

“Lo scoprire consiste nel vedere ciò che tutti hanno visto e nel pensare ciò che nessuno ha pensato”

*Albert Szent-Gyorgy von Nagirapolt*

## Sommario

Dopo aver precisato cosa si debba intendere per integratore, alimento funzionale, nutraceutico e dopo aver esaminato i più comuni errori inerenti l'uso di tali derivati, si parlò di fitaceutici e fitocosmetici e delle loro principali indicazioni. In chiusura si esaminano le virtù principali di alcuni rimedi vegetali di frequente uso cosmetico, le reazioni possibili ed il ruolo degli  $\alpha$ -idrossiacidi, in relazione alle acquisizioni più recenti.

*Parole chiave:* integratori, alimenti funzionali, nutraceutici, fitaceutici, fitocosmetici.

## Abstract

After to have specified what it must be meant for integrator, functional food, nutraceutic and after to have examined the most common inherent errors the use of such derives to you, parl of phytaeutics and phytocosmetics and their main indications. In closing the main virtues of some remedies are taken an examination vegetables of frequent cosmetic use, the possible reactions and the role of the alpha-hydroxiacid, in relation to the more recent acquisitions.

*Words key:* integrators, functional food, nutraceutics, phytaeutics, phytocosmetics

È necessario, in primo luogo, operare una distinzione tra alimenti che mostrano specifiche influenze sulla salute (definiti "functional food"- "alimenti funzionali") e le loro componenti singole, ridotte in pillole o concentrati, detti più propriamente "nutraceutici". È opinione da tutti condivisa che, anche se sappiamo che certi alimenti hanno effetto benefico sul nostro organismo (ad esempio frutta e verdura nella prevenzione del cancro<sup>54</sup>), questi ali-

<sup>54</sup>Ma forse anche sulla plasticità cerebrale ed il Quoziente intellettivo (QI). Sembra infatti, che avesse ragione Benjamin Franklin: una dieta vegetariana determina "maggiore limpidezza di testa e più velocità di comprensione". A dare conferma a queste lontane teorie, uno studio del Bmj, pubblicato il 14 dicembre 2006, che ha evidenziato un collegamento tra il quoziente d'intelligenza e la scelta dietetica dell'essere vegetariani. Una scelta che, secondo le ultime statistiche, riguarda in Italia

menti contengono un numero elevato di sostanze ed è molto difficile attribuire ad una o l'altra tutte od alcune delle funzioni specifiche riscontrate. Nutraceutica, più propriamente è un portmanteau da "nutrizione" e "farmaceutica" e si riferisce allo studio di alimenti che hanno una funzione benefica sulla salute umana. Il termine è stato coniato dal Dr. Stephen De Felice nel 1989. Gli alimenti nutraceutici vengono anche definiti alimenti funzionali, pharma food o farmalimenti. Esempi di principi nutraceutici di origine diversa (vegetale e animale) sono riassunti nella tabella 1.

Più dettagliatamente gli alimenti funzionali sono alimenti freschi o trasformati che hanno proprietà benefiche sulla salute. Il termine è stato coniato in Giappone negli anni '80. Un esempio largamente citato di alimento funzionale è lo yogurt per il suo alto contenuto in probiotici, microrganismi vivi con benefico impatto sull'ospite attraverso una azione benefica sul tratto intestinale. Attualmente si distinguono due diverse categorie di alimenti funzionali:

**Tipo A:** alimenti che migliorano una specifica funzione fisiologica al di là del loro specifico ruolo nella crescita corporea e nello sviluppo. Questo tipo di alimenti non hanno funzioni in relazione a malattie o stati patologici. Esempio può essere il caffè, per il suo contenuto in caffeina che aumenta le capacità cognitive.

**Tipo B:** alimenti che riducono il rischio di una malattia. Ad esempio il pomodoro grazie al

sei milioni di persone. Lo studio è stato condotto su 8179 persone, sottoposte a test d'intelligenza quando avevano in media dieci anni. Venti anni dopo, è stato chiesto loro quale tipo di alimentazione avessero adottato. Circa 360 hanno dichiarato di essere diventati vegetariani, seppure in alcuni casi con qualche sgarro, per il gusto di mangiare carne e pesce una volta ogni tanto. Risalendo ai punteggi del quoziente intellettivo ottenuti da bambini, si è scoperto che i maschi vegetariani vantavano in media 106 punti contro i 101 dei non vegetariani, e le donne vegetariane 104 contro i 99 delle non vegetariane. Uno studio che si presta a diverse conclusioni. Liz O'Neill della Vegetarian Society inglese è convinta che si tratti della prova scientifica che le persone intelligenti sono anche le più sane. In più, aggiunge, che il vegetarianismo è una scelta intelligente, di compassione e di grande solidarietà nei confronti degli animali, dell'ambiente e della gente. Bisogna però considerare un altro aspetto. Secondo le statistiche l'identikit del seguace di questo stile di vita è: donna (70%) di età compresa tra i 25 e i 54 anni (62%) e con un livello di istruzione medio-alto (85%). Potrebbe essere proprio questo il punto: le persone intellettualmente dotate tendono a prendersi cura maggiormente della propria salute. Le stesse persone che spesso hanno la possibilità di scegliere.

suo contenuto in licopene può ridurre il rischio di tumori. In definitiva alimenti funzionali e relativi nutraceutici, rientrano nella più vasta categoria degli "integratori alimentari".

Oltre a prodotti caratterizzati da componenti nutrizionali specifici, come le vitamine e i minerali, fanno parte della famiglia degli integratori dietetici anche una serie di prodotti vegetali, le "erbe" e i derivati, come pappa reale e propoli, molto spesso usati in dermatologia e medicina estetica. Recedendo la Direttiva europea 2002/46, dal 30 luglio 2004 è entrato in vigore in Italia un testo di legge che regola con grande rigore il mercato degli integratori, che secondo quanto scritto nel testo stesso, vengono definiti come: "i prodotti alimentari destinati ad integrare la comune dieta e che costituiscono una fonte concentrata di sostanze nutritive, quali le vitamine e i minerali, o di altre sostanze aventi un effetto nutritivo o fisiologico, in particolare ma non in via esclusiva aminoacidi, acidi grassi essenziali, fibre ed estratti di origine vegetale, sia monocomposti che pluricomposti, in forme predosate". La stessa legge stabilisce inoltre i criteri di purezza delle fonti di vitamine e minerali e i contenuti dei messaggi pubblicitari che promuovono l'uso degli integratori e che, ad esempio, non possono più promettere cure miracolose e perdite di peso in tempi determinati. Infine, il decreto stabilisce una serie di azioni di controllo, vigilanza e di sanzioni. Il ministero della salute, poi, ha precisato (2005), che tutti gli integratori dietetici servono a ottimizzare gli apporti nutrizionali, fornire sostanze di interesse nutrizionale ad effetto protettivo o trofico e migliorare il metabolismo e le funzioni fisiologiche dell'organismo, ma non vi sono alimenti e nutraceutici che possano sostituire il cibo. Per quanto concerne i cosmeceutici (termine coniato negli anni novanta del secolo scorso), si intendono tutti quei presidi cosmetici a base di principi particolarmente attivi non classificati come medicinali: ad esempio l'urea, l'acido azelaico, gli alfa e beta idrossiacidi. I cosmeceutici potrebbero anche essere considerati cosmetici formulati secondo un'ottica "dermatologica" e non propriamente cosmetica. I principi attivi utilizzati nei cosmeceutici sono differenti a seconda del tipo di inestetismo (o problema dermatologico) che deve essere trattato. Ad esempio, nel trattamento degli inestetismi del viso (es. rughe, esiti di cicatrici) si impiegano prepara-

ti idratanti ad azione antixerodica, cheratoplastica e levigante (ad es. alfa e beta idrossiacidi), atti a contrastare i fenomeni di aridità, disidratazione e ipercheratosi (ispessimenti dell'epidermide); nel trattamento dell'invecchiamento cutaneo i cosmeceutici più impiegati, insieme a quelli menzionati prima, sono a base di vitamine (es. retinolo, vitamina C) o altre sostanze funzionali (es. urea, collagene, ecc.). Fitaceutici, infine, sono quei rimedi che, a differenza dei fitocosmetici, contengono singoli principi attivi (soli o inclusi in fitosomi) e non fitocomplessi o piante intere, preparate a partire da tinture, acque aromatiche, infusi, ecc. Alcune riflessioni ora sul mercato, spesso illogico e mal gestito, di nutraceutici, cosmeceutici e fitaceutici. Il Dipartimento Alimenti e Nutrizione del Ministero della Sanità ha innalzato i dosaggi giornalieri ammessi per  $\beta$ -carotene (15 mg), vitamina E (30 mg) e vitamina C (180 mg), portandoli a valori più elevati di quelli dei LARN e delle RDA ed ignorando che, a dosi così elevate, se usati per lungo tempo, possono indurre lesioni gastro-epatiche ed accumulo di radicali acidi. Inoltre è stata accettata nei nutra e cosmaceutici una serie di sostanze nuove: L-carnitina, glutatione ridotto, coenzima Q10 o ubiquinone 50, creatina, L-glutamina, bioflavonoidi e fermenti lattici, non tenendo conto del possibile ruolo negativo di tali componenti se impiegati in particolari condizioni cliniche. Integratori contengono sostanze presenti anche in specialità medicinali a dosaggi simili o superiori a quelli di queste ultime. Glutamina, EPA e DHA, fluoro, rutina, fermenti lattici di volta in volta si presentano come nutrienti in prodotti destinati ad una alimentazione particolare oppure come principi farmacologici in medicinali. Integratori a base di glutamina sono commercializzati con dosaggio massimo giornaliero di 1 g, mentre vi sono specialità medicinali con dosaggio giornaliero di 50 mg. Per EPA e DHA vi sono farmaci che consigliano una posologia giornaliera di 1 g e integratori per turbe del metabolismo lipidico con dose giornaliera pari ad 1 g e oltre. Rutina e suoi derivati si trovano in farmaci con posologia di 135 mg/die mentre integratori dietetici prevedono anche più di 200 mg. Per il fluoro il dosaggio consigliato nei farmaci è 0,25-1 mg al giorno, ne gli integratori 1,5-4 mg. Il DL 178/91 recita che è da intendersi come medicinale qualsiasi sostanza o composizione presentata come avente proprietà curativa o profilattiche del-

le malattie umane o animali. Ma la profilassi delle malattie non è appannaggio solo dei farmaci. Svolgono un ruolo importantissimo l'abolizione del fumo, uno stile di vita corretto, in particolare sotto il profilo alimentare e della corretta attività fisica. Un confine netto tra medicinale, integratore e prodotto erboristico va tracciato in base alla modalità di presentazione oppure in base al dosaggio e quindi alla reale attività farmacologica dei componenti? Un prodotto con finalità specifiche verso precisi stati fisiologici e azione farmacologica rientra nell'ambito dei medicinali, ma se ha finalità generiche e i suoi componenti favoriscono genericamente le funzioni fisiologiche dell'organismo rientra tra i prodotti alimentari di uso corrente oppure tra quelli destinati ad una alimentazione particolare, qualora ci si trovi in presenza di indicazioni nutrizionali particolari? È possibile, per la libera circolazione delle merci, trovare prodotti che presentino dosaggi vitaminici superiori a quelli delle nostre specialità medicinali? E i prodotti del DL 111/92 non hanno veramente alcun fine o valore preventivo? Passiamo ora all'impiego di fitoprincipi, non meno caotico e pieno di ombre anche inquietanti. I prodotti "erboristici naturali", in attesa della nuova legge, seguono quella degli alimenti e la normativa del 1932 sulle piante medicinali. Il settore è particolarmente confuso e alcuni propongono estratti vegetali spesso presenti anche in specialità medicinali. Essi non rientrano nella normativa dei prodotti destinati ad una alimentazione particolare, ma si rifanno a quella dei prodotti alimentari (DL 109/92 e successive modi fiche) per cui non è prevista l'indicazione del dosaggio degli ingredienti, ma solo la loro elencazione in ordine decrescente di peso. È possibile quindi raggiungere dosaggi di estratti sovrapponibili a quelli presenti in medicinali. Il confine tra prodotto erboristico e farmaco deve essere meglio definito e i rischi non mancano. Emblematico è il caso delle preparazioni a base di *Hypericum perforatum*: con i Decreti del 18 aprile 2000 il Ministero della Sanità ha disposto la modifica degli stampati di specialità contenenti contraccettivi orali, ciclosporina, digossina, teofillina, warfarin per il rischio di interazioni con preparazioni a base di iperico e, rispettivamente, di quelli di specialità medicinali a base di iperico e sue preparazioni per il rischio di interazioni con altri medicinali. L'uso concomitante di iperico e antidepressivi inibitori della ricaptazione della serotonina è sconsigliato. Il panorama dei

fitoterapici "naturali" che non richiedono autorizzazione ministeriale è sconfinato e sono sul mercato migliaia di prodotti sotto varie voci: bevande erboristiche alimentari (infusi, tisane, sciroppi), elisir, fitoterapici (droghe erboristiche e derivati), aromi ed essenze naturali, prodotti erboristici vari, succhi vegetali, alimenti e integratori alimentari naturali. I costituenti di un alimento si possono presentare in forma non alimentare e assumere a dosi superiori a quelle della dieta con funzioni non solo nutritive. Così Science ha definito i nutraceutici. La cipolla liofilizzata aumenterebbe la componente minerale ossea dei ratti con effetto superiore a quello di calcitonina. Negli USA il Cholestin, in regola con la DSHEA, ha come principio attivo la lovastatina isolata da brodi di coltura di *Aspergillus terreus* e *Monascus ruber*, un fungo e un microrganismo correlato al lievito rosso del riso. Quindi un integratore alimentare indicato per controllare la colesterolemia contiene lo stesso farmaco della Merck. Se è vero che non tutti sono veri e propri farmaci, sembra evidente che i nutraceutici dovrebbero essere però regolamentati in modo diverso dagli alimenti. Per la DSHEA non c'è l'approvazione pre mercato dei farmaci, ma la sorveglianza post mercato, per cui è rapida la commercializzazione di questi prodotti non sempre sufficientemente controllati. I "Functional Foods", come già detto, sono alimenti di uso comune integrati o arricchiti con nutrienti. L'integrazione o arricchimento di alimenti comuni con vitamine è pratica comune in alcuni paesi, non condivisa però dal Ministero della Sanità. Si possono ripristinare i nutrienti perduti in seguito a trattamenti tecnologici (vitamine liposolubili nel latte scremato, vitamine B nelle farine abburattate), o aggiungerli ex-novo (lipovitamine alla margarina), o fare un arricchimento (prodotti a base di pomodoro con maggior contenuto in licopene e  $\beta$ -carotene). Vi sono anche alimenti sottoposti a trattamenti particolari (latte delattosato, burro decolesterolizzato) o arricchiti di microrganismi probiotici e, se ne parla già apertamente, di composti biologicamente attivi verso alcune patologie (ipercolesterolemia, ipertensione, intolleranze e allergie!). L'arricchimento potrebbe indurre ad attribuire connotati dietetici particolari a un alimento senza che ve ne sia reale necessità. La copertura del fabbisogno di tutti i nutrienti necessari si può infatti ottenere con i comuni alimenti purché la dieta sia equilibrata e variata. Solo in certi casi si può pen-

sare a un arricchimento effettivamente utile se non necessario: l'aggiunta di fluoro all'acqua potabile, oppure di ioduri e iodati al comune sale da cucina. Ma nella maggior parte dei casi l'aggiunta non è necessaria né particolarmente utile. Il provato insuccesso della medicina classica nella terapia del sovrappeso e dell'obesità, soprattutto per quanto riguarda il mantenimento dei risultati nel lungo termine, ha di fatto promosso il mercato di una serie infinita di prodotti dimagranti (o presunti come tali) di tipo "alternativo". Basta pensare all'enorme numero di messaggi pubblicitari che anziché incentivare la riduzione dell'assunzione calorica e/o la modificazione delle abitudini alimentari, si dedicano con grande enfasi ai cosiddetti "supplementi dietetici integrativi". Questi prodotti sono molto in voga tra i salutisti sempre a dieta e troneggiano sui banchi della farmacia e anche nel settore "dietetici naturali" di molti supermercati. Come avviene per le molecole farmacologiche di sintesi, anche la fitoterapia, quando ha uno scopo dimagrante, si basa essenzialmente su tre principi:

1. accelerazione e modulazione del metabolismo (trasformazione energetica degli alimenti). È questo il caso dei preparati erboristici a base, per esempio, di iodio che puntano sull'attivazione della tiroide, riconoscendo nella disfunzione tiroidea (rallentamento delle funzioni - ipotiroidismo) la causa prima dell'obesità. Oppure, si trovano in questo gruppo anche i "brucia-grassi"<sup>55</sup>.

<sup>55</sup>Il principio più interessante è il *Fucus vesiculosus*. Il *Fucus vesiculosus* (quercia marina - kelp) e un'alga bruna che vive nei mari freddi o medio-temperati. La sua presunta efficacia deriverebbe dallo iodio contenuto nell'alga che stimolerebbe la tiroide, normalizzando il metabolismo di quella davvero piccola percentuale di obesi che hanno disfunzioni tiroidee. Il fucus contiene anche l'acido alginico che può assorbire una quantità d'acqua pari a cento volte il suo peso (da qui il teorico impiego anticellulite). In realtà, nella gran parte delle persone sovrappeso e che sono ancora in buona salute, il fucus agisce solo all'inizio del trattamento. Inoltre, l'uso di alga bruna è controindicato in gravidanza, durante l'allattamento, e nei bambini al di sotto dei 12 anni, nei cardiopatici e negli ipertesi. L'iperdosaggio può causare tremori, irritabilità, tachicardia, insonnia e ipertensione arteriosa. In rari casi sono state osservate reazioni allergiche. Infine, per la capacità delle alghe di assorbire e fissare i metalli pesanti presenti nell'acqua, va presa in considerazione la possibile presenza di questi tossici nel prodotto finito. Utilizzato anche l'*Ananas*. La pianta dell'ananas è molto utilizzata per i principi attivi contenuti, però, solo nel gambo del frutto. Delle due specie più conosciute (*Ananas comosus* e *Ananas sativus*) la prima è quella più frequentemente colti-

2. diminuzione dell'assorbimento con successiva attivazione dell'eliminazione (urinaria e fecale) di zuccheri e/o grassi. A questo scopo si utilizzano i molti vegetali diuretici e lassativi che tra l'altro sono da sempre utilizzati per la loro drastica e naturale attivazione delle funzioni escrettrici renali e gastroenteriche. Sempre a scopo drenante, cioè con l'intento di migliorare il microcircolo periferico ed evitare il ristagno dei liquidi (gonfiore alle estremità), si possono collocare in questo gruppo gli estratti vegetali con una attività prospettata come anti-cellulite<sup>56</sup>.

vata. Il frutto, oltre ad essere molto ricco di zuccheri, ha un elevato contenuto di vitamine A, B e C. Tra i molti principi attivi del gambo, invece, la più importante è la bromelina che è un enzima proteolitico (proteinasasi) che ha dimostrato molte proprietà benefiche. In effetti ci sono studi di laboratorio in cui si è dimostrata in grado di inattivare le proteine responsabili dei processi infiammatori e di favorire il riassorbimento degli edemi. E sono proprio queste le attività che hanno dato al gambo d'ananas il merito di migliorare l'aspetto cutaneo della cellulite. I preparati d'ananas potrebbero essere scarsamente tollerati da persone con ulcera peptica attiva e sono da evitare da chi è in trattamento con anticoagulanti, a causa della loro moderata attività antiaggregante piastrinica. Anche il *Citrus aurantium* è nel gruppo dei fitoterapici che dovrebbero combattere i grassi già depositati per trasformarli in energia dispersa (almeno teoricamente). Pare che il frutto del *Citrus Aurantium* contenga, ma solo in particolari stadi di maturazione, una combinazione di amine adrenergiche (sinefrina, N-metilsinefrina e tiramina) che aumenta l'attività metabolica attraverso una maggiore ossidazione (consumo) dei grassi. Questi effetti sono in parte positivi, ma per esempio in atleti che desiderano aumentare la massa magra a scapito di quella grassa si possono verificare pericolosi momenti di debito energetico proprio durante uno sforzo muscolare protratto

<sup>56</sup>Il glucomannano è il componente principale della radice della pianta *Amorphophallus konjak*. Si tratta in pratica di fibre idrosolubili, che in presenza di acqua si rigonfiano moltiplicandosi in volume. Il grande interesse per questa fibra è dovuto al fatto di essere privo di calorie e di dare un'ottima sensazione di sazietà. E' dunque uno spezza-fame naturale con un effetto-fibra in più che favorisce anche il transito intestinale. Si rallenta così anche l'assorbimento dei glucidi, dei lipidi e dei sali biliari con una potenziale attività regolatrice dei livelli sierici del colesterolo e dei lipidi in genere. Per sfruttare al meglio l'effetto spezza-fame è importante assumere il glucomannano mezz'ora prima dei pasti con abbondante acqua. Oltre al glucomannano molte altre fibre idrosolubili di recente acquisizione; i F.O.S (frutto-oligo-saccaridi - inulina) hanno acquistato validità tra i derivati vegetali utilizzati a scopo dimagrante e per la regolazione metabolica del bilancio glucidico e lipidico. Altra pianta interessante è la *Senna*. La pianta di *Cassia Angustifolia*, più comunemente detta *Senna*, ha delle foglie che vengono molto utilizzate in fitomedicina poiché contengono principi stimolanti dell'evacuazione intestinale. È molto adatta ai trattamenti della stitichezza occasionale, ma è controindicata per la stipsi cronica della quale non si conosca la causa. Va comunque ricordato

3. diminuzione del senso della fame<sup>57</sup>. Quest'ultimo, che è l'obiettivo terapeutico più ambito, si può ottenere con l'ausilio delle fibre vegetali. Aggiungendo fibre indigeribili ad un integratore dietetico si aumenta, in pratica, anche il senso di replezione gastrica, si agisce sulla riduzione del senso di fame in maniera indiretta.

Posto come principio irrinunciabile, il fatto che senza un controllo del regime dietetico nulla, farmaco o tisana che dir si voglia, può sortire un vero effetto dimagrante, resta pur vero che alcuni dei prodotti più usati in fitoterapia possiedono un certo effetto benefico. Dipende da ciò che si vuole ottenere. In altre parole, un infuso (la famosa tisana della sera) che accompagni con costanza una dieta ipocalorica bilanciata, non può che collaborare al drenaggio e alla successiva eliminazione dei liquidi stagnanti. Se poi nel preparato, magari anche in forma di compresse si unisce una fibra

---

che l'impiego di lassativi, anche naturali, favorisce certo l'eliminazione fecale, ma è sconsigliabile se se ne abusa a scopo dimagrante.

<sup>57</sup>Esponente tipico del gruppo l'Ephedra. Il genere Ephedra conta 35 specie differenti di piante che vivono bene in regioni temperate-calde. Delle tre specie italiane la più diffusa è l'Ephedra distachya. Il principio attivo di queste piante è noto fin dai tempi antichi e soprattutto come dimagrante veniva molto utilizzato nella medicina cinese. Il principio attivo di queste piante è l'efedrina che ha un effetto eccitante sul sistema nervoso centrale e stimolante su quello simpatico (periferico e viscerale). Effetti che competono con quelli fisiologici delle catecolamine, però, l'efedrina ha un'azione molto più energica e protratta nel tempo. Tra l'altro, questa amina vegetale, viene utilizzata in medicina anche per l'asma e in oculistica per dilatare la pupilla a scopo diagnostico. L'abuso di efedrina o l'uso improprio (cardiopatie, morbo di Parkinson) possono provocare assuefazione ed effetti collaterali tossici del tutto simili a quelli che si verificano nei casi di sovradosaggio da amfetamine (eccitazione e scompenso cardiocircolatorio). Per tutti questi motivi e anche dopo molti casi documentati, i preparati a base di efedrina sintetica sono stati banditi dalle farmacie proprio lo scorso anno insieme con tutti gli altri anoressanti (che riducono il senso di fame) amfetaminici. Nonostante tutto ciò, l'efedrina può essere ancora acquistata in erboristeria. Molto impiegata anche la Garcinia Cambogia, pianta originale del sud-est asiatico, che deve la sua azione all'acido idrossicitrico presente nella buccia del frutto. Sembra che questo acido agisca a livello degli enzimi che attivano la fisiologica sintesi (endogena) degli acidi grassi. Inibendo l'azione di questi enzimi si dovrebbe evitare anche l'accumulo di tessuto adiposo. Questo meccanismo d'azione non pare del tutto sicuro in quanto da un lato interviene sui grassi circolanti, ma dall'altro intacca i meccanismi chimico-biologici deputati fisiologicamente al bilancio energetico.

che aumenta il volume fecale e la replezione gastrica, non si può che trarne beneficio. Quando, però, l'effetto diuretico e lassativo sono troppo drastici, si può perdere per esempio l'assorbimento di alcuni elementi minerali e vitaminici che sono indispensabili per un benessere duraturo. E ancora, influire su un rallentamento dell'assorbimento, significa anche ostacolare o influenzare l'assorbimento di farmaci che spesso chi è "a dieta" deve assumere per una concomitante patologia cronica (diabete mellito, cardiopatia, ipertensione, epatopatia). In pratica, quindi, non è detto che i fitoterapici non siano per niente utili o addirittura che siano nocivi, ma non sono neppure del tutto innocui. Che dire poi di quelli che millantano un'attività rassereneante e anti-depressiva, un sostegno dei malumori e delle tensioni di chi deve perdere peso e che avrebbero un effetto specifico sul sistema nervoso centrale. Questi ultimi (vedi efedrina) oltre a non essere più consentiti dalla legge, sono proprio sconsigliabili per i pesanti effetti collaterali che derivano da un'assunzione incontrollata e cronica in soggetti particolarmente delicati come gli ipertesi e cardiopatici. Utile invece l'impiego di oli vegetali e soprattutto di integratori a base di acido linoleico. Questo è un acido grasso monoinsaturo ed è il principale componente dell'olio di oliva, da sempre ritenuto il meno "patologico" tra i grassi impiegati in cucina. Ora, una particolare formulazione dell'acido linoleico ha dimostrato, in uno studio clinico controllato, di riuscire a ridurre la massa grassa e a promuovere un aumento della massa magra (principalmente quella muscolare) in un gruppo di persone sovrappeso o francamente obese. Uno studio recente (2004), ha dimostrato l'efficacia di integratori a base di acido linoleico in pazienti obesi. L'integratore provato è denominato CLA, ed è una miscela di isoforme dell'acido linoleico (cioè molecole con gli stessi componenti ma disposti diversamente nello spazio) caratterizzate da doppi legami coniugati. Questa sostanza può essere preparata in due modi, entrambi destinati all'assunzione orale: come acidi grassi liberi (FFA) o con aggiunta di triacilglicerolo. Già testato nell'animale, l'integratore è stato impiegato da un gruppo di ricerca norvegese in un campione di 180 tra uomini e donne, di età variabile da 18 e 65 anni, con un indice di massa corporea tra 25 e 30 kg/mq. Il campione è stato suddiviso in tre gruppi: due che assumevano il CLA, nelle due for-

me disponibili, al dosaggio di 4,5 g al giorno e uno di controllo cui veniva somministrato olio di oliva, nella stessa quantità, sempre sotto forma di capsule. La "terapia" è durata un anno, periodo durante il quale le persone coinvolte non hanno seguito diete dimagranti né condotto programmi di attività fisica mirati al calo di peso. Al termine dello studio sono state valutate la massa grassa e quella magra con uno dei mezzi più accurati oggi disponibili: la DXA, lo stesso esame di assorbimetria a doppi raggio X usato anche per valutare la massa ossea. L'uso dell'integratore ha garantito una riduzione dei depositi di grasso pari all'8,7% con il CLA-FFA (equivalente a più di 2 kg di peso corporeo) e poco meno con l'altra forma (6,9% in meno) rispetto a quella rilevata nel gruppo di controllo che assumeva olio di oliva. La massa magra è invece aumentata, in media dell'1,8%. L'effetto è stato in genere più forte nelle persone più grasse al momento dell'inclusione nello studio, senza distinzione in base al sesso. Mentre gli effetti indesiderati, più che altro di tipo gastrointestinale come nausea o diarrea, ha riguardato soltanto il 5,5% del campione, senza distinzione tra i gruppi. Questo è il primo studio che osserva l'effetto a lungo termine del CLA, quindi è forse ancora presto per dire se effettivamente si è di fronte al bruciagrassi tanto cercato. Resta poi da vedere se, aggiungendo una dieta ad hoc, non si possa ottenere anche di più. Passiamo ad altre reazioni avverse inattese da cosmeceutici. Sembra che molti principi "naturali" in vari cosmaceutici abbiano creato problemi di reazione avversa sia irritativa che allergica. Sono stati segnalati 15 casi di sospette reazioni avverse a creme antirughe contenenti Acidi Lipoi-co (AL) al Dipartimento della Sezione sui Cosmetici dell'Agenzia Svedese dei Prodotti Medici (MPA) che è l'Ente preposto alla raccolta e valutazione delle reazioni avverse. Recentemente sono apparsi su Contact dermatitis (2006; 55:56-57) i primi 3 casi di allergia da contatto all'AL. Il primo caso riguarda una donna di 64 anni che manifestava una grave dermatite sulle palpebre, sul busto e sulle braccia. Furono sospettati di causare tali problemi due prodotti per la cura della pelle. La dermatite scomparve dopo sospensione dell'uso di tali prodotti ed un trattamento topico con steroidi. Dopo due mesi furono effettuati i test epicutanei con i due prodotti in questione, con una serie standard e con una vasta gamma di ingredienti presenti nei

cosmetici. Oltre ad una positività al nichel, che non può spiegare la grave dermatite manifestata, tutti i test erano negativi. Tre mesi dopo la paziente manifestò, dopo sei ore dall'applicazione di una crema antirughe contenente l'AL, un eritema infiltrato su tutta la faccia ed il collo. La donna in tale occasione spiegò che aveva usato tale prodotto anche poche settimane prima del primo episodio di dermatite. Un patch test con tale crema provocò, due mesi dopo, un infiltrato ed una reazione vescicolare. Il produttore gentilmente fornì tutti gli ingredienti (AL al 5%) ed ulteriori test con tali sostanze, nelle loro rispettive concentrazioni, diedero reazioni positive. L'AL dava reazioni positive fino alla concentrazione di 0,025%. Inoltre è stato testato l'AL alle concentrazioni di 5, 2,5 e 0,5% su 10 volontari sani senza provocare allergie o reazioni allergiche. Il secondo caso riguarda, invece, una donna di 54 anni che presentava da 2 settimane una grave dermatite alla faccia ed al collo, che richiese una terapia interna ed esterna con corticosteroidi. La paziente manifestò una forte reazione positiva ai test epicutanei eseguiti con una crema antirughe contenente l'AL. Ulteriori test con i componenti della crema antirughe diedero una reazione positiva solo con l'AL al 5%. Reazioni positive si ebbero fino alla diluizione del 0,025%. L'ultimo caso interessa una donna di 59 anni con una storia di allergia al nichel, che iniziò ad usare quotidianamente una crema antirughe contenente l'AL. Dopo 6 settimane si sviluppò sul viso, sul collo e sulle mani una eruzione eczematosa. In seguito a tale evento la paziente fu visitata in un reparto di emergenza dove fu trattata con corticosteroidi orali e con una crema a base di idrocortisone. Con tale terapia si ebbero dei miglioramenti, tuttavia la donna continuò ad assumere quotidianamente la crema antirughe per un altro mese fino a quando fu visitata da un dermatologo e gli fu raccomandato di interrompere l'uso della crema. Sei settimane dopo quando fu guarita, furono effettuati dei patch test con una serie standard, la crema antirughe ed alcuni ingredienti. Si ottennero dei risultati positivi con il nichel, la crema antirughe e con l'AL (5, 1 e 0,5%). Il Jojoba (*Simmondsia chinensis*) è un arbusto legnoso perenne che cresce in molti paesi americani ed africani. I semi di jojoba, ricchi di cera liquida, erano usati nella medicina popolare per diverse patologie. È stato riportato, in diversi modelli sperimentali che la cera liquida estratta

dai semi di jojoba ha proprietà antinfiammatorie. Oggigiorno i semi di jojoba sono usati frequentemente in cosmetica, in particolar modo nelle creme per il corpo e nei prodotti per i capelli. In letteratura è riportato un solo caso documentato di dermatite da contatto da jojoba. Recentemente è apparso su *Contact Dermatitis* (Cont Derm 2006: 55: 57) un caso di una reazione di ipersensibilità ritardata alla polvere dei semi di jojoba. Una donna di 43 anni, con una lunga storia personale di allergie al polline delle graminacee, agli acari, ed all'artemisia mostrò, il giorno successivo all'applicazione di una crema per il corpo, delle lesioni eritematose bollose diffuse su tutto il corpo, particolarmente sull'addome e sugli avambracci. La terapia orale con cortisonici provocò una tempestiva remissione delle lesioni ed il recupero completo dopo circa una settimana. Furono condotti sulla paziente dei test dermatologici utilizzando tutti i componenti delle creme cosmetiche: nelumbo lucifera 15% (soluzione salina 0.9%), hibiscus 15% (soluzione salina 0.9%), camellia sinensis 15% (soluzione salina 0.9%), carbomer 1% (soluzione salina 0.9%), cetearyl 1% (vaselina), clorfenesina 1% (soluzione salina 0.9%), mix di parabeni 15% (vaselina), S. chinensis 15% (vaselina) e bambusa arundinacea 15% (vaselina). Fatta eccezione per il patch test con la polvere di S. chinensis (jojoba), tutti gli altri effettuati con le altre sostanze diedero risultati negativi. Settantadue ore dopo l'applicazione del patch test si svilupparono eritema, edema e vescicole. I risultati erano evidenti ancora 48 ore dopo la rimozione del patch specifico. Lo stesso patch test dava risultati negativi in un soggetto di controllo sano. Quattro mesi dopo, sulla donna e su 5 pazienti sani, fu ripetuto il test usando solo S. chinensis 15% (vaselina). Si osservò un risultato positivo solo nella paziente mentre i soggetti sani non manifestarono alcuna reazione. I risultati ottenuti, come sottolineano gli autori, implicano che la paziente ha sviluppato una reazione di ipersensibilità di tipo-IV alla polvere dei semi di jojoba. Quindi dato l'uso diffuso dei prodotti contenenti estratti di jojoba, sono necessari ulteriori studi, per determinare i fattori scatenanti di questi rari fenomeni di sensibilizzazione. Un problema emergente, soprattutto per gli operatori, riguarda l'aromaterapia. Gli oli essenziali sono sostanze aromatiche estratte dai fiori, dalle piante e dalle resine attraverso una varietà di metodi. Ogni olio essenziale è composto

da diversi costituenti chimici, soprattutto terpeni e terpenoidi. L'allergia da contatto agli oli essenziali è stata osservata soprattutto con ylang-ylang; l'olio di albero da te (*Melaleuca alternifolia*), di lavanda, di gelsomino, di citronella, di narciso, di rosa, di legno di sandalo, di cassia, di limone, d'arancio e di garofano. La frequenza delle dermatiti da contatto da oli essenziali non è conosciuta ed è quasi impossibile determinarla, in quanto essi sono tra i componenti più comunemente usati nelle fragranze chimiche. La DAC occupazionale agli oli essenziali è stata riportata nei parrucchieri, nei raccoglitori del citrus e nei chimici con particolare interesse all'aromaterapia ed ai massaggi. Esistono solo poche notizie sulle DAC occupazionali da aromaterapia. È stato riportato un caso di una estesa dermatite in un'aromaterapista che manifestava risposte positive ai patch test con 17 oli essenziali, dei 20 oli che aveva usato in terapia. È importante enfatizzare che quasi tutti i pazienti erano donne e la dermatite alle mani era il maggiore disturbo. Recentemente sono stati valutati in un gruppo di massaggiatori di cui l'84% erano donne, i fattori di rischio delle dermatite da contatto. Questo studio ha dimostrato che la prevalenza di dermatiti da contatto nei massaggiatori è alta ed è stato evidenziato che l'uso di prodotti per aromaterapia è un significativo fattore di rischio. Oggi molti oli essenziali sono aggiunti a fanghi termali per trattamenti estetici e medici generali (reumatismi e polimialgie). Recentemente è apparso sulla rivista *Contact Dermatitis* un articolo riguardante un caso di dermatite provocata da un bagno di fango effettuato presso un centro termale. L'articolo riporta che una donna di 74 anni aveva sviluppato, 5 anni prima, un'estesa reazione eczematosa e bollosa 24 ore dopo avere effettuato un bagno di fanghi. In particolare tale reazione, che si era manifestata a livello di tutte le parti del corpo esposte ai fanghi (braccia e gambe) con desquamazione e residua iperpigmentazione, è durata molti mesi ed ha provocato addirittura l'ospedalizzazione della donna. Per maggiori informazioni è stata richiesta al dipartimento medico della stazione termale la composizione del fango. È stato così evidenziato che nel fango era stato aggiunto olio essenziale di cannella. La cannella (*Cinnamomum zeylanicum*) è una spezia ampiamente usata nell'industria cosmetica, farmaceutica ed alimentare in grado di provocare la comparsa di numerose reazioni

avverse, quali dermatite, generalmente di tipo occupazionale, stomatite e carcinogenesi. L'episodio ha avuto conseguenze nel tempo poiché la donna, pur evitando i bagni di fango, ha continuato a mostrare sintomi a livello orale (bruciore alla bocca con lesioni aftose e papulose croniche). E' stata quindi sottoposta a patch test con la serie standard GEIDC (Spanish Contact Dermatitis Investigative Group), con l'essenza di garofano ed eugenolo, con l'essenza di cannella e dei suoi componenti. I risultati hanno indicato risultati positivi per essenza di cannella, eugenolo, alcool cinnamico ed aldeide cinnamica. Pur essendo stato consigliato alla paziente di evitare qualsiasi contatto con la cannella, i sintomi orali sono migliorati solo parzialmente e solo dopo aver evitato anche il contatto con fonti alternative di cannella (es. prodotti di pasticceria e bibite) sono migliorati in modo significativo. Dall'articolo si può evidenziare che, anche se il potere sensibilizzante della cannella è ben noto, la sintomatologia è spesso non accompagnata da dolore (stomatite aftosa) e le possibili fonti di esposizione sono varie e spesso ignote, per cui la diagnosi è difficoltosa. Inoltre alcune evidenze hanno suggerito un aumento del rischio di dermatite nelle aromaterapiste donne rispetto agli uomini. Di recente è stata approntata una ricerca su specie vegetali in fitocosmetici e fitaceutici, come causa di dermatiti allergiche da contatto. Riportiamo di seguito un riassunto di quanto descritto.

**Aloe** (cfr. 29). L'aloè è stata, storicamente, ampiamente utilizzata come medicamento e, date le sue presunte proprietà dermatologiche, è divenuta un composto di comune utilizzo nei cosmetici. La letteratura circa dermatiti da contatto da Aloe è piuttosto scarsa. Sono state riscontrate reazioni di ipersensibilità immediata e ritardata a preparazioni di Aloe vera.

**Amamelide** (cfr. 30). L'amamelide (*Hamamelis virginiana*) è presente in numerosissimi cosmetici. Un dato della Food and Drug Administration riporta che, negli anni '80, su 19.000 prodotti cosmetici circa 150 contenevano amamelide. È stata riportata l'insorgenza di dermatite periorbitale a causa dell'utilizzo di un gel per gli occhi contenente amamelide.

**Arnica** (cfr. 31). L'*arnica montana* è utilizzata da moltissimo tempo nelle preparazioni cosmetiche e sono state riportati diversi casi di dermatite da contatto. Un caso è riferibile all'utilizzo di tintura di Arnica nel trattamento di una ferita ad un ginocchio e di un trauma lieve alla cute che ha provocato una dermatite bollosa.

**Centella** (cfr. 32). La *Centella asiatica* ha provocato in numerosi casi dermatiti da contatto. È stata anche riportata una dermatite vescicolare alle gambe, al viso ed al tronco in seguito all'applicazione di una crema contenente *C asiatica* per il trattamento di ulcera cronica della gamba. È stata riscontrata dermatite da contatto in soggetti che utilizzavano una crema contenente centella per il trattamento di cicatrici e di una sclerodermia localizzata (morphea).

**Camomilla** (cfr. 33). Gli impacchi di camomilla possono causare dermatiti da contatto o aggravare dermatiti eczematose, sono stati riportati inoltre casi di dermatite da contatto fotoallergica.

**Cetriolo**. Il cetriolo (*Cucumis* spp.) è da tempo utilizzato in cucina. È stata riportata, in un cuoco di 50 anni, una dermatite alle mani, che si è poi diffusa al volto, dovuta al contatto con cetrioli sottaceto.

**Ginkgo biloba** (cfr. 34). Non sono state riportate dermatiti da contatto di tipo allergico dovute a Ginkgo biloba, ciò potrebbe essere dovuto al fatto che le preparazioni cosmetiche non contengono la polpa del frutto, che è l'unica parte della pianta che contiene allergeni.

**Henné** (cfr. 35, 36). L'henné è estratto da un arbusto *Lawsonia inermis* diffusa nel Medio-Oriente ed in Nord Africa. È diventato sempre più popolare come tinta naturale dei capelli a causa della sempre più diffusa moda del "ritorno alla natura" nei paesi Occidentali. L'esposizione professionale dei parrucchieri a queste due ultime sostanze per via respiratoria si è resa responsabile di alcune reazioni anafilattiche con orticaria e crisi respiratorie.

**Iperico** (cfr. 37). È stato descritto il caso di una donna di 61 anni, che assumendo cronica-

mente iperico (*Hypericum*) come antidepressivo, ha sviluppato, nelle zone del corpo esposte alla luce solare, delle placche eritematose pruriginose.

**Lavanda** (cfr. 38). Sono stati attribuiti all'olio di lavanda due casi di dermatite da contatto di cui una aggravata dall'uso di un cuscino trattato all'olio di lavanda sulla base di notizie inerenti ad un supposto effetto ipnotico del profumo di lavanda. L'altro caso era costituito da dermatite acuta al viso che si è sviluppata in uno fisioterapista dopo aver utilizzato un gel contenente un profumo alla lavanda. Sono state riportati casi di dermatite da contatto dovute a profumi e oli per aromaterapia.

**Menta** (cfr. 39). L'olio di menta deriva dalla *Mentha piperita*. La menta è spesso utilizzata, per il suo effetto rinfrescante, come aromatizzante in dentifrici, caramelle, gomme da masticare e spray per il cavo orale. L'olio di menta contiene il 45% di mentolo il cui contatto può causare bruciore alla bocca, ulcerazioni ricorrenti o reazioni licheniformi al cavo orale. Il mentolo può essere presente in dentifrici, lozioni, prodotti per aroma terapia, prodotti per il risciacquo del cavo orale e sigarette. Sono stati riportati casi di dermatite da contatto e stomatite causate da mentolo. Anche l'olio di menta può essere causa di dermatite da contatto, come nel caso di una donna di 34 anni con stomatite ricorrente da circa 9 anni aggravata da cibo e prodotti per il cavo orale aromatizzati alla menta, la cui sospensione ha arrecato alla donna notevoli benefici. Altri tipi di esposizione come l'uso di spray antisettici, anestetici locali e dolciumi sono responsabili di chelite cronica, dermatite da contatto periorale, ulcerazioni al cavo orale e bruciore alla bocca osservate in pazienti con patch test positivo all'olio di menta. È stata anche riportata una granulomatosi orofacciale del labbro inferiore in un individuo allergico sia all'olio di menta che al mentolo. Il rigonfiamento del labbro si era ridotto in seguito all'eliminazione dalla dieta dell'olio di menta e del mentolo. L'olio di menta causa dermatite da contatto, quando presente in profumi, e dermatite da contatto di tipo professionale quando



Figura 29: Aloe

presente nel cibo. Infatti individui che maneggiano cibo contenente olio di menta possono manifestare dermatite da contatto.

**Ortica** (cfr. 40). L'assunzione di un infuso di foglie di ortica (*Urtica dioica*) sembra essere invece responsabile di gengivostomatite.

**Melaleuca alternifolia** (cfr. 41). L'olio di melaleuca, utilizzato per via topica nelle infezioni ed anche nella psoriasi, può causare allergia da contatto, come pure esacerbazione di dermatite atopica e vescicolare.

**Rosmarino** (cfr. 42). Il *Rosmarinus officinalis* è comunemente utilizzato, per le sue proprietà anti-ossidanti, nelle preparazioni cosmetiche ed erboristiche. È stato riportato il caso di un individuo di 56 anni che, in seguito all'utilizzo di una preparazione di foglie di rosmarino per alleviare il dolore ad un ginocchio ha sviluppato una dermatite da contatto.

Allergie sono descritte anche a causa di derivati animali usati in vari cosmetici e cosmeceutici. La propoli è un prodotto che le api ottengono attraverso la elaborazione delle resine balsamiche che ricoprono le gemme e le cortecce degli alberi. Ci sono segnalazioni in letteratura che descrivono alcuni casi di dermatite da contatto in pazienti che hanno utilizzato alcuni cosmetici contenenti propoli in particolare stick per le labbra, saponi e



Figura 30: Amamelide



Figura 31: Arnica

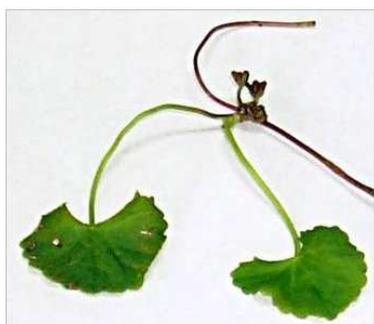


Figura 32: Centella



Figura 33: Camomilla



Figura 34: Ginkgo biloba



Figura 35: Henné

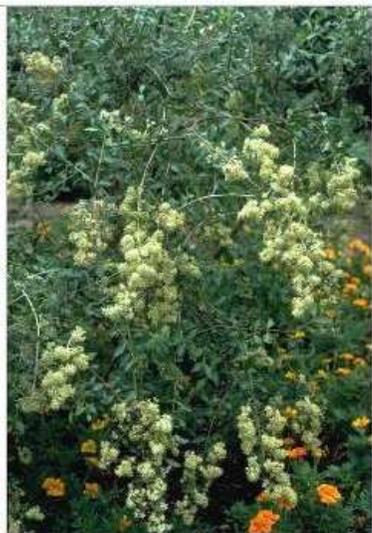


Figura 36: Henné



Figura 37: Iperico



Figura 38: Lavanda



Figura 39: Menta



Figura 40: Ortica

tinture alcoliche. Sono sempre da tenere presente, per cosmetici, cosmeceutici, fitaeutici, ecc., alcune norme di tipo precauzionale:



Figura 41: Melaleuca alternifolia



Figura 42: Rosmarino

- Prima di usare ogni prodotto cosmetico, leggere attentamente l'etichetta dei componenti. La Comunità Europea ha emesso una direttiva in merito alle sostanze sensibilizzanti che obbliga i produttori di cosmetici a dichiarare la presenza di tali sostanze quando esse sono presenti in quantità superiore allo 0.1% del prodotto cosmetico. Tale indicazione è la seguente: "Contiene *nome della sostanza sensibilizzante*". Può produrre una reazione allergica". È buona norma, quindi, scartare i prodotti contenenti ingredienti cui già si sa di essere allergici e cercare prodotti alternativi che non li contengano. L'obbligo di dichiarazione della presenza di sostanze sensibilizzanti quando esse sono contenute in quantità superiore allo 0.1% del prodotto non è, però, sempre sufficiente a prevenire reazioni avverse. Alcune sostanze, infatti, possono provocare sensibilizzazione, e quindi sintomi, anche a concentrazioni più basse. Ci si auspica, pertanto, un irrigidimento della legislazione in tal senso nei prossimi anni.
- Attenzione a termini presenti sull'etichetta usati dai produttori che possono attirare gli allergici, ma non sono riconosciute dalla legislazione e possono rappresentare delle trappole per le persone potenzialmente allergiche. Il termine ipoallergenico è una affermazione arbitraria del produttore ma non è sostenuta da alcuna prova scientifica e/o statistica inconfutabile. Anche l'espressione senza profumi o non profumato indica semplicemente che il prodotto non ha un odore percettibile. La scritta naturale implica che gli ingredienti sono estratti direttamente da piante o animali invece che essere sintetizzati in laboratorio. Si ribadisce il concetto che la maggior parte delle proteine allergizzanti ad oggi conosciute è di origine "naturale".
- Effettuare un "mini patch-test" (detto open test) per scoprire se un nuovo prodotto cosmetico possa dare problemi sulla nostra cute. Ciò può essere fatto apponendo una piccola

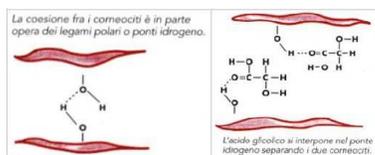


Figura 43: Coesione fra corneociti

quantità del nuovo prodotto nella zona dei peli vicino ai polsi e lasciandola lì per un paio di giorni. La comparsa di rossore sconsiglia l'utilizzo del prodotto testato.

- Quando si acquista un cosmetico, preferire quelli che contengono formulazioni semplici.

Due parole anche sugli  $\alpha$ -idrossiacidi<sup>58</sup>. Nel gennaio 2005 l'FDA ha emanato delle linee guida inerenti all'etichettatura dei cosmetici contenenti  $\alpha$ -idrossiacidi. Infatti questi composti sono considerati come possibile causa di un aumento della sensibilità della cute ai raggi solari durante il periodo in cui il prodotto cosmetico, che li contiene, viene applicato e sino ad una settimana dopo la fine di tale applicazione. Secondo l'FDA questo aumento di sensibilità potrebbe anche essere responsabile di un incremento del rischio di scottature solari. Le linee guida sono state emanate proprio per sensibilizzare i consumatori circa i potenziali rischi di un aumento della sensibilità della cute ai raggi solari in seguito all'applicazione topica di prodotti contenenti tali composti ed educare le industrie produttrici ad una corretta etichettatura dei medesimi. Infatti come misura precauzionale momentanea l'FDA ha raccomandato che sull'etichetta dei prodotti cosmetici che contengono  $\alpha$ -

<sup>58</sup> Sono acidi organici carbossilici con un gruppo idrossile in posizione alfa dell'atomo di carbonio. Sono presenti in natura da sostanze naturali come: mele (acido malico), agrumi (acido citrico), latte (acido lattico), uva acerba (acido tartarico), canna da zucchero (acido glicolico), aceto (acido acetico). Quelli utilizzati in estetica vengono sintetizzati in laboratorio. Il più usato e conosciuto è l'acido glicolico. A seconda della concentrazione si hanno funzioni diverse: sino al 6% effetto idratante. In questa concentrazione è presente nelle formule delle creme viso. Dall'8-15% è lievemente esfoliante. È presente in creme per trattamenti periodici viso e corpo. Sino al 20% è un'esfoliante moderato. Si trova in creme per trattamenti periodici. Dal 30 al 70% è un peeling medico ad azione esfoliante. Indicazioni all'uso di AHA (alfaidrossiacidi) sono: photoaging, cronoaging, ipercheratosi, cicatrici acne, seborrea, iperpigmentazioni. Essi spezzano la coesione fra corneociti (cfr. 43).

idrossiacidi, e che sono destinati ad una applicazione topica sulla cute, compaia un avviso in merito. Sull'etichetta deve anche comparire l'invito ad usare protezioni solari, indossare indumenti a scopo protettivo e limitare l'esposizione ai raggi solari durante il periodo di applicazione del cosmetico e per una settimana dopo la sospensione dell'applicazione. È importante sottolineare che, anche se alcuni dei prodotti contenenti  $\alpha$ -idrossiacidi non sono destinati all'applicazione topica a livello della cute esposta alle radiazioni solari, vi può essere, tuttavia, una esposizione non intenzionale come nel caso di shampoo e deodoranti. Queste linee guida sono dunque estese anche a questi prodotti, ma non ai prodotti per cui non sussista il pericolo di esposizione non intenzionale (ad esempio i rinfrescanti per l'alito ed i prodotti per il risciacquo della bocca). Sono esclusi anche i prodotti contenenti, oltre agli  $\alpha$ -idrossiacidi, schermi solari, in quanto l'FDA intende, infatti, emanare direttive anche per l'etichettatura di questi composti. Gli  $\alpha$ -idrossiacidi possono anche essere presenti nei cosmetici come componenti secondari, intendendo come componenti secondari quelli che sono presenti in concentrazioni molto basse e che non hanno alcuna azione funzionale o tecnica. In questo caso non è necessario dichiarare sull'etichetta la loro presenza come componenti del cosmetico e, quindi, non vanno applicate le linee guida emanate. Le prime segnalazioni di eventi avversi agli  $\alpha$ -idrossiacidi, da parte dei consumatori, sono state ricevute dalla FDA tra il 1989 ed il 1991. Sono stati infatti ricevute 5 segnalazioni che erano riferite ad una linea cosmetica, per la cura della pelle, che conteneva acido glicolico. Gli EA segnalati includevano bruciore, tumefazione ed alterazione della pigmentazione cutanea. In seguito a tali segnalazioni i prodotti furono ritirati dal commercio, anche se le analisi eseguite dall'FDA dimostrarono l'assenza di  $\alpha$ -idrossiacidi e la presenza, invece, di fenolo e resorcinolo. Tuttavia queste segnalazioni resero cosciente l'FDA dell'aumento in commercio di prodotti cosmetici contenenti  $\alpha$ -idrossiacidi. Nel periodo 1992-1993 furono ricevute dall'FDA dieci segnalazioni di EA di tipo dermatologico ascrivibili a prodotti cosmetici contenenti  $\alpha$ -idrossiacidi. Nel 1994 il numero delle segnalazioni salì a trentadue. In totale tra il 1992 ed il febbraio 2004 il numero di segnalazioni ricevute dall'FDA ammontava a 114. La tipologia degli EA includeva: bru-

ciore, dermatite o rash cutaneo, tumefazioni, alterazioni della pigmentazione cutanea, pustole o esfoliazione cutanea, prurito, irritazione o fragilità cutanea, ustione chimica ed aumento di scottature per esposizione solare. Naturalmente i nostri esempi non vogliono terrorizzare, ma richiamare l'attenzione di usare con prudenza e con controllo e prescrizione di personale qualificato, prodotti che, anche se naturali, non sono scevri da rischio. E' poiché oggi vi è una globalizzazione, sia a livello europeo che mondiale, con alcune sfumature da un paese all'altro, per ciò che riguarda la valutazione dei rischi connessi all'uso dei cosmetici; è auspicabile che questa attenzione venga maggiormente rafforzata dalla creazione di sistemi di vigilanza nazionali che convergano poi in una rete a livello europeo e mondiale. Infine una raccomandazione sull'impiego non di principi strani, esotici e costosi, ma di risorse naturali di basso costo e, possibilmente, facilmente reperibili nel nostro paese. Si pensi all'importanza, spesso trascurata a scapito di principi più particolari e costosi (ma anche meno sicuri ed efficaci) degli oli vegetali. Gli oli vegetali, in cosmetologia, rappresentano la principale fonte di trigliceridi. Essi vengono ricavati da una moltitudine di piante oleaginose. Tra gli oli più pregiati e usati, si annoverano i seguenti: karité, ximenia, vinacciolo, soia, ribes, oenothera biennis, oliva, mandorla dolce, girasole, germe di grano, borragine, avocado, arachide, cartamo. Molto si è scritto per vantare la superiorità dell'uno o dell'altro; tra i numerosi fattori che entrano in gioco nel determinare il valore di un olio quale ingrediente dei preparati skin care, meritano di essere citate le proprietà degli acidi grassi e le caratteristiche quantitative e qualitative della frazione insaponificabile. Gli acidi grassi dei trigliceridi, a seconda del grado di insaturazione e della lunghezza della catena carboniosa, condizionano gli aspetti organolettici dell'emulsione e le proprietà fisiche e biochimiche del velo lipidico che questa forma sulla cute. Inoltre, la parziale idrolisi dei trigliceridi libera, sulla superficie epidermica, una quota di FFA in grado di retrodiffondere verso gli strati vitali, ove può assolvere a numerose funzioni. Una ulteriore caratteristica distintiva, tra i diversi grassi vegetali, risiede nelle proprietà della frazione insaponificabile, particolarmente abbondante negli oli di oliva, di germe di grano, di avocado, di soia. La composizione è variabile, a seconda della specie: vi

si trovano carotenoidi, tocoferoli, steroli, triterpeni, isoflavoni, alcoli grassi a lunga catena, idrocarburi. Tali sostanze, applicate sulla cute, esercitano un'attività idratante, emolliente, antinfiammatoria e fotoprotettiva. Alcuni di essi, soprattutto fitosteroli e isoflavoni, svolgono, talora, un'azione ormonosimile, essendo in grado di interagire, in qualità di deboli agonisti o di inibitori parziali, con i recettori dei corticosteroidi o degli steroidi sessuali. È stata riferita la loro capacità di stimolare i fibroblasti. In definitiva esistono vari errori in medicina, alcuni inevitabili, altri, invece evitabilissimi usando metodo, buon senso e disciplina. Ed anche in questo campo compito dei medici e degli operatori è informare correttamente l'utenza ed evitare errori di metodo. Gli che vanno evitati, in questa sede, hanno a che fare con la dottrina, sono errori di metodo, che fanno parte dei dogmi e delle verità accettate, sono le distorsioni che ostacolano il cammino del pensiero e della ricerca razionale, che non deve essere meno attento e circospetto quando si parla di prevenzione, estetica e benessere. Occorre convincersi (ed attrarsi per comprendere) che, oggi, la scienza medica e quella cosmetica non sono più nettamente separate e che la salute strettamente intesa e il benessere più generale (anche quello derivante da una percezione positiva del proprio aspetto) vadano di pari passo. Così che si diffonde un approccio globale e unitario, olistico, attento alle condizioni psicofisiche anziché soltanto fisiche, alla immagine oltre che alla sostanza. I punti di contatto tra le due scienze sono dunque in continua espansione, al punto che talvolta esse si confondono. Come minimo, il coordinamento diventa necessario. E tuttavia manca una sufficiente comunicazione reciproca. Il medico ha a disposizione tutte le possibili notizie sui prodotti farmaceutici, ma non sempre su quelli cosmetici vecchi e più recenti.

Tabella 1: Principi nutraceutici

Principio	Dove si trova?	A cosa serve?
Carnitina	È un composto che viene sintetizzato dal fegato ed è presente nelle carni rosse o derivati (organi interni).	Svolge tra le altre un ruolo essenziale nel metabolismo dei grassi e quindi nel loro utilizzo per produrre energia. Uno dei suoi utilizzi più ampi riguarda le prestazioni atletiche: essendo coinvolta in processi di tipo energetico può infatti favorire sia la resistenza allo sforzo sia il recupero delle forze.
Glucosamina	È una sostanza presente in buona parte dei tessuti dell'organismo umano, ma in particolare nelle cartilagini e nei tendini. Si tratta di un composto che il nostro organismo deve sintetizzare perché non è normalmente presente nelle diete.	Con l'invecchiamento, come per molte altre sostanze, la quantità di glucosamina prodotta dall'organismo diminuisce e le cartilagini si degradano. Può quindi risultare utile una somministrazione per via orale per il trattamento dell'artrosi e per il rallentamento della degenerazione delle cartilagini articolari.
Octacosanolo	È presente nell'olio di germe di grano e nello strato esterno delle foglie e dei frutti di numerose piante. Di norma è poco presente nelle diete è quindi necessario assumerlo come integratore.	In genere è venduto come coadiuvante per il miglioramento delle prestazioni atletiche, ma in questo campo non ci sono conferme scientifiche. Più certezze ci sono invece per quanto riguarda le patologie legate all'ipercolesterolemia, e alla prevenzione di trombosi.
Proantocianidine (PAC)	Sono un sotto gruppo dei bioflavonidi presenti in vari frutti e verdure. Tra le migliori fonti uva, mele, lamponi, mirtilli. Anche il vino rosso ne contiene una buona quantità, a dimostrazione che un bicchiere di vino al giorno non fa male, anzi ...	Ha una forte attività antiossidante, è cioè in grado di neutralizzare i famigerati "radicali liberi", altri studi ne ipotizzano un utilizzo per la crescita dei capelli, come dolcificante naturale e come calmante per la tosse.

Licopene	È una sostanza dalle spiccate doti come antiossidante. È contenuto quasi esclusivamente nei pomodori (a cui dona la colorazione rossa) ma anche nelle angurie, nei pompelmi rosa nella papaia. E' curioso osservare che nel caso dei pomodori la cottura non ne diminuisce la concentrazione, anzi ne favorisce l'assimilazione.	È stato osservato che la carenza di licopene è strettamente legata ad alcune diffuse forme di tumore. Secondo altri studi, pare che può aiutare a prevenire malattie cardiovascolari e avere un ruolo per il mantenimento di buone capacità funzionali nelle persone anziane.
Acido-linolenico	Come si può facilmente dedurre dal nome questo importante acido grasso insaturo, più comunemente noto come Omega-3, è contenuto nei semi e nell'olio di semi di lino.	L'utilizzo di questo acido e più in generale degli acidi grassi insaturi è fortemente consigliato per la protezione del cuore e delle coronarie. Spesso ne viene consigliata l'assunzione in sostituzione degli acidi grassi saturi, che al contrario sono deleteri a livello cardiovascolare.
Melatonina	Si è parlato molto di questo ormone secreto dalla ghiandola pineale che ha un'importante funzione di regolatore dei cicli del sonno	È ormai comprovata la sua utilità per combattere il jet lag (sindrome da fuso orario) e interessanti appaiono le sue applicazioni nella cura dell'insonnia. Recenti studi stanno esplorando anche i suoi effetti come antiossidante e come coadiuvante nella prevenzione dei tumori

# Bibliografia

- [1] Alessi E., Caputo R. *Dermatologia e Malattie Sessualmente Trasmesse*, Ed. Raffaello Cortina, Milano, 1999.
- [2] Angelini G., Vena G. *Dermatologia Ambientale e Professionale*, Voll I-II, Ed. ISED, Brescia, 1999.
- [3] Bellino F., Scesa C., Bartoletti C.A. *Prontuario Prodotti Cosmetici*, Ed. Salus, Roma, 2006.
- [4] Bertona M. *Il grande libro dell'aromaterapia e aromacosmesi*, Ed. Xenia, Milano, 1992.
- [5] Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al. *Dietetica Medica Scientifica e Tradizionale. Curarsi e prevenire con il cibo*, Ed. CEA, Milano, 1999.
- [6] Caputo R., Monti M. *Manuale di dermocosmetologia medica*, Vol 1, Ed. Raffaello Cortina, Torino, 1995.
- [7] Di Stanislao C., Giannelli L., Iommelli O., Lauro G. *Fitoterapia Comparata*, Ed. Massa, Napoli, 2000.
- [8] Fracassi P., Marottoli M. A. *Dizionario di dermocosmesi. 1250 termini inglese-italiano e italiano-inglese*, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2006.
- [9] Garcia-Abujeta J.L., Hernando de Larramendi C., Pomares Berna J., Munoz Palomino E. *Mud Bath dermatitis due to cinnamon oil*, *Contact Dermatitis*, 2005, 52: 234-235.
- [10] Gatti P.M. *Integratori dietetici*, [http://www.dica33.it/argomenti/medicina\\_alternativa/fitoterapia/fitoterapia4.asp](http://www.dica33.it/argomenti/medicina_alternativa/fitoterapia/fitoterapia4.asp), 2005.
- [11] Gaullier J.M. et al. *Conjugated linoleic acid supplementation for 1 y reduces body fat mass in healthy overweight humans*, *Am J Clin. Nutr.*, 2004, 79(6):1118-1125.
- [12] Giannelli L. *Antica cosmesi mediterranea*, Ed. MIR, Milano, 2000.
- [13] Heinrich M., Muller W.E., Gagli C. *Local Mediterranean Food Plants And Nutraceuticals. Traditional uses and health beneficial effects of selected local food plants*, Ed. Karger, Basilea, 2006.
- [14] Malagoli M. *Etica dell'alimentazione. Prodotti tipici e biologici, OGM e nutraceutici, commercio equo e solidale*, Ed. Aracne, Roma, 2006.
- [15] Proserpio G., Passerini M. *Le altre cosmesi. Cosmeceutica, fitocosmesi, zoocosmesi, cosmesi minerale e termale*, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2002.
- [16] Sautebin L. *Decisioni in materia di sicurezza dei prodotti cosmetici adottate dalla comunità europea*, <http://www.farmacovigilanza.org/2005>
- [17] Sautebin L. *Prodotti di origine naturale come causa di dermatite da contatto*, <http://www.farmacovigilanza.org/2005>.
- [18] Terranova F. *Fisiopatologia della Idratazione Cutanea*, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2005.
- [19] Ursell A. *Alimentazione e salute*, Ed. Mondadori, Milano, 2001.
- [20] Zaglio A. (a cura di) *Le leggi dell'ospedale*, Ed. Verducci, Roma, 2000.

# Drosera

Dott. Maurizio Corradin  
maurizio.corradin@alice.it

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

Dott. F. Ceccherelli

“Est proprium stultitiae aliorum vitia cernere,  
oblivisci quorum”  
*Marco Tullio Cicerone*

“La speranza cessa di essere felicità quando è  
accompagnata dall'impazienza”  
*John Ruskin*



Figura 44: Drosera

## Sommario

Pianta balsamica, broncodilatatrice ed espettorante la Drosera agisce anche sul sistema nervoso e sugli aspetti psichici individuali. Ricca di naftochinoni e flavonoidi è una piccola pianta carnivora, usata in medicina popolare fin dal XVI secolo per le sue virtù antiasmatiche ed espettoranti. Agisce contro le tossi convulsive e stizzose dell'età pediatrica e, in chiave energetica, sulla Loggia del Metallo e sullo Spirito Po.

*Parole chiave:* piante antispastiche ed espettoranti, naftochinoni, flavonoidi.

## Abstract

Balsamic, antiasthmatic and fluidificant plant the Drosera acts also on the nervous system and on the psychical aspects it characterizes them. Rich of naphthochinons and phlavonoids small carnivorous plant is one, used in popular medicine since XVI the century for its antiasthmatic and balsamic virtues. Pediatric age acts against the convulsive and persistents coughs and in energetic key, its act on the Movement of the Metal and the Po Spirit.

*Key words:* balsamic and espettorant plants, naphthochinons, phlavonoids.

## Generalità

La droga, costituita dalle parti aeree disseccate della Drosera rotundifolia (cfr. figura 44), non è presente nella FUI - IX Ed.<sup>59</sup>. Questa pianta de-

<sup>59</sup>Farmacopea Ufficiale della Repubblica Italiana - Droghe vegetali e preparazioni. Istituto poligrafico e Zecca dello Stato, Libreria dello Stato



Figura 45: Drosera: spiga

ve il nome drosera<sup>60</sup>, cioè coperta di rugiada, alle goccioline secrete dalle ghiandole dei peli fogliari mentre il nome rotundifolia viene dalla forma rotondeggiante delle sue foglie. Viene anche chiamata D. capillaris<sup>61</sup>, Rorella rotundifolia e Rossolis rotundifolia. Appartiene alla famiglia delle Droseracee. La D. capensis fiorisce in primavera, producendo un lungo stelo (fino a 30 cm) al termine del quale è presente una spiga (cfr. figura 45) contenente numerosi fiori (a cinque petali) di colore rosa. I fiori sono autoimpollinanti e producono semi in quantità. Le piante di questa famiglia di erbacee perenni vivono negli acquitrini delle zone temperate. Un tempo era diffusa in tutto l'emisfero settentrionale. In Italia era presente particolarmente nelle zone molto umide, luoghi torbosi, "specialmente negli sfagneti, in montagna (Alpi, Appennino settentrionale), nei paduli (R. Benigni)".

<sup>60</sup>R. Benigni, C. Capra, P.E. Cattorini: piante medicinali chimica farmacologia e terapia Inverni e Della Beffa, Milano

<sup>61</sup>Refit: Repertorio fitoterapeutico (a cura di M. Galliano Raspino), OEMF Ed, 1966

## Descrizione

Si tratta di una piccola erba perenne<sup>62</sup>, munita di una rosetta di foglie, lungamente spicciolate, coperte da emergenze ghiandolose vischiose, rosastre. Queste sono capaci di invischiare piccoli insetti che poi digeriscono (piante carnivore). Dal centro della rosetta fogliare sorge un fusto sottile, di 6-12 cm di altezza, che porta dei piccoli fiori bianchi o rosati. Il frutto è una cassula.

## Avvertenze

Come già accennato si tratta di una pianta un tempo diffusa su tutto l'emisfero settentrionale<sup>63</sup>. Ora tutte le specie europee (*D. rotundifolia*, *D. intermedia*, *D. anglica* e l'ibrido fra *D. Rotundifolia* e *D. angelica* (*D. obovata*) sono in via di estinzione e sono specie assolutamente protette<sup>64</sup>. In Germania viene, quindi, da tempo autorizzata la sostituzione con *D. ramentacea*. Questa pianta si trova in commercio con la denominazione di *Herba Droserae longifoliae* a causa delle foglie lungamente spicciolate. Da qualche tempo si trovano in commercio, provenienti da zone asiatiche ed australiane, altre specie di *Drosera* come *D. peltata*. Ancora esistono altre specie, utilizzate frequentemente negli studi, provengono dall'Africa come la *D. madagascariensis*<sup>65</sup>.

## Composizione

In tutte le specie di *Drosera*<sup>66</sup>, i principi attivi sono costituiti soprattutto da derivati dell'1,4-naftochinone: *Drosera ramentacea* contiene soprattutto plumbagina, ramentaceone (presenti nella pianta fresca sotto forma di glucosidi, ad es. come rossoliside), ramentone e biramentaceone (dimero in 2-2' del ramentaceone). Il contenuto totale

<sup>62</sup>E. Margini: manuale di botanica farmaceutica Piccin Ed., 1988

<sup>63</sup>R. Benigni (Op. cit)

<sup>64</sup>M. Wichtl (ed. it. A cura di R. Della Loggia): piante medicinali per infusi e tisane. OEMF Ed.

<sup>65</sup>Paper DH, Karall E, Kremser M, Krenn L. Comparison of the anti-inflammatory effects of *Drosera rotundifolia* and *Drosera madagascariensis* in the HET-CAM assay. *Phytother Res.* 2005 Apr;19(4):323-6

<sup>66</sup>M. Wichtl (op. cit)

di naftochinoni nella droga è soltanto dello 0,25% circa, ossia solamente la metà di quello di *Drosera rotundifolia*. Non esistono dati affidabili sui componenti di *D. burmannii* e *D. peltata*<sup>67</sup>.

Nella *D. rotundifolia*, (e quindi verosimilmente anche nelle altre specie) sono poi presenti flavonoidi<sup>68</sup> sia in forma glicosidica che come agliconi: kaempferolo, quercetina, astragalina, isoquercitrina, gossipitrina e gossipina. In ogni caso sono stati isolati, nelle piante di questa famiglia, anche altri tipi di naftochinoni: idroplumbagina<sup>69</sup> e droserone-5-glucoside<sup>70,71</sup>.

## Proprietà farmacologiche

Benigni<sup>72</sup> ricorda che la *drosera* trovò impiego nella medicina popolare fin dal secolo XVI dopo che il Thallius ne preconizzò l'uso nella terapia delle bronchiti, dell'asma, della tosse e della pertosse. L'A. sottolinea, inoltre, i diversi studi "storici" sulle proprietà antispastiche sulla muscolatura liscia bronchiale e intestinale ed anche l'azione calmante della tosse provocata da stimolazioni elettriche del nervo laringeo nel gatto<sup>73</sup>. Del resto anche L.P. Da Legnano, negli anni 50, ne sottolineava l'azione antispasmodica ed espettorante<sup>74</sup>. L'azione antispastica, da sempre attribuita alla plumbagina e più in generale ai naftochinoni, è stata studia-

<sup>67</sup>Refit (op. citata): la presenza dei naftochinoni (di colore rosso bruno) impartisce alle drosera, droghe di non facile reperimento, la tipica colorazione rossastra

<sup>68</sup>Scholly-T; Kapetanidis-I: Flavonoids from *drosera rotundifolia* L. (*Droseraceae*) *SCI-PHARM.* 61/4 (277-282) 1993

<sup>69</sup>Vinkenberg-J; Sampara-Rumantir-N; Uffellie-OF The presence of hydroplumbagin glucoside in *Drosera rotundifolia* L. *Pharm-Weekbl.* 1969 Jan 17; 104(3): 45-9

<sup>70</sup>Scholly-T; Kapetanidis-I : Droserone-5-glucoside, a new heteroside isolated from the surfaces of *Drosera rotundifolia* L. (*Droseraceae*) *PHARM-ACTA-HELV.* 64/3 (66-67) 1989

<sup>71</sup>Refit (op. cit) ricorda che il Droserone viene anche chiamato juglone (da *Juglans*, noce). A questa sostanza sono state attribuite proprietà antibatteriche.

<sup>72</sup>R. Benigni e coll (op. cit)

<sup>73</sup>R. Benigni e coll (op. cit.) sottolinea come questa azione sia comparabile per qualità e dosaggio utilizzato al fosfato di codeina

<sup>74</sup>L.P.Da Legnano Le piante medicinali nella cura delle Malattie Umane, Edizioni Mediterranee, 1954. L'autore attribuisce a questa pianta medicinale anche un'azione diuretica

ta in tempi più recenti da Melzig e coll.<sup>75</sup> che dimostrò un'attività antispastica sia sulla muscolatura tracheale che su quella intestinale. Considerata la bassa concentrazione dei naftochinoni negli estratti si ipotizza che anche i flavonoidi (ed in particolare la quercetina) siano, almeno in parte, responsabili di questa azione. Relativamente al meccanismo d'azione i diversi principi attivi sembrano essere antagonisti dei recettori M3 muscarinici e dei recettori H1 istaminici. Anche Krenn e coll.<sup>76</sup>, utilizzando la *D. rotundifolia*, giungono a simili risultati. Gli studi di Kolodziej e coll.<sup>77</sup> confermano un'azione antagonista sui recettori muscarinici M3 dell'ileo di cavia attribuibile ai flavonoidi ed alla quercetina in particolare. L'azione farmacologia sulle vie aeree delle diverse piante della famiglia delle Drosera non si limita all'azione antispastica. Melzig, ad esempio, sottolinea la proprietà inibitoria sulla elastasi neutrofila. Anche dopo somministrazione orale di estratti ricchi in flavonoidi si inibisce l'attività elastasica prodotta dai neutrofili nel tessuto infiammato. Questa inibizione potrebbe prevenire la progressione sequenziale che determina danno polmonare. Del resto è noto da tempo<sup>78</sup> che i flavonoidi inibiscono alcune patologiche azioni dei neutrofili umani come, ad esempio, il rilascio degli enzimi lisosomiali e la produzione dell'anione superossido. Ma tra le diverse azioni "polmonari" di questa pianta medicinale non può essere dimenticata l'azione antibiotica. Il Benigni ricorda che già negli anni 40 - 50 era stata sperimentata l'efficacia della plumbagina sugli stafilococchi e sugli streptococchi e, probabilmente, verso il micobatterio tubercolare. Invece scarsa era l'attività batteriostatica verso l'*Haemophilus*

pertussis. L'Autore sottolineava che l'utilizzo popolare delle Drosera in questa affezione era da ricollegarsi, prevalentemente, alle note proprietà spasmolitiche. In tempi più recenti<sup>79</sup> si è stata definita una proprietà batteriostatica verso stafilococchi, streptococchi e pneumococchi. Ferriera e coll.<sup>80</sup> hanno studiato l'attività antimicrobica delle specie brasiliane di drosera. La miglior attività antimicrobica era sostenuta da *D. communis* e fra le varie formulazioni la più efficace era legata a estrazioni etilacetate

Infine lo studio di Murali e coll.<sup>81</sup> che hanno valutato, in doppio cieco, l'efficacia della drosera in associazione su alcuni parametri ventilatori in soggetti affetti da broncopneumopatia cronico ostruttiva (BPCO). L'utilizzo della formulazione vegetale determinava un significativo miglioramento, rispetto al placebo, sia del Volume espiratorio forzato (FEV1) e della saturazione d'ossigeno nel sangue (Po2) sia di alcuni sintomi (tosse, espettorazione ecc) tipici di questa affezione. Infine<sup>82</sup> ricordiamo che oltre alla inibizione della elastasi leucocitaria estratti di *D. rotundifolia* e *D. madagascariensis* sono in grado di limitare, in vivo, il processo infiammatorio. Il meccanismo causale sembra essere legato prevalentemente ai flavonoidi.

## Utilizzo clinico

La drosera fa parte del gruppo di piante medicinali ad azione prevalente sull'apparato respirato-

<sup>75</sup>M.F. Melzig, H.H. Pertz and L. Krenn: anti-inflammatory and spasmolytic activity of extracts from *Drosera* herba *Phytomedicine* Vol 8 (3), pp 225 - 229, 2001

<sup>76</sup>Krenn L, Beyer G, Pertz HH, Karall E, Kremser M, Galambosi B, Melzig MF. In vitro antispasmodic and anti-inflammatory effects of *Drosera rotundifolia*. *Arzneimittelforschung*. 2004;54(7):402-5. Gli autori, a spiegare, l'effetto antispastico ipotizzano che i flavonoidi ed altre sostanze correlate (ac. Ellagico) siano in grado di modificare allostericamente, i recettori M3 muscarinici

<sup>77</sup>Kolodziej H, Pertz HH, Humke A. Main constituents of a commercial *Drosera* fluid extract and their antagonist activity at muscarinic M3 receptors in guinea-pig ileum. *Pharmazie*. 2002 Mar;57(3):201-3

<sup>78</sup>Busse, W.W., Kopp, D.E., Middleton, E: Flavonoid modulation of human neutrophil function. *J. Allergy Clin Immunol*. 73: 801-809, 1984

<sup>79</sup>M. Wichtl (op.cit)

<sup>80</sup>Ferreira DT, Andrei CC, Saridakis HO, Faria Tde J, Vinhato E, Carvalho KE, Daniel JF, Machado SL, Saridakis DP, Brazilian Drosera. *Mem Inst Oswaldo Cruz*. 2004 Nov;99(7):753-5. Epub 2005 Jan 12

<sup>81</sup>Murali PM, Rajasekaran S, Paramesh P, Krishnarajasekar OR, Vasudevan S, Nalini K, Lakshmisubramanian S, Deivanayagam CN. Plant-based formulation in the management of chronic obstructive pulmonary disease: a randomized double-blind study *Respir Med*. 2006 Jul;100(7):1294. Le piante utilizzate nella formulazione erano *Bryonia alba*, *Cephaelis ipecacuanha* e *Drosera peltata*. Accanto ai parametri di laboratorio erano migliorati anche in modo significativo rispetto ai soggetti trattati con placebo la dispnea, tosse, espettorazione e disturbi del sonno.

<sup>82</sup>Paper DH, Karall E, Kremser M, Krenn L.: Comparison of the anti-inflammatory effects of *Drosera rotundifolia* and *Drosera madagascariensis* in the HET-CAM assay. *Phytother Res*. 2005 Apr;19(4):323-6

rio<sup>83</sup>. Grazie all'azione broncolitica, secretolitica e spasmolitica degli estratti alcolici della droga, ma anche della plumbagina e di sostanze analoghe, essa può essere utilizzata contro le affezioni dell'apparato respiratorio, in particolare nelle bronchiti, pertosse, e generalmente contro le tossi convulsive e stizzose (soprattutto in pediatria). Nella medicina popolare viene impiegata, con buona indicazione, nell'asma. Secondo la tradizione popolare italiana, infine, la droga inibirebbe anche i conati di vomito collegati agli accessi di tosse convulsa, suggerendo così un'azione anche a livello del sistema nervoso centrale.

## Posologia e modalità di impiego

Può essere utilizzata in forme di somministrazione liquide e solide, per uso interno. La dose media giornaliera suggerita<sup>84</sup> è di 3 gr di droga. Esempio di infuso: 1 gr di droga tagliata in 150 ml di acqua bollente. Dopo 15 minuti filtrare ed assumere 2 - 3 tazze al giorno<sup>85</sup>.

## Controindicazioni ed effetti collaterali

Non sono state, ad oggi, evidenziate interazioni e controindicazioni. Alle dosi suggerite non sono stati evidenziati effetti collaterali.

<sup>83</sup>Campagna-P: "LE PIANTE PETTORALI". DROGHE VEGETALI A SICURA AZIONE E DI RILEVANTE INTERESSE TERAPEUTICO IN PATOLOGIA RESPIRATORIO. LOTTA-CONTRO-TUBERC-MAL-POLM-SOC. 65/4 (491-494) 1995- "Negli ultimi anni sono stati prodotti estratti caratterizzati da un alto contenuto di principi attivi standardizzati capaci di trattare il sistema respiratorio. Eucalyptus globulus Labili, Pinus sylvestris L., Thymus vulgaris L., Drosera rotundifolia, L., Verbascum thapsus L., Malva sylvestris L., Plantago lanceolata L., Myssopus officinalis L., Marrubium vulgare L., hanno dimostrato proprietà antisettiche, anti edema, emollienti, antidispoiche con ottima tolleranza".

<sup>84</sup>Refit (op.cit.)

<sup>85</sup>L. P. Da Legnano (op.cit.) negli anni 50 così scriveva: Estratto fluido gocce X - XV, massimo gr 1 pari a XL al giorno. Tintura 1 a 5 gocce V - XX per dose, ripetute 3-6 volte al giorno. Sciroppo: Drosera estratto fluido gr 5, sciroppo semplice gr.95. A cucchiaini. Vomito, dolori di stomaco, epilessia, bronchite acuta, tosse dei tubercolosi e convulsiva, crisi asmatiche. Pozione calmante: drosera tintura gr 2 Papavero sciroppo gr 200. A cucchiaini.

## Lettura Energetica

Agisce sull'orbis del Metallo<sup>86</sup> con effetto umidificante sul polmone, si sostegno del Qi e di diffusione della Weiqi (Energia Difensiva)<sup>87</sup>. Svolge anche un'azione sugli aspetti psichici riconducili al Po<sup>88</sup> (depressione, tristezza).

<sup>86</sup>Di Stanislao C., Paoluzzi L.: Phytos, Ed. MeNaBi, Terni, 1990.

<sup>87</sup>Paoluzzi L.: Fitoterapia e Energetica, Ed. AICTO, Anguillara (ROMA), 1997.

<sup>88</sup>Corradin M., Di Stanislao C.: Lo Psicismo in Medicina Energetica, Ed. AMSA, L'Aquila, 1995.

# **Marrubio: Marrubii Herba, Marrubium vulgare L.**

Dott. Maurizio Corradin  
maurizio.corradin@alice.it

Dott. Francesco Ceccherelli

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

## Sommario

Pianta amaro-tonica con virtù balsamiche il Marrubio è impiegata nelle infezioni delle vie respiratorie, per combattere l'ipertensione ed i disturbi digestivi. L'uso popolare, i principi attivi e la lettura secondo i principi della MTC sono gli argomenti di questo articolo.

*Parole chiave:* Marrubio, piante balsamiche, amaro - digestive, antispastici.

## Abstract

Tonic bitter plant with balsamic virtues the Marrubium is employed in the infection of the respiratory ways, in order to fight the hypertension and it disturbs digestives. The popular use, the active principles and the reading second the principles of the MTC are the arguments of this article.

*Key words:* Marrubium, balsamici-bitter plants, digestive, antispastici.

Si tratta (cfr. figura 46) di una pianta erbacea perenne<sup>89</sup> di origine mediterranea<sup>90</sup>; da qui diffuse nell'Europa centrale e settentrionale e successivamente naturalizzata in America. La droga commerciale proviene prevalentemente dall'Europa sud orientale e dal Marocco.

Il Marrubio era noto ai sacerdoti egiziani e presso gli arabi era utilizzato come balsamico ed espettorante. Storicamente<sup>91</sup> è stato usato come balsamico, espettorante<sup>92</sup>, antitermico, colagogo<sup>93</sup>. Nella medicina popolare è stato utilizzato anche come antiaritmico, nei disturbi mestruali e nelle ipogalattie. Per uso esterno è stato impiegato empiricamente per detergere ferite e favorirne la ripara-

<sup>89</sup> R. Benigni, C. Capra, P.E. Cattorini: piante medicinali chimica farmacologia e terapia Inverni e Della Beffa, Milano

<sup>90</sup> M. Wichtl (ed. it. A cura di R. Della loggia): piante medicinali per infusi e tisane. OEMF Ed.

<sup>91</sup> R. Benigni (op. cit)

<sup>92</sup> In infuso. 1 grammo di sommità fiorite essiccate in 100 ml di acqua. Due - tre tazzine al giorno.

<sup>93</sup> Per lo più come enolito: 4 grammi di droga in 100 ml di vino rosso (a macerare per 8 giorni). Un cucchiaino ai pasti.



Figura 46: Marrubio

zione<sup>94</sup>. Si usano le sommità fiorite che si raccolgono (tempo balsamico) all'inizio della fioritura recidendo la pianta una decina di centimetri più in basso dei fiori inferiori ed evitando di raccogliere le parti lignificate della base. La pianta madre è il Marrubium vulgare; suoi sinonimi sono Marrubium Album e Marrubium hamatum<sup>95</sup>, ma anche trifolion, soimè, mentastrico, jerva riccia, amaruggine. Appartiene alla famiglia delle Lamiacee (Labiata). La droga, costituita dalle parti aeree fresche o dissecate, non è iscritta nella Farmacopea Ufficiale Italiana<sup>96</sup>.

### Composizione<sup>97</sup>

1. Lattoni diterpenici (0,3 -1%) marrubiina<sup>98</sup>, premarrubiina
2. Alcoli diterpenici: marrubiolo, marrubenolo, peregrinina, diidroperegrinina, sclareolo

<sup>94</sup> 4 grammi di droga (sommità fiorite essiccate) in 100 ml di acqua. Fare lavaggi sulle zone interessate

<sup>95</sup> (a cura di M. Galliano, Raspino) Repertorio Fitoterapeutico OEMF Ed

<sup>96</sup> Farmacopea Ufficiale della Repubblica Italiana - Droghe vegetali e preparazioni. Istituto poligrafico e Zecca dello Stato, Libreria dello Stato

<sup>97</sup> Facciamo particolare riferimento a M. Rossi: Piante medicinali in Tintura Madre

<sup>98</sup> Knoss-W; Reuter-B; Zapp-J Biosynthesis of the labdane diterpene marrubiin in Marrubium vulgare via a non-mevalonate pathway BIOCHEM-J. 326/2 (449-454) 1997 SO:

3. Alcaloidi: betonicina, turicina
4. Olio essenziale: pineni, canfene, limolene, sabinene, fenchene, alfa-terpinene, bisabololo, beta elemene, triciclene, isomenton 8 - tiolo
5. Flavonoidi: scutellarina-trimetil etere
6. Colina (0,2%): triterpeni, steroli, tannini<sup>99</sup>, sali di potassio

### Meccanismo d' azione, proprietà farmacologiche ed impiego clinico

Il lattone marrubiina agisce come sostanza amara, capace di stimolare le secrezioni gastroenteriche prevalentemente per via indiretta<sup>100</sup> e, seppure in modo limitato, per via diretta. È ammessa una azione diretta coleretica grazie all'acido marrubiinico, prodotto dall'idrolisi dell'anello lattonico della marrubiina. Relativamente all'azione espettorante, bechica e balsamica, ricordiamo che era utilizzata, in questo senso, già nella medicina medioevale. In seguito queste proprietà furono confermate da punto di vista clinico e farmacologico da Leclerc e Adami<sup>101</sup> negli anni 30 e 40. Del resto anche Da Legnano<sup>102</sup> ricorda che fra le sue principali indicazioni vi erano la tosse secca, i catarrhi del petto e l'asma.

Molto più recentemente<sup>103</sup> Rossi sottolinea l'attività inibitrice degli estratti idroalcolici nei confronti degli spasmi della muscolatura liscia indotti da acetilcolina, bradichinina, PGE<sub>2</sub>, istamina ed ossitocina. Diversi studi, vista anche l'indicazione data dalla medicina popolare, hanno posto l'attenzione sulle proprietà ipotensive. Sull'aorta di ratto<sup>104</sup> si

evidenzia una potente azione inibitoria sulla contrazione indotta da KCl. I più importanti componenti sembrano essere il marrubenolo e la marrubiina. Il meccanismo d'azione, o una delle principali modalità d'azione, sembra legato ad un blocco dei canali del calcio<sup>105</sup>. A conferma di questi dati sperimentali è stato studiato l'effetto del Marrubio sul ratto spontaneamente iperteso comparandolo anlodipina, un calcio antagonista. Sulla pressione arteriosa sistolica l'estratto acquoso ha effetti sovrapponibili a quelli determinati dal farmaco<sup>106</sup>. Non solo ma alcune componenti presenti nelle parti aeree del marrubio<sup>107</sup> sembrano in grado di inibire la secrezione di endotelina 1 delle cellule endoteliali vasali. Come noto l'endotelina 1 è un potente peptide vasocostrittore; la concentrazione è aumentata negli ateromi ed è responsabile dei vaso spasmi, della proliferazione delle cellule muscolari lisce concorrendo alla genesi degli ateromi stessi. Allo scopo di evidenziare il suo possibile ruolo sulla malattia aterosclerotica dell'uomo è stato studiato, in vitro, l'effetto protettivo sulle lipoproteine umane<sup>108</sup>. In sintesi lo studio dimostra il potere antiossidante dell'estratto acquoso e la sua possibile utilità nella malattia cardiovascolare. All'azione antiossidante concorrono in modo determinante quattro glucosidi phenilpropanoidi (acteoside, forsythoside B, arenarioside, ballotetroside) ed un derivato non glicosidico (aci-

<sup>99</sup>Come è tipico di questa famiglia (Della Loggia op. cit.)

<sup>100</sup>Trese & Evans: Farmacognosia Piccin Ed.: I costituenti amari stimolano i nervi del gusto nella bocca e danno origine ad un incremento della secrezione mentale del succo gastrico.

<sup>101</sup>Benigni e coll (op. cit)

<sup>102</sup>L.P.Da Legnano Le piante medicinali nella cura delle Malattie Umane, Edizioni Mediterranee, 1954. L'autore consiglia l'infuso nella tosse secca, catarrhi ed asma, e lo sciroppo nell'asma, catarrhi persistenti e nelle bronchiti.

<sup>103</sup>M. Rossi- Erboristeria Domani, Maggio 1998. L'autore sottolinea quindi, anche per questo, il suo utilizzo negli spasmi non solo bronchiali ma anche delle vie biliari e gastrointestinali, e giustifica l'utilizzo come pianta colecistocinetica, inotropo negativa ed ipotensiva

<sup>104</sup>El Bardai S, Morel N, Wibo M, Fabre N, Llabres G, Lyoussi B, Quetin-Leclercq J. The vasorelaxant activity of marrubenol and marrubiin from Marrubium vulgare. *Planta Med.* 2003 Jan;69(1):75-7.

<sup>105</sup>El-Bardai S, Wibo M, Hamaide MC, Lyoussi B, Quetin-Leclercq J, Morel N. Characterisation of marrubenol, a diterpene extracted from Marrubium vulgare, as an L-type calcium channel blocker. *Br J Pharmacol.* 2003 Dec;140(7):1211-6. Epub 2003 Nov 3.

<sup>106</sup>El Bardai S, Lyoussi B, Wibo M, Morel N Comparative study of the antihypertensive activity of Marrubium vulgare and of the dihydropyridine calcium antagonist amlodipine in spontaneously hypertensive rat. *Clin Exp Hypertens.* 2004 Aug;26(6):465-74. Nello studio in questione 10 settimane di trattamento con il calcio antagonista riduce il peso del ventricolo sinistro, dell'aorta e dell'arteria mesenterica mentre il trattamento, della stessa durata, con estratto acquoso di marrubio riduce solo il peso dell'aorta

<sup>107</sup>Martin-Nizard F, Sahpaz S, Kandoussi A, Carpentier M, Fruchart JC, Duriez P, Bailleul F.: Natural phenylpropanoids inhibit lipoprotein-induced endothelin-1 secretion by endothelial cells. *J Pharm Pharmacol.* 2004 Dec;56(12):1607-11. Le sostanze responsabili di questa azione sarebbero acteoside 1, forsythoside B 2, arenarioside 3 and ballotetroside 4

<sup>108</sup>Berrougui H, Isabelle M, Cherki M, Khalil A. Marrubium vulgare extract inhibits human-LDL oxidation and enhances HDL-mediated cholesterol efflux in THP-1 macrophage. *Life Sci.* 2006 Dec 14;80(2):105-12.

do caffeoil malico)<sup>109</sup>. Molto meno significativi sono i dati relativi all' utilizzo nel diabete mellito dell' adulto<sup>110</sup>. L'aggiunta di marrubio determina solo una lieve diminuzione della glicemia (0,64%), della trigliceridemia (5,78%) e della colesterolemia (4,16%) che non raggiungono la soglia della significatività. Alcuni componenti del marrubio mostrano anche proprietà analgesiche<sup>111</sup> ed antiinfiammatorie<sup>112</sup>. Relativamente alle proprietà analgesiche sembra che il principale responsabile sia la marubiina (e due suoi derivati esterificati). Nella capacità antinfiammatoria l'azione è dovuta a fenilpropanoidi; questi determinano una inibizione preferenziale sulla cicloossigenasi 2 (Cox 2) enzima inserito nella "via" delle prostaglandine. Attività antinfiammatoria è stata dimostrata, da autori italiani, anche in altre specie del marrubio<sup>113</sup>; si conferma l'inibizione del Cox 2.

### Utilizzo Clinico

Dopo questa premessa, che sostanzialmente conferma i suggerimenti della medicina popolare, ci sembra utile proporre l'uso del marrubio, da solo

<sup>109</sup>Martin-Nizard F, Sahpaz S, Furman C, Fruchart JC, Duriez P, Bailleul F. Natural phenylpropanoids protect endothelial cells against oxidized LDL-induced cytotoxicity. *Planta Med.* 2003 Mar;69(3):207-11. Si tratta delle stesse sostanze che hanno proprietà antiinfiammatorie

<sup>110</sup>Herrera-Arellano A, Aguilar-Santamaria L, Garcia-Hernandez B, Nicasio-Torres P, Tortoriello J. Clinical trial of *Cecropia obtusifolia* and *Marrubium vulgare* leaf extracts on blood glucose and serum lipids in type 2 diabetics. *Phytomedicine.* 2004 Nov;11(7-8):561-6. In questo studio gli autori dimostrano che l'utilizzo di *Cecropia obtusifolia* determina un significativo miglioramento dei parametri (glicemia, trigliceridemia e colesterolemia) considerati

<sup>111</sup>Meyre-Silva C, Yunes RA, Schlemper V, Campos-Buzzi F, Cechinel-Filho V. Analgesic potential of marrubiin derivatives, a bioactive diterpene present in *Marrubium vulgare* (Lamiaceae). *Farmacol.* 2005 Apr;60(4):321-6. Gli autori dimostrano l'efficacia nel test delle contorsioni nel topo

<sup>112</sup>Sahpaz S, Garbacki N, Tits M, Bailleul F. Isolation and pharmacological activity of phenylpropanoid esters from *Marrubium vulgare*. *J Ethnopharmacol.* 2002 Mar;79(3):389-92. I principi antinfiammatori principali sono acido caffeoil malico, acteoside, forsitoside, arenarioside, ballotetoside. Gli autori sottolineano che tre di queste sostanze (acteoside, forsythoside B, arenarioside) mostrano attività inibitoria maggiore su Cox 2 (responsabile dell'infiammazione) che su Cox 1 maggiormente legata agli effetti collaterali degli antinfiammatori di sintesi.

<sup>113</sup>Rigano D, Grassia A, Borrelli F, Aviello G, Piozzi F, Bruno M, Arnold NA, Capasso R, Senatore F. Phytochemical and pharmacological studies on the acetonetic extract of *Marrubium globosum* ssp. *libanoticum*. *Planta Med.* 2006 May;72(6):575-8.

o più spesso in associazione, nei disturbi delle vie aeree superiori (bronchite ed asma), nella ipertensione e come digestivo. Sebbene sia anche impiegato per drenare l'organismo, è molto meno incisivo di altre piante ad azione epato-renale (*Taraxacum officinalis*, *Silybum marianum*, *Cynara scolymus*, *Cichorium intybus*, *Rheum officinale*, *Fraxinus excelsior*, *Hieracium pilosella*, l'*Urtica dioica*, l'*Arctium lappa*, *Ulmus campestris*).

### Lettura Energetica<sup>114115</sup>

In Energetica secondo il modello a 5 della Medicina Cinese agisce Umidificando il Polmone (e quindi incrementando l'Energia Difensiva), riducendo l'eccesso di Fuoco (azione sulla ipertensione) ed agendo sul tubo digerente (Piccolo Intestino e Grosso Intestino) che sono i Visceri correlati al Polmone (Metallo) e al Cuore (Fuoco). Utile, quindi, in corso di Librazione di Yang di Fegato, Turbe dello Shen con Calore al Piccolo Intestino, deficit della Energia Difensiva con penetrazione di Freddo, Calore e secchezza al Grosso Intestino.

### Dosaggio

4,5 grammi di droga, 2-6 cucchiari di succo (o la dose corrispondente alle varie preparazioni)<sup>116117</sup>.

<sup>114</sup>Di Stanislao C., Giannelli L., Iommelli O., Lauro G.: *Fitoterapia Comparata*, ed. Massa, Napoli, 2001.

<sup>115</sup>Di Stanislao C., Paoluzzi L.: *Phytos*, Ed. MeNaBi, Terni, 1990.

<sup>116</sup>Refit (op.cit.)

<sup>117</sup>Da Legnano (op. cit.) negli anni '50 nel sottolineare le proprietà antisettiche, emmenagoghe, pettorali e sudorifere, amaro digestive e moderanti l'attività del cuore ne consigliava la polvere (2-5 gr) in cialde o assieme a miele, marmellata o cioccolato. Sugeriva l'utilizzo come infuso (una manciata di porzioni aeree tagliuzzate in un recipiente nel quale si versa un litro di acqua bollente e si copre). Dopo un quarto d'ora colare. 2-3 tazzine al giorno nella tosse secca, catarri di petto ed asma. Una tazzina a digiuno stimola l'appetito. Estratto fluido gr 1 per dose 3-4 volte nelle 24 ore. Vino Due pugni di sommità fiorite sminuzzate a macero per una decade in un litro di marsala o di vino bianco rinforzato di gr 50 di alcool. A bicchierini prima dei pasti per fortificare lo stomaco. Un bicchiere dopo i pasti libera il fegato e milza da ingorghi. Obesità, infezioni febbrili e cardiopalmo. Sciroppo 3/4 di litro di infuso di Marrubio, zucchero gr 250, scaldare lentamente fino a densità. A cucchiari nell'asma, catarri e tosse persistenti, bronchiti. Serve pure al funzionamento degli organi digerenti, mestru irregolari e scarsità del latte delle nutrici. Per uso esterno: infuso 2 manciate per litro d'acqua bollente per lavare piaghe ed ulcere.

Ad oggi non sono state evidenziate interazioni,  
controindicazioni ed effetti collaterali

# Arpagofito

Dott. Maurizio Corradin  
maurizio.corradin@alice.it

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

Dott. F. Ceccherelli

“È tutt’altro che facile determinare se la natura  
si è dimostrata per l’uomo una tenera madre o  
una spietata matrigna”  
*Plinio il vecchio*

## Sommario

Studio scientifico, tradizionale ed ergenito sulle piante madri *Harpagophyllum procumbens* e *Harpagophyllum zeyheri*, conosciute come artiglio del diavolo, particolarmente attive in campo reumatologico per l'azione analgesica ed antiflogistica. AA italiani ne hanno studiato anche l'azione, dipendente dal dosaggio, sull'apparato cardiovascolare. Considerato poi il potere amaricante ed il consequenziale stimolo sulle secrezioni digestive appare controindicato nelle ulcere gastriche e duodenali.

*Parole chiave:* *Harpagophyllum procumbens*, *Harpagophyllum zeyheri*, reumatologia, apparato cardiovascolare.



Figura 47: Arpagofito

## Abstract

Scientific, traditional and ergenitic study on the plants mothers *Harpagophyllum procumbens* and *Harpagophyllum zeyheri*, known like "claw of the devil", particularly active in reumatological field for the analgesic and anti-inflammatory action. Italian AA of it have studied also the action, employee from the dosage, on the cardiovascular apparatus one. Considered then the embittering power and the sequential stimulus on digestive secretions it appears contraindicated in gastric and duodenal ulcers.

*Key words:* *Harpagophyllum procumbens*, *Harpagophyllum zeyheri*, reumatology, cardiovascular system.



Figura 48: *Harpagophyllum procumbens*

## Generalità

Le piante madri<sup>118</sup> sono rappresentate da *Harpagophyllum procumbens* (Cfr. figure 47 e 48) e *Harpagophyllum zeyheri* (cfr. figura 49).

Conosciuta anche con il sinonimo di Artiglio del diavolo, deve questa denominazione agli uncini che coprono i suoi frutti. Per la farmacopea Ufficiale Italiana (F.U.I IXa Ed, 1991)<sup>119</sup> la droga, costituita dalle radici secondarie, è costituita solo da

<sup>118</sup>M. Wichtl (ed. it. A cura di R. Della loggia): piante medicinali per infusi e tisane. OEMF Ed.

<sup>119</sup>Farmacopea Ufficiale della Repubblica Italiana - Droghe vegetali e preparazioni. Istituto poligrafico e Zecca dello Stato, Libreria dello Stato

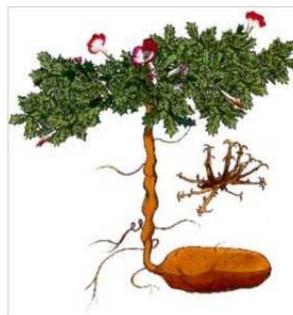


Figura 49: *Harpagophyllum zeyheri*

*H. procumbens*. Relativamente al titolo la F.U.I. stabilisce che deve contenere non meno di 1,8% di glicoiridoidi totali, di cui almeno 80% rappresentato da arpagoside (C<sub>24</sub> H<sub>30</sub> O<sub>11</sub> . 0,8 H<sub>2</sub>O; Mr=508,905). La pianta madre è originaria delle savane del Kalahari, tra Sudafrica e Namibia. Da qui viene importata la droga che è stata introdotta per la prima volta in Europa nel 1953 da O.H. Volk. Nel 2002 sono state esportate dal Sudafrica 1018 tonnellate di radici seccate che rappresentano le radici di milioni di piante<sup>120</sup>.

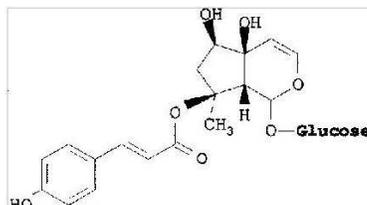


Figura 50: Acido cinnamico

## Medicina Tradizionale

Nella medicina tradizionale sudafricana<sup>121</sup> la droga viene impiegata come antipiretico, analgesico, nei disturbi legati alla gravidanza, come amaro tonico nei disturbi digestivi e nelle affezioni cutanee<sup>122</sup>. In Europa le indicazioni della medicina popolare sono invece orientate verso disturbi metabolici, artriti, epatopatie, affezioni delle vie biliari, nefropatie, affezioni vescicali, allergie e fenomeni senili in genere<sup>123</sup>.

## Composizione

Le radici secondarie tuberose di entrambe le specie contengono iridoidi<sup>124</sup>, principalmente lo 0,1-2% di un glicoside iridoidico esterificato con l'acido cinnamico, l'arpagoside (cfr. figura 50); inoltre procumbide, arpagide (forse prodotto di decomposizione dell'arpagoside, cfr. figura 51) e acido cinnamico libero<sup>125</sup>.

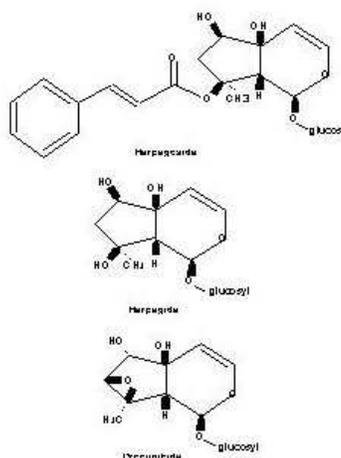


Figura 51: Arpagoside

<sup>120</sup> Stewart KM, Cole D: The commercial harvest of devil's claw (*Harpagophytum* spp.) in southern Africa: the devil's in the details. *J Ethnopharmacol.* 2005 Sep 14;100(3):225-36.

<sup>121</sup> G. Spignoli, V. Mercati, E. Boncompagni: guida bibliografica ai più noti fitoterapici. ABoca Ed., 1999

<sup>122</sup> Grant L, McBean DE, Fyfe L, Warnock AM. A review of the biological and potential therapeutic actions of *Harpagophytum Procumbens* *Phytother Res.* 2007 Mar;21(3):199-209

<sup>123</sup> M. Wichtl (op.cit.)

<sup>124</sup> Trease & Evans: *Farmacognosia.* Piccin Ed., 1995 Padova.

Gli iridoidi sono monoterpenoidi del tipo ciclopentan-[c]-pirano e costituiscono un gruppo i cui componenti noti sono in costante aumento. Il nome deriva dall'Iridomyrmex, un genere di formiche che produce questi composti come secrezione digestiva.

<sup>125</sup> M. Wichtl (op.cit.)

La parte idrosolubile (stachiosio, raffiniosio, saccarosio, glucosio, ecc. può costituire sino al 70% del peso secco della droga<sup>126</sup>. Sono inoltre presenti procumbide, arpagide, ac. loganico e loganina ed acido cinnamico libero<sup>127</sup>. In *H. procumbens* sono stati inoltre individuati ac. caffeico<sup>128</sup>, n-alcani, steroli, grassi, cere, ecc.

## Attività farmacologiche

### Azione antinfiammatoria, analgesica ed anti-reumatica

Come accennato nella tradizione Europea l' Arpagofito ha un ruolo di primo piano nelle malattie infiammatorie articolari. Gli estratti, ed i diversi principi attivi, sono stati studiati sia in vitro che sugli animali e l'uomo. Per valutare la capacità antinfiammatoria il test più frequentemente utilizzato è rappresentato dall' 'inibizione dell' edema da carragenina mentre il writhing test<sup>129</sup> e quello della piastra calda sono indicativi della proprietà analgesica. Nello studio di Soulimani<sup>130</sup> nel ratto

<sup>126</sup>I diversi composti ed in particolare i glicosidi iridoidi possono essere trasformati dai batteri intestinali. Così ad esempio arpagide, arpagoside e 8-O-p-coumaroyl-arpagide sono trasformati nell'alcaloide monoterpene aucubina B.

Baghdikian B, Guiraud-Dauriac H, Ollivier E, N'Guyen A, Duménil G, Balansard G. Formation of nitrogen-containing metabolites from the main iridoids of *Harpagophytum procumbens* and *H. zeyheri* by human intestinal bacteria *Planta Med.* 1999 Mar;65(2):164-6

<sup>127</sup>Qi J, Chen JJ, Cheng ZH, Zhou JH, Yu BY, Qiu SX.: Iridoid glycosides from *Harpagophytum procumbens* D.C. (devil's claw). *Phytochemistry.* 2006 Jul;67(13):1372-7

Nell'arpagofito sono presenti arprocumbide A (6"-O-alpha-D-galactopyranosylharpagoside), arprocumbide B (6"-O-(cis-p-coumaroyl)-procumbide, glycosides 6-O-alpha-D-galactopyranosylharpagoside, arpagoside, arpagide, 8-cinnamoylmyoporoside, 8-O-feruloylhapagide, procumbide, 6"-O-(p-coumaroyl)-procumbide, 8-O-(p-coumaroyl)-arpagide e 8-O-(cis-p-coumaroyl)-arpagide.

<sup>128</sup>Boje K, Lechtenberg M, Nahrstedt A. New and known iridoid- and phenylethanoid glycosides from *Harpagophytum procumbens* and their in vitro inhibition of human leukocyte elastase *Planta Med.* 2003 Sep;69(9):820-5

<sup>129</sup>Test delle contorsioni

<sup>130</sup>Soulimani-R; Younos-C; Mortier-F; Derrieu-C The role of stomachal digestion on the pharmacological activity of giant extracts, using as an example extracts of *Harpagophytum procumbens* *CAN-J-PHYSIOL-PHARMACOL.* 72/12 (1532-1536) 1994.

Lanthers MC, Fleurentin J, Mortier F, Vinche A, Younos C. Title Anti-inflammatory and analgesic effects of an aqueous extract of *Harpagophytum procumbens*. *Planta Med.* 58(2):117-23,

la somministrazione intraperitoneale ed intraduo-denale dell'estratto acquoso inibisce significativamente i test analgesici ed antinfiammatori, mentre la somministrazione per via orale si dimostra meno efficace. Gli autori sottolineano la necessità di formulazione orali capaci di limitare l'azione deleteria del succo gastrico acido. In questi test mentre l'arpagoside si dimostra essere il principale responsabile dell'attività analgesica è meno efficace come antinfiammatorio. Altro test frequentemente utilizzato nelle cavie è l'artrite sperimentale indotta da adiuvante di Freund. In questo caso gli estratti di Arpagofito si dimostrano capaci di ridurre l'infiammazione sia in acuto che nel trattamento cronico<sup>131</sup>. L'efficacia antinfiammatoria è stata studiata anche in modelli topici ed il test utilizzato più frequentemente è l' edema dell' orecchio del topo<sup>132</sup> indotto da TPA. In questo caso gli estratti dell'Artiglio del Diavolo dimostrano discreta attività.

Numerosi sono anche gli studi e le review relativi alla sua efficacia nell' uomo. Nello studio di Leblan<sup>133</sup> 4 mesi di trattamento con estratti di arpagofito determinavano diminuzione del dolore osteoartrite dell'anca e del ginocchio, minor utilizzo di farmaci antinfiammatori e minor incidenza di effetti collaterali rispetto alla diacereina, farmaco utilizzato come riferimento. Nello studio di Chrubasik<sup>134</sup> sul dolore lombare si è studiato, in doppio cieco, l'efficacia di un estratto di Arpagofito nei confronti di rofecoxib, un inibitore della ciclo ossigenasi 2. I risultati dimostrano risposte comparabili in termini di diminuzione del dolore. Gobel<sup>135</sup> ha studiato, in doppio cieco, l'efficacia nel

1992 Apr.

<sup>131</sup>Andersen ML, Santos EH, Seabra Mde L, da Silva AA, Tufik S. Evaluation of acute and chronic treatments with *Harpagophytum procumbens* on Freund's adjuvant-induced arthritis in rats *J Ethnopharmacol.* 2004 Apr;91(2-3):325-30

<sup>132</sup>Del-Carmen-Recio-M; Giner-RM; Manes-S; Rios-JL Structural considerations on the iridoids as anti-inflammatory agents *PLANTA-MED.* 60/3 (232-234) 1994

<sup>133</sup>Leblan D, Chantre P, Fournie B. *Harpagophytum procumbens* in the treatment of knee and hip osteoarthritis. *Joint Bone Spine.* 2000;67(5):462-7

<sup>134</sup>Chrubasik S, Model A, Black A, Pollak S. A randomized double-blind pilot study comparing Dolotefin and Vioxx in the treatment of low back pain. *Rheumatology (Oxford).* 2003 Jan;42(1):141-8

<sup>135</sup>Gobel H, Heinze A, Ingwersen M, Niederberger U, Gerber D. [Effects of *Harpagophytum procumbens* L1 174 (devil's claw) on sensory, motor und vascular muscle reactivity in the treatment of unspecific back pain] *Schmerz.* 2001

dolore muscolare valutando anche gli effetti vascolari e sensoriali. Dopo 4 settimane di trattamento vi era una significativa variazione del dolore nella scala analogica visiva e nei test algometrici compresi quelli determinati da ischemia vascolare. Al contrario non furono evidenziate variazioni rispetto al gruppo placebo nei riflessi muscolari antinocicettivi e nell'EMG. Relativamente al meccanismo d'azione gli autori ipotizzano una significativa influenza dell'estratto sulla risposta vascolare muscolare e dell'apparato sensoriale con secondaria riduzione anche della rigidità muscolare. In questi test non furono evidenziati azioni sul sistema nervoso centrale. Come già accennato numerose review hanno valutato le proprietà antinfiammatoria, nell'uomo, delle piante medicinali in generale e quelle dell'Arpagofito in particolare. Qui ricordiamo lo studio di Gagnier<sup>136</sup> che sottolinea l'efficacia dell'Artiglio del Diavolo nel dolore lombare e nelle riacutizzazioni<sup>137</sup> e quella di Brien<sup>138</sup>, che pur sottolineando l'efficacia nel dolore muscolo scheletrico, ricorda la carente informazione sul meccanismo d'azione e sulla sicurezza del prodotto. Comunque sia, in generale, il trattamento con preparazioni contenenti artiglio del diavolo sono efficaci (se le preparazioni contengono almeno 50 mg di arpagoside) con pochi effetti collaterali<sup>139</sup> e ben tollerate anche nei trattamenti a lungo termine<sup>140</sup>.

Ci sembra opportuno, a conclusione di questo paragrafo, descrivere almeno alcuni degli aspetti farmacologici con cui l'Artiglio del diavolo esercita azione antinfiammatoria ed analgesica. Quello che sembra accertato<sup>141</sup> è che l'effetto antiin-

fiammatorio non è determinato da un indiretto rilascio di ormoni minerali corticoidi dalla corticale del surrene. All'efficacia dell'estratto potrebbero partecipare le capacità antiossidanti<sup>142</sup> (che non sembrano in relazione al contenuto di arpagoside) mentre non sembra vi siano significative modificazioni, almeno in volontari sani, degli eicosanoidi ematici<sup>143</sup>. Entrando in dettaglio delle evidenze sperimentali fin qui documentate ricordiamo quanto sottolineato da Schulze<sup>144</sup>. L'Autore innanzitutto ricorda come l'osteoartrite si caratterizzi anche per un danno alla cartilagine articolare con alterazione dell'equilibrio fra sintesi e degradazione della matrice extracellulare cartilaginea. Considerato che l'osteoartrite è caratterizzata da una aumentata produzione di citochine (IL-1beta eTNF-alpha) e che queste determinano aumentata produzione di metalloproteinasi nella matrice extracellulare l'Autore ha studiato l'effetto antireumatico lungo questa via metabolica. Gli estratti di arpagofito sono in grado di diminuire l'aumentata produzione di metalloproteinasi stimolata da IL 1 beta concorrendo così a preservare la matrice cartilaginea extracellulare. A questo riguardo è necessario ricordare che numerose piante medicinali, accanto all'artiglio del diavolo, sono in grado di modulare la produzione di citochine durante il processo infiammatorio<sup>145</sup>. A questo riguardo ricordiamo che Fiebi-

Feb;15(1):10-8

<sup>136</sup>Gagnier JJ, van Tulder M, Berman B, Bombardier C. Herbal medicine for low back pain. *Cochrane Database Syst Rev*. 2006 Apr 19;(2):CD004504

<sup>137</sup>Gagnier JJ, Chrubasik S, Manheimer E. Harpagophytum procumbens for osteoarthritis and low back pain: a systematic Review *BMC Complement Altern Med*. 2004 Sep 15;4:13

<sup>138</sup>Brien S, Lewith GT, McGregor G. Devil's Claw (*Harpagophytum procumbens*) as a treatment for osteoarthritis: a review of efficacy and safety. *J Altern Complement Med*. 2006 Dec;12(10):981-93

<sup>139</sup>Chrubasik S. [Devil's claw extract as an example of the effectiveness of herbal analgesics] *Orthopade*. 2004 Jul;33(7):804-8

<sup>140</sup>Chrubasik S, Kunzel O, Thanner J, Conrad C, Black A. A 1-year follow-up after a pilot study with Doloteffin for low back pain *Phytomedicine*. 2005 Jan;12(1-2):1-9

<sup>141</sup>Catelan SC, Belentani RM, Marques LC, Silva ER, Silva MA, Caparroz-Assef SM, Cuman RK, Bersani-Amado CA. The role of adrenal corticosteroids in the anti-inflammatory effect

of the whole extract of *Harpagophytum procumbens* in rats. *Phytomedicine*. 2006 Jun;13(6):446-51. Epub 2005 Sep 19

<sup>142</sup>Betancor-Fernandez A, Perez-Galvez A, Sies H, Stahl W. Screening pharmaceutical preparations containing extracts of turmeric rhizome, artichoke leaf, devil's claw root and garlic or salmon oil for antioxidant capacity *J Pharm Pharmacol*. 2003 Jul;55(7):981-6

<sup>143</sup>Authors Moussard C, Alber D, Toubin MM, Thevenon N, Henry JC. A drug used in traditional medicine, *Harpagophytum procumbens*: no evidence for NSAID-like effect on whole blood eicosanoid production in human. *Prostaglandins Leukot Essent Fatty Acids*. 46(4):283-6, 1992 Aug.

<sup>144</sup>Schulze-Tanzil G, Hansen C, Shakibaei M. [Effect of a *Harpagophytum procumbens* DC extract on matrix metalloproteinases in human chondrocytes in vitro] *Arzneimittelforschung*. 2004;54(4):213-20

<sup>145</sup>Spelman K, Burns J, Nichols D, Winters N, Ottersberg S, Tenborg M. Modulation of cytokine expression by traditional medicines: a review of herbal Immunomodulators. *Altern Med Rev*. 2006 Jun;11(2):128-50

Ricordiamo a questo riguardo che secondo l'articolo citato dimostrano modulazione di diverse citochine *Acalypha wilkesiana*, *Acanthopanax gracilistylus*, *Allium sativum*, *Ananuscomorus*, *Cissampelos sympodialis*, *Coriolus versicolor*, *Curcuma longa*, *Echinaceapurpurea*, *Grifola frondosa*, *Harpagophytum procumbens*, *Panax ginseng*, *Polygalatenuifolia*, *Poria cocos*,

ch<sup>146</sup> ha studiato, in vitro, la capacità di una preparazione standardizzata di Artiglio del Diavolo di inibire, su monociti umani, la produzione di alfa Tumor Necrosis factor (TNF alfa) stimolata dai lipopolisaccaridi. L'inibizione avveniva in modo dose dipendente.

Nello studio di Huang<sup>147</sup>, eseguito in vitro su cellule di epatocarcinoma, si sottolinea che l'arpagosome, uno dei maggiori componenti dell' Artiglio del diavolo, è coinvolto nella soppressione genica della attivazione del NF - Kappab. Ne segue inibizione della espressione della cicloossigenasi 2 e dell'Ossido Nitrico inducibile. La conseguenza è limitazione del dolore e dell'infiammazione. Analoghi sono gli studi di Jiang<sup>148</sup>. L'estratto acquoso di Artiglio del diavolo sopprime, in vitro su linee fibroblastiche, la sintesi di PGE e la produzione di Ossido Nitrico inibendo la stimolazione determinata dal lipopolisaccaride<sup>149</sup> (che aumenta l'espressione genica per la cicloossigenasi 2 e Ossido Nitrico inducibile). Anche Kaszkin e coll.<sup>150</sup> hanno studiato, sul rene del ratto<sup>151</sup>, gli effetti antinfiammatori dell'estratto di Artiglio del diavolo. In particolare gli

Autori hanno valutato l'effetto sulla produzione di Ossido Nitrico indotto da IL 1 e sulla regolazione della trascrizione di sintetasi NO inducibile (iNOS) sulle cellule mesangiali del rene. Gli estratti ad alta concentrazione di arpagosome hanno proprietà inibitorie, mentre quelli a basso dosaggio non hanno questa proprietà. Considerato però che anche una formulazione priva di arpagosome inibisce iNOS gli A. suggeriscono che anche altri componenti della droga concorrono agli effetti antinfiammatori di questi estratti. Alcune preparazioni di artiglio del diavolo, poi, mostrano effetti anti ossidanti caratteristica questa che non è presente nell'arpagosome. A conclusione gli A. suggeriscono la possibile utilità degli estratti di Artiglio del Diavolo nelle malattie infiammatorie del glomerulo renale.

### Azione digestiva

Gli iridoidi alla droga hanno un indice di amaro compreso tra 5.000 e 12.000. Per questo motivo, o anche per questo motivo, hanno azione digestiva<sup>152</sup>. L'Arpagosome mostra in alcuni studi proprietà antiepatossiche<sup>153</sup> mentre l'estratto in toto stimola la produzione di bile ed ha proprietà colagoghe. Sostanze iridoidi simili a quelle contenute nell' Artiglio del Diavolo riducono anche la colesteri sperimentale negli animali<sup>154</sup>. L'infuso si è dimostrato efficace nelle enteriti associate a diverticoli duodenali<sup>155</sup>.

*Silybum marianum*, *Smilax glabra*, *Tinospora cordifolia*, *Uncaria tomentosa* e *Withania somnifera*. Le citochine più spesso in causa sono IL-1, IL-6, TNF e IFN

<sup>146</sup>Fiebich BL, Heinrich M, Hiller KO, Kammerer N. Inhibition of TNF-alpha synthesis in LPS-stimulated primary human monocytes by Harpagophytum extract SteiHap 69. *Phytomedicine*. 2001 Jan;8(1):28-30

<sup>147</sup>Huang TH, Tran VH, Duke RK, Tan S, Chrubasik S, Roufogalis BD, Duke CC.: Harpagoside suppresses lipopolysaccharide-induced iNOS and COX-2 expression through inhibition of NF-kappa B activation *J Ethnopharmacol*. 2006 Mar 8;104(1-2):149-55. Epub 2005 Oct

<sup>148</sup>Jang MH, Lim S, Han SM, Park HJ, Shin I, Kim JW, Kim NJ, Lee JS, Kim KA, Kim CJ. Harpagophytum procumbens suppresses lipopolysaccharide-stimulated expressions of cyclooxygenase-2 and inducible nitric oxide synthase in fibroblast cell line L929 *J Pharmacol Sci*. 2003 Nov;93(3):367-71

<sup>149</sup>Il lipopolisaccaride (LPS) è una molecola derivata dalla membrana cellulare esterna dei batteri gram negative. È uno degli stimoli più potenti nei confronti dei macrofagi come di altre cellule, tra cui cellule endoteliali ed i leucociti. Quindi LPS è un potente stimolo pro - infiammatorio. E. Rubin, F. Gorstein, R. Rubin, R. Schwarting, D. Stayer: *Patologia*. Cea Ed, 2006

<sup>150</sup>Kaszkin M, Beck KF, Koch E, Erdelmeier C, Kusch S, Pfeilschifter J, Loew D. Downregulation of iNOS expression in rat mesangial cells by special extracts of Harpagophytum procumbens derives from harpagoside-dependent and independent effects. *Phytomedicine*. 2004 Nov;11(7-8):585-95

<sup>151</sup>Del resto avevamo accennato che questa era una delle indicazioni date dalla medicina popolare europea

<sup>152</sup>Ricordiamo al lettore che le sostanze amare stimolando le papille gustative stimolano indirettamente attraverso le vie nervose la secrezione gastrointestinale. R.F. Weiss (da1) inserisce questa pianta negli amari aromatici considerandola una delle più potenti.

<sup>153</sup>Garg-HS; Bhandari-SPS; Tripathi-SC; Pantai-GK; Puri-A; Saxena-R; Saxena-RP Antihepatotoxic and immunostimulant properties of iridoid glycosides of *Scorophularia koelzii* *PHYTOTHER-RES*. 8/4 (224-228).

Nello studio in questione eseguito sulle parti aeree di *Scorophularia koelzii* l'epatoprotezione era verificata sulla tossicità epatica indotta da thioacetamide. I componenti responsabili erano 4 glicosidi iridoidi compreso l'arpagosome

<sup>154</sup>Mizogushi Y, Sakagami C, Ichikawa Y, Kobayashi K, : choleretic effect of iridodiol on experimentally induced intrahepatic cholestasis. *Planta Med* 1992; 58: 394-7

<sup>155</sup>G. Spignoli (op.cit.)

## Effetti sull'apparato cardiovascolare

Autori Italiani<sup>156</sup> hanno studiato l'effetto dell'estratto di Arpagofito sull'apparato cardiovascolare. Mentre protegge dalle aritmie ipercinetiche indotte da ischemia riperfusione, in modo dose dipendente, ha azione bifasica sull'inotropismo. Infatti i ratti alimentati con preparazioni a basso dosaggio mostravano una diminuzione della frequenza cardiaca ed un effetto isotropo positivo. Al contrario ad alti dosaggi di somministrazione si evidenziava un effetto inotropo negativo. Lo studio elettrofisiologico evidenziava effetto inibitorio sul tessuto di conduzione (effetto cronotropo negativo) riducendo anche l'insorgenza di foci ectopici. Sulla Pressione arteriosa l'Arpagofito ha, essenzialmente, un effetto ipotensivo. Gli autori sottolineano che gli effetti cardiaci sarebbero legati, almeno in parte ad una complessa modulazione l'influsso di calcio nelle fibrocellule muscolari. Fra i diversi principi attivi quelli particolarmente in causa nell'azione sull'apparato cardiovascolare sembrano essere iridoidi, triterpeni e flavonoidi.

## Altre azioni

Di seguito ricordiamo alcuni studi sperimentali eseguiti in vitro e sulle cavie che necessitano di ulteriori verifiche. In ogni caso queste caratteristiche potrebbero giustificare alcuni utilizzi proposti dalla medicina naturale.

Dalle radici dell' Arpagofito sono stati isolate 2 sostanze diterpeniche che mostrano, in vitro, proprietà inibitorie verso *Plasmodium falciparum* cloroquina resistente<sup>157</sup> ed altre che inibiscono l'ela-

<sup>156</sup>Occhiuto F, Circosta C, Ragusa S, Ficarra P, Costa De Pasquale R A drug used in traditional medicine: *Harpagophytum procumbens* DC. IV. Effects on some isolated muscle preparations. *J Ethnopharmacol.* 13(2):201-8, 1985 May

Costa De Pasquale R, Busa G, Circosta C, Iauk L, Ragusa S, Ficarra P, Occhiuto F. A drug used in traditional medicine: *Harpagophytum procumbens* DC. III. Effects on hyperkinetic ventricular arrhythmias by reperfusion. *Source J Ethnopharmacol.* 13(2):193-9, 1985 May

Circosta C, Occhiuto F, Ragusa S, Trovato A, Tumino G, Briguglio F, de Pasquale A A drug used in traditional medicine: *Harpagophytum procumbens* DC. II. Cardiovascular activity. *J Ethnopharmacol.* 11(3):259-74, 1984 Aug

F, Occhiuto, A, De Pasquale: electrophysiological effects of some active principles of *Harpagophytum procumbens* DC in the dog. *Pharmacological research* Vol 22 Suppl 3 (p72), 1990

<sup>157</sup>Clarkson C, Campbell WE, Smith P. In vitro antiplasmodial activity of abietane and totarane diterpenes isolated from Har-

stasi leucocitaria<sup>158</sup>. Gli estratti hanno attività ipoglicemizzante nel topo<sup>159</sup> e proprietà antibatteriche ed antimicotiche e potrebbero giustificare l'utilizzo topico in alcune malattie dermatologiche<sup>160</sup>. Il pretrattamento topico con estratti di Artiglio del Diavolo ha azione chemopreventiva, nel ratto, sul danno cutaneo indotto da TPA<sup>161</sup> e su questo animale ha dimostrato avere proprietà anticonvulsivanti<sup>162</sup>. In vitro L'artiglio del diavolo inibisce gli

*Harpagophytum procumbens* (devil's claw). *Planta Med.* 2003 Aug;69(8):720-4. Si tratta di (+)-8,11,13-totaratriene-12,13-diolo e (+)-8,11,13-abietatrien-12-olo

<sup>158</sup>Boje K (op. cit.). In particolare le sostanze con questa proprietà sono 6'-O-Acetylacteoside con IC50 di 47 microg/mL (70 microM), isoacteoside con IC50 di 179 microg/mL (286 microM), 8-p-coumaroylharpagide con IC50 di 179 microg/mL (331 microM), pagoside con IC50 154 microg/mL (260 microM). Valori più alti sono stati trovati per acteoside, arpagoside ed acido cinnamico

<sup>159</sup>Mahomed IM, Ojewole JA. Analgesic, antiinflammatory and antidiabetic properties of *Harpagophytum procumbens* DC (Pedaliaceae) secondary root aqueous extract. *Phytother Res.* 2004 Dec;18(12):982-9.

In questo studio si evidenziava anche effetto analgesico verso stimoli termici e chimici e proprietà antinfiammatorie sull'edema indotto da albumina

<sup>160</sup>Weckesser S, Engel K, Simon-Haarhaus B, Wittmer A, Pelz K, Schempp CM. Screening of plant extracts for antimicrobial activity against bacteria and yeasts with dermatological relevance. *Phytomedicine.* 2007 Feb 7;

In questo studio gli autori hanno studiato *Gentiana lutea*, *Harpagophytum procumbens*, *Boswellia serrata* (estratti secchi), *Usnea barbata*, *Rosmarinus officinalis* e *Salvia officinalis*. Considerata l'efficacia delle preparazioni ne propongono l'uso in alcune malattie dermatologiche come l'acne volgare e l'eczema seborroico

<sup>161</sup>Kundu JK, Mossanda KS, Na HK, Surh YJ. Inhibitory effects of the extracts of *Sutherlandia frutescens* (L.) R. Br. and *Harpagophytum procumbens* DC. on phorbol ester-induced COX-2 expression in mouse skin: AP-1 and CREB as potential upstream targets. *Cancer Lett.* 2005 Jan 31;218(1):21-31.

Gli estratti di *Sutherlandia frutescens* (L.) R. Br. e *Harpagophytum procumbens* DC. limitano il danno prodotto da 12-O-tetradecanoylphorbol-13-acetato (TPA) limitando l'espressione COX2. Relativamente al meccanismo d'azione gli estratti inibiscono l'attivazione indotta da TPA sulla Proteina 1 attivatrice (AP-1) ed attenuano l'espressione del suo componente chiave c-Fos.

<sup>162</sup>Mahomed IM, Ojewole JA. Anticonvulsant activity of *Harpagophytum procumbens* DC [Pedaliaceae] secondary root aqueous extract in mice. *Brain Res Bull.* 2006 Mar 15;69(1):57-62. Epub 2005 Nov 15.

L'estratto acquoso nel topo significativamente ritarda l'inizio ed antagonizza le convulsioni determinate da pentilentetrazolo, antagonizza le convulsioni indotte da picrotossina e parzialmente antagonizza le convulsioni indotte da bicucullina. Probabilmente l'azione si realizza migliorando la trasmissione GABAergica o facilitando l'azione GABAergica nel cervello. Complessivamente l'inizio delle convulsioni era ritardato e la durata

enzimi del citocromo P450<sup>163</sup> potendo, almeno in teoria, modificare il metabolismo di sostanze e farmaci.

### Controindicazioni ed effetti collaterali

Considerato il potere amaricante ed il conseguente stimolo sulle secrezioni digestive appare controindicato nelle ulcere gastriche e duodenali. In generale comunque si tratta di una droga ben tollerata e con scarsi effetti collaterali<sup>164</sup>. Considerato il potere antiaritmico è sconsigliata l'associazione con farmaci analoghi. È stata riportata una possibile potenziale interazione con farmaci anticoagulanti come il warfarin<sup>165</sup>.

### Dosaggio

Può essere utilizzata come droga contusa in infusi ed in altre preparazioni per uso orale. Dose giornaliera media suggerita: in caso di inappetenza: 1,5 g; altrimenti 4,5 g di droga o la dose corrispondente delle varie preparazioni<sup>166</sup>.

**Esempio di infuso** Versare 300 ml di acqua bollente su 4,5 g di droga tagliata e lasciare in infusione per 8 ore a temperatura ambiente. Filtrare ed assumere in tre porzioni nel corso della giornata.

Estratti: secondo M. Pedretti l'impiego di estratti titolati di arpagofito consente di ridurre le dosi di corticoidi prescritti abitualmente nelle affezioni reumatiche facendo, nel contempo, registrare la comparsa di effetti secondari interessanti, come

media di queste erano marcatamente ridotte.

<sup>163</sup>Unger M, Frank A. Simultaneous determination of the inhibitory potency of herbal extracts on the activity of six major cytochrome P450 enzymes using liquid chromatography/mass spectrometry and automated online extraction. *Rapid Commun Mass Spectrom.* 2004;18(19):2273-81.

Le altre piante considerate nello studio che hanno analoghe caratteristiche sono, oltre a *Harpagophytum procumbens*, *Tanacetum parthenium*, *Polygonum multiflorum*, *Piper methysticum*, *Mentha piperita*, *eucalyptus Eucalyptus globulus*, *Trifolium pratense* e *Citrus paradisi*

<sup>164</sup>Refit: Repertorio fitoterapeutico (a cura di M. Galliano Raspinò), OEMF Ed, 1996, [www.Farmacovigilanza.org](http://www.Farmacovigilanza.org).

In soggetti sensibili possono comparire lievi disturbi gastrointestinali

<sup>165</sup>Heck AM, DeWitt BA, Lukes AL. Potential interactions between alternative therapies and warfarin. *Am J Health Syst Pharm* 2000; 57: 1221-1227

<sup>166</sup>Refit 97 (op.cit)

l'abbassamento della colesterolemia e dell'uricemia<sup>167</sup>. In ogni caso ricordiamo che gli studi internazionali hanno sottolineato che per esercitare l'azione antinfiammatoria le preparazioni devono contenere almeno 50 mg di arpagoside. In tabella 2, tratta dalla monografia apparsa su [www.farmacovigilanza-fitovigilanza.it](http://www.farmacovigilanza-fitovigilanza.it), è riportata la maggior parte delle preparazioni presenti sul mercato italiano.

### Lettura Energetica<sup>168</sup>

Pianta che combatte l'eccesso di Fuoco e Calore agendo, nel modello a Cinque, sull'eccesso di Fuoco Yang. Può, pertanto, ledere lo Yang di cuore da cui l'azione negativa, nei lunghi trattamenti sulla funzione ed il ritmo cardiaco. Riducendo il Calore favorisce anche la circolazione del Sangue e, pertanto, utile nelle forme di dolore Le-Tong da stasi del Sangue. L'azione sul flusso biliare e le allergie lo inseriscono fra le piante drenanti l'eccesso di Legno Yang.

<sup>167</sup>Refit 97 (op.cit)

<sup>168</sup>Di Stanislao C., Corradin M., D'Onofrio T.: *Dispense di Fitoterapia Scientifica e Energetica*, policopie, Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.

Tabella 2: Preparazioni contenenti Arpagofito in commercio in Italia

<b>Prodotto</b>	<b>Ditta fornitrice</b>
Artiglio ABO Diav. Opercoli	Aboca
Artiglio del diavolo cps	Arkocapsule
Artiglio del diavolo cps	Body spring
Artiglio del diavolo biogranuli	Bonomelli
Artiglio Diavolo cpr	Erbex
Artiglio Diavolo tav.	Esi
Artiglio del diavolo cps	Fitosalute
Artiglio del diavolo cpr	Gricar chemical
Artiglio Diavolo ampolle	La farmacosanitaria
Artiglio del Diavolo radice	Natur pharma group
Artiglio del diavolo macerato idroalcolico	Pegaso
Artiglio del diavolo tintura madre	Planta medica
Artiglio del diavolo opercoli	Planta medica
Artiglio del diavolo perle	Provat
Artiglio Diavolo tintura madre	Sangalli
Artiglio Diavolo fl	Sifra omeopatici
Artiglio Diavolo SID tav/cps	Sidaf
Artiglio del diavolo cps	Specchiasol
Artiglio Diavolo vegicaps	Solgar Italia
Artiglio del diavolo fl.	Ulrich
Artiglio del diavolo cps	Vanda
Artiglio Diavolo VIT cpr	Vitalus

# Agopuntura e omeopatia versus vaccino con virus inattivato nella prevenzione delle recidive erpetiche

Dott. Carlo Di Stanislao<sup>169</sup>  
c.distanislao@agopuntura.org

“Esercitare liberamente il proprio ingegno, ecco  
la vera felicità”  
*Aristotele*

“Chi desidera eccellere deve misurarsi in ciò  
che è di per sé eccellente”  
*Epitteto*

“Tra le cose sicure, la più sicura è il dubbio”  
*Bertold Brecht*

## Sommario

Allo scopo di valutare l'efficacia preventiva di un vaccino antiherpetico con virus inattivato (tipo 1 e 2) e di una combinazione agopuntura più omeopatia, si è proceduto ad uno studio clinico di confronto della durata di nove mesi, che ha verificato, in due gruppi omogenei di pazienti, riduzione di durata e di numero di recidive erpetiche. La profilassi vaccinale si è dimostrata più efficace della combinazione agopuntura e omeopatia che, comunque, non è risultata priva di efficacia. Si ipotizzano, nella nota conclusiva, possibili altri schemi di trattamento in agopuntura, in relazione ad ulteriori, plausibili possibilità.

**Parole chiave:** herpes ricorrente, agopuntura, omeopatia, vaccino.

## Abstract

In order to estimate the preventive effectiveness of a anti-herpetic vaccine with inactivated virus (type 1 and 2) and a combination acupuncture more homeopathy, is proceeded to a clinical study of comparison of the duration of nine months, that it has verified, in two homogenous groups of patients, reduction of duration and number of erpetiche recidive. You outlined vaccinates them has demonstrated more effective of the combination acupuncture and homeopathy that, however, has not turned out lacking in effectiveness. They are assumed, in conclusive note, possible the other outlines of treatment in acupuncture, relation to ulterior, reasonable possibilities.

**Key words:** recurrent herpes, acupuncture, homeopathy, vaccine.

Gli herpes-virus appartengono alla famiglia degli herpesviridae<sup>170</sup>: virus capsulati a DNA con

<sup>170</sup>Cfr. figura 52. Gli Herpesvirus (Herpesviridae) costituiscono una famiglia di virus caratterizzati dalla presenza di envelope, tegumento e di una capsida a simmetria cubica. Le dimensioni variano tra i 180-200 nm e il genoma, a DNA lineare, si trova avvolto attorno ad un core centrale proteico. La famiglia Hrpesviridae viene suddivisa in tre sottofamiglie:

1. Alphaherpesvirinae (Virus dell' Herpes labiale, Virus della varicella);

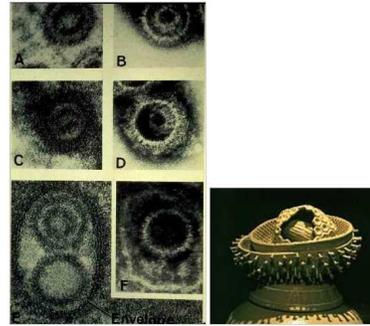


Figura 52: Herpesvirus

struttura icosadeidrica, inattivati da alcool ed etere, in grado di determinare una tipica degenerazione delle cellule epiteliali (*degenerazione balloniforme o globiforme di Unna*) e sono attualmente suddivisi nelle seguenti specie ([1]):

1. HHV-1 Herpes simplex 1 (HSV-1)
2. HHV-2 Herpes simplex 2 (HSV-2)
3. HHV-3 Varicella-zoster (VZV)
4. HHV-4 Epstein-Barr (EBV) <sup>171</sup>
5. HHV-5 Citomegalovirus (CMV) <sup>172</sup>
6. HHV-6 Herpes virus umano 6 <sup>173</sup>

2. Betaherpesvirinae (Cytomegalovirus);

3. Gammaherpesvirinae.

Vedi: [http://www.med.unifi.it/didonline/ Anno-III/microbiol-clin/ Nuova%20cartella1/ Herpesviridae.pdf](http://www.med.unifi.it/didonline/Anno-III/microbiol-clin/Nuova%20cartella1/Herpesviridae.pdf); [http://www.microbiologia.unige.it/dpb/Appunti/ 15%20VirusSpeciale.DOC](http://www.microbiologia.unige.it/dpb/Appunti/15%20VirusSpeciale.DOC) e [http://www.cvm.okstate.edu/instruction/mm\\_curr/ InfectiousDiseases/ DNAviruses/herpesviridae/ Herpesvirus\\_micrographs.jpg](http://www.cvm.okstate.edu/instruction/mm_curr/InfectiousDiseases/DNAviruses/herpesviridae/Herpesvirus_micrographs.jpg).

<sup>171</sup>Contratto generalmente durante l'infanzia, il virus può causare la mononucleosi infettiva, quasi sempre asintomatica nei bambini, ma con manifestazioni cliniche nell'adolescente e nell'adulto. È nota anche come "malattia del bacio" per la facilità di trasmissione attraverso la saliva.

<sup>172</sup>Responsabile di un'infezione generalmente asintomatica, il *citomegalovirus* può causare invece patologie gravi nei bambini e nei pazienti immunocompromessi (soprattutto polmonite), danni al feto (fino all'aborto) e al neonato. Si trasmette attraverso il contatto con i liquidi biologici di una persona infetta (sangue, saliva, secrezioni genitali, urine, feci e latte materno). Questo virus nei pazienti immunodepressi può intaccare gli occhi e provocare cecità.

<sup>173</sup>È il virus associato alla malattia esantematica nota come "sesta malattia" che generalmente interessa i bambini al di sotto dei 4 anni. Nei pazienti immunocompromessi può invece determinare, in rari casi, encefalite e polmonite.



Figura 53: Herpes labialis

7. HHV-7 Herpes virus umano 7<sup>174</sup>
8. HHV-8 Herpes virus umano 8 KSHV Sarcoma di Kaposi<sup>175</sup>.

Tutti i virus erpetici hanno il medesimo comportamento ( [2]). Dopo l'infezione primaria rimangono generalmente latenti all'interno dei tessuti dell'ospite ma riattivandosi, anche dopo molto tempo, possono causare o essere associati a un ampio spettro di disturbi che vanno dalle semplici eruzioni cutanee al ritardo mentale, passando per una serie di patologie specifiche dei singoli virus. Sia l'infezione primaria che le manifestazioni ricorrenti possono dare problemi soprattutto ai pazienti con sistema immunitario immaturo o compromesso ( [3]). L'herpes simplex si manifesta con lesioni eritema-vescicolari, raggruppate in numero di 7-10 e può interessare il viso (*erpete prolabialis* da HSV-1, cfr. figura 53) o i genitali (*erpete genitalis* da HSV-2, cfr. figure 54 e 55).

L'eruzione erpetica si manifesta attraverso quattro stadi ( [4]):

1. congestione iniziale, si avverte una sensazione di tensione e di bruciore nella regione interessata, dopo qualche ora si evidenzia una chiazza rossa, edematosa e ricoperta di papule;

<sup>174</sup> Recentemente scoperto, il virus è stato associato solo ad alcuni casi di eruzione cutanea (malattia esantematica), ma non a una particolare patologia.

<sup>175</sup> è l'herpesvirus recentemente associato al sarcoma di Kaposi, per questo viene anche denominato KSHV. L'infezione, o una sua riattivazione, precede la comparsa delle manifestazioni cliniche del tumore della pelle caratteristico delle persone anziane o dei soggetti gravemente immunocompromessi (trapiantati o pazienti in AIDS). Di solito si manifesta nella pelle, o nei tessuti mucosi interni di bocca, naso ed occhi ma, può diffondersi a polmoni, fegato, stomaco ed intestino, e linfonodi. Il KS colpisce circa il 20% dei pazienti con AIDS.



Figura 54: Herpes genitalis femmine



Figura 55: Herpes genitalis maschile

2. stadio eruttivo o fase di vescicolazione, le papule si trasformano in vescichette rotonde, uguali e grandi come una capocchia di spillo, accostate in modo da formare un caratteristico mazzetto;
3. stadio di essiccazione, le vescichette, piene di liquido chiaro, si rompono e si seccano, trasformandosi in una crosticina giallo-bruna;
4. stadio post-eruttivo, la crosta cade e rimane per alcuni giorni una modesta traccia rosso-bruna, che scompare senza lasciare cicatrice.

L'infezione primaria nel 99% dei casi non provoca manifestazioni cliniche (inapparente); in effetti la maggior parte degli adulti sono portatori di anticorpi senza aver alcun ricordo di una malattia erpetica. Le manifestazioni cliniche legate a questa invasione primaria che variano a seconda del tipo e della localizzazione, si riscontrano nell'1% dei casi. Solo in una piccola percentuale di casi e nei bambini più piccoli, la prima manifestazione può essere una *stomatite erpetica*<sup>176</sup>. La forma genitale un quadro clinico meno frequente del precedente che si riscontra di solito in età adulta per trasmissione sessuale: la donna soffre di una vulvo-vaginite erpetica con lesioni dolorose e disuria; per l'uomo si tratta di un'infezione meno fastidiosa ( [5]). La trasmissione al bambino dalla madre attraverso il canale del parto può causare una encefalite mortale. L'infezione erpetica assume carattere grave in caso di soggetti con dermatite atopica, determinando una o lesioni emorragiche o simili a quelle del vaiolo (*eruzione varicelliforme di Kaposi o eczema vaccinato di Kaposi-Jiuliusberg*, cfr. figura 56), [6] e [7].

Come già visto in circa il 90% dei casi il virus dell'herpes resta latente e solo nel 10% da luogo a manifestazioni cliniche e solo nel 10% di questi a ricorrenze più o meno ravvicinate. Uno stato febbrile, l'esposizione ai raggi solari, le mestruazioni,

<sup>176</sup>La malattia inizia con dolori alla bocca, salivazione, febbre, successivamente sulla mucosa orale compaiono vescicole disseminate che confluiscono e si macerano formando chiazze aftoidi grigio-giallastre. Le gengive sono rosse e gonfie; l'alimentazione sia solida che liquida è molto dolorosa. Le linfoghiandole sottomandibolari sono ingrossate e dolenti. Nei primi giorni si ha febbre anche alta che generalmente scompare dopo 4-5 giorni. Nella diagnosi differenziale bisogna prendere in considerazione l'aftosi, il mugugno, la difteria, l'erpangina.



Figura 56: Eruzione varicelliforme di Kaposi in adulto atopico

una terapia immunosoppressiva, un deficit immunitario congenito o acquisito (AIDS<sup>177</sup>), un disturbo

<sup>177</sup>Le vie di trasmissione dei due virus (HIV e Herpes tipo 2) sono identiche ma:

1. la probabilità di trasmissione verticale è dello 0,4% per l'HIV-2 contro il 25-35% dell'HIV-1;
2. la probabilità di trasmissione attraverso un singolo atto sessuale per l'HIV-2 è ridotto a circa un terzo e così dicasi della comparsa di anergia cutanea;
3. la riduzione dei CD4 avviene al ritmo dell'1
4. la progressione annua dell'HIV-2 verso l'AIDS è dello 0,5% mentre quella dell'HIV-1 sta fra il 3 ed il 5%;
5. l'HIV-2 colpisce soprattutto adulti mentre l'HIV-1 è più presente nei giovani;
6. sono invece note le similitudini sequenziali con i virus SIV e l'attribuzione di passaggio di specie che si fa risalire a 50-150 anni fa.

Il fatto che l'HIV-2 porti ad una minore distruzione dei CD4 ne ha fatto proporre un impiego come vaccino anche se, come nota Anderson sulla base di un modello matematico, non si può prevedere la coesistenza dei due ceppi per lungo tempo: infatti l'HIV-1, a causa della maggiore virulenza e del più elevato ritmo di replicazione, se infetta un portatore di HIV-2 soppianta in breve tempo il ceppo cugino. Inter alia, il criterio della maggiore capacità replicativa dovrebbe essere alla base di una competizione anche fra sottotipi diversi per cui la legge di Natura non consentirebbe una coesistenza pacifica. La minore patogenicità dell'HIV-2 non è regola assoluta da quanto risulta dallo studio dei 12 casi residenti in Europa occidentale, 8 dei quali hanno acquisito l'infezione in Africa occidentale: infatti la

digestivo, ma soprattutto lo stress psicofisico sono responsabili delle recidive ( [8]). In alcuni casi sono dei cibi a scatenare la riacutizzazione erpetica (le arachidi, l'alcool e il caffè). Non vi sono prove che l'impiego tempestivo e prolungato di topici antivirali o di tali principi per os, per lunghi periodi e a cicli per bocca, possano ridurre il numero e la gravità delle recidive ( [9]). L'impiego di vitamina C ad alte dosi, ovvero di micronutrienti vari<sup>178</sup>, non sembra modificare sostanzialmente l'andamento ed il numero di recidive<sup>179</sup> ( [10], [11]). Si afferma che il Macerato Glicerico alla 1<sup>a</sup> Decimale<sup>180</sup> di *Ulmus*

riduzione dei CD4 e la progressione dei sintomi clinici sono apparsi identici rispetto ai modelli classici delle infezioni da HIV-1; la metà dei virus HIV-2 isolati, ad esempio, formava sincizi in vitro. Leggi: [http://www.unicri.it/min.san.bollettino/bullettin\\_it/1997-2/rass1.htm](http://www.unicri.it/min.san.bollettino/bullettin_it/1997-2/rass1.htm)

<sup>178</sup>Vediamone alcuni:

- Vitamina A
- Vitamina C
- Complesso C
- Zinco chelato
- Calcio
- Magnesio
- L-Lisina
- Acidi Grassi Essenziali
- Monolaurina
- Isoprinossina
- Lecitina

<sup>179</sup>Non esiste nessuna cura radicale per l'Herpes genitale. Una volta che un individuo è infetto dall'Herpes, si porterà il virus nel suo corpo per tutta la vita. Vi sono droghe e creme antivirali (come l'Acyclovir), che possono essere usati per diminuire la gravità dei sintomi, la durata di un'eruzione, e la frequenza di eruzioni ricorrenti. Gli individui infetti possono anche evitare alcune delle cause note di eruzioni per prevenire eruzioni ricorrenti. Durante un'eruzione, un sollievo sintomatico può essere ottenuto mantenendo la zona colpita pulita e asciutta, prendendo analgesici (come aspirina o ibuprofen), e per l'Herpes genitale facendo bagni (sedendosi nella vasca con l'acqua calda che copre i fianchi). Inoltre è da tenere presente come le infezioni erpetiche genitali siano correlate in modo statisticamente significativo con l'insorgenza di manifestazioni neoplastiche dell'apparato genitale femminile. L'ipotesi proposta per spiegare la trasformazione dovuta al virus dell'herpes simplex è sintetizzata nella formula "hit and run". Il DNA virale, tramite un'interazione con il DNA cellulare o l'espressione di alcune funzioni specifiche, indurrebbe nelle cellule il fenotipo trasformato senza che rimangano in queste cellule tracce evidenti di sequenze o di funzioni virali.

<sup>180</sup>Detti anche Macerati Glicolici o Gemmoderivati. Sono preparazioni liquide ottenute dall'azione solvente di una miscela acqua-alcool-glicerolo su droghe vegetali fresche. Sono otte-



Figura 57: *Ulmus campestris*

*campestris*<sup>181</sup> possa combattere il virus e le sue recidive ( [12], [13]). Nelle stomatiti erpetiche utile il MG (sempre alla 1D) di *Vaccinium myrtillus*<sup>182</sup>

nuti per macerazione a freddo di gemme, giovani getti, giovani radichette provenienti esclusivamente da piante che vivono nel loro ambiente naturale, quindi non coltivate, raccolti nel loro tempo balsamico e utilizzati a poche ore dalla raccolta. Il macerato base, secondo l'indicazione della farmacopea omeopatica francese, si diluisce alla prima decimale (1D). In Italia ne è consentita la produzione esclusivamente alle officine farmaceutiche autorizzate e la vendita esclusivamente in farmacia. La qualità di MG dipende da molte cause: dall'estrazione, dalla maturazione, dalla provenienza, dalla conservazione, dal rendimento, che è molto basso. Tutto questo richiede un alto costo. Devono essere conservati in flaconi scuri al riparo dal calore, portare in etichetta il nome e la data di preparazione (scadenza tre anni).

<sup>181</sup>Cfr. figura 57. L'azione principale di questo gemmoterapico si esplica a livello cutaneo con un'azione in molteplici affezioni e riuscendo a regolare la secrezione delle ghiandole sebacee (normalizza la secrezione seborea del cuoio capelluto e del viso). La pianta contiene principi attivi come l'Ulmina, l'Olmotannino, la Fitosterina, ecc., inoltre contiene mucillagini, fitosteroli, sostanze amare e sali minerali.

<sup>182</sup>Cfr. figura 58. Il mirtillo nero (*Vaccinium myrtillus*) fiorisce in maggio e fruttifica in luglio-agosto, ha foglie ovali e frutti bluastri, che si consumano freschi o trasformati in marmellata. Il mirtillo rosso (*Vaccinium vitis-idaea*) ha foglie coriacee sempreverdi, con fiori bianchi o rosa, riuniti in grappoli terminali; produce bacche rosse commestibili ma amarognole, anch'esse adatte ad essere trasformate in marmellata. La maggior parte delle specie vive nell'emisfero settentrionale e soprattutto in climi temperati e freddi, ma non mancano mirtilli propri di aree tropicali come le Hawaii, il Madagascar, Giava. In Italia il genere *Vaccinium* è rappresentato solo nel Nord e sui monti del Centro. I frutti essiccati hanno proprietà astringenti e possono essere



Figura 58: Vaccinium myrtillus



Figura 59: Alfalfa



Figura 60: Trifoglio

Menta piperita<sup>184</sup>, il Trifoglio<sup>185</sup>, la Maggiorana<sup>186</sup>, la Melissa<sup>187</sup> e la Mirra<sup>188</sup>, l'Aglio<sup>189</sup> ([15], [16]).

( [14]). Altre piante attive sembrano essere: l'Alfalfa<sup>183</sup>, l'Aloe vera, l'Echinacea, la Liquirizia, l'olio di

utilizzati come antiartrici. Alcune sostanze presenti nel mirtillo sono considerate utili per la circolazione sanguigna, per gli occhi, e anche contro il diabete. L'estratto acquoso di *Vaccinium myrtillus* induce una resistenza all'infezione del virus dell'encefalite, infatti in condizioni sperimentali, osserviamo una diversa moltiplicazione virale nel tessuto nervoso, nel sangue e una diversa risposta da parte degli organi immunocompetenti. Vedi: <http://www.smbitalia.org/notizie/articoli/dodici.htm> e <http://it.wikipedia.org/wiki/Mirtillo>.

<sup>183</sup>Cfr. figura 59. Detta anche Erba medica. è una pianta erbacea perenne. Essa è stata per millenni il segreto della longevità di alcuni animali per l'alto contenuto in minerali, vitamine, proteine ed enzimi. Il sistema a radici profonde dell'erba medica permette alla pianta di assorbire sostanze nutritive dal profondo del suolo. Questo sistema di nutrizione profonda fornisce alla pianta proteine (possiede il 18% di proteine, 5% in più delle uova e 15% in più del latte), beta carotene, vitamine, minerali, enzimi, cumestrol, isoflavoni e fitoestrogeni, e gli alcaloidi asparagina e trigonellina. L'Erba Medica contiene ben 20.000-40.000 U. I. di vitamina K naturale. Questa sostanza serve a proteggere dalle emorragie ed a far coagulare il sangue, specie nei casi di ridotto tenore protrombinico e viene usata anche per frenare mestruazioni abbondanti e nei casi cronici di sangue dal naso. Lo stesso principio sarebbe responsabile di azione immunostimolante.

<sup>184</sup>È una Lamiacea

<sup>185</sup>Cfr. figura 60. È un genere di piante erbacee appartenente alla famiglia delle Fabaceae (o leguminose) e comprendente circa 300 specie. È diffuso nelle regioni temperate dell'emisfero boreale e in quelle montuose dei tropici, e deve il suo nome alla caratteristica forma della foglia, divisa in 3 foglioline (alcune specie però possiedono 5 o 7 foglioline). L'altezza della pianta può arrivare a 30 cm. Sono molto interessanti le proprietà medicamentose della pianta: dal trifoglio si estraggono ormoni vegetali (fitormoni), in particolare estrogeni, validi per rallentare l'invecchiamento di cute e mucose. Tali estrogeni inoltre sono efficaci per disturbi caratteristici delle donne in menopausa, quali vampate, depressione, osteoporosi, malattie cardiovascolari. *Trifolium* non resiste molto bene al freddo, e predilige i terreni argillosi; tuttavia si adatta a quasi ogni tipo di suolo, purché non sia eccessivamente impregnato d'acqua.

<sup>186</sup>Cfr. figura 61. Pianta erbacea perenne delle Labiate, originaria dell'Africa settentrionale; in Europa e in Italia è diffusa come pianta aromatica. Nelle zone fredde viene coltivata come annuale. Molto impiegata in cucina per aromatizzare carni in umido, funghi, legumi, salse, insalate di pomodori, ecc. Entra nella composizione di vermouth e liquori a base di erbe. Il profumo della maggiorana è più dolce e speziato rispetto a quello dell'origano, che è invece più fresco e pungente. Proprietà terapeutiche: sedative, antispasmodiche, tonico-stimolanti, diaforetiche. Per uso esterno, viene impiegato per frizioni antiaromatiche. Vedi: <http://www.agraria.org/coltivazionierbacee/aromatiche/maggiorana.htm>.



Figura 61: Maggiorana



Figura 62: Melissa



Figura 63: Mirra

<sup>187</sup>Cfr. figura 62. La *Melissa officinalis*, o Erba cedrina o Cedronella, o Melissa è una pianta erbacea spontanea, perenne e rustica, molto ricercata dalle api ed è appunto per questo motivo che prende il nome dal greco *mélissa*. Cresce spontaneamente nell'Europa meridionale e nell'Asia occidentale. In Italia la si può trovare lungo le siepi e nelle zone ombrose; viene inoltre coltivata nei giardini. È nota per le sue proprietà medicamentose ed è molto apprezzata anche come erba aromatica. In fitoterapia, della melissa sono utilizzati soprattutto le foglie ma anche i fiori e gli steli. Negli estratti della pianta sono rintracciabili: triterpeni, acido caffeico, acido rosmarinico e vari flavonoidi (luteolina, quercetina, apigenina, chemferolo). È inoltre ottenibile un olio essenziale contenente: citrale, citronellale e cariofillene. Attualmente la *Melissa officinalis* viene impiegata come sedativo negli stati d'ansia con somatizzazioni viscerali ed irrequietezza ed anche in patologie dispeptiche gastroenteriche grazie alla sua azione spasmolitica. L'estratto di foglie fresche di melissa possiede attività antivirale contro *Herpes simplex* per cui viene usata anche nel trattamento dell'Herpes labiale. L'uso della melissa è controindicato in persone con glaucoma in quanto in test con animali si è registrato un aumento della pressione oculare. Si è inoltre visto che l'estratto di melissa può interferire con l'azione tiroidea, forse per inibizione del legame dell'ormone stimolante la tiroide (TSH) alle cellule tiroidee, per cui è bene evitarne l'assunzione in caso di ipotiroidismo o in caso di terapie a base di ormoni tiroidei. Si ritiene, infine, che vi possano essere interazioni con i barbiturici e con il metimazolo. L'associazione con l'iperico e la passiflora ha prodotto uno stato di ipersonnia invece che antidepressivo. Data l'assenza di studi in merito si consiglia di non assumere melissa in corso di gravidanza o d'allattamento.

<sup>188</sup>Cfr. figura 63. Da oltre 3000 anni è utilizzata come disinfettante delle vie intestinali e anche come conservante per cibi rapidamente deperibili. Esistono circa cinquanta specie di

Le tocature con Propolis o con Calendula in TM<sup>190</sup> sono molto utili nelle fasi attive, ma non nel prevenire la recidiva ([17], [18]). Sembra anche che il consumo di alghe favorisca la guarigione dell'herpes e riduca il numero di ricorrenze ([19]). Esistono in commercio vaccini con herpes virus ti-

*Commiphora*, ripartite sulle rive del mar Rosso, in Senegal, in Madagascar e in India. La specie più usata per la produzione della mirra è la *Commiphora myrrha*, un tempo nota come *Myrrhis odorata* (diffusa in Somalia, Etiopia, Sudan, penisola arabica): alla fine dell'estate l'arbusto si copre di fiori e sul tronco compaiono una serie di noduli, dai quali cola la mirra, in piccole gocce gialle, che vengono raccolte una volta seccate. Attualmente la mirra è utilizzata come componente di prodotti farmaceutici (proprietà disinfettanti) e soprattutto nella profumeria. Dalla distillazione della mirra si ricava un olio essenziale, ottimo rimedio per diversi problemi fisici, soprattutto se inerenti all'apparato digerente. L'impiego di questo olio può prevenire le recidive erpetiche associate a diospesia o dismicribismo intestinale. Si veda anche: <http://it.wikipedia.org/wiki/Mirra>.

<sup>189</sup>Cfr. figura 64. È originario dell'Asia centrale ed appartiene alla famiglia delle Gignacee e dell'ordine delle Liliiflore. Ha forma di bulbo ed è ampiamente utilizzato in gastronomia, sebbene trovi impiego anche in medicina per la cura dell'ipertensione e per le sue proprietà diuretiche. È anche un vigoroso immunostimolante. Secondo la Medicina Ayurvedica è un potente afrodisiaco.

<sup>190</sup>Tintura Madre.



Figura 64: Aglio

po 1 e 2 inattivati che, somministrati sottocute per lungo periodo di tempo, dovrebbero migliorare le difese cellulari e ridurre il numero di recidive erpetiche. Ogni fiala contiene 100.000 U.A.H. (unità antigeniche Herpes simplex, pari a 10.000 EID50) o di virus tipo 1 (Lupidon H®) o di virus tipo 2. (Lupidon G®)<sup>191</sup>. Sia per il Lupidon H che per il Lupidon G le fiale devono essere iniettate sottocute dopo essere state accuratamente agitate. La cura richiede una serie di somministrazioni opportunamente intervallate: 1 fiala per settimana per 12 settimane, al 4° e 5° mese 1 fiala ogni 14 giorni, dal 6° al 9° mese 1 fiala al mese e quindi 1 richiamo ogni 2 o 3 mesi per un totale di ulteriori 10 fiale. In seguito possono rendersi necessari ulteriori richiami da effettuarsi ogni 3-6 mesi ([20], [21], [22], [23]). In Medicina Omeopatica il trattamento di fondo per impedire le recidive si basa su *Natrum muriaticum* o *Sepia*, sempre in dosi uniche settimanali, alla 30CH per sei mesi un anno. Se la localizzazione è prevalentemente labiale o perilabiale o in soggetto soffre di emicrania o l'herpes si riattiva con esposizione solare Natrium. Se la localizzazione è lontano dalle labbra, in soggetti che si sentono perennemente stanchi o la recidiva si lega alle mestruazioni dare *Sepia*. Per prevenire l'herpes ricorrente genitale, in caso di dolo-

<sup>191</sup>Vedi: [http://www.torrinomedica.it/studio/generaframe.asp?variabile=http://www.torrinomedica.it/studio/SchedeFarmaci/LUPIDON\\_H\\_-\\_LUPIDON\\_G.htm](http://www.torrinomedica.it/studio/generaframe.asp?variabile=http://www.torrinomedica.it/studio/SchedeFarmaci/LUPIDON_H_-_LUPIDON_G.htm)

ri nevralgici e peggioramento notturno *Mezereum*, dolori pungenti e localizzati con erosioni che esudano emettendo cattivo odore *Nitricum acidum*. Stesso schema dei due rimedi precedenti. Se le vescicole sono grandi e brucianti pensare a *Cantharis*, sempre secondo la medesima posologia. Nei bambini linfatici e pallidi utile preventivo è il *Gelsemium*, 5 CH, 3 granuli 2-3 volte al dì, lontano dai pasti, per cicli di 3-4 mesi ([24], [25], [26]). In Medicina Cinese le lesioni dell'Herpes (definito *rè chuang*, ovvero ferite da Calore) che si manifestano nella parte superiore del corpo, sono dovute a Vento e Calore tossico nei canali dello Stomaco e dei Polmoni. Le lesioni della parte bassa del corpo sono spesso causate da Umidità patogena che si annida nei canali della Vescica Biliare e Fegato. L'Herpes ricorrente può spesso essere la conseguenza di un difetto delle funzioni di trasformazione e di trasporto di Milza e Stomaco, disfunzioni che causano un accumulo di Calore che si diffonde verso l'alto (erpete prolabialis) e di Umidità che si spinge in basso (herpes genitale); oppure l'Herpes può essere dovuto al Calore che danneggia la quantità dei Liquidi, dando origine a Calore Vuoto che si dirige verso l'esterno (forme cutaneo-mucose), [27], [28]. Secondo vari AA una condizione di Calore Latente può spiegare le recidive erpetiche. Questo Calore, che si annida nel Dai Mai, può essere eliminato con i punti 10 e 11 ST<sup>192</sup> ([29], [30], [31], [32], [33]).

## Studio clinico

Abbiamo selezionato 20 pazienti adulti (età fra i 20 ed i 48 anni; mediana 34), immunocompetenti e non atopici, affetti da herpes ricorrente prolabialis in 12 casi e progenitalis nei restanti 8 (di cui 4 in area glutea). Abbiamo suddiviso in due gruppi omogenei (per età, sesso, forme cliniche) gli stessi e, dopo aver illustrato gli scopi, le modalità, i rischi e gli ipotetici vantaggi dei trattamenti ed ottenuto consenso informato, abbiamo trattato un gruppo con Lupidon (o G o H) secondo lo schema classico (1 puntura a settimana per 12 settimane, poi ogni due settimane al 4° e 5° mese, poi una fiala al mese fino al nono mese) e con agopuntura sem-

<sup>192</sup>Denominati rispettivamente Shuitu e Qishe e toccati dal Meridiano Curioso Dai Mai, ove si accumulano tutti i residui Tossici (redu) dell'organismo.

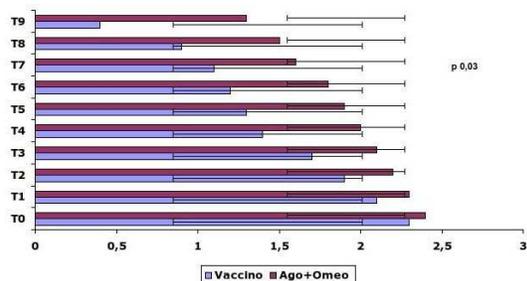


Figura 65: Numero di recidive al mese

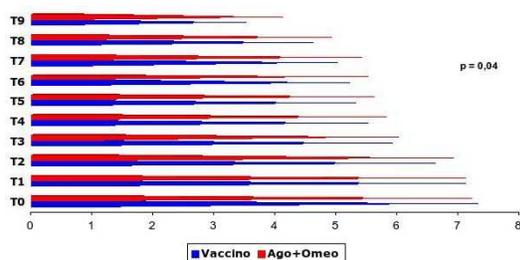


Figura 66: Durata media in giorni

plice (aghi Seirin da 0,30 x 30 mm, tenuti in situ per trenta minuti e non manipolati), sui punti 10 e 11ST, trattati una volta a settimana per i primi tre mesi, poi ogni due settimane fino al 5° mese, poi una volta al mese sino al nono (totale di 19 sedute). Il gruppo trattato con agopuntura effettuava, per i primi tre mesi, terapia omeopatica settimanale (la domenica mattina) con Dosi Uniche alla 30 CH del farmaco prescelto in base alla caratteristiche espresse sopra. Abbiamo valutato da un lato il numero di recidive ogni mese (cfr. grafico in figura 65), dall'altro la durata media degli episodi ed applicato, per il calcolo statistico di significatività (p), cfr. grafico in figura 66, il metodo di Kaplan-Meier con applicazione del modello di regressione di Poisson ([34]). Come farmaco topico in caso di recidiva era prescritto Acyclovir crema allo 0,1% tre volte al di sino a scomparsa delle lesioni. Venivano esclusi i pazienti che dovevano assumere, nel corso del periodo d'osservazione, farmaci immunosoppressivi o con aggravamento della estensione, della durata o del numero di recidive.

## Conclusioni

Nessun paziente ha abbandonato lo studio e in entrambi i casi si è registrata una riduzione della durata delle singole crisi e del numero di recidive. Il gruppo trattato con profilassi vaccinale ha mostrato un migliore scorad sia relativo alle recidive mensile che alla durata in giorni delle crisi. Nei due gruppi non si sono verificati nel lungo periodo di osservazione reazioni locali (dolore persistente, stravasi, edema) né sistemiche (lipotimia, rialzo febbrile, eruzioni cutanee) di nessun tipo. Rispetto ai risultati ed al costo (decisamente più basso per la cura vaccinale anche tenendo conto delle ore di perdita del lavoro e dell'impiego del personale medico per l'agopuntura), si deve considerare il vaccino più utile di quello combinato agopuntura e omeopatia. Questa combinazione, tuttavia, potrebbe risultare applicabile (data la risposta comunque positiva) nei casi in cui il vaccino non possa essere somministrato (soprattutto ipersensibilità all'albumina dell'uovo o ad altri componenti del prodotto<sup>193</sup>; ma anche condizioni ove sia pericoloso incrementare l'attività dei Natural Killer<sup>194</sup>).

## Considerazioni

Il risultato del gruppo trattato con integrazione fra agopuntura e omeopatia è stato meno brillante di quello atteso e questo ci induce a qualche riflessione non tanto sull'omeopatia (che comunque ha tenuto conto delle espressioni paziente per paziente), quanto sull'agopuntura, basata su uno schema unico e fisso. In primo luogo non è detto che il "perverso" da eliminare sia solo il Calore, poiché in tutti i testi si parla, in caso di erpete, di Calore e Umidità. Secondo lo Shang Han Lun ([35]) il Calore-Umidità (cfr. figura 67) si elimina

<sup>193</sup>Eccipienti e conservanti presenti nelle due specialità medicinali sono: sodio cloruro mg 8; potassio cloruro mg 0,2; potassio fosfato monobasico mg 0,2; sodio fosfato bibasico biidrato mg 1,15; calcio cloruro idrato mg 0,1; magnesio cloruro esaidrato mg 0,1; rosso fenolo mg 0,01; azoto proteico meno di mg 0,05; thimerosal (conservante) mg 0,1; acqua distillata sterile apirogena q.b. a 1 ml. Il rosso fenolo ed il thimerosal possono indurre allergia.

<sup>194</sup>Ad esempio malattie autoimmunitarie, ma anche rigetto di trapianti e malattie infiammatorie croniche. Anche alcune reazioni avverse ai farmaci (di tipo ad esempio lupico o miasteniforme) possono essere incrementate dai Natural Killer. Vedi: <http://www.msd-italia.it/altre/manuale/sez12/1481145b.html>.

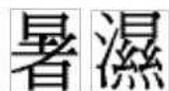


Figura 67: Calore-Umidità



Figura 68: Shao Yang

trattando lo Shao Yang (cfr. figura 68), spesso con tecnica shu-luo, detta di “armonizzazione”, ovvero con il solo punto shu che, nei Meridiani Yang, elimina verso l'esterno il fattore morbigeno ([36]). In base a ciò avremmo dovuto trattare o i punti 3-5TB e 37-41GB ([37]), ovvero solo il 41GB (e, eventualmente il 3TB, nelle forme più gravi, severe e di vecchia data) per “drenare” l'Umidità-Calore ([38]). Inoltre, se è vero che le forme ricorrenti si debbono ad un Calore Latente, dobbiamo considerare che lo stesso alberga negli organi e, come una sorta di stato “tossico”, si riaccende in condizioni di stress. Avremmo pertanto dovuto trattare, in rapporto alla individuazione dello Zang (cfr. figura 69) e dei Qi Qing (cfr. figura 70) in causa, seguendo il sottostante schema ([39]):

- Rene (cfr. figura 71) = 15KI (Zhong Zhu) paura
- Milza (cfr. figura 72) = 17 KI (Shang Gu) preoccupazione
- Fegato (cfr. figura 73) = 20 KI (Tong Gu) collera
- Cuore (cfr. figura 74) = 23 KI (Shen Feng) tutti i sentimenti



Figura 69: Zang



Figura 70: Qi Qing



Figura 71: Rene

- Polmone (cfr. figura 75) = 26 KI (Yu Zhong) dispiacere; ovvero 22 KI (Bu Lang) ingiustizia.

In base ai testi cinesi attuali, poiché in corso di erpete ricorrente è la Milza ad essere colpita, più spesso si dovrà trattare il punto Shangu, situato due cun sopra all'ombelico e mezzo cun di fianco alla linea xifo-pubica ([40], [41], [42], [43])<sup>195</sup>. Secondo i testi attuali tale punto è in grado anche di dissolvere il Calore-Umidità ([44]). Oltre a ciò aggiungere punti con l'ideogramma Fu, nascosto, nel proprio nome e cioè i punti 32ST (Fu Tu) e 7KI (Fu Bai), [45]. Anche tenendo conto, poi, che tutti i perversi non eliminati riguardano, prima o poi, il Dai Mai ((cfr. figura 76)), avremmo potuto trattare questo Meridiano in modo diverso: 13LR, 26GB, 41GB ([46], [47]). Inoltre, si sarebbe potuto contemperare un duplice trattamento: uno rivolto alla eliminazione del “perverso”, l'altro ad un incremento della Weiqi e, pertanto, le difese immunitarie<sup>196</sup> ([48]). A questo proposito avremmo

<sup>195</sup>Verificare se vi sono preoccupabilità, costituzione Terra, di smetabolie, lingua con patina adesa e grigio-giallastra al centro, polso scivoloso e molle alla barriera di destra. Verificare, inoltre, la sensibilità del punto alla pressione.

<sup>196</sup>Vari schemi possibili in tal senso:

- 7KI, 5CV, 2LU e 18LI in moxa.



Figura 72: Milza



Figura 73: Fegato



Figura 74: Cuore



Figura 75: Polmone



Figura 76: Dai Mai

anche potuto usare piante cinesi attive sulla Energia Difensiva<sup>197</sup> ([49], [50]). Inoltre, sempre a proposito di farmacologia cinese, avremmo potuto

- 10-11-13CV in moxa.
- 12CV (moxa), 12ST, 1-2LU con aghi.
- BL17-43, SP3, ST36 con aghi e 14GV e 22CV in moxa.
- 19CV e 14GV in moxa.

<sup>197</sup>Vediamone alcune:

- *Astragalus membranaceus radix* (Huangqi): Sebbene abbia dimostrate proprietà antipiretiche, diuretiche, toniche ed immunomodulanti, non si sono ancora potute dimostrare principi farmacologicamente attivi. Incrementa la risposta immunitaria sia cellulare che umorale, aumenta anche le IgE ed è quindi controindicato nei soggetti atopici.
- *Radix Panax Ginseng* (Renshen): Gli ultimi studi metabolici (Corso di Fitoterapia AIRAS, 1996; *La Lettre de Phytotherapie Chinoise*, 2, 1992) dimostrano che esistono differenze farmacologiche e cliniche fra Ginseng rosso (HongShen) e bianco (BaiShen). Contiene aminoacidi, polipetidi, steroli, vitamine (A, B1, B2, B12, C, E, Biotina), olii essenziali, saponine denominate gengenonidi o panaxonidi, capaci di incrementare l'incremento di ACTH, la glicemia ed in più in grado di azione emostatica. Diminuisce la pressione sanguigna, il senso di fatica, l'aggregazione piastrinica. Poiché contrae i vasi renali riduce la diuresi e determina, nei giovani, calcificazione delle metafisi cartilaginee. Nel caso di intossicazione (GAS: Ginseng Abuse Syndrome, *Lettre Medical*, FDA, 1990) determina diarrea, eccitabilità, insonnia, ipertensione. L'uso di caffeina determina maggiore incidenza di GAS. Il Ginseng provoca, anche, insufficienza renale acuta. Si ritrova nelle formule classiche Si Jun Qi Tang, Sheng Mai San (con Maimendong e Wuweizi) e Ba Zhen Tang. È il più potente fra i tonici del Qi (il bianco tonifica solo lo Yin e può essere paragonato al principio *Eleutherococcus*).
- *Atractylodes macrocephala rhizoma*: è un principio tonico aromatico diffusissimo in Cina, Corea e Giappone. Il sapore è dolce e contiene principalmente olii essenziali (con atractilone ed atractilolo). Svolge azione eupeptica, tonica ed è molto efficace in corso di gastroenteriti acute.
- *Ledebourielle radix* (Fanfeng): è una umbrellifera ricca di olii essenziali, D-mannitolo ed acido organici, con azione antifebbrile, antibiotica ed antivirale (in vitro inibisce la replicazione del virus influenzale). Tratta diarrea, flatulenza, raffreddore comune, atralgie.
- *Cinnamomum cassia ramulus* (Rougui): il ramo di Cannella cinese contiene l'80% di olio essenziale con aldeide cinnamica, eugenolo, fellandrene, aldeide ortometilcurarica, acetato di cinnamile e tracce di cumarina. Stimola il sistema nervoso e quello vascolare, blocca la nausea, il vomito e la diarrea. È strattamente imparantata con il *Cinnamomum zeylanicum* nostrano.
- *Lo Zenzero fresco* (Shengjiang): contiene olio aromatico volatile con zingerone ed ha azione digestiva, carminativa e rubefacente. Viene addizionato ai purganti per ridurre le coliche e controbilancia l'azione di sostanze tossiche.

impiegare la formula Long Dan Xie Gan Tang<sup>198</sup> ([51], [52], [53]) che, purificando ed eliminando Calore ed Umidità, sembra essere dotata di buona azione antierpetica ([54], [55], [56], [57], [58]). È anche possibile sostenere che la recidiva erpetica, in molto casi, sia legata a stati tossici persistenti (farmaci, stress, ecc.) e considerare l'impiego di piante medicinali secondo i concetti del drenaggio emuntoriale di Henri Lebel<sup>199</sup>

- *Paeonia alba radix* (Baishao): Nel Ben Cao Gan Mu Li Shih Zhen distingue la radice della Peonia alba dalla Peonia rossa (Chishao) molto più attiva nel "rompere le stasi di sangue". La pianta contiene molti principi attivi come Paeoniflorina, alliflorina, ossipeoniflorina, paenolo, tannini, acidi grassi ed acido benzoico. Svolge azione antispasmodica ed antipiretica, antibatterica e sedativa. Sembra inoltre che riduca la secrezione gastrica e possa prevenire l'ulcera peptica.
- *Fructus JuJubae* (Dazao): Il dattero cinese si divide in due diverse varietà Tsao (piccolo e senza spine) e Chi (grande e spinoso). Il principio contiene fruttosio, glucosio, saccarosio, acido maleico, acido oleanico ed oleanico, varie saponine, rutina e scopoletina. Ha effetto antialergico (agisce in vitro sul bilancio recettoriale AMPc/GMPc) ed antulceroso.
- *Polygonatum odoratum* (Tusizi): il sigillo di salomone svolge azione simile alla digitale grazie alla convallamarina, stimola l'appetito senza alterare la digestione, aumenta la peristalsi e rallenta e rende più profonda la respirazione. La droga è piuttosto pericolosa perché è difficile da dosare. Le bacche sono emetiche.

<sup>198</sup>La ricetta è tratta dal testo Yi Fang Ji Jie e si compone dei seguenti rimedi: compone dei seguenti rimedi :

- Long Dan (*radix Gentianae*)
- Huang Qin (*radix Scutellariae*)
- Zhi Zi (*fructus Gardeniae*)
- Mu Tong (*caulis Mutong*)
- Che Qian Zi (*semen Plantaginis*)
- Ze Xie (*rhizoma Alismatis*)
- Chai Hu (*radix Bupleuri*)
- Sheng Di (*radix Rehmannia*)
- Dang Gui (*radix Angelicae sin.*)
- Gan Cao (*radix Glycyrrhizae*).

L'imperatore è Long Dan Cao, cioè la Genziana macrocephala (Longdancao): Yuan Chuang afferma che è una droga di media qualità che poiché cresce attorcigliata si definisce anche chingghung". Ha sapore amaro e piccante ed è attiva sul Fegato e la Vescica biliare. Contiene genziopigroside, genzanina A,B e C, genzanolo. Ha effetto antivirale ed ipotensivo, antiflogistico, anestetico sedativo. Infine riduce la temperatura corporea. È immunomodulante, adattogena e probabilmente antivirale.

<sup>199</sup>Medico svizzero che all'inizio del secolo scorso (1910) codificò i principi base della fitoterapia di drenaggio, se non

([59]). Avremmo potuto usare i seguenti schemi di massima (per un periodo di tre mesi e in E.F.<sup>200</sup>):

- Fegato → Cynara, Chelidonio
- Milza → Fumaria, Agrimonia
- Rene → Pilocella, Solidago
- Cute → Bardana, Viola.

Tale tipo di fitoterapia si adatta bene a situazioni di squilibrio metabolico in grado di spiegare le ricorrenze erpetiche. Vediamo alcune possibilità ([60]):

- In caso di iperglicemia: Inula helenium in Estratto Fluido e Crysanthellum americanum in Sciroppo.
- In caso di iperlipemia la seguente tisana: Cynarae folium 40%, Taraxaci radix cum herba 20%, Betulae folium 10%, Oleae folium 20%, Bardane radix 10%.
- In caso di iperuricemia una tisana così formulata: Betulae folium 50%, Fraxini folium 25% e Spireae flos 25%. Utile anche il Macerato Glicerinato 1D di Ribes nigrum, che aumenta l'eliminazione urinaria di acido urico. Nel caso del Ribes MG 1D bisogna darlo lontano dai pasti, 50 gtt. tre volte al dì.
- In caso di iperazotemia combinare 30 gocce di Macerato Glicerinato di Fraxini folium con 20 gocce di Tintura Madre di Solidago virga aurea, da assumere a stomaco pieno e due volte al giorno.

Nel caso di turbe metaboliche multiple o in soggetti in condizioni scadute, la seguente tisana 2-3 volte al dì:

- *Arctium lappa*: 10%
- *Cardus marianum*: 5%

si eliminano i residui tossici organici purificando ed attivando i sistemi emuntoriali (fegato, reni, intestino, ma anche cute e sistema linfatico), non è possibile ottenere risultati apprezzabili con il ricorso ai principi naturali o mediante rimedi omeopatici, soprattutto in soggetti sottoposti ad intense terapie farmacologiche.

<sup>200</sup>In caso di insufficienza epatica (steatosica) con turbe del metabolismo lipidico, della curva glicemica e dell'assetto proteico, è utile la tisana: *Cardui mariae fructus* 40%, *Menthae piperitae folium* 30% ed *Absinthii herbae* 30%.

- Castanea vesca: 2,5%
- Cynara scolimus: 10%
- Fumaria officinalis: 20%
- Juglans regia: 5%
- Rafanus sativum niger: 2,5%
- Rosmarinus officinalis: 5%
- Sambucus niger: 10%
- Sorbus domesticus: 10%
- Taraxacum officinalis: 5%
- Urtica urens: 5%
- Vitis vitifera: 10%

In questo modo non solo vengono stimolati gli emuntori, ma si regola la mucosa e la peristalsi intestinale (Arctium, Fumaria) e si favorisce il drenaggio linfatico (Sorbo, Noce, Rosmarino). Inoltre la presenza di Vite rossa stimola le difese intestinali aspecifiche (sistema macrofagico mucosale), con ripercussione positiva anche sull'attività protettiva celulo-mediata. Queste ed altre ipotesi<sup>201</sup>, anche se suggestive, dovranno essere verificate attraverso studi futuri.

---

<sup>201</sup> Ad esempio agopuntura più piante medicinali atte a "chiarificare il Calore" (Ficus carica), "drenare l'Umidità" (Genziana lutea) e stimolare l'Energia Difensiva (Thymus vulgaris).

# Bibliografia

- [1] Dianzani F. *Manuale di Virologia Medica* Ed. Mc Graw-Hill, Milano, 2001.
- [2] Cereda P.M. *Nozioni di virologia umana* Ed. La Goliardica Pavese, Pavia, 1994.
- [3] Waggoner-Fountain L.A., Grossman L.B. *Herpes simplex virus* *Pediatr. Rev.*, 2004, 25(3):86-93.
- [4] Pippione M., Carlesimo O. *Elementi di dermatologia e venerologia* Ed. Minerva Medica, Torino, 1998.
- [5] Amerio P.L., Bernengo M.G., Calmieri S. *Dermatologia e venerologia* Ed. Minerva Medica, Torino, 2003.
- [6] AAVV *Dermatologia e malattie sessualmente trasmesse*. Con CD-ROM, Ed. Masson, Milano, 2006.
- [7] Fabbri P. *Immunodermatologia* Ed. Ised, Brescia, 2003.
- [8] Ribuffo A. *Manuale di Dermatologia e Venereologia* Ed. Lombardo, Roma, 1990.
- [9] Cochrane Collaborative Group Italia *Clinical Evidence 2<sup>a</sup> Ed.*, Ed. Zadig, Roma, 1999.
- [10] Mandel G L., Douglas R.G., Bennet J.E. (Eds) *Principles and Practice of Infectious Diseases* Ed. Churchill Livingstone. Edimburg-London, 2000.
- [11] Gaby A.R. *Natural remedies for Herpes simplex* *Altern. Med. Rev.*, 2006, 11(2):93-101
- [12] Di Stanisao C., Corradin M. *Dispense di Fitoterapia Scientifica e Energetica* policopie, Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
- [13] Elish D., Singh F., Weinberg J.M. *Therapeutic options for herpes labialis: experimental and natural therapies* *Cutis*, 2005, 76(1):38-40.
- [14] Coccolo M.F. *La gemmoterapia. Curarsi con l'energia vitale delle piante* Ed. Xenia, Milano, 2003.
- [15] Giannelli L., Di Stanislao C., Iommelli O., Lauro G. *Fitoterapia Comparata* ed. Massa, Napoli, 2001.
- [16] Gagliano Raspino F. *Fitoterapia refit '97*, Ed. OEMF, Milano, 1998.
- [17] Marzorati P. *L' altra medicina. Le terapie più diffuse della medicina naturale* Ed. Mc Graw Hill, Milano, 2003.
- [18] Campanini E. *Ricettario medico di fitoterapia. Formulario pratico per medici e farmacisti* Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2000.
- [19] Kirschmann G.J, Kirschmann J.D. *Herpes Simplex I e II* <http://www.laleva.cc/almanacco/herpes.html>, 2006.
- [20] Barinskii I.F., Kasparov A.A., Lazarenko A.A., Alimbarova L.M., Davydova A.A., Belkina I.V., Platonova A.L. *A killed commercial vaccine against herpes simplex viruses 1 and 2 as an immunocorrective agent in chronic herpetic infection* *Zh. Mikrobiol. Epidemiol. Immunobiol.*, 1999, (6):98-102.
- [21] Stanberry L.R. *Herpes. Vaccines for HSV* *Dermatol. Clin.*, 1998, 16(4):811-816.
- [22] De Maria A., Tundo P., Romano A., Grima P. *Anti-HSV-1 herpes vaccination by LUPIDON H: preliminary results* *Adv. Exp. Med. Biol.*, 1995, 371B:1599-1600.

- [23] Remy W. *The mechanism of action of Lupidon* Z Hautkr., 1977, 15,52(8):470-474.
- [24] Di Stanislao C. *Sinossi clinica di Medicina Omeopatica in Dermatologia ed Allergologia* ed. CEA, Milano, in press.
- [25] Mardon J. *Omeopatia* Ed. Vallardi, Roma, 2003.
- [26] Brigo B. *Omeopatia e dermatologia. Prevenzione e trattamento delle affezioni cutanee* Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2001.
- [27] Xingrong Y. *Traditional Chinese Medicine-A manual from A-Z* Ed. Verlag, Berlin, 2003
- [28] De-hui S., Rui-fen X., Wang N. *Manuale di Dermatologia in MTC* Ed. CEA, Milano, 1997.
- [29] Di Stanislao C., Brotzu R., De Berardinis D., Corradin M. *Meridiani Principali e Curiosi in Medicina Cinese. Aspetti generali e applicazioni all'agopuntura allo shiatsu e al qi gong* Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 2007.
- [30] Castiello G., Lauro G., Brici P., Leardini G. *Fisiologia e Patologia del Meridiano Curioso Dai Mai* [http://www.sia-mtc.it/ Congressi/Default.htm](http://www.sia-mtc.it/Congressi/Default.htm), 1998.
- [31] Yuen J.C. *Energetica Generale* policopie, Ed. AMSA, Roma, 1997.
- [32] Di Stanislao C, Del Duca R, Di Pasquale C, Trapasso T. *Dai Mai: considerazioni generali ed osservazioni cliniche* Riv. It. D'Agopunt., 1998, 91:63-70,
- [33] Corradin M et al. *I meridiani curiosi* Policopie, ed. AMSA, Roma, 1995.
- [34] Freund R.J., Wilson W.J. *Metodi statistici* Ed. Piccin-Nuova Libreria, Padova, 2000.
- [35] Despeux C. *Shang Han Lun de Zhan Zhong Jin* Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1983.
- [36] Nguyen V.N., Nguyen-Recours C. *Médecine Traditionnelle Chinoise* Ed. NVN, Marseille, 1987.
- [37] Kespi J.M. *L'Acupuncture* Ed. Maissonneuve, Moulin les-Metz, 1982.
- [38] Simongini E., Bultrini L. *Le Lezioni di Jeffrey Yuen 1997-2004* CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2005.
- [39] De Berardinis D. *Fu Qi* [http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Agosto\\_1997/fuqi.htm](http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Agosto_1997/fuqi.htm), 1997.
- [40] AAVV *L'Agopuntura in Tavole* Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 2007.
- [41] Doglia F. *Atlante Pratico di Agopuntura* Ed. CEA, Milano, 2002.
- [42] Soulié de Morant G. *Agopuntura cinese. Vol. 6: Atlante* Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 1998.
- [43] AAVV *Atlante Seirin di agopuntura. Illustrazione dei punti di agopuntura* Ed. Konemann, Berlin, 1998.
- [44] Konopachi D. *Punto per Punto. Dall'anatomofisiologia alla clinica in agopuntura e auricoloterapia* CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2004.
- [45] Arthus A. *Le noms des points* polycopie, Ed. AFA, Strabuorg, 1993.
- [46] Yuen J. *The Curious Organs from "Method of Cultivating the Golden Elisir"* trascrizione di Grey Wolf, policopia, Berkley, Settembre 1995.
- [47] Matsumoto K., Birsch S. *Extraordinary vessels* Paradigm Publishing House, Brooklin, 1987.
- [48] Di Stanislao C. *Immunità in Agopuntura e Medicina Cinese* [http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Agosto\\_1997/immunit.htm](http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Agosto_1997/immunit.htm), 1997.
- [49] Zheng W., Pi G., Xu K. *The therapeutic effect of Chinese medicinal herbs on HIV patients* Zhonghua Shi Yan He Lin Chuang Bing Du Xue Za Zhi, 1999, 13(3):291-294.

- [50] Hu Y.L. *Enhanced transformation of human lymphocytes by Chinese herbs* Zhonghua Zhong Liu Za Zhi, 1985, 7(6):417-419.
- [51] Qian C. *Circulation of Song editions of Hong shi ji yan fang (Hong's Collection of effective recipes) and Shang han yao zhi yao fang (Recipes with gist on cold pathogenic diseases)* Zhonghua Yi Shi Za Zhi, 2002, 32(4):208-212.
- [52] Liang Y. *Yi lin cuo yao (Essentials of medical works) and its historical materials of medical exchanges between China and Korea* Zhonghua Yi Shi Za Zhi, 2001, 31(1):17-20.
- [53] Cao M. *Wang Ang and his Variorum of medical recipes (Yi fang ji jie)* Zhonghua Yi Shi Za Zhi, 2000, 30(3):179-181.
- [54] Chen J. K., Chen T.T. *Chinese Medical Herbology & Pharmacology* Ed. Ble Poppy Press, Boulter, 2006.
- [55] Bensky D., Barolet R. *Farmacologia Cinese. Formule e Strategie* Ed. CEA, Milano, 2001.
- [56] You-Ping Z. *Chinese Materia Medica: Chemistry, Pharmacology and Applications* Ed. The Gordon and Breach Publishing Group, Amsterdam, 1998.
- [57] Gatto R., Di Stanislao C. *Introduzione alla Farmacologia Cinese* policopie, Ed. CSTNF, Torino, 1998.
- [58] Gatto R. *Seminari AFAC, IV: Formule* Ed. Lao Dan, Milano, 1994.
- [59] Belliche P. *Il Drenaggio in Fitoterapia* Ed. Tecniche Nuove, Milano, 1988.
- [60] Manicardi M.E. *Trattamenti Emuntoriali* [http://www.naturopatia.it/ Tesi/ Pdf/ 0478-02.doc](http://www.naturopatia.it/Tesi/Pdf/0478-02.doc), 2002

# Cistite interstiziale di tipo ricorrente in un campione di donne in menopausa: trattamento con agopuntura e farmacologia cinese

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

Dott. Dante De Berardinis  
d.deberardinis@agopuntura.org  
Dott. Maurizio Corradin  
maurizio.corradin@alice.it

“La cultura è la ricerca di una perfezione totale, e per questo noi dobbiamo conoscere il meglio di quanto è stato detto o pensato al mondo in tutti gli argomenti che ci riguardano”

*Arnold Matthew*

“Non si può bloccare la strada della ricerca”

*Charles Sanders Pierce*

## Sommario

Una delle forme più complesse di cistite cronica e ricorrente non infettiva è la cistite interstiziale, condizione legata a cause diverse di ordine neurologico, autoimmunitario o da disequilibrio dell'epitelio di rivestimento delle vie urinarie. In Medicina Cinese le forme menopausali possono ricondursi a turbe della via dei liquidi Ye torbidi e della loro conversione in Jing. In tal senso si presentano i risultati di uno studio che ha abbinato agopuntura e una formula erboristica ad azione antinfiammatoria.

*Parole chiave:* cistite interstiziale, menopausa, Medicina Cinese.

## Abstract

One of the shapes more complex than chronic and recurrent not infectious cystitis is the interstitial type, condition tied to various causes of neurological, auto-immunitary order or from anomalies of the epithelium of covering of the urinary tract. In Chinese Medicine the menopausal shapes can refer to diseases of the way of the torbids Ye and their conversion in Jing. In such sense of they introduce turns out you of a study that has bound together acupuncture and one herboristic formula to anti-inflammatory action.

*Key words:* interstitial cystitis, menopause, Chinese Medicine.

## Premessa

Il 20-30% delle donne<sup>202</sup> adulte sviluppa uno o più episodi di cistite ogni anno. L'incidenza aumenta con l'età: è molto bassa nell'età prepuberale mentre con l'inizio dell'attività sessuale e le gravidanze aumenta, e continua ad aumentare dopo la menopausa. Inoltre le reinfezioni sono più frequenti con l'aumentare dell'età della paziente. La probabilità di cistiti ricorrenti cresce con il crescere del numero degli episodi precedenti, mentre diminuisce tanto più lungo è stato l'intervallo tra gli episodi precedenti. La causa delle cistiti ricorrenti va ricercata nel serbatoio batterico costituito dalla flora fecale (microrganismi aerobi gram-negativi). Questi batteri, normalmente presenti nelle feci, in particolari circostanze, come descritto più avanti, possono infettare le basse vie urinarie determinando il quadro cistitico. Tra questi quello più frequentemente responsabile della cistite è l'Escherichia coli (80% dei casi) poi, lo stafilococco epidermidis (9%) e lo streptococco fecale (1-3%), [1]. Normalmente nel soggetto sano la vescica e tutte le alte vie urinarie sono sterili cioè non sono presenti bat-

<sup>202</sup>Le cistiti sono più frequenti nelle donne, per ragioni diverse:

**anatomiche:** l'uretra, il condottino da cui fuoriesce l'urina e che collega la vescica con i genitali esterni, è molto più breve nella donna rispetto all'uomo: 3-5 cm contro 13-16. Questa brevità favorisce la risalita di germi dai genitali esterni, spesso inquinati da residui di feci, quando l'igiene è inappropriata. In particolare, quando la detersione, dopo la defecazione, viene fatta non dall'avanti all'indietro, come si dovrebbe sempre fare fin da piccole, ma dall'indietro all'avanti, con il rischio di inquinare la vulva con residui anche microscopici di feci, che contengono comunque milioni di germi, soprattutto del tipo Escherichia coli, Enterococcus faecalis e loro parenti. Inoltre, la vicinanza anatomica con la vagina rende la vescica sensibile ai traumi "meccanici", quali è, per esempio, il rapporto sessuale se la lubrificazione non è adeguata e/o i muscoli che circondano la vagina sono contratti.

**ormonali:** uretra e base della vescica, chiamata "trigono vescicale", dove sboccano gli ureteri (i condotti che portano l'urina dai reni in vescica) e da cui parte l'uretra, sono ormono dipendenti, perché hanno in comune con la vagina e i genitali la stessa origine embrionale. Gli estrogeni, in particolare, sono preziosi per aumentare le capacità di difesa di questi tessuti e mantenere un miglior trofismo, ossia un miglior stato di nutrizione e vascolarizzazione, che a sua volta costituisce una migliore difesa sia dalle infezioni, sia dai traumi meccanici dovuti al rapporto. Le ragazze e le donne che non hanno mestruazioni (e sono perciò in "amenorrea" per mancanza di estrogeni, hanno una maggiore vulnerabilità alle infezioni vescicali)

teri, nell'uretra (basse vie urinarie) invece è presente una micro-flora batterica innocua che non provoca infezioni ( [2]). Il meccanismo di infezione più frequente nella cistite recidivante della donna è quello "ascendente", rappresentato dal passaggio di batteri patogeni dalla zona peri-uretrale all'uretra e quindi alla vescica. Si tratta di un processo a tappe in cui i germi provenienti dall'intestino colonizzano la vagina e la mucosa uretrale per poi dare origine al fenomeno infettivo vescicale. Pertanto la causa principale delle infezioni urinarie ricorrenti nelle donne è rappresentata dall'alterazione della normale flora batterica vaginale. Sembra inoltre che la maggiore suscettibilità di alcune donne alle cistiti recidivanti vada ricercata in fattori predisponenti di origine genetica che aumenterebbero le possibilità di adesione dei batteri alla parete vescicale ( [3]). Questo spiegherebbe perché solo alcune donne sviluppano tale malattia mentre quasi tutte sono esposte ad una o più delle possibili cause di essa (vedi avanti: fattori di rischio). Questa "predisposizione genetica" fa venire meno uno o più fattori di difesa normalmente presenti nell'apparato urinario umano. Tra questi ricordiamo: la presenza di sostanze chiamate "glicosaminoglicani" che impediscono l'adesione dei batteri patogeni alla parete vescicale; la presenza in normale quantità di batteri non patogeni (lattobacilli, grampositivi, ecc.) nella vagina e nella zona periuretrale che impediscono la crescita dei ceppi patogeni; l'acidità (pH acido) dell'ambiente vaginale e dell'urina ostacola la proliferazione dei batteri responsabili delle cistiti; la presenza nelle urine di una proteina renale (proteina di Tamm-Horsfall) che ha la funzione di impedire l'adesione batterica alla parete vescicale e di intrappolare i batteri eventualmente presenti così da poter essere eliminati con l'emissione dell'urina; la presenza di immunoglobuline (anticorpi) specifiche sulla parete vescicale costituiscono una valida barriera alla colonizzazione da parte dei batteri. L'alterazione o la soppressione di uno o più di questi fattori fa aumentare il rischio di infezioni ricorrenti. Altri fattori di rischio sono l'età, il trauma meccanico rappresentato dai rapporti sessuali favorisce la risalita della flora patogena nell'uretra; l'uso del diaframma e delle creme spermicide può provocare alterazioni del pH vaginale e quindi della normale flora batterica della vagina; un prolasso uterino o vescicale può avere come conseguenza l'incompleto svuotamento del-

la vescica che può favorire l'insorgenza delle cistiti; stessa cosa si può dire nei casi di vescica neurologica conseguente a sclerosi multipla, diabete, para-tetraplegia ecc; si può riscontrare una aumentata suscettibilità alle infezioni vescicali ricorrenti in tutte le condizioni di immunosoppressione (terapia cortisonica prolungata, chemioterapia ecc); infine va ricordato che la calcolosi delle vie urinarie è frequentemente associata ad infezione urinaria. In alcuni casi i sintomi (disuria, stranguria, pollachiuria) depongono per cistiti ricorrenti ma l'esame dell'urina risulta negativo per la presenza di batteri. Un certo numero di casi (evidenziabili con cistoscopia) si deve ad infiammazione interstiziale (cistite interstiziale<sup>203</sup>), ma altri restano indagnosticati come ruoli etiologici (solo un certo numero si deve all'uso di detergenti intimi profumati o irritanti, a i indumenti o assorbenti igienici in fibre sintetiche e a microtraumi dovuti a pratiche sportive o rapporti sessuali particolarmente intensi o ripetuti). Concause di cistiti ricorrenti o batteriche o a "urine chiare" sono:

- la stitichezza: la cistite è favorita non solo dalla brevità anatomica e quindi dalla maggiore vicinanza con i genitali esterni, ma anche dalla stitichezza. Un intestino che non si svuoti regolarmente, ossia quotidianamente, si associa più frequentemente anche a vaginiti e cistiti recidivanti. Sembra infatti che la stasi

<sup>203</sup> Appare in assenza di infezioni accertate e non regredisce assumendo antibiotici: in questi casi la sintomatologia infiammatoria può aggravarsi col passare del tempo nonostante la terapia farmacologica. È importante notare che la cistite interstiziale non è un disturbo psicosomatico e non è causata da stress. La cistite interstiziale può colpire persone di qualsiasi età, razza o sesso. Tuttavia ne sono affette molto più frequentemente le donne. Recenti dati epidemiologici sembrano indicare che negli Stati Uniti si contano oltre 700.000 casi. La diagnosi è cistoscopia. La cistoscopia si esegue in anestesia generale e con premeditazione con idrodistensione. Se non si esegue la distensione, effettuata sotto anestesia, si rischia di non arrivare alla diagnosi di CI. Una cistoscopia eseguita durante una normale visita nello studio del medico può non rivelare le anomalie caratteristiche della cistite e può essere dolorosa per pazienti che ne siano effettivamente affetti. È necessario distendere la vescica in anestesia generale o locale al fine di visualizzare sulla parete della vescica le emorragie puntiformi che sono caratteristiche della cistite interstiziale. A questo punto può rendersi necessaria una biopsia della parete vescicale per escludere altre patologie, per esempio un tumore della vescica, e per confermare la diagnosi di cistite interstiziale. La cistite interstiziale infatti non è associata al tumore della vescica.

protratta di feci a livello dell'ampolla rettale faciliti le infezioni anteriori, da germi quali l'*Escherichia Coli* e l'*Enterococcus faecalis*, germi che abitano normalmente nell'intestino ma che provocano infezioni se invadono la vagina o la vescica. Un intestino regolato è amico non solo del benessere generale ma anche di quello genitale e vescicale!

- il freddo intenso, se l'addome non è ben coperto e protetto, oppure se capita di raffreddarsi sotto un improvviso acquazzone mentre si fa sport, o di nuotare in acque fredde dopo essersi accaldate al sole. In tali casi può avvenire una vasocostrizione locale che può facilitare la cistite. Una forma "da freddo" ("a frigore") ben nota anche agli antichi. L'attenzione agli sbalzi di temperatura deve essere maggiore in chi sia già vulnerabile alle cistiti.

Dopo la menopausa, la carenza di estrogeni favorisce l'atrofia, ossia un minore turgore e una minore nutrizione, della mucosa vaginale e uretrale. Questo le rende più vulnerabili alle infezioni, perché causa una modificazione dell'ecosistema vaginale, con scomparsa del *Lactobacillus acidophilus*, e un aumento di germi quali la *Gardnerella* e altri ([4]). Un più alto pH (che da 4, il valore normale in età fertile, può salire a 6 o addirittura a 7), può favorire la colonizzazione da parte di germi fecali. Va ricordato che il pH dell'uretra segue quello vaginale e che questa modificazione rende anche l'uretra più vulnerabile alla risalita di germi fecali ([5]). In positivo, il ripristino di un normale livello vaginale e uretrale di estrogeni è sufficiente a normalizzare l'ecosistema vaginale e a migliorare il trofismo sia della vagina, sia dell'uretra. Vediamo ora di approfondire gli aspetti clinici della cistite interstiziale. Si tratta di una patologia difficile da diagnosticare, che colpisce soprattutto le donne (9:1) e di cui, ancora oggi, non esiste una sufficiente consapevolezza. Solitamente insorge attorno ai 40 anni di età, ma ben un quarto dei pazienti ha meno di trent'anni. Dati statistici dicono che un paziente impiega una media di 5/7 anni dopo aver girato 4/5 specialisti tra ginecologi ed urologi senza ottenere una risposta sulla natura dei propri disturbi. Sono state avanzate diverse ipotesi patogenetiche ([6]). Una prima ipotesi eziopatogenetica è che esista un difetto degli strati di rivestimento che

costituiscono la mucosa vescicale. Questo strato di mucosa è formato da una parte di mucopolisaccaridi (GAG), che rendono la parete interna della vescica impermeabile all'urina. Per cause ancora in parte sconosciute questi GAG perdono la loro funzione permettendo quindi all'urina di penetrare all'interno della parete della vescica, provocando irritazione ed infiammazione. Questa alterazione può manifestarsi da un lieve assottigliamento dell'urotelio a delle vere e proprie ulcere (le cosiddette ulcere di Hunner). A sostegno di questa ipotesi i buoni risultati con irrigazioni mediante acido ialuronico. L'acido ialuronico (Cystistat®) viene instillato all'interno della vescica, in modo da andare a ricostruire lo strato di glicosaminoglicano (GAG layer) nella vescica. Inizialmente l'instillazione è di una volta la settimana e poi a cadenza mensile fino a sollievo dei sintomi. I migliori risultati sono visti tra la 5<sup>a</sup> e la 6<sup>a</sup> instillazione ([7]). Una seconda ipotesi attribuisce la comparsa di questo disturbo a problemi neurologici. Partirebbero dal midollo spinale una serie di impulsi che provocherebbero una stimolazione continua sui nervi collegati alla vescica provocando un'infiammazione neurogena cronica. Secondo questa ipotesi le cistiti interstiziali rientrerebbero nella più vasta categoria delle uretrocistalgie idiomatiche femminili, definite anche "pelvic pain" o "urgency-frequency syndrome", definita vera distrofia simpatica riflessa come una causalgia<sup>204</sup> ([8]). Secondo questa ipotesi sono da usare anticolinergici e alfa-1itici, elettrostimolazione, fisiocinesiterapia, biofeedback, al fine di ridurre il pavimento pelvico riducendo il tono muscolo-destrusale e la flogosi neurogena associata ([9]). A tal fine utile l'infiltrazione locale di tossina botulinica ([10]). Secondo questa ipotesi sono applicabili sia la TENS che l'agopuntura ([11]). La TENS si applica con una stimolazione elettrica in aree critiche entro i dermatomeri sacrali. La stimolazione delle fibre cutanee afferenti di grosso calibro sopprime le sensazioni nocicettive all'interno dello stesso dermatomero. L'efficacia è imprevedibile da soggetto a soggetto e non è duratura ([12]). L'agopuntura, con scopi analgesici,

<sup>204</sup>L'iperattività vasomotoria simpatica produrrebbe vasocostrizione, ischemia e distrofia esitando nella sindrome uretrocistalgica. Vi sono crescenti segnalazioni in letteratura sull'aumento delle fibre nervose simpatiche e dei neurotrasmettitori del sistema nonadrenergico noncolinergico nelle vesciche di soggetti con cistite interstiziale.

eseguita con forte stimolazione manuale sul 36ST risulta efficace almeno sul dolore ([13]). Da alcuni anni si è avanzata l'ipotesi che la cistite interstiziale sia una vera e propria malattia autoimmune. Il processo può limitarsi alla parete vescicole o estendersi alla parete interna ed esterna della vagina, all'intestino, al pavimento pelvico, ai muscoli pelvici, alle articolazioni, alle mucose, creando uno squilibrio psico/clinico/fisico tale da alterare notevolmente la qualità di vita delle persone colpite. I più recenti studi associano questa malattia ad altre malattie ed eziologia similare quali il LES, la Sindrome di Sjogren, la Fibromialgia, il morbo di Chron, la Tiroidine di Hashimoto, la Vestibolite, la Vulvodinia, la Prostatodinia o la cosiddetta Prostatosi. In base a questa ipotesi impiegata, ma con risultati incerti, la Ciclosporina A ([14]). Ipotizzata anche una origine allergica della cistite interstiziale, data la buona risposta verso antistaminici ed anticorpi anti-IgE ([15]). In Medicina Cinese le infiammazioni delle vie urinarie con bruciore menzionale si definiscono, a partite dal Ling Shu, libro VI, par. 36 ([16], [17]), *Lin Zheng* e si differenziano in cinque diversi tipi ([18]):

- Shi Lin: della Pietra<sup>205</sup>, con Calore che agglomera le urine
- Re Lin: da Calore<sup>206</sup>
- Xue Lin: del Sangue<sup>207</sup>
- Gao Lin: dei Grassi<sup>208</sup>
- Lao Lin: da Fatica o Deficit<sup>209</sup>
- Qi Lin: del Qi<sup>210</sup>

Attualmente la suddivisione delle forme cliniche è leggermente più complessa ([19], [20], [21], [22], [23], [24], [25], [26]). Precisati soprattutto i trattamenti in rapporto alla farmacologia, mentre meno evidenti sono, soprattutto fra

<sup>205</sup>Con calcolosi o microcristalli nelle urine. Terapia in agopuntura 24-25GB e 63BL.

<sup>206</sup>Cistiti batteriche acute. 9SP, 3CV, 28-39BL.

<sup>207</sup>Cistiti emorragiche. Agopuntura 3CV, 28BL, 1LR.

<sup>208</sup>Lipuria e chiluria. Agopuntura: 9SP, 20BL, 7Ki, 23BL, 9CV.

<sup>209</sup>Cistiti croniche o subacute in soggetti defecati o convalescenti. 9SP, 7Ki, 20-23BL, 9CV.

<sup>210</sup>6SP, 36ST, 6CV, 23-28BL. Principalmente Stasi del Qi di Fegato

gli AA cinesi, le differenze nella scelta dei punti di agopuntura ([27], [28]), cfr. tabella 3.

In menopausa esiste un Deficit di Jing legato a turba dei Liquidi Ye. Zhang Jie Bin ricorda che i liquidi Jin e Ye, armoniosamente uniti, creano il Gao che riempie il vuoto all'interno delle Ossa, e, poi, il Cervello, il Midollo, il Jing (seme), il Sangue ([29]). La mancata conversione del Gao in Jing è una condizione frequente in gravidanza (con segni di Vuoto di Rene Yin ed incremento ponderale). La mancata diffusione e conversione degli Ye torbidi in Jing può essere alla base di vari disturbi menopausali che vanno dalla mastopatia fibrocistica alla stipsi, alle turbe urinarie e ginecologiche, fino a fatti involutivi ossei (osteoporosi) e cerebrali (amnesie, difficoltà di concentrazione, ecc.), [30]. Gli Ye possono essere bloccati nella loro discesa dal, nella recezione a livello del bacino, nella mancata spinta il alto del Sanjiao, Rene, Grosso Intestino e Viscica, nella conversione in Gao e, quindi, nella trasformazione in Jing che nutre Osso, Midollo e Cervello. Nel caso di cistiti interstiziali è facile immaginare che gli Ye non umidificano la Vescica che, di conseguenza, perde il ruolo di corretta eliminazione<sup>211</sup>. Inoltre, nel caso di stipsi ostinata, si deve pensare anche ad una mancata discesa e ad una Secchezza del Grosso Intestino. Punti interessanti a questi fini sono:

- 12KI<sup>212</sup> - Liquidi Ye verso la Vescica Urinaria
- 16LI<sup>213</sup> - Discesa degli Ye torbidi
- 16KI<sup>214</sup> - Umidificazione del Grosso Intestino mediante gli Ye.

L'esame sintomatologico consentirà di evidenziare le condizioni presenti in ogni singolo paziente ([31]):

- Ronzii auricolari, vertigini, difficoltà di deglutizione, disgusto per l'acqua → mancata discesa degli Ye torbidi, 16LI

<sup>211</sup>Questa ipotesi si sposa con l'ipotesi che lega la cistite interstiziale con la carenza di GAG.

<sup>212</sup>Dahe o Yingguang, mezzo cun dalla linea mediana, uno cun sopra alla sinfisi pibica, sulla trasversale di CV3.

<sup>213</sup>Jugu, al centro della depressione fra clavicola e acromion. Come tutti i punti Ju (spalla) abbassa l'Energia.

<sup>214</sup>Huangshu, mezzo cun di lato all'ombelico, lungo la trasversale dell'8CV. Come gli altri Huang tratta la Nutrizione e i Grassi Vitali.

- Stipsi tenace → Secchezza intestino 16KI

Punto aggiuntivo sarà sempre lo Shu di Vesca (65BL<sup>215</sup>) che, secondo il modello taoista, favorisce l'eliminazione del "non corretto" dal Viscere ([32], [33], [34]). Sebbene esistano (come visto sopra) formule farmacologiche tradizionali o più recenti utili nelle diverse forme disuriche, una formula pronta di ampia utilità è Nao Gan Ning, in confetti da 300 mg. Essa si compone di quattro piante immunomodulanti ed antinfiammatorie a forte tropismo urinario. I componenti sono:

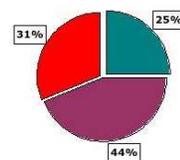
- Glechoma hederacea herba
- Lygodii spora
- Spera multifida herba
- Viola yedoensis radix

Pur essendo piante amare e ricche di alcaloidi (in grado di modulare la flogosi ed il rilascio macrofagico di citochine prflogone), non creano disturbi digestivi. Inoltre Viola e Spera sono principi ricchi di zuccheri complessi ([35]) che potrebbero essere utili nel ripristino dei GAGS nella tonaca propria vescicale. La posologia media negli adulti è di 2 cp dopo i tre pasti ([36]).

## Casistica

Lo studio ha riguardato 15 donne in menopausa (età 51-55 anni, mediana  $52 \pm 0,4$ ), affette da cistiti ricorrenti (da 1 a 3 episodi l'anno e da 3 a 5 anni), tutte inserite dopo screening (visita urologia, esame urine, cistoscopia in anestesia spinale, ecografia del rene e delle vie urinarie) nelle forme di cistite ricorrente non batterica di tipo interstiziale. L'esame clinico e le ricerche di laboratorio hanno fatto escludere malattie autoimmuni locali o sistemiche. Nessuna, poi, era sottoposta a terapia sostitutiva con estrogeni e/o fitoestrogeni ([37]). Sotto il profilo energetico va detto che, quattro donne presentavano mancata discesa degli Ye, sette mancata Umidificazione degli Intestini, cinque, invece, mancata umidificazione della Vesca (cfr. figura 77). Di conseguenza in cinque casi si sono usati i punti 16LI, 12KI e 65BL; in sei 16KI, 12KI e 65BL e in cinque 12KI e 65BL.

<sup>215</sup>Shugu, inferiormente e prossimalmente alla testa del V metatarso.



■ Non discesa Ye ■ Non Umidificazione Intestino e Vesca ■ Non Umidificazione Vesca

Figura 77: Profilo energetico

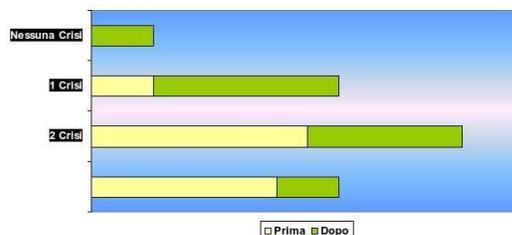


Figura 78: Numero di crisi in un anno

Le sedute di agopuntura con aghi trimetallici di fabbricazione cinese, a perdere e di 0,30 X 30mm, erano settimanali per due mesi e quindicinali per due mesi (12 sedute). La durata di ciascuna seduta di 30 minuti, con infissione semplice e senza manipolazione. Tutte le pazienti hanno assunto, per 10 giorni al mese e per cinque mesi, Nao Gan Ning, 600mg (2cp.) assieme dopo i tre pasti. Prima dell'inizio del trattamento e durante la fase attiva, eseguiti, ogni mese, controlli di funzionalità epatica, renale, emocromo con formula, azotemia, creatinemia, colesterolo LDL e HDL, trigliceridi e protidogramma. In nessun paziente si sono registrate variazioni ematochimiche di rilievo. Attraverso interviste telefoniche mensili abbiamo seguito ciascun paziente per un anno dopo la fine del trattamento, valutando numero e durata (cfr. figura 78) delle recidive (cfr. figura 79). Segnaliamo che le stesse sono state trattate, come prima della nostra terapia, mediante irrigazione con acido ialuronico settimanale, ASA, ed amitriptilina per os.

In base al numero annuo e alla durata delle crisi due pazienti sono completamente guariti, otto migliorati e cinque invariati (cfr. figura 80), pertanto i risultati positivi ammontano, globalmente, al 67%.

Circa i sei casi con stipsi ostinata, abbiamo avu-



Figura 79: Durata media delle crisi

to un miglioramento significativo dell'alvo a fine cura, con persistenza di tale risultato anche dopo un anno senza trattamento (cfr. figura 81), segno, riteniamo, della validità dell'ipotesi patogenetica e dei punti selezionati non solo sul bersaglio vescicale ma sulla relazione Liquidi-Jing a livello intestinale. In effetti nessuna delle piante della formula agisce in modo catartico.

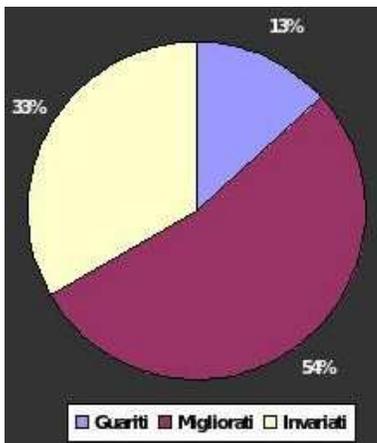


Figura 80: Percentuale risultati

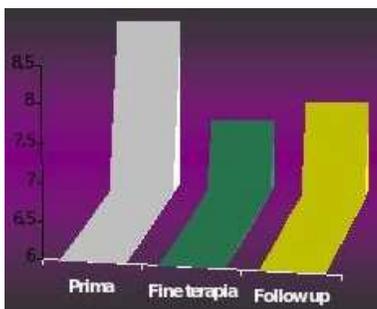


Figura 81: Ritmo dell'alvo in giorni

Tabella 3: Trattamenti

Forma	Sintomi	Trattamento
Re Lin da Eccesso <sup>216</sup>	Urine torbide, disuria, lingua con induido giallo e coloso, polso scivoloso e rapido.	Occorre incrementare la diuresi ed eliminare il Calore. 9 CV, 3CV, 39BL. Formula Ba Zheng San
Re Lin da Vuoto <sup>217</sup>	Disuria, stranguria, tenesmo, calore ai cinque centri, lombalgie, vertigini, amnesie retrograde, polso fine e rapido, lingua secca e rossa	Tonificare il Rene Yin ed eliminare il Calore Vuoto. 3KI, 23BL, 4CV, 66BL. Formula Zhi Bai Di Huang Wan
Xue Lin da Eccesso	Cistite emorragia massiva. Lingua con induido giallo adeso e polso rapido.	Eliminare il Calore, far circolare il Sangue, bloccare il sanguinamento. 28BL, 3CV, 37BL, 1LR. Xiao Ji Yin Zi.
Xue Lin da Vuoto	Tenesmo, disuria, ematuria meno marcata e vivace, insonnia, vertigini, dolori lombari, lingua depilata e arrossata, polso fine e rugoso.	Tonificare il Rene Yin ed il Sangue, promuovere la diuresi ed eliminare il Calore. 3KI, 6SP, 4-7-9CV. In farmacologia Zhi Bai Di Huang Wan + Gui Ban + E Jiao + Han Lian Cao
Qi Lin da Eccesso <sup>218</sup>	Disuria e bruciore molto vivaci, oscillazione dell'umore, dispepsia, irritabilità. Lingua arrossata ai bordi, polso teso a corda.	Muovere il Qi ed il Sangue. GB34, LR3, CV3, CV9. Chen Xiang San.
Qi Lin da Vuoto <sup>219</sup>	Urine torbide ed abbondanti, gonfiore addominale, eruttazione, astenia, polso scivoloso, lingua gonfia o improntata.	Sostenere la Milza. BL20, SP3-6-9. In farmacologia Chen Xiang San.
Shi Lin da Eccesso <sup>220</sup>	Disuria, stranguria, poliuria, lingua rossa, polso rapido.	Stimolare la Diuresi ed Eliminare il Calore. 25GB, 9SP, 66BL. Ba Zheng San + Shi Wei San.
Shi Lin da Deficit <sup>221</sup>	Disuria, tenesmo, ritenzione vescicole acuta, polso debole, lingua arrossata.	Tonificare il Rene e sbloccare la Vescica. 23BL, 25GB, 63BL. Ba Zheng San + Shi Wei San.
Gao Lin da Eccesso <sup>222</sup>	Chiluria o lipuria o urine torbide, lingua con induido giallo, abbondante e adeso, polso scivoloso e rapido.	20BL, 28BL, 9CV, 9SP, 6SP. Bei Xie Fen Qing Yin.

<sup>216</sup>Deficit dello Yin del Rene.<sup>217</sup>Vuoto di Rene Yin.<sup>218</sup>Stasi di Qi di Fegato.<sup>219</sup>Vuoto di Milza.<sup>220</sup>Accumulo di Umidità e Calore.<sup>221</sup>Calore più Deficit di Qi di Rene.<sup>222</sup>Accumulo di Umidità-Calore.

Gao Lin da Vuoto <sup>223</sup>	Chiluria, tenesmo, lipuria, polso debole e profondo, lingua allida e gonfia.	3KI, 23BL, 25GB, 3CV. Liu Wei Di Huang Wan + Jin Suo Gu Jing Wan
---------------------------------	--	--

---

<sup>223</sup>Vuoto di Qi di Rene.

# Bibliografia

- [1] Alos J.I. *Epidemiology and etiology of urinary tract infections in the community. Antimicrobial susceptibility of the main pathogens and clinical significance of resistance* Enferm. Infecc. Microbiol. Clin., 2005, 23 Suppl 4:3-8.
- [2] Pigrau-Serrallach C. *Recurrent urinary tract infections* Enferm. Infecc. Microbiol. Clin., 2005, 23 Suppl 4:28-39.
- [3] Wagenlehner F.M. *How should chronic recurrent cystitis be treated?* Dtsch. Med. Wochenschr., 2003, 128(4):158-160.
- [4] Hublet S., Tombal B. *Across the medical press: recurrent cystitis in women* J Pharm. Belg., 2004, 59(2):63-64.
- [5] Jackson S.L., Boyko E.J., Scholes D., Abraham L., Gupta K, Fihn S.D. *Predictors of urinary tract infection after menopause: a prospective study* Am. J Med., 2004, 117(12):903-911.
- [6] Nasta L. *La Cistite Interstiziale: Di che cosa si tratta e come si cura* Icaro, 2003, 11: 2-5.
- [7] Anonimo *Cistite interstiziale: terapia con acido ialuronico* [http://www.xagena.it/news/e-cistite\\_it\\_news/91299a41773c667d2ee8cddc3f6eeb64.html](http://www.xagena.it/news/e-cistite_it_news/91299a41773c667d2ee8cddc3f6eeb64.html), 2002.
- [8] Hohenfellner M., Nunes L., Schmidt R.A., Lampel A., Thuroff J.W., Tanagho E.A. *Interstitial cystitis: Increased sympathetic innervation and related neuropeptide synthesis* J. Urol., 1992, 147:587-591.
- [9] Seren P., Bastianello S., Benzzone V. et al. *Ureterocistalgia idiomatiche femminili* <http://www.urologiadolo.it/cistiteinterstiziale.htm>, 2004.
- [10] Gilles K., Corcos J., Schurch B. *Urological applications of botulinum toxins* Prog Urol. 2006 Jun;16(3):263-274.
- [11] Whitmore K.E. *Complementary and alternative therapies as treatment approaches for interstitial cystitis* Rev. Urol., 2002, 4 Suppl 1:S28-535.
- [12] Fall M., Lindstrom S. *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation in classical and non-ulcer Interstitial cystitis* Urol. Clin. NorthAm. 1994, 21:131.
- [13] Mendelson G. *Acupuncture analgesia. Review of clinical studies* Aust. NZ. J. Med., 197, 642, 648-650.
- [14] Person C.L. *Is ciclosporin an effective treatment for interstitial cystitis?* Nat. Clin. Pract. Urol., 2006, 3(7): 364-365.
- [15] Lee J., Doggweiler-Wiygul R., Kim S., Hill B.D., Yoo T.J. *Is interstitial cystitis an allergic disorder?: A case of interstitial cystitis treated successfully with anti-IgE* Int. J Urol., 2006, 13(5):631-634.
- [16] Ku W. *Huangdi Neijing Suwen* Ed. Foreign Languages Press, Beijing 2002
- [17] Zhongren C. *Ling Shu Jing* Ed. Foreign Languages Press, Beijing, 2001.
- [18] AAVV *Lin Syndrome - Urinary Tract Infection* [http://tcm.health-info.org/Internal%20medicine/Int.Med.KidneyWeb.htm#\\_Lin\\_Syndrome\\_-\\_Urinary\\_Tract\\_Infect](http://tcm.health-info.org/Internal%20medicine/Int.Med.KidneyWeb.htm#_Lin_Syndrome_-_Urinary_Tract_Infect), 2006.
- [19] Alraek T., Baerheim A. *The effect of prophylactic acupuncture treatment in women with recurrent cystitis: kidney patients fare*

- better* J Altern. Complement. Med., 2003, 9(5):651-658.
- [20] Alraek T., Aune A., Baerheim A. *Traditional Chinese medicine syndromes in women with frequently recurring cystitis: frequencies of syndromes and symptoms* Complement. Ther. Med., 2000, 8(4):260-265.
- [21] Aune A., Alraek T., Huo L., Baerheim A. *Can acupuncture prevent cystitis in women?* Tidsskr. Nor. Laegeforen., 1998, 118(9):1370-1372
- [22] De Berardinis D. *Armonia dei Punti* policopie, Ed. AMSA, Roma, 2001.
- [23] Di Concetto G. *Le basi della terapia in agopuntura e farmacologia cinese* Ed. CEA, Milano, 2002.
- [24] Yifang Y. *Chinese Herbal Medicines: Comparisons and Characteristics* Ed. Churchill-Livingstone, London-Edimburgh, 2000.
- [25] AMSA *Niao Gan Ning, Progetti di Ricerca* [http://www.agopuntura.org/html/divulga/progetti/Niao\\_Gan\\_Ning.pdf](http://www.agopuntura.org/html/divulga/progetti/Niao_Gan_Ning.pdf), 2003.
- [26] De Berardinis D., Di Stanislao C., Corradin M., Brotzu R. *Organi e Visceri in Medicina Cinese. La fisiologia, la clinica e la terapia* Ed. Sanli/Bimar, Roma, 1992.
- [27] De Beradinis D. *La cistite in MTC TMA*, 1993, 12: 20-26.
- [28] Bossy J. et al. *Nosographie Traditionnelle Chinoise* ed. Masson, Paris, 1992.
- [29] De Beradinis D. *Fame e Obesità. Disturbi del Comportamento Alimentare in Medicina Cinese* policopie, ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
- [30] Yuen J.C. *Western diseases in the perspective of Traditional Chinese Medicine* Ed. Swedisch Institute of Oriental Medicine, New York, 1995.
- [31] De L'Homme G. *L'examen du malate en Médecine Chinoise, polycopie* Ed. A.F.A., Paris, 1983.
- [32] Jin Y.B. *Acupuncture and moxibustion academic essence of Classic On 81 Medical Problems and analysis* Zhongguo Zhen Jiu, 2006, 26(2):151-153.
- [33] Zhang H.S., Wang F.C. *Application of combination of he-mu points and combination of shu-yuan in syndrome differentiation of zang- and fu-organs* Zhongguo Zhen Jiu., 2006, 26(5):378-380.
- [34] Shao S.J., Shao S.X. *Study on the law of professor SHAO Jing-ming's clinical point selection* Zhongguo Zhen Jiu., 2006, 26(2):126-128.
- [35] Massarani E. *Erbe in Cina* Ed. Esi, Milano-Roma, 1981.
- [36] AAVV *Nao Gan Ning Granules, Scheda Informativa* Ed. Ciatai QingHunbao Pharmaceutical CO.LTD., Hangzhou, 2002.
- [37] AAVV *Perimenopausa e terza età: quali terapie? Atti del Congresso nazionale Sigite (Firenze, 28 novembre-1 dicembre 2004)* ed. CIC Internazionali, Roma, 2004.

# Bronchiti e bronchiectasie in MTC

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

Dott. Leonardo Paoluzzi  
Direttore della Sede di Perugia della Scuola Italo-Cinese di Agopuntura. Direttore della Rivista TMA.

“In medicina le regole possono essere assolute,  
ma le conseguenze sono variabili”  
*Celso*

“Eppure qualche volta fa differenza se prendi  
una medicina o un'altra”  
*Johann Nestroy*

## Sommario

In MTC non vi sono termini che definiscono specificamente queste condizioni. Si tratta sempre di patologie interne (nei ke) con sintomi ascritti nelle diverse categorie della tosse (ke sou) e dell'emottisi (ke xue), con broncorrea (tu) e mucosità purulenta per accumolo di catarro (tan). In questo lavoro gli AA precisano modalità di diagnosi e trattamento delle bronchiti acute, croniche e delle bronchiectasie.

*Parole chiave:* bronchite, bronchiectasie, ostruzione respiratoria, MTC.

## Abstract

In TCM not there are terms that define these conditions specifically. Draft always of inner pathologies (nei ke) with symptoms that go in the various categories of the cough (ke sou) and of the sputum of blood (ke xue), with bronchorrea (tu) and purulent flegm for accumulate myself of catarrh (tan). In this job the AA specify modality of diagnosis and treatment of the acute and chronic bronchitis and of the bronchiectasies.

*Key words:* bronchitis, bronchiectasies, respiratory obstructive disease, TCM

## Medicina Scientifica

Le bronchiti sono processi infiammatori della mucosa bronchiale, differenziate in acute e croniche. La forma acuta è contrassegnata da tosse con escreato mucopurulento o purulento, ronchi musicali ed espirio ascoltatorio prolungato, assenza radiografica di opacità polmonari ([1]). Si deve soprattutto ad infezioni virali e raramente è batterica. Nei bambini e nei soggetti anziani e defedati l'ostruzione bronchiale può essere notevole. Nei soggetti enfisematosi una bronchite acuta può condurre a morte ([2]). I virus in causa sono virus sinciziali e rhinovirus nei bambini (più raramente adenovirus e virus parainfluenzali), mentre i batteri (da isolare con esame colturale seguita da antibiogramma) streptococchi alfa e beta-emolitici, pneumococchi ed haemophilus influenzae. La terapia si avvale di riposo a letto, vapori inalatori, liquidi in

quantità adatta a prevenire la disidratazione, efedrina in caso di spasmo bronchiale, antistamici per ridurre lo stato infiammatorio bronchiale, codeina o similari per la tosse e, se indicato, antibiotici mirati o a largo spettro (tetraciclina 250-500 mg 4 volte al dì), [3]. Una forma tossicologica persistente per più di tre mesi si definisce bronchite cronica. Spesso esistono concause irritanti come fumo, inquinanti, allergeni). La tosse tosse può essere secca o umida e l'esame colturale o essere negativo o mostrare positività per pneumococco ed hemophilus. Le riacutizzazioni sono sempre virali (rhinovirus e virus sinciziale). La condizione produce enfisema con un quadro definito broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO o COPD), [4]. Questa condizione è la causa prima di insufficienza respiratoria e di Cuore polmonare cronico. Le forme più inveterate mostrano accessi asmatici subentranti. In caso di tosse secca usare codeina. Se vi è spasmo bronchiale usare efedrina o betamimetico pressurizzato. L'impiego dei cortisonici per os (prednisone) è limitato ai periodi di acuzie. Gli steroidi topici (aerosolici e in spray) possono determinare azioni proinfettive. Nel caso di escreato purulento dare ampicillina o docyclinica o sulfetossazolo-trimetoprin o fare antibiogramma. Alcuni fluidificanti (ambroxol, metilcisteina, acetilcisteina) ritarderebbero lo sviluppo di enfisema polmonare ([5], [6]). Le bronchiectasie sono dilatazioni permanenti dei bronchi e dei bronchioli che possono essere sia saccolari (cistiche) che cilindriche. Risultato o di malformazioni congenite (sindrome di Mounnier e Khun o di Kartagener) o più spesso di infiammazioni persistenti e gravi delle basse vie aeree sono oggi ridotte, ma soprattutto in terra pediatrica, per un uso può pronto ed accorto degli antibiotici ([7]). Circa la patogenesi occorre ricordare ([8], [9]):

- gravi infezioni polmonari nel bambino (morbilli, pertosse, bronchioliti);
- tubercolosi;
- aspergilloso allergica con tappi di muco ed asma;
- ipogammaglobulinemia (deficit selettivo di IgA congenito o acquisito);
- sinusiti croniche;

- sindrome della paralisi ciliare di Afzelius (con segni ricorrenti rinobronchiali) o di Kartagener (situs viscerum inversus, sinusite cronica e bronchiectasie);
- sequestro polmonare (porzione polmonare non funzionante, irrorata dall'aorta piuttosto che dall'arteria polmonare);
- ostruzione bronchiale da corpo estraneo, carcinoma o adenoma;
- artrite reumatoide o colite ulcerosa (per carenza dell'alfa1-antitripsina ed aumento dell'attività elastasica neutrofilica).

Sintomi comuni sono: tosse persistente, espettorato tristratificato (schiumoso, sieroso, denso-mucoso) e purulento, emottisi intermittente. Sintomi associati sono alitosi, crepitii grossolani a livello dell'area colpita, dita a bacchetta di tamburo (30% dei casi), sibili associati a crisi asmatiche (sospettare, in questo caso una aspergilloso polmonare), [10]. Le complicanze si dividono in comuni (episodi infettivi intercorrenti, polmoniti) e rare (amiloidosi ed ascessi cerebrali fatali). La diagnosi si fonda sull'esame dell'espettorato (colture batteriche positive per *Haemophilus influenzae*, *Streptococcus pneumoniae*, Stafilococchi, anaerobi. Può essere isolato l'*Aspergillus fumigatus*); test cutanei (per aspergillus); ricerche sierologiche (anticorpi antiaspergillo e livello delle immunoglobuline), ricerca delle IgA-secretorie, radiografia del torace (a volte nella norma o con immagini "a rotta" o opacità ovalari in proiezione anteroposteriore o laterale), spirometria (quadro di tipo ostruttivo con test di reversibilità ai betamimetici positivo); TAC (dilatazioni bronchiali con scansioni da 3 mm); broncoscopia (che evidenzia le sedi di sanguinamento ed individua eventuali ostruzioni neoplastiche e non); broncografia (effettuata un lato per volta; utile per decidere il trattamento medico o chirurgico e solo dopo aver reso la funzionalità respiratoria ottimale (tramite drenaggio posturale, fisioterapia e broncodilatatori), [11]. La terapia si avvale di pratiche fisiche (drenaggio posturale e fisioterapia in centri idonei), antibiotici (dopo antibiogramma o ad ampio spettro e basso dosaggio, [12]), broncodilatatori (in nebulizzatori a dose calibrata), fluidificanti (acetil-cisteina, ambroxol) e steroidi (per periodi limitati), [13]. In caso

di sequestro apicale tubercolare non occorre terapia poiché le cavità si drenano spontaneamente a causa della gravità. Le alterazioni del lobo medio, della lunula e del lobo inferiore possono creare maggiori problemi clinici ([14]).

## Medicina Tradizionale Cinese (MTC)<sup>224</sup>

Non esistono in MTC termini equivalenti a bronchite, bronchiectasie, malattia cronica ostruttiva. Si tratta sempre di patologie interne (nei ke) con sintomi ascritte nelle diverse categorie della tosse (ke sou) e dell'emottisi (ke xue), con broncorrea (tu) e mucosità purulenta per accumolo di catarro (tan). Oggi, sia in Cina che in Europa, si sogliono riconoscere due forme di *bronchite acuta*: vento-freddo (fenghan) e vento-calore (fengre):

1. Vento-Freddo: tosse intensa con espettorato chiaro ed abbondante, facile da scollare, febbre leggera. La patina linguale è sottile e bianca, il polso teso e superficiale.
2. Vento-calore: tosse secca o con espettorato grigio-giallastro e colloso, febbre, dispnea. La patina linguale è gialla e sottile, il polso rapido e sfuggente.

Il trattamento agopunturistico, nell'una e nell'altra forma, prevede la stimolazione dei punti tiantu (CV 22) e fenglong (ST 40) (con moxè nelle forme da freddo ed aghi in quelle da calore) più vento-se (per eliminare l'umidità) su feishu (BL13). La farmacoterapia ([21], [22]), invece, è differenziata fra vento-freddo e vento-calore. Se vento-freddo usare *Aster tataricus*, *Stemona sessifolia*, *Platycodon grandifolium*, *Cynanchum japonicus*, buccie di mandarino seccate (Chenpi) e Liquirizia (Gancao); se vento-calore *Efedra fresca* (Mahuang), *Gypsum fibrosum*, mandorle, *Coptis chinensis* e Liquirizia. Un sciroppo a base di mandorle è medicamento brevettato diffuso per tutta la Cina per le tossi bronchiali più soffocanti. Tale preparato si aggiunge a Jinyin Hua (*Lonicera japonica*) e Zhebei Mu (*Fritellaria verticillata*) in caso di calore, Maimen Dong (*Ophipogonis*) e Banxia (Pinellia) in caso di freddo.

<sup>224</sup>Cfr. [15], [16], [17], [18], [19], [20]

La *bronchite cronica* è definita “tosse cronica” e divisa in tre diverse categorie:

1. Tosse-freddo (hanke): Sputo bianco e schiumoso, brividi e sensazione di freddo, respiro breve e talvolta impossibilità a distendersi sul dorso. La patina è bianca ed abbondante, il polso stresso (serrato) e sfuggente.
2. Tosse-calore (reke): Febbre, tosse con escreato giallo, puruloide e colloso. La patina linguale è sottile e gialla, il polso superficiale e rapido (o sfuggente e rapido).
3. Tosse dispnoica (chuanke o chihi): dispnea al più piccolo sforzo, tachicardia, nausea, cianosi, ortopnea evidente. La lingua è rossa, secca o appena rivestita, il polso rapido.

Naturalmente questa varietà è tipica della BP-CO e del Cuore polmonare iniziale. In agopuntura si trattano sempre i punti (una volta al giorno per 10/20 giorni) tiantu (CV 22), feishu (BL 13), neiguan (PC 6), fenglong (ST 40). Si usano le moxe in caso di kehan, gli aghi di kere e aghi e copete (ma anche moxe) nelle varietà chihi ([23]). Un gruppo di agopuntori francesi di Biarritz (Laporte, Talmud, Rigoulot, 1992), partendo da studi dell'AFERA e da tesi di DIU di Marseille, Paris X, e Bordeaux II (1980-1988), ha elaborato, nelle forme croniche ostruttive asmatiche, il seguente schema: lieque (LU7), feishu (BL13), shanzhong (CV17), tiantu (CV22), taixi (KI3) fenglong (ST40), dimostrando, anche un netto miglioramento spirometrico. In caso di tosse soffocante con secchezza per vuoto dei liquidi trattare i punti SP 17 (shidou) e LU2 (yumen); se l'espettorazione è abbondante e biancastra far scendere i liquidi con KI 27(shufu) e ST28 (shuidao). In farmacoterapia le tre forme ricevono trattamenti diversi:

- Tosse con freddo: Ephedra sinica (Mahuang), ramulus Cinnamomi (Guizi), Paeonia alba (Baishao) Asari seiboldi herba cum radicis (Xixin), Zenzero secco (Ganjiang), Pinellia ternata (Banxia), Schizandra chinensis (Wuweizi), Liquirizia (Gancao).
- Tosse con calore: Lepisorus tumbergi (Wawei), Euribotrya japonica folium, Zenzero fresco (Shengjiang), Guscio d'Ostrica (Muli) da sciogliere in acqua di riso. Secondo Chen

Kai An e Chen You-Wa si può usare una formula a base di Huanglian (rhizoma Coptis sinensis), Banxia (rhizoma Pinellia ternata) e Gua Lou Ren (semen Trichosanthes kirilowii).

- Tosse con dispnea: Cynanchum japonicum, Astragalus (Huangqi), Schizandra chinensis (Wuweizi). Nei casi a più forte vuoto (xu), soprattutto di weiqi e di yin, si usa la formula: Renshen (Panax ginseng radix), Mai Men Dong (Ophiopogonis japonicus radix) e Wu Wei Zi (Schizandra chinensis fructus). Se la componente asmatica è considerevole si aggiungono Mahuang (Ephedra sinica herba), Guizi (ramulus Cinnamomum cassia) e Xingren (Prunus armeniaca semen).

Un modo molto originale di inquadrare il problema ci è stato offerto (1982/83) da J.M. Kespi ([24]) e C. Sciarretta ([25]). Questi autori rubricano sotto il termine *patologie di mucosa*, condizioni di plurimucosite con frequente e simultaneo interessamento cutaneo, piuttosto frequenti nella pratica quotidiana. La prima cosa che essi notano e che, soprattutto in agopuntura, vanno differenziate l'interessamento di una mucosa da l'interessamento di un viscere. In effetti non è la stessa cosa parlare di patologia della mucosa bronchiale e del viscere polmone. G. De L'Home (1989), pneumologo ed agopuntore, ci ricorda che nei classici medici (Nei Jing Sowaen e Lingshu, Zheng Jiu Jia Yi Jing, Zheng Jiu Da Cheng) ma anche nelle opere di metafisica taoista (Lingpao pifa, Weisheng shenglixue mingzhi), quando si parla di polmene, cioè di “ministro principale” (xiang-fu), non si fa mai una chiara distinzione fra “soffio vitale” (qi), soffio respiratorio (tianqi), soffio ancestrale ritmico del petto (zongqi) e jing acquisito. Comunque queste funzioni (assieme allo shen ed ai liquidi) appaiono turbate nella patologia delle vie aeree superiori ed inferiori. Quando siamo di fronte ad una patologia bronchiale dovremo sempre distinguere le turbe del movimento d'energia, della mucosa e dell'organo, così come, in medicina accademica, distinguiamo la patologia comitata e non comitata polmonare, disfunzionale o strutturale. Quindi, nel nostro caso, dovremo chiederci se vi è una turba globale del movimento (wuxing) del metallo (jin) (disincronizzazione, scomparsa e ricomparsa repentine e senza causa, disturbi respiratori ed

intestinali, ecc.), dell'organo (ordine, pelle, diffusione del soffio, diffusione e discesa dei liquidi, ecc.) o semplicemente della mucosa bronchiale. Per quanto concerne la mucosa (ogni mucosa) i cinesi la definiscono pelle interna (neipi) e vanno considerati alcune nazioni nel suo trattamento:

- **Blocco energetico** (interno o esterno): Le mucose sono strutture che si aprano dall'interno all'esteriore (Tai Yin) e dall'esteriore si chiudono all'interno (Yang Ming). Nel caso di blocco Tae Yin vi è un non movimento dell'uomo verso l'esteriore (chiuso, introverso, incapace di esprimere i suoi sentimenti, triste, con stipsi ed urinazione problematica, con oligomenorrea ed ipomenorrea e scarsa lattazione). Nel caso di blocco YangMing l'uomo non si sa raccogliere in sé (collerosità, claustrofobia, irritabilità, anoressia, digestione difficoltosa, bisogno di movimento, caloe e sudore, ecc.). Il punto che libera il blocco Tae Yin è taibai (3SP), punto shu; quelli che sbloccano lo Yan Ming hegu (4 LI, punto yuan) e quchi (11 LI, punto he).
- **Secrezione**: tutte le mucose sono soggette a patologie ipersecretive di tipo o umidità-freddo (shihan) o umidità-calore (shire). In caso di muco filante e facile da staccare, limpido, urine chiare e abbondanti, alvo stitico, polso lento, lingua con induido bianco siamo nel primo tipo; invece se i catarrhi sono collanti o secchi, torbidi, maleodoranti, grigi o giallastri, le urine scarse e cariche, l'alvo piuttosto diarroico, il polso rapido, la lingua con induido scarso e giallo ci troviamo nella seconda categoria. I calcoli renali possono essere di tipo umidità-freddo (fosfati) o umidità-calore (ossalati e acido urico). Ora esistono due punti che possono essere impiegati: burong (19 ST) per apportare calore in caso di umidità e freddo e fuhai (16 SP) per apportare freschezza in caso di umidità e calore. In tutti i casi aggiungere feilong (40 ST) che "secca i catarrhi".

Circolazione di energia difensiva: sulle superfici cutanee e mucosali circola energia difensiva che ha il compito della difesa, materiale ed immateriale, dalle aggressioni (reali o immaginarie; fisiche o psichiche). Vi sono due modi di reagire alle aggressioni: o proiettare tutte le nostre energie in

superficie o, al contrario, bloccarle all'interno per proteggere l'interno di se stessi. Nel primo caso si ha una cicatrizzazione rapida e spesso esuberante o patologica (cicatrici ipertrofiche e cheloidi), nel secondo una cicatrizzazione lenta e difettosa (ferite torpide, infette, lente a guarire). Inoltre, anche sotto il profilo psicologico, tali individui reagiscono diversamente quando si sentono aggrediti: nel primo caso sono soggetti irritabili, che esplodono con facilità, con gola serrata alle emozioni, perdita di controllo, che rifiutano di essere guardati, toccati o consolati. Nel secondo caso sono individui che si chiudono in loro stessi e diventano tristi e melanconici. Nel primo caso (collera, esplosione, groppo alla gola, non vuole essere consolato) il punto da trattare è kufang (14 ST); nel secondo (tristezza, melanconia, mutismo, chiusura) il punto wuyu (15 ST). Si afferma anche che (George Soulie De Morant, Roger De La Fuye, Claude Roustan, Borsarello-Duron-Laville-Mary, Sciarretta) il punto 14 ST ha valenze più psichiche (aggressioni psichiche e morali), il 15 ST più fisiche (aggressioni di allergeni, virus, batteri, miceti, inquinanti, ecc.). In taluni casi (George Soulie De Morant, Roger De La Fuye, Claude Roustan) si afferma una differenziazione per kufang: a dx azione psichica, a sx fisica. Va inoltre aggiunto che l'azione di esteriorizzazione della weiqi prodotta dal 14 ST è rinforzata dal 39 GB (xuanzhong) e quella di interiorizzazione del 15 ST dal 18 LI (futu), [26].

- **Mezzo di contatto**: comunicando con l'esterno le mucose sono mezzi di contatto controllati da vasi Luo-Longitudinali (Bieluo), [27]. L'elenco dei punti di comando è il seguente:
  - mucosa bronchiale: fenglong (40ST);
  - mucosa intestinale (dall'esofago al grosso intestino): gongsun 4SP;
  - mucosa vescicale: 7LU (lieque);
  - mucosa anale 4 KI (dazong);
  - mucosa buccale: 6 LI (pianli);
  - mucosa nasale: 58 BL (feiyang);
  - mucosa genitale: 5 LR (ligou).

Il punto che comanda globalmente le mucose è il punto "he" di Zu Tai Yin: 9 SP (yinlingquan).

- Le mucose sono regolate dall'energia yang (weiqi) essendo strutture di superficie. Spesso la loro patologia deriva da una disregolazione spaziale e temporale che può essere trattata con i punti chiave (accoppiati) di Yang Wei Mai (5TB-waiguan- e 41GB-linqi-) e Yang Qiao Mai (62BL-shenmai- e 3 SI-houxi-). Quindi nel caso di patologie di più mucose (bronchi e stomaco, bronchi e vescica, colon e naso, ecc.) o di una mucosa e la pelle trattare nel modo seguente:

- sboccare la mucosa (Tai Yin o Yang Ming);
- combattere l'umidità-freddo o calore;
- valutare le modalità di circolazione della weiqi;
- trattare il punto di comando specifico e/o globale;
- armonizzare la circolazione dello yang (che corrisponde alla weiqi) nello spazio e nel tempo (Yang Wei Mai e Yang Qiao Mai).

Le *bronchiectasie* sono invece contrassegnate da ristagno di catarro e calore e pertanto si definiscono la conseguenza del ristagno di calore perverso e mucosità (tan re xie). Il calore persistente lede lo yin del polmone ed aggrava la situazione. Le turbe dei sette sentimenti alterano il qi del Fegato, e poiché il Fegato col suo meridiano passa nel polmone, questi lo aggredisce col suo calore. Il principio a cui si ispira ogni terapia si compone di più interventi: chiarificare e drenare il calore, trasformare ed eliminare l'umidità e nei casi più inveterati tonificare il qi, nutrire lo yin, mobilizzare il sangue, trasformare la stasi (qingre, huazhishi, buqi, yangyin, shuxue, huayu). In base ai sintomi si distinguono quattro differenti sindromi ([28]):

1. Ristagno di Calore-Mucosità: respiro corto, tosse, espettorato giallo o strisciato di sangue, difficile da espettorare, senso di pienezza e distensione l petto, lingua secca con induido giallastro, polso teso (xian) e scivolo (hua). Il principio terapeutico consiste nel "chiarificare il calore, trasformare ed eliminare l'umidità, mobilizzare il sangue e trasformare la stasi" (qingre, huozhishi, shuxue, huayu).
2. Il Fuoco del Fegato Aggredisce il Polmone: tosse soffocante e severa, gola secca, volto arrossato, dolore al petto (xiongtong), distensione della regione costale ed ipocondriaca (shetong), gola irritata e muco striato di sangue, lingua rossa con induido fine e giallo, polso teso (xian) e rapido (she). Occorre purificare e drenare il fuoco del Fegato e chiarificare il polmone. Tratteremo xin-

In agopuntura useremo: shaoshang (11LU), yuzhong (26KI), chize (5LU) per chiarificare il calore; fenglong (40 ST), wanzhong (12CV) e tiantu (22CV) per trasformare ed eliminare il catarro; dalin (7PC) e geshu (17BL) per muovere il sangue; taiyuan (9LU) e lieque (7LU) per sboccare la stasi. In farmacoterapia Ting Ling Zi (semen *Descurainiae* seu *Lepidi*) 15 g, Hu Zhang (rhizoma *Polygoni cuspidati*) g 15, Zhe Bei Mu (bulbus *Frittellariae rhumbergii*) g 10, Tian Kui Zi (radix *Semiaquilegae*) g 15, Jin Qiao Mai Gen (rhizoma *Fagopyri cymosi*) g 30, Shi Da Gan Lao (herba *Mahoniae*) g 15, Qi Ye Yi Zhi Hua (rhizoma *Paris polyphylla*) g 15, Dong Gua Ren (semen *Benincassae hispidae*) g 30, Wei Mao (*Eynimus alatus*) g 10, Tao Ren (semen *Prunus persicae*) g 10, Sheng Da Huang (radix e Rhizoma *Rhei*) g 10. Jin Qiao Mai Gen, Tian Kui Zi e Qi Ye Yi Zhi Hua svolgono una potente azione antifettiva di tipo antibiotico. Nel caso di mucosità nauseabonde, alitosi, sviluppo di anaerobi o *pseudomonas aeroginosa* aggiungere Xia Ku Cao (spica *Prunellae vulgaris*) da 15 a 30 g e Bai Tou Weng (radix *Pulsatillae chinensis*) da 15 a 30 g. In caso di leucocitosi, VES elevata e febbre, aggiungere Bai Jiang Cao (herba cum radicis *Patriniae*). Trattandosi di rimedi molto spesso freddi possono danneggiare la coppia Milza-stomaco: dare allora Ji Nei Jing (endothelium corneum *Gigeria galli*), Chao Mai Ya (fructus *Hordei vulgaris* germinatus preparatus, Fa Ban Xia (rhizoma *Pinnellia ternata*), Guang Chen Pi (pericarpium *Citri reticulatae*). In caso di vuoto di qi e di yin (palmo delle mani calde, sete, tosse secca e difficile da espellere) aggiungere Er Shen, Bei Sha Shen (radix *Glehnia lithoralis*), Bai He (bulbus *Lilii*) o Mai Men Dong (*Ophiopogonis japonicus*).

- gjiang (2LR), qimen (14LR), ganshu (18BL), yanglianquan (34VB), quchi (11LI), neiguan (6PC), shaoshang (11LU), yuji (LU10), xhanzhong (CV17). In farmacoterapia Qing Dai (Indigo pulverulata levis) g 10, Hai Ge Ke (concha Cyclinae sinensis) g 15, Mu Dan Pi (cortex Moutan radices) g 10, Zhi Zi (fructus Gardeniae jasminoides), Pi Pa Ye (folium Eriobotryae japonicae) g 10, Huang Qin (radix Scutellariae baicalensis) g 10, Bai Tou Weng (radix Pulsatillae chinensis) g 10, Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae viridae) g 15 e Tao Ren (semen Prunus persicae) g 10. In caso di forte dolore al torace ed alle costole si aggiunge Yu Jin (tuber Curcumae) g 10 e Gua Lou Pi (pericarpium Trichosanthis) g 15. In caso di costipazione tenace aggiungere Sheg Da Huang (radix e rhizoma Rhei) g 10.
3. Il Calore Perverso Lede i Vasi Sanguigni: è una condizione che deriva dall'aggravamento delle prime due, dominata dall'emottisi o dall'emoftoe, con sangue rosso vivo nell'espettorato (ricordiamo che il calore va usare il sangue dai vasi). Il polso è rapido (Shu) e teso (Xian), la lingua secca, rossa e con indurimento giallo sottile. Il principio terapeutico è: purificare il calore ed abbassare il fuoco, rinfrescare, mobilitarlo e sbloccare la stasi, arrestare il sanguinamento. I punti da trattare shaoshang (11LU), dazhui (14GV), quchi (11LI), xingjiang (2LR), jianjing (21GB), shaohai (3H), daling (7PC), geshu (17BL), gao Huang (43BL). In farmacoterapia si usa la seguente formula: Huang Qin (radix Scutellariae baicalensis) g 10, Qing Dai (Indigo pulverulata levis) g 10, Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosa) g 30, Bai Mao Gen (radix Imperatae cylindrica) g 30, Sang Bai Pi (Mori albae cortex radices) g 15, Ou Jie (nodus Nelumbinis nuciferae) g 30, Qian Cao Gen (radix Rubia Cordifoliae) g 15, Sheng Da Huang (radix et rhizoma Rhei) g 10, Sheng San Qi (radix Pseudoginseng) g 6. In caso di muco denso e difficile da espettorare (il che aggrava l'emottisi) si usa la formula fluidificante: Yang Ti Gen (radix Rumex japonicus) g 50, Jie Gu Xian Tao Cao (herba Veronicae peregrinae) g 30, Zi Zhu Cao (folium Callicarpae) g 30 a cui si aggiungono, alla fine della decozione, g 10 di polvere di San Qi (radix Pseudoginseng).
4. Vuoto di Yin di Polmone con Accumulo di Calore: Tosse, labbra e bocca secche, dispnea, ansimo, fiato corto, sete, febbre leggera pomeridiana o serale, lingua secca, rossa, indurimento fine e secco, polso fine (Xi) e rapido (Shu). Occorre nutrire lo yin, tonificare il qi, mobilitare il sangue e trasformare la stasi, liberare i jing luo. Agopuntura zhongfu (1LU), feishu (13BL), bulang (22KI), pohu (42BL), geshu (17BL), sanyinjiao (6SP). In farmacoterapia Hai Er Shen (radix Pseudostellariae heterophyllae) g 15, Bei Sha Shen (radix Glehniae littoralis) g 15/30, Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonicus) g 10, Bai He (bulbus Lillii) g 15/30, Yu Zhu (rhizoma Polygonati odorati) g 10, Bei Mu (bulbus Fritellariae) g 6, Shan Yao (radix Dioscoreae oppositae) g 15, Shi Da Gong Lao (herba Mohoniae) g 15/30, Mu Dan Pi (corte Moutan radices) g 10, Chi Shao Yao (radix Paeniae rubra) g 10, Tao Ren (prunus Persicae) g 10. In caso di vuoto (xu) del Tr-medio (ovvero di stomaco e Milza) occorre ricordare che si indebolisce il jing acquisito per doppio effetto negativo sia sulla formazione di tianqi che di kouqi. Occorre, allora, aiutare il qi di Milza e stomaco con Ji Nei Jin (endothelium corneum Gigerae galli) g 10, Gu Ya (fructus Orizae sativae germinatus) g 15, Bai Du Kou (fructus Amomi cardamomi) g 6. In caso di febbre lieve e persistente (calore latente o infezione non eradicata) Jin Qiao Mai Gen (rhizoma Fagopyri cimosi), Qi Ye Yi Zhi Hua (rhizoma Paris polyphylla), Tian Kui Zi (radix Semiaquilegae), Yu Xing Cao (herba Houttuinyae cordatae cum radice). Se il vuoto di yin è considerevole (febbre serotina, pomelli e fronte arrossati, sete, polso rapido, ecc.) Yin Cahi Hu (radix Stellariae dichotomiae) Bai Wei (radix Cynanchi atrati), Di Gu Pi (cortex Lycii radices) che riducono il calore vuoto. Nelle forme croniche in cui si associano sia la ritenzione di flegma, sia il calore, sia il vuoto di yin che la stasi di sangue si usa la formula pronta Tong Lou Wan a base di Hirudo seu Whitmaniae (Shui Zhi), Tu Bie Chong (Eupolyphaga seu Opisthoplatia), Di ong (Lumbricus) ((prodotti animali), herba Artemisiae anomalae (Liu Ji) carapax Amydae

sinensis (Bie Jia) e pericarpium Citri reticulatae viride (Chen Pi). Questa formula fluidifica il muco, favorisce l'espettorazione e combatte l'infezione. In caso di vuoto di energia corretta antipatogena (vuoto di zheng qi) bisogna, invece, usare rhizoma Phragmitis communis fresco (Xian Lu Gen), semen Benincassae hispidae (Dong Gua Ren), radix Adenophorae (Nan Sha Shen), bulbus Fritellariae thumbrgii (Zhe Bei Mu), caulis Dendrobii (Shi Hu), tuber Ophioponis japonicus (Mai Men Dong), concha Cyclinae sinensis (Hai Ge Ke), rhizoma Fagopyri cymosa (Yin Qiao Mai Gen), [29].

### Nota aggiuntiva

Partendo dall'analisi del cap. 38 del Sowen (in cui si parla di "kesou", tosse) si possono impiegare, come sintomatici, i punti shu del dorso degli organi in fase acuta, gli he speciali dei visceri (hexai) nelle forme croniche (36ST, 37ST, 39ST, 39BL, 34GB). A Canton è impiegata chemiopuntura (shizhen) con estratto di Angelica sinensis (tonica, antisetica, febbrifuga) sui punti feishu (BL13), jueyinshu (BL14), xinshu (BL15), dushu (BL16), Genshu (BL17), che trattano polmone, Cuore, Shen, diaframma e torace. L'alimentazione assume, nelle forme croniche, importanza primaria ([30], [31]).

- Nelle bronchiti acute (ritenzione di calore ed umidità) dare sapori amari (indivia, tarassaco, fave, cicoria, gentiana, camomilla, montone, albicocche) ed acido (crauti, prugne, arancio, anguria, frumento, uva spina, carne d'anatra e di pollo, formaggi bianchi).
- Nelle forme croniche con abbondante catarro e tosse sapore dolce come mais, zucchero, thè, cigliege, banane, fiori d'arancio, miele, mango, melone, carne di bue.
- In caso di stasi di qi (e sangue) da turbe del TR-superiore (angoscia, tachicardia, dispnea, ipotensione, ecc.) carote, miele, montone, cereali.
- In Primavera domina la stasi di qi di Fegato. Occorre dare alimenti dolci (non tossici) appartenenti al gruppo dei cereali che disperdono (xie) il Fegato. Nel caso di turbe emozionali

occorre ricordare che il fuoco del Fegato invade i polmoni (ciclo wu di contro-dominazione) e dare alimenti amari che riducono il fuoco. Vanno eliminati gli alimenti caldi e piccanti ed anche eccessivamente acidi e dati rosmarino, origano, basilico (che disperdono -xie- e regolarizzano -he- il Fegato), inoltre polpa di granchio (che nutre o yin) ed uva (che abbassa il fuoco del Fegato), ma anche alghe e sesamo (che combattono l'eccesso di yang e sono rinfrescanti).

- in Autunno dominano il vento e la secchezza (feng, zao) ed occorre umidificare la secchezza e combattere il vento. Saranno dati alimenti piccanti e freschi ed alimenti acidi o allappanti. Saranno evitati gli alimenti caldi e dati pere, albicocche, giuggiole, pomodori, carne di carpa e di maiale e the. Il miele ed il grano sono di grande utilità (M. Corradin, 1992).
- In Inverno il freddo climatico induce sinusiti, tonsilliti, tracheti che possono fungere da eventi scatenanti. Nelle sindromi dominate dal freddo non dare fagioli, fagiolini, lenticchie, fave, soja, patate, pomodori, asparagi, melanzane, ananas, pompelmo, arancie, banane e fichi). L'aglio, l'avena, il miglio sono da preferire (noi consigliamo la "minestra di castagne" o le minestre con vari cereali, servite calde e l'aggiunta di zafferrano ai primi ed ai secondi).
- A fine estate domina l'umidità e conviene dare alimenti che dissolvono i tan a livello polmonare: ravanello, pera, noce.

In farmacoterapia si impiegano varie piante che calmano la tosse (Ephedra sinica, ricca di efedrina; Glycyrrhiza uralensis espettorante e mucolitica; Prunus amygdalus antitussiva ed espettorante; Platycodon grandiflorum antibronchitico; Citrus arantium, antisetico, antitussivo e tonico; frittellaria che calma la tosse e decongestiona i polmoni, Asparagus falcatus radix, emolliente e fluidificante; Pinellia ternata che calma l'irritazione dei bronchi e riduce il catarro; l'Eriobotrya japonica bechico e fluidificante.). In caso di turba della cosiddetta "via regale" (TR-superiore) a Pechino si usano il Crysanthemum mongolicum (ricco, fra l'atro di acido ascorbico), la Lonicera japonica e la Forsythia (cp.

pronte sono chiamate "pillole della grande Mura-glia"). Mai Van Dong (citazione personale, 1988) ricorda che in Vietnam sono usati: per il catarro-calore la Forsythia e le alghe dei Sargassi; per l'u-midità-freddo la Pinellia e l'Arisaema. Una formu-la estratta dallo Shanghan Lun (ed ancora chia-mata "pillole di Zhan Zhong Jing") è composta da Ephedra (5%), Glycyrrhiza (12%), Prunus amig-dala (15%), Platycodon (22%), pericarcium Citri reticolatae (12%), Gypsum fibrosum (12%), Talco (11%) e Miele (11%). Un'altra formula in estrat-to fluido comprende bulbus Frittellariae (20%), fo-lium Eriobothryae (15%), radix Platycodi (5%), ra-dix Stemonae (8%), Prunus amigdala (8%), acqua di Menta e zucchero (6%).

# Bibliografia

- [1] Grilli A. *Compendio di radiologia medica* Ed. S.E.U., Roma, 1974.
- [2] Gigli A. *Malattie dell'Apparato Respiratorio, in Trattato di Patologia Medica* Teodori U. (ed), vol 3, Ed. S.E.U., Roma, 1974.
- [3] Mc Johnson N. *Pneumologia* Bafamix Library, Torino, 1991.
- [4] Larizza P. (ed) *Trattato di Clinica Medica, Pneumologia* Ed. Piccin, Padova, 1987.
- [5] Fishman A.P. *Pulmonary Diseases and Disorders Update* Ed. Mc Graw Hill, New York, 1992.
- [6] Krupp M.A., Chatton M.J. *Diagnostica e Terapia Attuale* II Edizione, Piccin, Padova, 1990.
- [7] Pigorini L. *Bronchiectasie* in Enciclopedia Medica Italiana, vol. III, Ed. USES, Firenze, II Edizione, 1974.
- [8] Roversi A.S. *Diagnostica e Terapia* Ed. Lepetit, Milano, 1994.
- [9] Ruiz J., Roig J., Morera J. *Pneumologia* Ed. Doyma, Barcellona-Madrid-Buenos Aires-Santiago del Cile, 1988.
- [10] De Gowin E.L., De Gowin R.L. *Dai sintomi alla diagnosi* Edizioni Medico Scientifiche, Torino, 1979.
- [11] Foster A., Du Bois F., Briscoe C., Fisher A. *Comoro's Il Polmone. Fisiologia clinica e test di funzionalità respiratoria* II Ed., Il Pensiero Scientifico Editore, Milano, 1994.
- [12] Sorice E., Ortona L., C. Zanussi (ed) *Malattie infettive, in Collana di Clinica Medica* Ed. UTET, Torino, 1992.
- [13] Zanussi C. (ed) *Terapia Medica Attuale* Ed. UTET, Torino, 1988.
- [14] Turano L. *Trattato di radiodiagnostica* Ed. UTET, Torino, 1965.
- [15] Hong Guang X. *Pathologies Respiratoires en pratique quotidienne* Seminaire dell'Ecole Superiore de Medicine Chinoise avec l'Università de Nan Chan, Chateau de la Briere, 12-13 giugno, 1992.
- [16] De L'Home G. *Pneumologie* in Encyclopedie de Medicine Naturelle, Tome I, Acupuncture, IC-7, Ed. Thecniques, Paris, 1989.
- [17] Aubè P., Fenard J., Hemery J.P., Port-Hellec J. *Les toux* Revue l'Acupuncture, 1988, 98: 23-44.
- [18] AAVV *International conference on Traditional Chinese Medicine and Pharmacology* China Academic Publishers, Shanghai, 1987
- [19] Andres G., Schrodi L. *Les toux chroniques* Riv. fr. d'Acupunct., 1982, 29: 79-90.
- [20] Leung Kwok-po *La toux* polycopie AFA, troisième année, Paris, 1981.
- [21] Frisson P. *Acupuncture, phytotherapie occidentale et chinoise* Ed. SATAS, Bruxelles, 1987.
- [22] Fu We K. *Abrege de la medicine et de la pharmacologie chinoises* Editions en langues etrangeres, Beijing, 1980.
- [23] Di Stanislao C. *Malattie Respiratorie e Psiciche* polycopie, Seminario presso l'Associazione Qi, Palermo, 1998.
- [24] Kespi J.M. *Acupuncture* Ed. Maissonneuve, St. Ruffine, 1982.

- [25] Sciarretta C. *Lezioni di agopuntura tradizionale cinese* polycopie, Ed. AMA, Ancona, 1983.
- [26] Perrey S. *Les Points* polycopie, Voll I-III, Ed. AFA, Paris, 1988.
- [27] Kespì J.M. *Cliniques* Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1989.
- [28] Hong Guang X. *La bronchectisie. Conception du traitement en MTC* *Medicine chinoise & medicine orientales*, 1992, 1, Printemps: 37-41.
- [29] You-wa C. *Manuale di fitoterapia* Ed. Tecniche nuove, Milano, 1992.
- [30] Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al. *Dietetica Medica Scientifica e Tradizionale. Curarsi e prevenire con il cibo* Ed. CEA, Milano, 1999.
- [31] Eyssalet J.M., Guillame G. *Mach-chieu, Dietetique et Medicine Traditionnelle chinoise* Ed. Presence, Paris, 1984.

# L'ansia: considerazioni generali e trattamenti integrati in Medicina non Convenzionale.

Dott. Carlo Di Stanislao  
c.distanislao@agopuntura.org

Dott.ssa Rosa Brotzu  
r.brotzu@agopuntura.org

“O caro Pan e voi altri dei che siete in questo luogo, concedetemi di divenire bello di dentro, e che tutte le cose che ho di fuori siano in accordo con quelle che ho dentro”

*Platone, Preghiera di Socrate, Φεδρο*

“E ogni angoscia che ora par mortale, di fronte al perder te, non parrà eguale”

*W. Shakespeare, Sonetti*

“L'ansia uccide più persone del lavoro perché più persone si preoccupano invece di lavorare”

*Robert Lee Frost*

“Nulla consuma il corpo quanto l'ansia”

*Mohandas Karamchand Gandhi*

## Sommario

L'articolo inquadra l'ansia descrivendone le caratteristiche generali e propone schemi di trattamento integrato con omeopatia, fitoterapia, fiori di Bach, dietetica ed altre terapie non convenzionali.

*Parole chiave:* ansia, omeopatia, fitoterapia, fiori di Bach, dietetica, terapie non convenzionali.

## Abstract

The article frames the anxiety describing some the characteristics generates them and proposes outlines of treatment integrated with homeopathy, phytotherapy, Bach's flowers, dietetic and other unconventional therapies. In the conclusive part, speaking about employment of colors and essential oils, argument of their use in relation to the principles of the Chinese Medicine.

*Key words:* anxiety, homeopathy, phytotherapy, Bach's flowers, dietetic, unconventional therapies.

Sette milioni di italiani assumono abitualmente ansiolitici. Non solo. Pur non riuscendo ben chiaramente a quantificarne il numero, si ritiene che altri cinque milioni di individui soffrano d'ansia e utilizzino farmaci composti da un ansiolitico associato ad altre molecole ad azione specifica per un organo piuttosto che per un altro (somatizzazione a livello di cuore, stomaco, colon, muscoli del collo e della schiena, ecc.), [1]. La sindrome ansiosa è un profondo disagio psicologico caratterizzato dall'angoscia e spesso accompagnato da sintomi corporei variegati con diversi livelli di intensità. In medicina si distinguono tre sindromi principali: l'ansia acuta, o "disturbo di attacchi di panico"; l'ansia di tipo cronico e "ansia generalizzata"; l'ansia causata da un evento traumatico o particolarmente stressante. Prima di analizzare queste condizioni decisamente patologiche, descriveremo la cosiddetta ansia fisiologica. L'ansia è un semplice evento emotivo comune e rappresenta spesso uno stato psicologico e corporeo dell'essere umano nei confronti delle normali vicissitudini della vita ([2]). Facciamo un esempio: quando una persona deve

affrontare una prova entra in genere in lieve stato ansioso. Il suo corpo e la sua psiche si "orientano" verso l'imminente evento quasi per prepararsi a risolverlo nel miglior modo possibile. In questo caso l'ansia "moderata" e di breve durata sembra essere un segno di adattamento dell'individuo a situazioni ambientali che gli richiedono risposte soddisfacenti. L'aumento dell'attenzione, della concentrazione, della memoria, della tensione muscolare e di altre funzioni psicofisiche (come per esempio l'innalzamento della pressione del sangue, del battito cardiaco) è considerato come una sorta di "carica energetica" finalizzata al superamento della prova. Tuttavia quando in altre situazioni questo stato è continuo oppure diviene troppo intenso provoca al contrario, la "caduta" delle funzioni sopra descritte. In altre parole la persona può perdere memoria, concentrazione, essere disattenta, sentirsi troppo stanca e improvvisamente "vuota" dal punto di vista mentale tanto da essere incapace di adeguarsi normalmente alla vita di tutti i giorni. Solo quando l'ansia incide sulla qualità della vita si può definire, di fatto, patologica ([3]). Vediamo ora i diversi tipi patologici di ansia ([4], [5], [6], [7]).

**Attacchi di panico.** Si definiscono attacchi di panico la comparsa improvvisa ed inaspettata di una sensazione di terrore e angoscia accompagnati da sintomi corporei come senso di soffocamento, palpitazioni, sensazione di svenimento. Dunque l'attacco di panico inizia senza preavviso e, sua caratteristica, insorge mentre la persona svolge attività relativamente tranquille, come per esempio essere seduti al tavolo di un ristorante, guidare l'automobile, entrare in un negozio. L'individuo può avvertire anche vampate, sudorazione profusa, dolore toracico acuto tanto da essere convinto di avere un infarto e di essere sul punto di morire. Di solito gli attacchi giungono alla massima intensità in dieci minuti, regrediscono nel giro di venti o trenta minuti e spesso la crisi lascia la persona in un profondo stato di spossatezza. Una delle possibili complicazioni degli attacchi di panico, soprattutto quando sono ripetuti, è che la maggior parte delle persone via via sviluppa un'ansia "anticipatoria" (cioè la paura di nuovi episodi di panico) e conseguentemente cerca di evitare le situazioni che sono state associate agli attacchi. Ecco allora che non si entra più nei ristoranti, nei ne-

gozi affollati o nei posti pubblici, non si sale sui mezzi di trasporto cittadini e privati. Nei casi molto gravi il malato praticamente si “confina” nel proprio domicilio senza avere più una vita di relazione fuori casa. Occorre precisare che le cause degli attacchi di panico per la medicina attuale non sono ben chiare. Infatti si ipotizzano fattori genetici in cui si cerca di dimostrare una vulnerabilità di base della persona, oppure fattori biologici che pongono l'accento su determinate sostanze presenti nel cervello e improvvisamente agenti in modo anomalo. In ogni caso la terapia degli attacchi di panico tesa a bloccare le crisi è di tipo farmacologico: vengono utilizzate sostanze di tipo antidepressivo. In definitiva si tratta di una paura della paura, che insorge in personalità fobiche con spunti ipocondriaci e depressione più o meno mascherata ( [8]). Sotto il profilo psicodinamico si attiva, a livello del centro bulbare del respiro, un erroneo segnale di mancanza d'aria che si connette ad un dilagante vissuto di incontrollabilità<sup>225</sup> ( [9]). I pazienti che soffrono di attacchi di panico sono affetti da insufficiente definizione dei confini e forti sensazioni di intrappolamento, ostilità e vergogna<sup>226</sup> ( [10]).

**Ansia generalizzata.** Questo tipo di ansia è uno “stato di tensione” diffuso e persistente, privo dei momenti di crisi come negli attacchi di panico ma caratterizzato da un malessere generale psicologico - corporeo perdurante anche per molto tempo (mesi o anni). I possibili sintomi dell'ansia generalizzata sono stati raggruppati in quattro categorie, vediamole tenendo presente che è raro il loro comparire al completo tutti insieme.

*Tensione motoria*, evidenziata da tremori, dolori muscolari, incapacità a stare fermi e a rilassarsi, tremori delle palpebre, facile affaticabilità

*Iperattività vegetativa* (cioè interessante quella parte del sistema nervoso non controllabile dalla volontà): i sintomi sono tachicardia, vertigini, bocca secca, sudorazione aumentata,

<sup>225</sup>Da qui la relazione, in Medicina Cinese, con l'Energia Ritmica del Petto (Zongqi), che emerge al punto *Shangzong* e sale in alto, entrando nella testa e connettendosi con il bulbo.

<sup>226</sup>Ancora cercando un parallelo con la Medicina Cinese, si può notare la connessione con il Po e il punto *Kufang* (i confini) e, circa il senso di intrappolamento, scarsa stima e vergogna, con la Vescica Biliare Viscere Curioso e lo Yin Qiao Mai.

formicolii alle mani e ai piedi, difficoltà digestive, sensazione di caldo e di freddo improvvisa, nodo in gola, difficoltà a deglutire, aumento della respirazione, mani fredde e umide, diarrea, sensazione di “testa vuota” o “leggera”, nodo alla bocca dello stomaco

*Stato psicologico di attesa*, caratterizzato da paura, rimuginazioni, aspettativa di eventi spiacevoli o tragici per sé e per le persone care

*Vigilanza mentale*, connotata da iperattenzione che paradossalmente diventa distrazione, difficoltà di concentrazione e memoria, impazienza e irritabilità.

L'ansia generalizzata, come si intuisce, è un disturbo che spesso limita di molto le prestazioni di una persona e le complicazioni possono essere: una sindrome depressiva a causa dell'incapacità di vivere una vita serena; l'abuso di alcool perché questa sostanza “seda” lo stato ansioso; l'abuso di farmaci ansiolitici.

**Ansia da stress** Per stress si intende in questo caso non tanto quel complesso di fattori caratteristici della vita moderna che causano continua tensione e preoccupazione, quanto piuttosto uno o più eventi traumatici di tipo personale, come violenze, lutti, rapine oppure di tipo collettivo come terremoti. Ebbene queste “esperienze” possono causare un turbamento psichico sia di natura acuta, cioè immediatamente dopo l'evento, sia di tipo cronico, cioè a mesi di distanza. I sintomi sono: ricordi e sogni ripetitivi della situazione traumatica; stato psicologico di “allarme”; sensi di colpa ingiustificabili; disturbi del sonno; difficoltà di memoria e di attenzione; evitare attività che risvegliano il ricordo dell'evento; azioni o sensazioni improvvise come se l'evento dovesse ripetersi per associazione con stimoli ambientali o con un ricordo. Ansia generalizzata, depressione, alcolismo, disadattamento sociale, abuso di farmaci, sono tutte possibili complicazioni dell'ansia da stress e la terapia è farmacologica, a base di ansiolitici e di antidepressivi, associati a cicli di psicoterapia di tipo comportamentale e di sostegno psicosociale. Prima di parlare delle terapie complementari dell'ansia vale la pena spendere qualche parola sulle

ipotesi psicologiche della stessa. L'interpretazione psicologica dell'ansia è un tema dibattuto ormai da quasi un secolo. Dibattendo questo argomento si sono via via formate scuole psicologiche che sono differenziate fra loro proprio secondo i diversi pareri su questo disturbo. Per la psicoanalisi l'ansia deriverebbe da un conflitto inconsapevole ("inconscio") che non si risolve tra "pulsioni istintive" dette primarie (fame, sete, sessualità, amore - odio, aggressività, possessività) e "pulsioni" denominate secondarie (o "motivazioni di senso opposto") derivate dall'apprendimento di divieti morali e sociali (ciò che Sigmund Freud chiamava "super - lo"). Di fronte a questi conflitti l'lo (cioè la funzione psichica umana caratterizzata dalla capacità di un individuo di "riconoscersi" e distinguersi dagli "altri") in genere possiede la capacità di risolversi, modulandoli a seconda delle varie situazioni ambientali o vitali. Ebbene in chi soffre d'ansia vi sarebbe o un "super - lo" troppo grande (eccesso di divieti, di inibizioni morali) o una debolezza o incapacità da parte dell'lo di ristabilire un'armonia tra le pulsioni opposte sopra descritte ([11]). Per la socialanalisi l'ansia non deve essere riferita solo al problema conflittuale considerato dalla psicanalisi, ma anche a fattori dipendenti da un disadattamento da parte dell'uomo alla società in cui vive. L'ansia dunque sarebbe riflesso ed espressione di una profonda crisi della nostra civiltà e sarebbe causata da alcuni fattori. Tra i principali sono annoverati in primo luogo la caduta dei miti, cioè di quei valori riferiti a concezioni religiose, filosofiche e anche politiche, che privano l'uomo moderno di "progetti esistenziali", lasciandolo con una sensazione psicologica di insicurezza e di mancanza di protezione. In secondo luogo la rapida trasformazione dei modelli culturali, tanto che ciò che si è appreso in età evolutiva (fino a circa vent'anni) non è in armonia con i modelli presenti nell'età adulta. Tutto ciò creerebbe un disadattamento profondo (come a dire "restare indietro") in alcuni individui, incapaci di adeguarsi ai ritmi delle trasformazioni culturali ([12]). Per la psicologia comportamentale, scuola di recente sviluppo negli USA, ogni comportamento problematico deriva da un "disadattamento" dell'individuo appreso nel tempo. L'ansia sarebbe quindi una reazione emotiva abnorme di tipo "disadattivo" di fronte a stimoli della vita considerati "minacciosi". La terapia conseguente mira a modificare i sintomi che impediscono un adattamen-



Figura 82: Jing Feng (Ansia)



Figura 83: Wei Qi

to equilibrato dell'individuo alla vita reale aiutandolo ad apprendere comportamenti nuovi e più adeguati ([13]). Per la visione psicosomatica la crisi d'ansia esprimerebbe un profondo disagio dell'individuo oscillante tra una "tensione progettuale" che lo spinge a realizzare le proprie potenzialità e un bisogno di passività, di quiete, analoghi a precedenti periodi della vita in cui erano più o meno marcate le esperienze di "dipendenza" dalla figura materna ([14]). Per venire al tema delle terapie complementari va detto che in molte medicine alternative si può trovare un'efficace terapia dell'ansia e con alcune è anche possibile attuare una disintossicazione graduale dall'abuso e dalla cronica assunzione dei farmaci ansiolitici. Tra queste la medicina tradizionale cinese attraverso l'agopuntura, le erbe, l'omeopatia, l'uso dei fiori di Bach, sono sicuramente quelle che annoverano i maggiori successi ([15]). L'agopuntura sia somatica che auricolare (auricoloterapia) si rivela utile nel corso delle diverse varietà di ansia ([16]). Secondo la Medicina Tradizionale Cinese (MTC<sup>227</sup>) nel Cuore risiede l'Energia mentale vera e propria, nello Stomaco e nella Milza si conserva il pensiero, nel Polmone alberga l'intuizione e l'istinto di sopravvivenza, nel Rene si dà vita alla volontà, nel Fegato sta la forza di decisione. Trattando i diversi punti dei meridiani o gli interi meridiani con il massaggio, è possibile agire sul disagio psichico individuale ([17], [18]). I punti più spesso impiegati sono H7, PC6, LR3, CV17, CV22, GB34, ma solo una sapiente e dettagliata analisi consente schemi terapeutici adeguati ed efficaci ([19], [20]). Secondo Jeffrey Yuen l'ansia generalizzata si lega ad un eccesso in superficie di Wei Qi, cfr.

<sup>227</sup> L'ansia in Medicina Cinese si definisce *Jing Feng*, cfr. figura 82, letteralmente "Vento del Terrore"

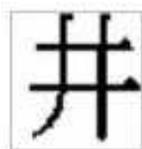


Figura 84: Pozzo



Figura 85: Zaozang

figura 83, e va trattata cercando di portare all'interno l'eccesso di Energia difensiva verso il Sangue del Fegato. Per interiorizzare la Weiqi si impiegano punti che "aprono il Polmone", ed ancora, per la fase successiva (Sangue del Fegato) punti che sostengono o muovono il Sangue. Uno schema utile potrà essere il seguente: 14LR, 6LR, 6H. Nel caso di attacchi di panico vi potrà essere o una "risalita in alto dell'Energia" (sindrome del "maialino da latte", *ben tun*, che coinvolge Chong, Bao e Dai Mai ([21]), o turba del Qi del Rene con stato di paura ed immobilità dell'Energia. Nel primo caso trattare 4SP, 4CV, 6PC, 22GB, 17CV, nel secondo 4KI e 52BL, in moxa o con aghi e moxa assieme ([22], [23]). Naturalmente l'eccesso di Weiqi può essere corretta con i punti *jing* distali (pozzo, cfr. figura 84), soprattutto quelli di Polmone, Grosso Intestino, Cuore e Piccolo Intestino. L'ansia trattenuta può dar luogo ad un eccesso di Calore Interno che agita gli Organi, generando quella condizione contrassegnata col termine di *zaozang*, cfr. figura 85, caratterizzata da estrema agitazione, insonnia, eretismo psichico, polso rapido, lingua rossa, secca, depilata, trattabile con puntura del punto shaoshang (11LU), [24]. L'ansia generalizzata e gli attacchi di panico possono anche ricondursi, in alcuni casi, a perturbazione della Zongqi, cfr. figura 86, il Qi degli antenati che emana dal petto.

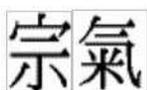


Figura 86: Zongqi



Figura 87: Tianzong

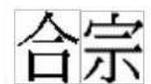


Figura 88: Huizong

In questi casi oltre a palpitazione, dispnea, lipotimie, il paziente è come disorientato ed incapace di prendere decisioni o guardare con serenità al futuro. Indicati i punti 17CV e 18ST. In caso di somatizzazione cardiorespiratorie o segni di intestinali di tipo pseudoallegico si possono usare punti con l'ideogramma Zong nel nome, e cioè 11SI (*tianzong*, figura 87) e 7TB (*huizong*, figura 88)<sup>228</sup> ([25]). I sentimenti repressi producono anomalie nel flusso del Qi (*qini*) oppure blocco del Qi (*biqui*), condizioni trattabili con i punti Luo, cfr. figura 89, ([26]) in rapporto ai sintomi denunciati. Utili anche in questo caso le Finestre del Cielo, cfr. figura 90, e soprattutto i punti 9ST-18LI (che combattono il *qini*) e 3LU e 1PC che muovono il Qi e il Sangue attivando Polmone, cfr. figura 91 e Cuore, cfr. figura ??, ([27]). La rimozione, infine, può investire la Yuangqi, cfr. figura 93, ed il Jing, cfr. figura 94, investendo i Meridiani, cfr. figura 95, e i Visceri Curiosi, cfr. figura 96, (in questi casi pensare a punti del Meridiano Zu Shao Yang, cfr. figura 97, e, soprattutto, il 39GB che riduce l'eccesso di Weiqi e tratta lo Yin del Rene (quindi i Visceri Curiosi), [28] e [29]. L'agopuntura somatica ed auricolare si rivelano particolarmente utili nelle forme di ansia somatizzata. La somatizzazione si redazza in rapporto alla direzione che i vari Sentimenti, cfr.

<sup>228</sup>Alcuno AA suggeriscono di aggiungere Jizhong (6GV), in caso di diarrea profusa, feci malformate, astenia, difficoltà di concentrazione, ruminazione di idee.



Figura 89: Luo

Figura 90: Finestre del Cielo

Figura 97: Meridiano Zu Shao Yang

Figura 91: Polmone

Figura 98: Sentimenti, Qi Qing

Figura 92: Cuore

Figura 93: Yuangqi

Figura 94: Jing

Figura 95: Meridiani

Figura 96: Visceri curiosi

figura ?? (*Qi Qing*), fanno assumere alla Energia e all'azione sui diversi *Zang*. Così una ansia con rabbia potrà determinare aggressione traversa del Legno sulla Terra e causare, ad esempio, bruciore di stomaco o, ancora, variazioni del peso corporeo e dell'appetito. Se consideriamo altri trattamenti agopuntiristici di tipo sintomatico occorre rifarsi al testo *Zi Sheng Jing* del 1220 (scritto da Wang Zhizhong), con vari schemi terapeutici ([30]):

#### Confusione e disorientamento del cuore (*Xin*

**Huang Hu**): se vi è instabilità dello spirito (ciclotimia) e del pensiero (*shen si bu ding*) si trattano *xinshu* (15BL-V), *tianjing* (10T-TR), *shendao* (11GV-VG). Se si associa paurosità fare delle moxe su *zuyangming*. Se la confusione rasenta la follia (*kuang dian huang hu*) moxe su *naohu* (17GV-VG). Se si hanno confusione e propositi incoerenti (*kuang yan huang hu*) moxe su *tianshu* (25St-E). Se vi è un vuoto di yin con polsi vuoti ai piedi (confusione, perdita di memoria, visione confusa, ipoacusia, vertigini, ronzii auricolari) pungere lo *zushaoyin*. In caso di semplice confusione (*huang hu*) trattare *baihui* (20GV-VG) e *zhubin* o *yindu* (9K, Rn). Se vi è confusione ed incapacità a riconoscere le persone pungere *juque* (14CV-VC).

**Paurosità (*Xin Jing Kong*)**: *wuli* (13LI-GI) tratta la paura, *yinxi* (6H-C), *jianshi* (5PC-MC), *erjian* (2LI-GI) e *lidui* (45St-E) trattano la paurosità. Se la paura è associata a dolori al cuore *quze* (3PC-MC) e *yuji* (10P-LU), con palpitazioni e fiato corto *shenmen* (7H-C), *ligou*

(5LR-F), juque (14CV-VC). Se associata a tristezza (bei) lingdao (4H-C) e shaochong (9H-C). Se improvvisa xialian (8LI-GI), se invece associata a paura delle persone shaofu (8H-C) e dazhong (4Ki-Rnn). Se associata solo a palpitazione (xing fang) shangwan (13CV-VC) e jiangshi (5PC-MC), se associata a mastodinia liangqiu (34St-E). Paura, palpitazioni ed insonnia shenting (24GV-VG), paura ed impossibilità di dormire qihai (6CV-VC), yinjiao (7CV-VC) e daju (27St-E), se l'insonnia si riconduce a paura dei fantasmi yinqiao col punto zhaohai (6Ki-Rn). Nei bambini gli attacchi di terrore (xiao er jing kong) si trattano con qimai (18T-TR).

**Riso immotivato (Xin Xi Xiao):** shenmen (7H-C), yanggu (5IT-IG), laogong (8PC-MC), daling (7PC-MC), shuigu (26GV-VG) e lieque (7P-LU). Se si associano parole sconnesse e deliri o allucinazioni yangxi (5LI-GI). Se il riso smodato si associa a collera fuliu (7Ki-Rn), laogong (8PC-MC), yuji (10P-LU), ganshu (18BL-V), shenzhu (12GV-VG). In caso di riso incontrollato, collera, insulti ed aggressività (la forme di definisce "vento-calore dello yang": yang-re yang-feng) fare delle moxe sulle commessure labiali.

**Perdita di memoria, perdita di forza del cuore e di volontà (Xin Qi Wu Xin Li):** xinshu (15BL-V), baihui (20GV-VG), shendao (11GV-VG), youmen (21Ki-Rnn), lieque (7P-LU), gaohuang (43BL-V), tianfu (3P-LU), quze (3PC-MC). Se la perdita di memoria persiste pungere zushaoyin, se vi è anche inquietudine (xin fan bu an) trattare tonggu (66BL-V). Se l'amnesia si associa ad angoscia (xin zhong) e perdita di energia (shaoli) fare 50 moxe su da heng (15Rt-SP). Se vi è vistosa perdita di volontà trattare zhongfeng (4LR-F) e neiguan (6PC-MC). Negli insuccessi trattare xinshu (15BL-V), juwei (15CV-VC) e fare delle moxe su baihui (20GV-VG).

**Tristezza e tendenza al pianto (Xin You Bei Ku Qi):** lougu (7Rt-SP), shangqiu (5Rt-SP), lingdao (4C-H), shendao (11GV-VG), tianjing (10T-TR), xinshu (15BL-V). La tristezza nelle donne risponde a zhaohai (6Ki-Rnn) e nei

bambini a baihui (20GV-VG). Se la tristezza si associa a paura moxare juegu (39GB-VB).

**Sospiri (Tan Qi):** sono segno di pieno al torace. Se associati a distensione e pienezza toracica (fan man), tristezza e paura (bei jing) e vuoto di qi (xuqi) trattare shaochong (9H-C). Se vi è anche difficoltà a sospirare xingjiang (2LR-F). Se vi è anche vomito gongsun (4Rt-SP) e i punti jing distali. Invece se vi si associa depressione e tristezza shangqiu (5Rt-SP) e riyue (24GB-VB). Se forte tensione ai fianchi, al torace ed agli ipocondri aggiungere qiuxi (40GB-VB).

**Oppressione toracica, ostruzione del cuore da vento-calore della vescica biliare (Xin Fan Men Xin Bi Dan Fang Re):** calore interno (nei fan, letteralmente "agitazione interna") da sindrome vuoto o pienezza. Si ha oppressione toracica (xin xiong fan men o xin zhong fan men), perturbazione psichica (fan luan) e melanconia (men bu). I punti da trattare sono shenmen (7H-C), shangwan (13CV-VC), yindu (19K,Rn), juque (14CV-VC), yutang (19CV-VC). Se compare anche cefalea (di tipo shaoyang) trattare jixi (45St-E), zhiyin (67BL-V), yuji (10P-LU), lieque (11P-LU), gongsun (4Rt-SP) e wangu (4SI, IT). Se vi è oppressione toracica ed ipocondrica con inquietudine trattare youmen (21K, Rn).

**Vuoto della vescica biliare, calore della vescica biliare (Dan Xu, Dan Re):** la vb è viscere mediano in contatto con il cuore e con lo Shen. In questi casi compaiono vomito e sensazione di risalita dell'energia (piu' indecisione o decisioni affrettate). Il trattamento prevede zhongfu (1P-LU) e sanyinjiao (6Rt-SP).

**Sonnolenza, ipersonnia (Zhu Ai):** trattare xinshu (22GV-VG), baihui (20GV-VG), sanyinjiao (6Rt-SP) e shenshu (23BL-V). Nel caso di individuo che si corica spesso e dorme molto erjian (2LI-GI) e sanjian (3LI-GI). Il Qian Jin inoltre ci ricorda che spesso ci troviamo di fronte a turbe della milza-pancreas. Il soggetto che mangia molto e dimagrisce presenta una sindrome detta shi hui e va trattato sui punto

pishu (20Rt-SP) e zhangmen (13LR-F) (tecnica shu-mo). Nel caso, invece, di inappetenza e corpo pesante e gonfio trattare wai-gan (5T-TR) e zhongwan (12CV-VC), più il decotto Tian Zhong Tang e le pillole Ping Wei Wan. In caso di sonnolenza spiccata dopo i pasti e fatica si ha un grave vuoto di milza (pi kun) che si tratta con zhongwan (12CV-VC) e gaohuang (43BL-V).

**Insonnia (Bu Ai):** trattare shenting (24GV-VG), qicong (3oSt-E), zhangmen (13LR-F), qimen (14LR-F) e taiyuan (9P-LU). In caso di insuccesso yinbai (1Rt-SP), tianfu (3P-LU) yinlingquan (9Rt-SP). Se si ha paura ed insonnia qihai (6VC-CV) yinjiao (7CV-VC) e daju (27St-E). Nelle insonnia ostinate utili le pillole Zhen xin dan (del maestro Shu Sanzhen) a base di Ziziphus jujuba leggermente arrostita.

**Incubi (Memg Yan):** shangqiu (5Rt-SP) è il punto più attivo. Il Qian jin ricorda che è utile anche tianyou (16T-TR). Spesso si ha un vuoto al piede di destra, egno di turba del rene. In questi casi occorre trattare zutaiyang. Se gli incubi sono spaventosi e quasi terrorizzano o paralizzano l'individuo fare delle moxe (da 21 a 30) sui "tre peli" degli alluci. Ting Zi Wan è una formulazione molto attiva.

Alcuni AA (Ecole Europeenne d'Acupuncture, Association Francaise d'Acupuncture, College des Acupuncteurs de Paris de l'OEDA, Associazione Medica per lo Studio dell'Agopuntura) propongono schemi che tengono conto delle turbe dei sette sentimenti (qi qing). Sono soprattutto la collera (nu), l'inquietudine (you) e la preoccupazione (si) ad essere in causa.

**COLLERA (NU, cfr. figura 99):** determina un movimento di reflusso (ni9 del qi del fegato, impoveriscono lo yin e facendo risalire lo yang (C. despeux a commento del testo di Sun Simiao del VII secolo e del cap. 77 del Sowen). Lo Zhen Ju Jia Yi Jing ci ricorda che la continua collera lede lo Zhi e crea melanconia. Il polso tipico è teso (xian) e rapido (shuo).

La terapia deve: far circolare il qi e combattere il reflusso, tonificare lo yin ed abbassare il fuoco, disostruire i meridiani, tonificare lo spirito Zhi, fissare lo Shen, tonificare il

qi ed i 5 organi. In agopuntura utili i punti xingjiang (2LR-F), zhongdu (6LR-F) xuanzhong (39GB-VB), ganshu (18BL-V), neiguan (6PC-MC), baihui (20GV-VG), zhongji (3CV-VC) e Qugu (2VC-CV). In farmacoterapia Blupeurum, Cyperus, Poncitrus trifoliata, per far circolare il qi, rhizoma Acori graminei, rhizoma Paeonia lactiflora per lo yin. In fitoterapia utile il Chelidonium majus, la Cynara scolimus, il Taraxacum dems leonis e l'Urtica urens. Utili gli infusi di menta e camomilla. In dietetica utili gli alimenti amari e freschi, piccole quantità di salato e di acido (per lo yin di rene e fegato). Eliminare, invece, gli alimenti piccanti e caldi ed i cibi troppo saporiti, elaborati o molto conditi. Cautela va riservata all'uso del dolce che, di solito, i collerici desiderano molto. Si impiegano piselli, carne di maiale, ostriche, pere cotte, uva.

**INQUETUDINE (YOU, cfr. figura 100):** determina stagnazione del qi che si trasforma in fuoco e lede lo yin soprattutto del polmone. Anche il cuore può risultare colpito e così si altera la coppia del TR-superiore (Lingshu par. 4,8,66). Alcuni AA affermano che nei dizionari scientifici cinesi si trova che l'inquietudine fa stagnare il qi, nuoce al polmone, ferisce lo yin e lede lo Hun. poiché nei classici del polso si afferma che in corso di inquietudine il polso è rugoso (se), questo vuol dire che tale sentimento nuoce al sangue. In terapia bisogna far circolare il qi, nutrire lo yin e tonificare il qi del polmone, abbassare il falso fuoco e favorire il TR-superiore. Per giovare al qi, farlo circolare e tonificare lo yin del polmone feishu (13BL-V) e taiyuan (9P-LU). Per il Tr-superiore tianzhong (17CV-VC) e neiguan (6MC). Per abbassare il fuoco shendao (11GV-VG). Per agire attraverso il fegato sulla circolazione di qi e sangue ligou (5LR-F). In farmacoterapia utili radix Sussurreae, pericarpium Citri reticulatae, Citri arantium fructus, rhizoma Cyperi rotundus, Pinellia ternata, Perilla, Magnolia, zenzero fresco. In fitoterapia occidentale Lavandula off., Vinca minor e Melolotus off. In dietetica utili gli alimenti dolci e piccanti che armonizzano e fanno muovere il qi. La natura tiepida è da preferire. Quando il ristagno è più evidente e compaiono segni di

fuoco (agitazione, polso rapido, lingua rossa, sete, ecc.) utili gli alimenti amari e di natura fresca. poiché vi è vuoto di yin è utile una piccola quantità di salato (azione sullo yin del rene). Cetrioli, aglio, miele, carni rosse e pesce sono da preferire. Molto utile il the' verde cinese.

**PREOCCUPAZIONE (SI, cfr. figura 101):** determina una stasi di qi soprattutto a livello della milza che, non potendo assicurare la funzione di trasporto-trasformazione, determina umidità, flegma e catarri. Naturalmente, a lungo andare, lede il cuore e lo Shen. In modo riassuntivo (da Nguyen Van Nghi, Di Concetto e Guillaume) possiamo affermare che questo sentimento annoda il qi del centro, ferisce cuore e shen, nuoce allo yang della milza ed allo spirito Yi. Secondo alcuni testi il polso tipico è l'annodato (jie), secondo altri è lento, debole ed irregolare (vuoto di yang di cuore e milza). Il principio terapeutico consiste nel tonificare il qi del centro, nutrire lo yang di milza e lo Yi, stabilizzare lo Shen e mobilitare il qi del cuore. In agopuntura trattare pishu (20BL-V) ed yishe (49BL-V) che agiscono sulla milza e sullo Yi, trattare il TR-medio ed il centro con lieque (7P-LU) e zhongwan (12CV-VC) (aggiungendo eventualmente weishu-21BL/V-), disperdere i tan con fenglong (40St-E) e yinlianquan (9Rt-SP), sbloccare il cervello (dalle idee ossessive) con tighui (2GB-VB) e fengfu (16GV-VG). In farmacoterapia usare *Acarus graminei*, *Zyzyphus jojoba*, *Atractylodes*, *Poria cocos*. In caso di vuoto di yang dare *Astragalus membranaceus*. In caso di forte sviluppo di tan Er Chen Tang o Banxia Hou Po Tang. Se il catarro ostruisce il cuore (istupidimento, difficoltà di concentrazione) *Dryobalanopsis aromatica*. In fitoterapia occidentale *Trigonella*, *foenum graecum*, *Crysanthellum americanum*, *Agrimonia eupatoria*, *Gentiana lutea*. In dietetica se domina il vuoto di qi e di yang di milza dare alimenti dolci, in caso di tan alimenti amari. in tutti i casi sono da evitare le nature tiepide che nuocciono alla Milza (S.W., 22). Si eviteranno le cotture in umido, il latte, i formaggi, gli amidi, gli alcoolci ed i faculenti. Si usano riso, orzo, soia, formaggio di soja, fagioli, carne di manzo, melone e basilico.

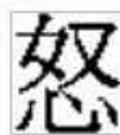


Figura 99: Nu



Figura 100: You

Va qui aggiunto che, nelle condizioni di stress si hanno dapprima fenomeni di Vuoto, cfr. figura 102, di Yang di Rene, cfr. figura 103, e Milza, cfr. figura 104, (con caduta della Zhongqi, cfr. figura 105), poi Vuoto di Jing e comparsa di Flegma ([31]). Difficoltà di concentrazione, astenia fisica a pronto recupero, difficoltà di concentrazione, polso lento e profondo contrassegnano la prima fase; facies melanconica, pallore, astenia psicofisica a lento recupero, polso fine, lingua depilata e con indulto abbondante la fase avanzata ([32], [33]).

Utili nelle prime fasi le moxe su 2KI<sup>229</sup>, 3SP<sup>230</sup>, 1-8TB<sup>231</sup> e, nelle fasi più avanzate, l'agopuntura su 52 e 49BL e 14SP ([34], [35]). Molti AA del periodo Ming<sup>232</sup> ([36], [37], [38]), infine, affermarono

<sup>229</sup>Azione sul Fuoco del Rene.

<sup>230</sup>Azione sul Qi e lo Yang di Milza.

<sup>231</sup>Coppia che Tonifica e Muove lo Yang.

<sup>232</sup>Fu la dinastia al potere in Cina dal 1368 al 1644, appartenente alla etnia Zhu. Verso fine del dominio Yuan, l'agricoltura cinese era disastrosa. Quando centinaia di migliaia di civili cinesi vennero chiamati per lavorare sul fiume Giallo, maturò la prospettiva della rivolta. Dopo molti anni di lotte, il gruppo ribelle condotto da Zhu Yuanzhang, il futuro imperatore Hongwu,



Figura 101: Si



Figura 102: Vuoto



Figura 103: Yang di rene, Shen



Figura 104: Yang di milza, Pi



Figura 105: Zhongqi

che tutte le forme di disagio psichico, compresa l'ansia, potevano giovare del trattamento sui Meridiani di Stomaco<sup>233</sup> e Rene<sup>234</sup>. Punti attivi sono ([39], [40]):

- 15ST: ansia in fase acuta
- 25ST: somatizzazione gastrica
- 40ST: ansia libera
- 41ST: ansia con depressione
- 6KI: ansia ed insonnia
- 21KI: ansia con ipertensione e/o cefalea
- 22-26KI: ansia e tristezza con somatizzazione cutanea o intestinale
- 25KI: ansia con dispnea e cardiopalmo.

divenne il più potente dei vari gruppi cinesi Han e Zhu dichiarò la fondazione della dinastia Ming nel 1368, stabilendo la sua capitale a Nanjing e adottando "Hongwu" (che significa *immemensamente marziale*) come titolo e nome del suo periodo di regno. L'ultimo imperatore della dinastia fu Tianqi: 1620-1627, sebbene troni si dichiaravano "Ming" (ora collettivamente detti *Ming meridionali*) sopravvissero fino al 1662, ma non appartennero alla famiglia Zhu. Secondo alcuni storici la Cina all'inizio della dinastia Ming era la nazione più avanzata della terra. Fu costruita una flotta con quattro navi con alberi con 1.500 tonnellate di capacità e un esercito di terra di un milione di unità. Più di 100.000 tonnellate di ferro all'anno vennero prodotte nella Cina del Nord, e molti libri furono stampati con caratteri mobili. I grandi romanzi storici risalgono alla dinastia Ming: *Sul bordo dell'acqua*, *il Romanzo dei tre regni*, *il Viaggio in occidente (Xi you ji)*, verso il 1570, il romanzo satirico ed erotico *Jin Ping Mei* (così intitolato dai nomi di re personaggi femminili), verso il 1619, e altri romanzi lunghi, che riabilitano letterariamente l'epoca Ming, generalmente screditata perché piuttosto ricca di romanzi edificanti e all'"acqua di rose". Anche la pittura ha fama di essere eclettica, manierata; imita le opere ispirate dei pittori della dinastia Song, perfino se la tecnica è perfetta, il virtuosismo strabiliante. In difesa dell'epoca Ming citeremo tuttavia l'arte dei giardini privati; si tratta inoltre del loro periodo migliore. Pechino, Yangzhou, Hangzhou e soprattutto Suzhou hanno conservato qualche ritaglio esemplare di questi meravigliosi giardini, pezzetti di natura miniaturizzata, veri e propri microcosmi, oasi di pace, creazioni fragili ed effimere che esemplificano la raffinatezza dei loro creatori e dei loro proprietari. Infine, non si può parlare dei Ming senza ricordare le ceramiche "Blu e bianche", porcellane prodotte in gran parte a Jingdezhen, nel Jiangxi, vera a propria metropoli della ceramica. Durante la dinastia Ming compaiono già i primi segni della decadenza dell'arte cinese, ma si trovano ancora perle rare e meravigliose creazioni, più spesso nelle arti minori.

<sup>233</sup>Riduzione degli eccessi di Yang in alto, stabilizzazione e sostegno di Liquidi e Sangue.

<sup>234</sup>Rinforzo dello Yin e del Jing.

**Punti Mu**

Da usare durante le risposte psichiche acute a stressor diversi

- Irritabilità, disturbi del riposo e del week-end: **Tianshu**
- Tristezza, depressione, paura del futuro: **Zhongfu**
- Superficialità, insonnia: **Zhongji**
- Astenia, mancanza di forza: **Jingmen**
- Ciclotimia: **Riyue**
- Tensione muscolare: **Zhejin**
- Tensione viscerale, insonnia: **Zhangmen**
- Angoscia solare: **Juque**
- Pirosi gastrica, ipersonnia, estremità fredde e sudate: **Zhongwei**

Figura 106: Punti Mu

Punti Shen (R. 4317): spirito supremo, principio vitale superiore.  
Da usare nelle turbe psichiche con perdita del controllo sulle funzioni generali

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Shen Men : H7: turbe psichiche di origine esterna, ansia reattiva.</li> <li>• Shen Tang; BL44: la grande sala dello Shen. Perdita di funzione del Cuore come regolatore toracico (tosse, asma, tachicardia)</li> <li>• Shen Fu: CV15: turba di tutti i sistemi di relazione. Timidezza, turbe della vista, udito, ecc.</li> <li>• Shen Ting: GV24: Pensiero, ragione, follia</li> <li>• Ben Shen: GB13 Cinabro Superiore ?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Shen Mu: CV14 (nome secondario di Juque): perdita della voglia di fondersi con sé e con gli altri.</li> <li>• Shen Gang: KI 25: Libera il calore al torace, libera dal catarro (azione sui tan sottili ?).</li> <li>• Shen Guan e Shen Que: due nomi della 8CV: Depressione profonda, media il suicidio. Perdita dello slancio vitale.</li> <li>• Shen Dao: GV11: Crisi acute di follia, manie suicide.</li> <li>• Shen Guang GB23-24 (nomi secondari)</li> <li>• Shen Feng: KI23: controllo del Cuore anche organo (tachicardia, pseudoangina, nevrosi cardiache, ecc.).</li> </ul>
--	---

Figura 107: Punti Shen

Punti Ling (R. 3117): Spirito meraviglioso, cammino spirituale dell'uomo).  
Secondo Zanfo (Il segreto dell'elisir d'oro) l'anima, la parte eterea e sottile dell'essere vivente

- H2: Qing Ling, Qing Ling Quan In relazione con la pubertà, la maturazione, il passaggio all'età adulta. N.S. dell'11 TR (Qing Ling)
- H4: Ling Dao Bloccato nel proprio cammino
- GV 10: Ling Dai Offre la possibilità di vedere, di superare gli ostacoli (dopo zhiyang)
- KI 24: Ling Xu (due Xu, collina e vuoto) Diviso fra due volontà. Ansioso e sospettoso.
- GB 18: Cheng Ling (ricevere il Ling): Raggiungere la consapevolezza e la pace ? (Punti Kong: GV2, BL33, BL1, BL19, TE23)

Figura 108: Impiego dei punti Ling e Kong

In base alle riflessioni di Kespi ( [41], [42], [43]), Andrés ( [44]) ed altri ( [45], [46]) e a nostre personali esperienze ormai più che ventennali ( [47], [48]), sono importanti, in corso di ansia, anche altre categorie di punti. Ad esempio nell'ansia da stress i punti Mu, a impiegare secondo lo schema in figura 106.

In caso, invece, di ansia generalizzata con sensazione di "perdita del controllo", i punti Shen selezionati come indicato in figura 107.

Più complessa la definizione d'impiego dei punti Ling e Kong, che riassumiamo nello schema molto didattico riportato in figura 108.

Nelle forme ansiose in momenti particolari di crescita psicofisica individuale, segnaliamo i cosiddetti Punti Porta, cfr. figura 109, tutti in relazione con alcuni Meridiani Curiosi.

Va anche ricordato che, l'associazione fra agopuntura ed un tipo di massaggio tradizionale indonesiano (definito "sea malay"), si è rivelata molto incisiva, nel breve e medio termine, nelle forme

**Porte**

Punti delle crescite psicofisiche individuali.  
- Studi di Kespi del 1977-1981.  
- Attuale Seminario AFA (1999)

- Porta dei talloni:  
**BL61 (Pu Kan): Yang Wei ed Yang Qiao**
- Porta delle anche:  
**GB29 (Jiu Liao): Yang Wei e Qiao**
- Porta delle spalle:  
**SI 10 (Nao Shu): Yang Wei e Qiao**
- Porta del mutismo:  
**GV 15 (Ya Men): Yang Qiao**
- Porta delle tonsille:  
**CV 23 (Lian Quan): Chong e Yin Wei**

Figura 109: Punti porta

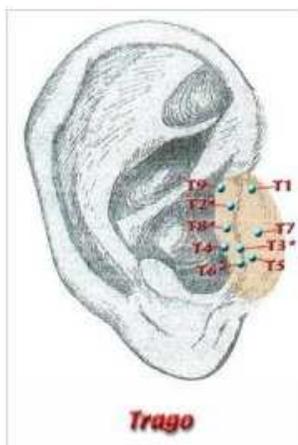


Figura 110: Livello del Trago



Figura 111: Shenmen

di ansia con fibromialgia ( 49, 50). In agopuntura occorre ridurre l'eccesso di Weiqi<sup>235</sup>, combattere il Qini<sup>236</sup>, armonizzare il Sangue di Fegato<sup>237</sup>. Secondo un'altra impostazione poiché il Vento nei Muscoli si deve a disarmonia fra Yin e Yang, sarà utile trattare i Meridiani Qiao e, pertanto, pungero 6-8KI, 7LU, 62-59BL e 3SI ( 51), oltre a trattare il 12BL per Cancellare il Vento e i punti 10SP e 7PC per Sostenere e Muovere il Sangue. Molto utile in fase di ansia acuta sia libera che somatizzata l'auricoloterapia ( 52, 53, 54, 55). I punti che si ritengono più attivi sono Yamen e livello del Trago<sup>238</sup>, Shenmen, cfr. figura ?? sul fondo della fossa triangolare e ai punti delle "cicatrici psichiche", sul bordo inferiore del lobulo, cfr. figura 112. In caso di fibromialgia trattare sulla conca cymba i punti di Fegato e di Milza<sup>239</sup>.

Per quanto riguarda l'omeopatia molti sono i rimedi, secondo le classiche materie mediche, capaci di agire contro l'ansia. Siamo soliti utilizzare potenze basse (5-9CH) se vi è somatizzazione e più alte (30-200 CH) in caso di attacchi di panico o ansia generalizzata. Fra i rimedi che usiamo più di frequente ricordiamo ( 56, 57):

*Aconitum napellus*: è il rimedio per il "terrore" ansioso, per l'angoscia improvvisa caratterizzata

<sup>235</sup>Utili punti di Yang Ming come 15ST e 37ST.

<sup>236</sup>Utili i punti Luo da selezionare il rapporto ai territori interessati o le Finestre del Cielo 9ST e 18LI.

<sup>237</sup>Utile pungero il 6LR.

<sup>238</sup>Cfr. figura 110. Yamen corrisponde al punto T8.

<sup>239</sup>Cfr. figura 113. Milza CCY2; Fegato CCY3

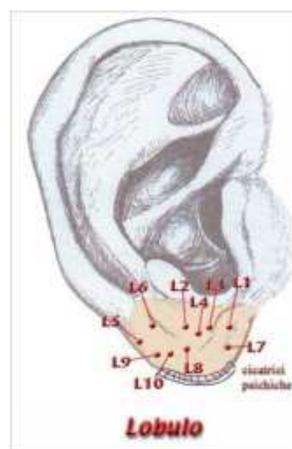


Figura 112: Lobulo

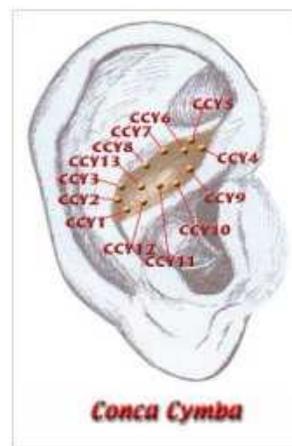


Figura 113: Punti di fegato e milza

dalla paura di morire, dell'agitazione che porta la persona a muoversi continuamente per tentare di "scaricare" la tensione, dell'ansia che compare anche a notte fonda.

*Arnica*: per ansia o paura dopo uno spavento o un trauma.

*Arsenicum album*: è efficace in chi è pieno di sensi di colpa e continua ad avere idee ossessive. Il rimedio è elettivo soprattutto per le persone ansiose con una personalità di fondo caratterizzata dall'essere scrupolosi, ordinati, "controllati" ma estremamente contrariabili, attenti ai particolari, a quelle persone alle quali "non sfugge nulla" che sia fuori posto.

*Argentum nitricum*, adatto alla cosiddetta ansia da fretta cioè a quella tensione incontenibile che pervade alcuni individui sempre timorosi di essere in ritardo. Queste sono persone che fanno tutto in fretta e che desiderano di avere già finito quello che stanno facendo.

*Calcarea carbonica*: rimedio per chi ha paura di tutto e del fatto che gli altri si rendano conto del suo stato. Queste persone in genere nascondono la propria paura-ansia apparendo ciò che non sono cioè decisi, "duri" e tenaci.

*Carcinosinum* nel soggetto perfezionista, e che è sempre in ansia per paura che accada qualcosa ai suoi cari o alle persone che ha intorno.

*Ignatia*: per ansia e preoccupazioni dovute a dispiaceri, che migliorano però distraendosi.

*Lycopodium*: per insicurezza di fondo; la persona crede sempre che le cose andranno male, anche se poi in realtà si realizzano nel migliore dei modi. Frequente la somatizzazione gastrica.

*Tarentula hispanica*: per ansietà ed agitazione accompagnate dalla sensazione di elettricità sulla pelle. Utile nelle dermatosi su base ansiosa (prurigine, lichen, ecc.).

*Thuya*: ossessione monotematica. Una sola idea fissa che agita incessantemente l'individuo.

La fitoterapia ha compiuto negli ultimi anni dei passi da gigante, applicando tecniche scientifiche alla conoscenza della tradizione fitoterapica classica. Si sono così potute comprendere le azioni di molti preparati usati per decine o centinaia di anni consentendone un migliore utilizzo in terapia. Oggi ad esempio si sa che la Camomilla è una pianta che facilita il sonno solo perché ha un'importante azione digestiva: riducendo i disturbi digestivi così frequenti nella popolazione, migliora per questo motivo la qualità del sonno. Ma la Camomilla non seda l'ansia, qualunque ne sia la preparazione! Inoltre si è imparato ad usare preparazioni di pianta intera, che contengono cioè tutti i principi attivi del vegetale. E infine oggi si sa con certezza che i composti da utilizzare devono presentare ben precise caratteristiche e nel loro insieme devono avere ben definite percentuali di sostanza, altrimenti il loro uso è privo di qualsiasi effetto terapeutico. Se si usa del Kava-Kava ad esempio (una pianta con una importante azione di controllo dell'angoscia) o si utilizza una preparazione dotata almeno di un titolo al 30%, oppure il suo effetto potrebbe essere nullo ([58]). La Valeriana officinalis è più attiva della Kava-Kava e della melatonina nei disturbi d'ansia, ma risulta in grado di creare dipendenza ed effetti collaterali significativi ([59]). Molto più maneggevoli, in Tintura Madre o Estratto Fluido, la Lavandula officinalis, il Crataegus oxyacantha e la Passiflora alata ([60]). Nel caso di nevrosi cardiaca si usa il Crataegus, per dispepsie, invece, la Lavandula, mentre se l'ansia è generalizzata o legata a turbe del sonno è utile la Passiflora ([61]). Fra le piante cinesi il Blumeurum<sup>240</sup> e la Scutellaria baicalensis<sup>241</sup> sembrano quelle con maggiore azione psicotropa ed ansiolitica ([62], [63]). Tuttavia, l'impostazione classica, prevede rimedi e formule che Muovano e Sostengano il Sangue, al fine di stabilizzare lo Shen ([64]). Pertanto

<sup>240</sup>Chai Hu. Rimedio che mobilita il Qi. E' controindicato nelle rasiate dello Yang e nei deficit di Yin.

<sup>241</sup>Huang Qin. Purifica il Calore e seda lo Shen. È controindicato in caso di Freddo al Polmone ed alla Milza o di minaccia d'aborto.

Angelica chinensis<sup>242</sup>, Peonia alba<sup>243</sup>, Aucklandia radix<sup>244</sup>, Chonodnopsis pilosula<sup>245</sup>, Magnolia<sup>246</sup> e Salvia melthiorhiza<sup>247</sup> sono considerate molto interessanti ( [65]). I rimedi di Bach sono molto noti e usati in Inghilterra e solo da pochi anni vengono studiati e prescritti anche in Italia<sup>248</sup>. Questo

<sup>242</sup>Dang Gui, si usa la radice che Tonifica, Rin vigorisce e Armonizza il Sangue. è una pianta della famiglia delle Apiacee (Umbellifere), originaria della Cina dove viene chiamato Dong Quai o Dang Gui. è anche conosciuta come "erba delle donne" ed è utilizzata da più di 2000 anni contro l'anemia e per una grande varietà di disturbi, per lo più nelle donne, da sola o in associazione con altre piante. Studi, per lo più cinesi, affermano che l'Angelica sinensis:

1. può abbassare la pressione arteriosa;
2. protegge dall'infarto del miocardio (in quanto aumenta il flusso coronarico e riduce il consumo di ossigeno);
3. migliora la circolazione sanguigna attraverso l'inibizione dell'aggregazione piastrinica;
4. promuove l'ematopoiesi;
5. ha azione analgesica;
6. ha una azione sia stimolante che inibente la contrazione della muscolatura liscia dell'utero.

Nella Medicina Occidentale l'Angelica trova, senza comprovati studi clinici, differenti impieghi terapeutici. Tra le patologie e/o i sintomi curati vi sono:

1. anemia,
2. disturbi del ciclo mestruale (amenorrea, dismenorrea, sindrome pre-mestruale),
3. dolori addominali e post-partum,
4. disturbi dell'apparato digerente (atonìa intestinale, costipazione, aerofagia),
5. emicrania di origine psicogena,
6. vertigini.

<sup>243</sup>Bai shao, si usa la radice che è Amara e Fredda, agisce su Fegato e Milza, riduce l'eccesso di Fuoco, calma il dolore, regolarizza i livelli Wei e Yin.

<sup>244</sup>Mu xiang, che muove il Qi e il Sangue, agisce sulla Milza, regola la vita di relazione con gli altri, drena l'Umidità.

<sup>245</sup>Dang shen, la droga è composta dalla radici essiccate. Rimedio neutro e tonico del Qi, che armonizza anche il sangue e lo Shen. Usato nelle ansie con qualche piccolo nato depressiva e disturbi digestivi. Va evitato nelle agitazioni estreme poiché sviluppa Calore e Fuoco.

<sup>246</sup>Hou Po, fiori di Magnolia, muovo il Qi e drenano l'Umidità, aprono gli Orifizi del Cuore.

<sup>247</sup>Dan Shen, la parte usata è la radice che rinvigorisce il sangue e calma il mentale. Le radici secche di questa Labiata nativa della Cina, sono largamente per il trattamento di disturbi quali le emopatie, le cardiopatie, le epatiti, l'emorragie, i disturbi mestruali, l'edema e l'insonnia.

<sup>248</sup>Dan Shen, la parte usata è la radice che rinvigorisce il sangue e calma il mentale. Le radici secche di questa Labiata nativa della Cina, sono largamente per il trattamento di disturbi

metodo terapeutico si basa sul fatto che non importa quali siano i sintomi presentati da una persona ammalata perché vi è sempre uno squilibrio psichico preesistente alla malattia. Edward Bach (medico vissuto agli inizi del secolo) studiò migliaia di ammalati giungendo alla conclusione che non bisogna curare la malattia ma la persona; che in ogni individuo occorre individuare l'esatta natura dei sintomi psicologico - emotivi che accompagnano la malattia; che nell'organismo umano (inteso come psiche e corpo indissolubilmente uniti) vi è una "forza vitale" o "forza guaritrice" naturale che sempre occorre stimolare; che esistono 38 condizioni psicologiche particolari di base espressioni delle diverse personalità che, combinate tra loro, individuano un grande numero di vari "atteggiamenti mentali". Il dottor Bach sperimentò molti rimedi tratti dai fiori delle piante ("è nel fiore la forza vitale") scoprendone infine appunto 38 adatti a modificare gli atteggiamenti mentali negativi, stimolando via via quelli positivi e quella forza di guarigione sopraddetta. I rimedi di Bach frequentemente utilizzati per l'ansia sono tre ( [66], [67]) :

*Agrimony*, o Eupatoria, è la pianta che aiuta chi è apparentemente allegro, gioviale, ma che in realtà, dietro questa maschera di benessere, nasconde tormenti mentali, preoccupazioni, inquietudine, paura del futuro, delle malattie, della solitudine. Agrimony stimola la parte positiva che alberga in queste persone e cioè il buonumore, la calma, la cordialità, l'ottimismo, il senso di equilibrio e di pace

*Aspen*, o Pioppo tremolo, adatto alle persone che hanno paura senza sapere perché e che vivono in uno stato d'animo d'apprensione continua con una tensione e un tremolio interiore come in perenne attesa di qualcosa di terribile che deve succedere. Aspen svela il potenziale positivo, incrementando il coraggio e la capacità di affrontare la vita senza paura

*Rock rose*, o Eliantemo è il rimedio contro il panico, il terrore, l'emergenza, dove tutto sembra impedire ogni capacità di reazione. Le persone con crisi di panico spesso restano bloccate in una sorta di disorientamento in cui non

quali le emopatie, le cardiopatie, le epatiti, l'emorragie, i disturbi mestruali, l'edema e l'insonnia.

si vedono vie di uscita e rock rose è il rimedio che sblocca stimolando nel contempo la forza di reazione.

Negli attacchi di panico sono molto utili Rock rose (già visto) ed anche *Star of Bethelhem* e *Cherry plum* ([68], [69]):

*Star of Bethelhem* o Latte di gallina<sup>249</sup>: ripara le lacerazioni, favorisce il superamento di traumi e conflitti. È un fiore di pronto soccorso, specifico per attacchi di panico con sensazione di nodo alla gola<sup>250</sup>. Allevia dolori emozionali e affezioni, specie dopo i traumi.

*Cherry plum* o Ciliegio selvatico o Visciola: favorisce la perfetta conoscenza ed accettazione di sé, anche delle parti più oscure del nostro essere. Tale individuo ha paura di perdere il controllo e di compiere azioni sconsiderate<sup>251</sup>.

Sotto il profilo dietetico ([70]) occorre evitare caffè, cioccolata, cacao, coca-cola e droghe eccitanti come zafferano, pepe, curry. Più propriamente saranno da consigliare alimenti acidi (che giovano al Cuore) ed amari (che calmano il Fuoco), [71]. Talvolta lo stato ansioso è favorito o acuito da delle "intolleranze alimentari". Nel sospetto si può eseguire un test bioelettronico impedenziometrico (Vega, Mora, Sarmtest) attraverso il quale si possono individuare classi di alimenti (lieviti, latte e derivati, cereali) che spesso favoriscono le reattività ansiose e che perciò debbono essere eliminati dalla dieta ([72]). Due parole, infine, sulla cromoterapia e l'aromoterapia, che, in corso d'ansia, possono risultare di grande valore integrativo ([73]). Nelle persone ansiose che sono tese e soffrono anche d'insonnia, si consiglia di scegliere vestiti e oggetti di colore blu perché questo colore ha la proprietà di "rasserenare" la mente. Per chi diventa ansioso quando avverte la sensazione di "non farcela" ad affrontare le varie responsabilità della vita il colore indicato è l'arancio, perché esso

<sup>249</sup>Detta anche: *Ornithogalum Umbellatum*, Stella di Betlemme, *Etoile de Bethléem*, *Estrella de Belén*, *Leche de Gallina*, *Làgrima de la Virgen*. Smuove l'energia bloccata, aiuta il fluire delle emozioni e spinge ad affrontare il dolore senza reprimerlo. Rimette in moto la capacità di autoguarigione, di fronteggiare qualsiasi brutta situazione, di superare le esperienze dolorose e traumatizzanti. Il rimedio lenisce la sofferenza interiore, e dissolve gli effetti del trauma.

<sup>250</sup>Segno di Stasi di Qi di Fegato in Medicina Cinese

<sup>251</sup>Turbe dello Shen e del Du Mai.

stimola il coraggio, la creatività, i pensieri positivi. Fra i profumi i più utili sono la lavanda, riequilibrante nervoso e la camomilla<sup>252</sup>. Inoltre l'arancio dolce che ha un effetto rasserenante, mentre l'anice stimola l'ottimismo. Basta annusare per qualche minuto più volte nella giornata un fazzoletto imbevuto con qualche goccia di questi per ridurre al minimo stati ansiosi anche acuti ([74]). I colori e gli aromi possono utilmente impiegarsi secondo i principi della Medicina Cinese ([75], [76], [77]). Nelle forme d'estrema agitazione o d'oscillazione dell'umore, s'impiega il verde, colore del Legno. Il verde è sostiene il sistema nervoso, ha un effetto equilibrante e aiuta così il Cuore. Il verde calma e armonizza. Esso è il colore fondamentale della natura e ad essa è sempre associato. È il colore dell'armonia: simboleggia la speranza, la pace e il rinnovamento. Nel caso di preoccupazione, invece, o nelle somatizzazioni gastriche o intestinali, preferire il giallo azione sulla Terra<sup>253</sup>). Il giallo, infatti, è il colore della felicità, della saggezza e dell'immaginazione. Mediante lampade a filtri colorati i colori selezionati potranno indirizzarsi su punti ad azione psico-sedativa e calmante: 3-4-9BL, 8GB, Yinrang (EX<sup>254</sup> 1), 7H, 6KI, 14CV, 15BL ([78]). Si può inoltre educare il paziente all'automassaggio due volte al giorno su punti attivi (15BL, 14CV, 7H) con oli essenziali che agiscono sullo Shen. Molto utili sono, Lavanda<sup>255</sup>, Mandarino, Mimosa, Narciso, Vaniglia. Lavanda e Narciso per ansia acuta ed attacchi di panico (Legno), Mimosa, Vaniglia e Mandarino per forme con rimuginazioni tipo Terra ([79], [80]). In caso di somatizzazione vescicale (cistalgia) o intestinale Bergamotto<sup>256</sup>, in caso

<sup>252</sup>L'olio essenziale alla camomilla è calmante sia per il corpo che per la mente. Calma l'ansia e lo stress, allevia l'insonnia ed è ottimo per i bambini. Aiuta ad alleviare mal di testa, difficoltà digestive ed i crampi mestruali. La sua fragranza leggermente dolce, erbacea, si fonde bene con quella del geranio, della lavanda, del limone e del patchouli. Può indurre, in atopici, reazioni allergiche (crocia con le Compositae).

<sup>253</sup>Che regola le nostre relazioni sociali, i nostri rapporti con gli altri.

<sup>254</sup>Punti Extra, Jing Wai Qi Xue.

<sup>255</sup>L'olio essenziale alla lavanda è calmante e rilassante e aiuta a recuperare il benessere fisico ed emozionale. Allevia ansia, tensione, fatica, mal di testa ed i sintomi della sindrome pre-mestruale; ha anche proprietà antisettiche e cicatrizzanti. La sua fragranza dolce, floreale ed erbacea insieme, si combina bene con quella del bergamotto, della salvia sclarea, del limone, della menta piperita e del sandalo.

<sup>256</sup>L'olio essenziale al bergamotto allevia ansia e depressione. Le sue proprietà antisettiche lo rendono un valido rimedio per

di cefalea Basilico<sup>257</sup>, in caso di insonnia e/o psicalgie (o dolori somatoformi) Cipresso<sup>258</sup>, in caso di disturbi sessuali (frigidità, impotenza, ecc.) Rosa<sup>259</sup> o Ylang Ylang<sup>260</sup> ([81], [82]).

---

infezioni respiratorie e del tratto urinario e per le indigestioni. Il suo profumo fresco, speziato e al fior d'arancio si combina bene con quello del basilico, della lavanda, del limone e della menta piperita. Non usare prima di esposizioni al sole: causa fotodermatiti che lasciano di solito esiti pigmentari. Da usare in concentrazioni da moderate a basse.

<sup>257</sup>L'olio essenziale al basilico allevia la depressione e aiuta a ritrovare la chiarezza mentale. Combatte il mal di testa, le congestioni nasali, l'indigestione, e i dolori muscolari. La sua fragranza dolce, speziata e balsamica si sposa bene con quella del bergamotto, della salvia sclarea, del rosmarino e della menta piperita. Non va usato durante la gravidanza. Da evitare se si ha pelle sensibile: in generale da usare in concentrazioni molto piccole.

<sup>258</sup>L'olio essenziale al cipresso da sollievo a stati di stress emozionali, di insonnia e di dolore e pena. Stimola la circolazione sanguigna ed è d'aiuto in casi di vene varicose, emorroidi e ritenzione idrica. Le sue proprietà astringenti lo rendono utile in casi di diarrea e incontinenza urinaria e fecale. Il suo profumo pungente, dolce e balsamico si sposa bene con quello della salvia sclarea, della lavanda, del limone e del sandalo.

<sup>259</sup>L'olio essenziale alla rosa ha gentili proprietà rilassanti e aiuta ad alleviare la tensione nervosa ed i disturbi associati, come il mal di testa e l'insonnia. Calma anche gli stati depressivi ed è considerato un valido afrodisiaco. La sua fragranza profonda, dolce e floreale si fonde bene con quella della salvia sclarea, della lavanda e del sandalo. Non ci sono particolari avvertenze per quest'olio.

<sup>260</sup>L'olio essenziale all'ylang ylang ha forti proprietà sedative ed aiuta ad alleviare stati di depressione, frustrazione e insonnia. Ha anche proprietà afrodisiache. La sua fragranza intensamente dolce e floreale si combina bene con quella del bergamotto, del limone e del sandalo.

# Bibliografia

- [1] Albisetti V. *Stop all'ansia e alla depressione* Ed. Paoline Editoriale Libri, Roma, 2002.
- [2] Schelotto A. *Nostra ansia quotidiana* Ed. Mondadori, 1999.
- [3] Marks I.M. *Ansia e paure. Comprenderle, affrontarle e dominarle* Ed. Mc Graw-Hill Libri Italia, Milano, 2002.
- [4] Charlton B. *Psichiatria e condizione Umana* Ed. CIC Internazionali, Roma, 2002.
- [5] AAVV *Manuale di psichiatria di consultazione* Ed. Mc Graw-Hill Libri Italia, Milano, 2002.
- [6] Talamonti F.: Brugnoli R., Pancheri P. *Clinica e trattamento del disturbo di panico* Ed. Pacini, Pisa, 2001.
- [7] Cei V. *Panico e fobie. Le risposte a tutti i dubbi* Ed. Franco Angeli, 2001.
- [8] Hillman J. *Le storie che curano* Ed. Raffaello Cortina, Milano, 1990.
- [9] Solms M., Turnbull O. *Il cervello e il mondo interno* Ed. Raffaello Cortina, Milano, 2004.
- [10] Vella G., Siracusano A. *Ansia e Medicina di base* Ed. Il Pensiero Scientifico, Roma, 1992.
- [11] Jones E. *Che cos'è la psicoanalisi* Ed. Giunti, Firenze, 2002.
- [12] Catelli C. *Struttura e codici delle società. L'approccio sociologico alla psicoanalisi* Ed. Franco Angeli, Milano, 2002.
- [13] AAVV *Fondamenti di psicologia analitica* Ed. Laterza, Bari-Roma, 1996.
- [14] Ruggeri V. *Semeiotica di processi psicofisiologici e psicosomatici* Ed. Il Pensiero Scientifico, Roma, 2000.
- [15] Turetta A. *Ansia* in Mybestlife ([http://mybestlife.com/ita\\_salute/incasodi/ansia.htm](http://mybestlife.com/ita_salute/incasodi/ansia.htm)), 2002.
- [16] Corradin M., Di Stanislao C. *Malattie Psiciche, in AAVV, Libro Bianco sull'agopuntura e le altre terapie della tradizione estremo-orientale* Ed. SIA/CEA, Milano, 2000.
- [17] Tedeschi G. *Il tao nella psicologia. La saggezza cinese e la psicologia analitica* Ed. Liguori, Roma, 2000.
- [18] Corradin M., Di Stanislao C. (a cura di) *Lo psichismo in Medicina Energetica* Ed. AMSA, L'aquila, 1995.
- [19] Brotzu R., De Berardinis D. *Agopuntura e psichiatria, in Bälzola A.: Oltre il Labirinto Il disagio psichico nelle Medicine non Convenzionali* Ed. Il Colibrì, Torino, 2007.
- [20] Vinogradoff M. *L'esprit de l'aiguille. L'apport du Yi Jing à la pratique de l'acupuncture* Ed. Springer, Paris, 2006.
- [21] Di Stanislao C., Brotzu R., De Berardinis D., Corradin M. *Meridiani Principali e Curiosi in Medicina Cinese. Aspetti generali e applicazioni all'agopuntura allo shiatsu e al qi gong* Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 2007.
- [22] Simongini E., Bultrini L. *Le lezioni di Jeffrey Yuen. Turbe Psiciche in Medicina Classica Cinese* policopie, Ed. Xinshu, Roma, in press.

- [23] Yuen J.C. Shen, *Po, Hun, Ling. The Spirits in Chinese Medicine* Ed. Jade Purithy, New York, 1998.
- [24] AAVV *Introduzione ai principi dell'agopuntura e della Medicina Tradizionale Cinese* policopie, Ed. AMSA, Roma, 2001.
- [25] De Berardinis D. *Allergie e Intolleranze Alimentari* policopie, Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
- [26] Barletta E. *I Meridiani Secondari Luo Bie* [http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi\\_studenti/I\\_meridiani\\_secondo\\_luo\\_bie.pdf](http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi_studenti/I_meridiani_secondo_luo_bie.pdf), 2000.
- [27] Simongini E., Bultrini L. *Le Lezioni di Jeffrey Yuen 1997-2004* CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2005.
- [28] Konopachi D. *Punto per Punto. Dall'anatomofisiologia alla Clinica in Agopuntura e Auricoloterapia* CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2004.
- [29] Di Stanislao C. *Le indicazioni più recenti sui punti di agopuntura* policopie, Ed. AMSA, Roma, 2001.
- [30] Di Stanislao C. *Le sindromi ansioso-depressive (yuzheng) in agopuntura e medicina cinese* <http://www.gmt2000.it/rivista/011car/riv11art02.htm>.
- [31] Hawawini R. *Exposé Didactique de Pathologie en Médecine Chinoise* Ed. You Feng, Paris, 2005.
- [32] D'Ammassa C. *Lo stress* [http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi\\_studenti/Lo\\_stress.pdf](http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi_studenti/Lo_stress.pdf), 2002.
- [33] Auteroche B., Navailh P. *La Diagnosi in Medicina Cinese* ed. Edi-Ermes, Milano, 1986.
- [34] Squicquaro M. *La seconda branca della vescica urinaria* [http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi\\_studenti/La\\_seconda\\_branca\\_della\\_vescica\\_urinaria.pdf](http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi_studenti/La_seconda_branca_della_vescica_urinaria.pdf), 2005.
- [35] Fusco P. *Personal considerations on the psychic aspects in acupuncture according to "traditional Chinese thought"* [http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi\\_studenti/tesi\\_fusco.pdf](http://www.agopuntura.org/html/sica/tesi_studenti/tesi_fusco.pdf), 2002.
- [36] Gao X.Y., Ma Q.L. *Contributions of Yang Ji-zhou to moxibustion methods* Zhongguo Zhen Jiu, 2006 26(6):451-453.
- [37] Hu B., Huang Y., Yu C. *Huang Yizhou's study on Nei jing (Inner Canon)* Zhonghua Yi Shi Za Zhi, 2002 32(1):29-31
- [38] Huang L. *Investigation on Qiong yao shen shu (Qiongyao's Magical Book)* Zhonghua Yi Shi Za Zhi, 1999 29(1):18-20.
- [39] Meng A. *Acupuncture in neurology* Wien. Med. Wochenschr., 2000;150(13-14):302-309.
- [40] Ackerman J.M. *Acupuncture in psychiatry* Psychiatr.Serv., 1999, 50(1):117-120.
- [41] Kespi J.M. *L'homme e ses symboles en Médecine Chinoise* Ed. La Tisserande, Paris, 2004.
- [42] Kespi J.M. *Cliniques* Ed. Tisserande, Paris, 1989.
- [43] Kespi J.M. *L'Acupuncture* Ed. Maissonneuve, Moulin les-Metz, 1982.
- [44] Andrès G. *Pschysme en Médecine Chinoise, Enciclopedia de Médecine Naturelle, tome I: Acupuncture et Méduicine Chinoise* Ed. Theniques, Paris, 1989.
- [45] Perrey S. *Les Points* polycopie, Voll I-III, Ed. AFA, Paris, 1988.
- [46] Sciarretta C. *Lezioni di Agopuntura* Vol III, policopie, Ed. AMA, 1983.
- [47] Di Stanislao C. *Punti Psicici* policopie, ed. AMAL, Genova, 1998.
- [48] Di Stanislao C. *Le Metafore del Corpo: dal simbolo alla terapia. Percorsi Integrati di Medicina Naturale* ed. CEA, Milano, 2004.

- [49] Galluzzo E., Di Stanislao C. *Associazione di agopuntura e massaggio Sea Malay nel trattamento della fibromialgia XXII Congresso Nazionale SIA*, Napoli, 11-12 ottobre 2002, Atti, Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 2002.
- [50] Galluzzo E., Arice P., Di Stanislao C. *Il Massaggio Sea-malay* ed. Tecniche Nuove, Milano, 2003.
- [51] Moncayo R., Rudisch A., Kremser C., Moncayo H. *3D-MRI rendering of the anatomical structures related to acupuncture points of the Dai mai, Yin qiao mai and Yang qiao mai meridians within the context of the WOMED concept of lateral tension: implications for musculoskeletal disease BMC Musculoskelet Disord.*, 2007, 10, 8:33-35.
- [52] Karst M., Winterhalter M., Munte S., Franci B., Hondronikos A., Eckardt A., Hoy L., Buhck H., Bernateck M., Fink M. *Auricular acupuncture for dental anxiety: a randomized controlled trial Anesth. Analg.*, 2007 104(2):295-300.
- [53] Ernst E. *Auricular acupuncture CMAJ*, 2007, 176(9):1307-1310.
- [54] Mc Williams C. *Auricular Therapy: up to date* <http://electrodermology.com/auricularUD.htm>, 2006.
- [55] Wang S.M., Kain Z.N. *Auricular acupuncture: a potential treatment for anxiety Anesth. Analg.*, 2001 92(2):548-553.
- [56] Bailey P. M. *Psicologia omeopatica: profili e personalità dei maggiori rimedi costituzionali* Ed. Salus Infirmorum, Padova, 2001.
- [57] Whitmont E. C. *Omeopatia e psicanalisi. La medicina omeopatica alla luce della psicologia junghiana* Ed. Red/Studio Redazionale, Como, 1987.
- [58] Fiorenzuoli F. *Fitoterapia* Ed. Masson Italia, II Ed., Milano, 1997.
- [59] Heiligenstein E., Guenther G. *Over-the-counter psychotropics: a review of melatonin, St John's wort, valerian, and kava-kava J Am. Coll. Health*, 1998, 46(6):271-276.
- [60] Di Stanislao C., Corradin M., D'Onofrio T. *Fitoterapia Scientifica e Energetica* policopie, Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
- [61] Di Stanislao C., Paoluzzi L. *Vademecum ragionato di fitoterapia* Ed. MeNaBi, Terni, 1991.
- [62] Di Stanislao C., Giannelli L., Iommelli O., Lauro G. *Fitoterapia comparata* Ed. Di Massa, Napoli, 2001.
- [63] Zhang H., Huang J. *Preliminary study of traditional Chinese medicine treatment of minimal brain dysfunction: analysis of 100 cases Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi*, 1990 10(5):278-279.
- [64] Kuptchuck T.J. *Jade Pharmacy* ed. SATAS, Bruxelles, 1993.
- [65] Massarani E. *Erbe in Cina* Ed. ESI, Milano-Roma, 1981.
- [66] Paoletti E. *Le qualità dell'anima* Ed. Tecniche Nuove, Milano, 1999.
- [67] Bàzola M.A. *I fiori della mente. I rimedi di Bach nella pratica clinica* Ed. Bollati-Boringhieri, Torino, 1997.
- [68] Montenero P. *La Floriterapia di Bach nei Disturbi da Attacco di Panico* La Med. Biol., 2006, 3: 31-36.
- [69] Bach E. *Guarire con i fiori* Ed. Ipsa, Palermo, 1993.
- [70] Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al. *Dietetica Medica Scientifica e tradizionale. Curarsi e prevenire con il cibo* Ed. Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 1999.
- [71] AMSA *La Dietetica in Medicina Cinese* [www.beltade.it](http://www.beltade.it), 2006.
- [72] Di Stanislao C., Bianchi I., Lioletta E. *Lavorare con il Sarm-Test* Ed. SARM, Guidonia, 1993.
- [73] Murray M.T. *Tutto il corpo in piena salute* Ed. Red/Studio redazionale, Milano, 2002.

- [74] Pastorelli O. (a cura di) *Le parole del profumo* Ed. Franco Angeli, Milano, 2002.
- [75] Di Stanislao C., Corradin M. *Generalità sulla Cromoterapia* [www.beltade.it](http://www.beltade.it), 2003.
- [76] AMSA *Alcune considerazioni sulla Cromopuntura* [www.beltade.it](http://www.beltade.it), 2003.
- [77] Yuen J.C. *Essential Oils in the Prospective of TCM* Ed. Swedisch Institute of Oriental Medicine, New York, 1997.
- [78] Deodato F., Di Stanislao C., Giorgetti R. *L'Articolazione Tempo-Mandibolare. I DTM secondo la Valutazione Tradizionale e Integrata con Medicine non Convenzionali* Ed. CEA, Milano, 2005.
- [79] Di Stanislao C., Brotzu R. *Manuale didattico di agopuntura, con principi di Medicina Cinese. Le basi, la fisiopatologia, la diagnosi, la terapia* Ed. CEA, Milano, in press.
- [80] Di Stanislao C., Iommelli O. *Due parole (e qualche indicazione) sull'Aromoterapia* La Mandorla ([www.agopuntura.org](http://www.agopuntura.org)), 33, 2005.
- [81] Ross J. *Combinig Western Herbs and Chinese Medicine* Ed. Churchill-Livingstone, London, 2003.
- [82] Balz R. *Il potere curativo degli oli essenziali* Ed. Il Punto D'Incontro, Roma, 1999.

# Libri da leggere e rileggere

“Ogni capolavoro ha due facce, una è rivolta al proprio tempo e una al futuro, verso l’eternità”  
*Daniel Barenboim*

“Non abbiamo parole per parlare di saggezza con gli stupidi. Chi intende capire il saggio è saggio di per sé”  
*Georg Cristoph Lichtenberg*

“Se potessi vivere di nuovo la mia vita.  
Nella prossima vita cercherei di commettere più errori.  
Non cercherei  
di essere così perfetto, mi  
rilasserei di più.  
Sarei più sciocco di  
quanto non lo sia già stato,  
di fatto prenderei ben poche cose sul serio.  
Sarei meno igienico.  
Correrei più rischi,  
farei più viaggi,  
contemplerei più tramonti,  
salirei più montagne,  
nuoterei in più fiumi.  
Andrei in luoghi dove non sono mai stato,  
mangerei più gelati e meno fave,  
avrei più problemi reali, e meno problemi immaginari.

Io fui uno  
 di quelli che vissero ogni minuto  
 della loro vita sensati e con  
 profitto;  
 certo che mi sono preso qualche momento di  
 allegria.  
 Ma se  
 potessi tornare indietro, cercherei  
 di avere soltanto momenti buoni.  
 Chè, se non lo sapete, di questo è fatta la vita,  
 di momenti: non  
 perdere l'adesso.  
 Io ero uno di quelli che mai  
 andavano da nessuna  
 parte senza un  
 termometro,  
 una borsa dell'acqua calda,  
 un ombrello e un  
 paracadute;  
 se potessi tornare a vivere, vivrei più leggero.  
 Se potessi  
 tornare a vivere  
 comincerei ad andare scalzo all'inizio  
 della primavera  
 e resterei scalzo fino alla fine dell'autunno.  
 Farei più giri in  
 calesse,  
 guarderei più albe,  
 e giocherei con più bambini,  
 se mi  
 trovassi di nuovo la vita davanti  
 ”

*Jorge Luis Borges*

**De Berardinis D.: Ginecologia & Ostericia in  
 Medicina Cinese Classica, Ed. I D'O, Mo-  
 sciano S. Angelo (TE), 2007.**

Recuperando il valore dell'autentica tradizione taoista e classica sul "femminile", in questo testo, di là dal dato tecnico, l'A. ha inteso imprimere un marchio nuovo e diverso, tutto proteso ad evidenziare con precisione la riscoperta del significato profondo (ed universale) della sessualità e della maternità. La donna è un labirinto intricato e misterioso, un delicato equilibrio di Soffio e di Sangue e risente delle funzioni di Cuore, Fegato, Polmone, anche in sede pelvica, dove si annida il suo mistero, il suo marchio, la sua differenza. La donna dea della luna brillante che illumina l'oscuro aldilà, colei che conosce i misteriosi percorsi della vita, i meandri dello spirito, e presiede alle fasi di trasformazione della coscienza. Tutte le donne hanno un lato luminoso e donatore di vita (lo Yang ed il Qi) e un lato oscuro, potente e accompagnatore di ombra e di morte (lo Yin ed il Sangue). Il bacino (gupen), ed anzi tutto il basso addome (xia fu), è un "labirinto" femminile di creatività e di invenzione; è il mito dell'individuazione del senso dei percorsi. non vi sono, oggi, in lingue accessibili agli occidentali, monografie che non ci diano ricette, ma "filii" e percorsi per diagnosi specifiche e specifiche scelte dei punti. Come nelle precedenti monografie redatte per I D'O, anche in questa l'A., dopo una lunga ed esauriente premessa fisiologica, ci indica in che modo individuare e trattare le condizioni cliniche che causano amenorrea, dismenorrea, meno-metrorraggie, leucorrea, infertilità, fibromi, endometriosi, cisti ovariche, turbe gravidiche e della lattazione e sindromi climateriche gravi, persistenti o imponenti. Non ricette, ma scemi per comprendere le ricette (ovvero il ruolo specifico di Meridiani, Zang/Fu e relativi punti). Coniungendo in modo intelligente ed originale teorie sviluppatasi dal periodo Han al periodo Qing<sup>261</sup>, l'A. ci illustra in che modo vengono regolate le funzioni femminili, quali Meridiani ed Organi (e Visceri ordinari e non) vi presiedono, ed illustra l'azione di punti noti (2-3-4-6CV, 11-12-14KI, ecc.) e di altri, me-

<sup>261</sup>Dal II secolo a.C., ai primi anni del solo scorso.

no noti ma non per questo meno importanti (4LU, 14-15-16LI, 9LR, ecc.). In Oriente, in tutti i campi, compreso quello medico, il susseguirsi delle idee e dei concetti, ha prodotto scienze coerenti, operative ed originali. Ma questo solo grazie a grandi studiosi, come il Dott. De Berardinis, che con determinazione e sensibilità hanno non solo rintracciato, ma collegato e spiegato il passato, riunendolo al presente, spiegando che il labirinto è solo apparente, un gioco di specchi che può essere spezzato.

**Di Stanislao C., Corradin M., D'Onofrio T.: Note di Fitoterapia Scientifica e Energetica con Principi Occidentali, Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.**

Per fitoterapia si intende il trattamento di una malattia o uno stato patologico con piante o rimedi derivati da queste. Il termine riguarda sia l'impiego scientifico che empirico dei diversi rimedi e viene attualmente annoverato fra le cosiddette Medicine Complementari o Non Convenzionali<sup>262</sup>. Sebbene ampie e numerose siano le ricerche sui principi attivi presenti nelle diverse droghe vegetali da un esame della letteratura emerge che la maggior parte degli studi si basa su conoscenze empiriche, mai abbandonate in virtù della loro validità pratica<sup>263</sup>. Anche se oggi la frattura fra fitoterapia popolare o empirica e fitoterapia scientifica è ampia, è indubbio che per molti secoli le due visioni furono fra loro indissolubilmente legate. Non solo, ma a questo va aggiunta la semplice considerazione che la sperimentazione scientifica ha un senso solo quando si basa sulle osservazioni "empiriche" desunte dalla medicina popolare. Inoltre, molto spesso, la sperimentazione conferma quanto la medicina popolare ha sottolineato per moltissimi. In questa monografia gli AA, tenendo conto delle basi farmacologiche e scientifiche delle droghe vegetali, ne ana-

lizzano l'uso in chiave energetica, secondo il modello della Medicina Cinese. Si presentano trattamenti in relazione ai 5 Movimenti, agli Zang/Fu e alle Wubai, sia con preparati erboristici comuni (infusi, EF, TM), sia attraverso l'impiego di Oli Essenziali e Macerati Glicerici. Una lunga sezione è dedicata ai rischi di interazione con i farmaci ed un'altra alla definizione di cosmeceutici e nutraceutici provenienti dal mondo vegetale. Una ricca bibliografia completa l'opera.

**Di Stanislao C.: Sinossi clinica di Medicina Omeopatica in Dermatologia ed Allergologia, Ed. CEA, milano, 2007.**

L'architettura concettuale di questa monografia (che nella definizione di sinossi già indica il suo valore non esaustivo e non trattatistico, ma piuttosto sintetico e riassuntivo), è quello di fornire linee-guida di condotta pratica in campo dermatologico ed allergologico impiegando rimedi omeopatici. L'annotazione dei sintomi specifici, delle loro modalità e la loro gerarchizzazione conduce alla scelta del rimedio più appropriato e tuttavia, in molti casi, vi sono possibili rimedi attivi anche su individui diversi e singole patologie. Nelle schede terapeutiche L'A. procede nel modo seguente: prima scelte drenanti o relative alle problematiche psichiche, poi, risolte queste, uso di rimedi attivi sulla patologia denunciata. Nel testo L'A. ha tentato da un lato di non risultare troppo legato alla disciplina classica, dall'altro di non basarsi eccessivamente su mesmerismi e ciancerie imbonitorie pericolose e davvero poco scientifiche. L'attenzione rivolta alla biomedicina nella definizione di tipo ed eziopatogenesi delle malattie trattate, dipende dalla personale della necessità di integrare l'omeopatia con la medicina scientifica. Il libro, molto pratico, splendidamente e didatticamente illustrato, fornito di amplissima bibliografia, vuole persuadere i medici, omeopati e non, a perseguire questa direzione integrata e razionale<sup>264</sup>, rendendo più consapevoli

<sup>262</sup>Chiereghin P.: La cura delle malattie con le erbe medicinali, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2002.

Bisset .G., Wicht I. M. (Eds): Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals. A Handbook for Practise on a Scientific Basis With Reference to German Commission E Monographs, Ed. Medpharm Scientific Publishers, New York, 2001

<sup>263</sup>Murray M.T. : Tutto il corpo in piena salute, Ed. Red/Studio redazionale, Milano, 2002.

<sup>264</sup>L'omeopatia viene percepita come un sistema di cura efficace non tanto nei confronti di singole patologie, ma come un sistema che migliori il benessere generale dell'individuo. L'omeopatia agirebbe quindi sulla relazione tra il corpo e la mente e da questo punto di vista potrebbe essere assimilata alle me-

delle scelte i pazienti che spesso ricorrono, insensatamente, all'automedicazione<sup>265</sup>.

**Giordo P.: Iniziazione all'Alimentazione Terapeutica. La salute attraverso il cibo, Ed. Mediterranee, Roma, 2007.**

L'uomo ha usato il cibo a scopi non solo nutritivi ma anche terapeutici dalla più remota antichità. E tuttavia la codifica scientifica dell'impiego del cibo, in occidente, arriva con Ippocrate. Da allora si dipana un percorso, ben sintetizzato da questo libro, che, attraverso i secoli, mostra l'evoluzione del concetto di cibo per curare e dei presupposti filosofici e scientifici che ne stanno alla base, dalla teoria umorale alle moderne concezioni caloriche, approfondendo aspetti d'importanza attuale come l'alimentazione mediterranea o opinioni controverse come la sindrome da sterilizzazione di Alessiani. Nel mondo contemporaneo, l'Autore prende in considerazione, alla luce del rapporto sempre più stretto tra alimentazione e malattie degenerative, i più importanti "sistemi" nutrizionali utilizzati per le moderne "malattie del benessere" come il metodo Kousmine e il metodo Gerson. Un libro utile, attento e ben scritto, modulato e riflettuto su ogni effetto, concetto, parola, redatto con una abilità, competenza e passione davvero fuori dal comune.

**Borzacchiello P.: La felicità in tasca. La via del benessere tra medicina cinese, linguaggio del corpo e buon senso, Ed. Firenze Libri, Firenze, 2007.**

La felicità non va cercata lontano. Non ci sono corsi o trucchi magici per imparare a essere felici. Paolo Borzacchiello, riflessologo e appassionato di medicina cinese e medi-

dicine olistiche orientali, come la medicina tradizionale cinese, la ayurvedica, etc.. Si può notare, ad esempio, che David Riley, uno dei più celebrati omeopati, in una serie di lavori sull'effetto di rimedi omeopatici nelle malattie respiratorie consideri come parametro principale non il miglioramento dei sintomi specifici ma la percezione soggettiva di benessere dei pazienti. In questo nostro caso i rimedi sono collimati ai sintomi, ai disturbi e alle malattie e non al tenesse generale dell'individuo.

<sup>265</sup>Molti rimedi omeopatici sono venduti senza prescrizione in farmacia. Mi sembra importante sottolineare che questa pratica è difficilmente giustificabile sia per chi crede nella medicina ortodossa che per chi crede nell'omeopatia e nei principi di questo sistema terapeutico.

cina psicosomatica, propone al lettore un interessante percorso che abbraccia la medicina tradizionale cinese, la medicina psicosomatica, il linguaggio del corpo e il buon senso. Un viaggio ricco di sorprese che interesserà, commuoverà, diventerà e metterà alla prova ciascun lettore con una serie di "esercizi" stimolanti, alla fine del quale forse la sorpresa più grande è costituita proprio dal fatto che non ci dovrebbero essere "sorprese"... Nessun miracoloso cambiamento, nessuno stravolgimento delle nostre vite: solo uno sguardo "diverso" ai meravigliosi segnali che la vita giorno dopo giorno offre e che, purtroppo, troppo spesso tendiamo a ignorare.

**Bachelard G.: Psicoanalisi delle acque, Ed. Red/Studio Redazionale, Como, 2007.**

Saggio sull'immaginario materiale. L'autore indaga sul momento magico in cui l'immaginazione trasforma la materia "necessaria" di un elemento naturale, l'acqua, nella materia "libera" del sogno e della creazione artistica. Acqua, dunque, viva e concreta, ma tanto viva e concreta quanto le immagini dell'inconscio collettivo a cui rimanda: le ondine, il cigno di Leda, Narciso, Ofelia, Caronte, ecc. Il bisogno di ordinare tutto ciò in una rigorosa fenomenologia è proprio del Bachelard filosofo della scienza; l'intuizione geniale e la sensibilità letteraria sono del Bachelard irresistibilmente attratto dal sogno, dalla poesia, dal loro linguaggio per simboli e per metafore. Un testo di non immediata lettura, ma straordinariamente profondo ed evocativo. Contro la frantumazione del sapere accademico contemporaneo, segno di altre e forse più gravi frantumazioni dell'essere umano di oggi, questo libro è una coraggiosa, concreta proposta di unità e di integrazione.

**Dechar L. E.: Five Spirits: The Alchemical Mystery at the Heart of Traditional Chinese Medicine, Ed. Lantern Books, New York, 2006.**

Dalla "vacuità del Centro" al "radicamento degli spiriti", alle funzioni emotive legate alle differenti coscienze (Po, Hun, Zhi, Yi Shen) che albergano negli Organi e che controllano l'alchimia interna individuale. Testo redatto con

ispirata passione da una studiosa giovane ma molto attrezzata nel percorso del taoismo più profondo ed originale. Particolarmente riuscito il capitolo che sviluppa le permanenze, le virtù e i difetti morali dei Benshen a partire dalle affermazioni di Sun Si Miao, rilette in chiave moderna. Cos' lo Shen è benevolenza, lo Hun comprensione e fantasia, il Po la capacità di ricevere, lo Yi di dare una svolta direzionale, lo Zhi di dare con forza risposte individuali. Acute le citazioni ed i commenti dei classici. L'Asi è formata sotto la guida di illustri maestri, N. Wissman, J.C. Yuen e Maoshin.

**Hicks A., Hicks J., Mole P.: Five Element Constitutional Acupuncture, American Academy of Acupuncture, New York, 2006.**

I Cinque Elementi come base per una agopuntura di tipo costituzionalistico, con impiego pratico dei wushu in relazione al tipo diatesico individuale, sancito in relazione ai commenti del Sowen di Wang Bing e agli studi di Ge Hong, con tutta una serie di successive osservazioni, fino a ricerche molto recenti. L'argomento (già affrontato da Requena ed altri una ventina di anni fa), è sviluppato in modo nuovo, ampio, stimolante ed originale. Anche gli Zang/Fu sono esaminati in relazione alle 5 Trasformazioni ed assumono una connotazione affatto specifica nei confronti del controllo delle 5 Sostanze. Originale lo studio dei polsi, in relazione al flusso dinamico fra i tre settori di destra e sinistra, con controlli spiegati attraverso i Wu Xing.

**Bridges L.: Leggere il volto secondo la Medicina Tradizionale Cinese, ed. CEA, Milano, 2006.**

La Medicina Cinese, nel suo insieme, è un crogiolo di argomenti e tradizioni, che spesso sono collaterali e complementari a quelli della MTC insegnata nelle scuole di tutto il mondo, ma che la caratterizzano e la arricchiscono di sfumature particolarmente significative. Tra questi anche la diagnosi del volto, argomento che normalmente non viene affrontato nei corsi di formazione in Agopuntura, Farmacoterapia Cinese e Tuina ma che ha una storia venerata e ben documentata in Cina e può offrire un valido contributo per la formulazione di una diagnosi o, più semplicemente, per

capire meglio la natura delle persone. In questo testo, la cui edizione italiana è stata curata da G. Picozi e L. Vatrini, Lillian Bridges trasmette con entusiasmo e disponibilità tutto ciò che ha appreso dalla tradizione di famiglia e che ha integrato con svariati anni di studi e attenta osservazione. Il testo parte da una visione d'insieme e quindi analizza il volto nei suoi particolari mettendoli in relazione a segni del carattere e a possibili patologie presenti, passate e future.

**Guénon R.: La metafisica orientale, Ed, Luni, Milano, 2006.**

Questo testo riporta l'unica conferenza pubblica tenuta dall'autore alla Sorbona di Parigi nel 1925. In questo scritto Guénon sintetizza con le nozioni che, sulla metafisica, esporrà nel corso della sua opera. Ma perché "orientale"? Perché la vera idea di "metafisica", nel senso tradizionale, è andata oscurandosi in Occidente nei tempi moderni, fino a perdersi quasi completamente, e perché la sua essenza e le implicazioni metodologiche al suo accesso si possono ancora trovare esposte, in tutta la loro purezza, solo nei testi sacri dell'Oriente e nei commentari autorizzati dalla Tradizione.

**Guénon R.: Errori dello spiritismo, Ed. Luni, Milano, 2006.**

Verso la metà del secolo XIX nasce in Occidente (giacché l'America del Nord non è, mentalmente, che un prolungamento dell'Occidente) lo "spiritismo" e, a cavallo dei secoli XIX e XX, lo "psichismo", due porte aperte, con l'"occultismo", sull'abisso di quello che tradizionalmente è l'ambito della "grande illusione". Non è casuale che tali pseudo-dottrine dalle pretese più o meno scientifiche o religiose siano apparse in quest'area geografica nel periodo culminante di una confusione mentale che conseguiva all'indebolimento dell'intellettualità tradizionale. Esse sembrano concepite, infatti, per cercare di soddisfare, deviando dal loro scopo normale, le esigenze di coloro che non si accontentano di quell'illusione di conoscenza che può esser data dalla filosofia moderna e dalle "scienze" contemporanee. I fenomeni che tali pseudo-discipline prendono in considerazione non sono "inesistenti"; essi possiedono, al contrario, una loro

realtà, ma è una realtà inferiore, il cui accostamento è estremamente pericoloso per coloro che lo effettuino con la sprovvedutezza dottrinale che non può non caratterizzare la quasi totalità degli Occidentali. La causa principale di tale pericolo è la confusione dello psichico con lo spirituale; in tali condizioni il rischio che si corre è, nelle parole stesse dell'autore, "di perdersi nei tenebrosi labirinti del mondo inferiore, cosa di cui troppi esploratori temerari, nonostante i loro titoli scientifici e filosofici, ci hanno fornito il triste esempio".

**Sportelli M.: Segreti Orientali di Salute, Bellezza e Rilassamento, Ed. Xenia, Milano, 2006.**

Un branzino al tè contro il mal di testa, insalata di alghe per calmare il nervosismo, zuppa di merluzzo e spinaci per prevenire gli incubi, tisana all'artemisia per ridurre i grassi e via di questo passo. Cucina cinese e giapponese al servizio della nostra salute e della nostra bellezza. Un libro nuovo, fresco, arioso, stimolante.

**Sportelli M.: Il non agire. La filosofia cinese di Wu Wei, Ed. Xenia, Milano, 2006.**

La filosofia cinese del non agire, non implica l'inazione, ma la capacità di vivere abbandonandosi al fluire ritmico della vita. Wu wei è lo stile cinese dell'azione senza contrapposizione. Il testo analizza i fondamenti etici del Confucianesimo e del Taoismo: fare "per nulla" o fare "nulla". Con grande capacità comunitiva l'Autrice ci immerge nella consapevolezza del divenire, nella conquista della quiete della mente che sa arrestarsi e sostare, nella spontaneità della virtù esistenziale.

**Sheldrake R.: La Mente Estesa, Ed. Urra - Apogeo, Milano, 2006.**

L'autore<sup>266</sup> descrive numerosi esperimenti che hanno dimostrato l'esistenza dei campi mentali e propone ai lettori una serie di

<sup>266</sup>Rupert Sheldrake vive a Londra, è biologo e autore di numerosi saggi scientifici e alcuni libri divulgativi. Ha studiato scienze naturali a Cambridge, dove ha conseguito un dottorato in biochimica ed è stato membro del Claire College e ricercatore presso la Royal Society. Inoltre, ha studiato filosofia ad Harvard e ha collaborato con numerosi quotidiani e riviste inglesi.

progetti semplici da realizzare per investigare questioni inquietanti come le e-mail telepatiche, le chiamate silenziose agli animali e la sensazione di essere osservati. Numerosi esempi e casi di studio sono tratti dal database di Sheldrake, che raccoglie migliaia di testimonianze riguardanti storie di "percezioni apparentemente inspiegabili da parte di persone e animali". I temi trattati nel libro sono vari: dalla "telepatia per telefono" a quella degli animali, al legame psichico tra madre e figlio. Un capitolo in particolare approfondisce il tema del "potere dello sguardo" discutendo l'interpretazione data dalle diverse culture al "malocchio". Un altro capitolo riporta una serie di testimonianze di visioni e sogni, legati alla premonizione dei tragici eventi dell'11 settembre. Il libro di Sheldrake si differenzia da altri resoconti sulle capacità inspiegabili della mente umana in quanto si fonda sulla biologia e sul comportamento animale, e tratta la telepatia e le altre capacità inspiegabili come aspetti della nostra natura biologica e animale. L'esplorazione di queste capacità può portare a comprendere qualcosa in più sulla natura della mente umana e sull'invisibile legame che ci collega gli uni con gli altri e con il mondo.

**Pietra G.: Ricette naturali per crescere bene, Ed. Red/Studio redazionale, Como, 2006.**

Oggigiorno, vista la crescente percentuale di casi di obesità infantile, diventa estremamente importante che un bambino, fin dai primi mesi di vita, instauri con il cibo un rapporto sereno ed equilibrato e impari ad apprezzare gli alimenti più sani e genuini. Il libro infatti presenta una vasta gamma di ricette gustose bilanciate per un corretto apporto nutritivo.

**Sommariva S.: Leggere la mano, Ed. Fabbri, Milano, 2006.**

La chiromanzia è una delle arti più antiche di predire il futuro attraverso la lettura delle linee della mano, metodo di indagine che si basa su segni visibili e oggettivi. È una tecnica empirica e forse la meno praticata tra le arti divinatorie. Si crede infatti che i segni della mano corrispondano a un destino ineluttabile e la loro interpretazione rafforzerebbe l'idea che nella nostra vita tutto sia già stabilito e che la

volontà della persona non entri in gioco. Un libro da leggere con un pizzico di leggerezza.

**Willem J. P.: Aroma antistress. Come affrontare e superare gli stress della vita quotidiana con gli olii essenziali, Il Punto d'I-  
contro, Milano, 2006.**

Contro i numerosi stress della vita quotidiana, l'aromaterapia offre un'alternativa completamente naturale. Per ogni causa o manifestazione di stress, esistono oli essenziali che, grazie alla facilità del loro impiego, saranno un valido aiuto per affrontare i disagi della vita.

**Di Gregorio A.: L'arte del mal sottile - malati illustri per illustri opere, Ed. GPAnet, Milano, 2006.**

Thomas Mann, Primo Levi, Salvatore Satta, Gesualdo Bufalino sono solo alcuni degli scrittori che si sono occupati (dopo averlo vissuto "sulla carne") di "mal sottile". Ma anche musicisti, poeti, pittori, urbanisti trovano posto in questo splendido testo di Antonio di Gregorio, Pneumologo ad Arco di Trento ed appassionato di storia della medicina (argomento su cui tiene una rubrica fissa sulla rivista *Aria, Ambiente & Salute, Organo Ufficiale dell'AIMAR*<sup>267</sup>), che approfondisce il tema della "tubercolosi" di personaggi illustri e delle opere condizionate da tale patologia. *Tristano* (1903) di Mann, con la descrizione di una casa di cura stile impero, prelude al sanatorio descritto ne *La Montagna Incantata*. Hans Castorp, il protagonista principale de *La Montagna Incantata* osserva il sanatorio Berghof a Davos presso il quale è in cura: "mobili bianchi, pratici, la tappezzeria pure bianca, resistente, lavabile, il pavimento di linoleum pulito, le tende di lino semplici, di gusto moderno". Bianco, pratico, moderno. Sono tutti aggettivi che convincono l'immaginario del lettore circa una tipologia sanitaria di concezione progettuale moderna. Si legge ancora la descrizione delle camere e dei bagni, "rubinetti nichelati scintillavano alla luce elettrica, gettò appena di sfuggita un'occhiata al letto di metallo bianco con la coperta pulita", della sala da pranzo "costruita in quello stile moderno", dei balconi per "la cura della sdraio

... suddivisi ad ogni camera da tramezzi di vetro opaco". Tutte conferme di una tipologia sanitaria attenta nello stile al manifesto ideologico del Movimento Moderno, ma via via sempre più flessibile alle esigenze reali dell'uomo, in questo contesto ancora più pressanti. Il sanatorio di Paimio è in tal senso la sintesi più riuscita di tale equilibrio stilistico. In esso Alvar Aalto filtra i contenuti linguistici del Movimento Moderno e li piega alle esigenze dell'uomo debole. Dalla fine dell'Ottocento la tisi diventa quindi una "malattia letteraria". "Il mal sottile" popola le pagine di Mann, di Satta e di Bufalino, ma anche di Dumas, di Boito, di Gozzano, di Corazzini. E le loro storie offrono al lettore-architetto non solo un percorso alternativo sulle tracce di precise tipologie architettoniche, ma anche uno spaccato esigenziale attraverso la vita dei malati nelle strutture sanitarie di inizio secolo. Un excursus colto ed intelligente, mai noioso e che si legge con interesse.

**Argentieri S., Carrano P.: Dall'uomo nero al terrorista. Piccolo catalogo delle paure infantili di ieri e di oggi, ed. Magi, Milano, 2006.**

"Controlli qui. Io non sono mica sicuro che qualcuno non ci abbia messo dentro delle bombe." La richiesta è di Filippo, anni 8, a due agenti con i cani poliziotto incontrati all'uscita della metropolitana mentre va a scuola. Che gli guardino nello zainetto, per favore. Non sia mai che qualche kamikaze, qualche terrorista come quelli che vede la sera in tv, abbia infilato un ordigno tra i suoi libri di scuola. La storia di Filippo, bambino normale con una famiglia normale che diventa progressivamente preda del timore "irrazionale" della guerra e del terrorismo, è uno dei dodici racconti di questo bel libro scritto a quattro mani da una psicoanalista e una scrittrice, che ci presenta, in un catalogo volutamente incompleto, una galleria delle paure vecchie e nuove di cui possono "ammalarsi" oggi i nostri bambini. Dodici "casi clinici" inventati (ma che attingono a ricordi ed esperienze reali) esposti con lo schema racconto letterario/analisi professionale, i cui protagonisti sono bambini dai 4 ai 12 anni: bambini "prevalentemente sani, che in particolari

<sup>267</sup> <http://www.gpanet.it/network8.php>.

momenti di difficoltà - spiegano le due autrici - possono nutrire una paura". Benché applichi, e con notevole sapienza, gli strumenti della psicoanalisi, Dall'uomo nero al terrorista non è infatti un libro di psicopatologia infantile, ma un testo dedicato a chi vicino ai bambini ci vive, e spesso non sa come aiutarli nella "lotta interiore contro i piccoli demoni dell'inconscio". Senza contare che i terrori dell'infanzia possono sopravvivere in altra forma negli adulti, e che negare le nostre paure non aiuta né noi né i nostri figli. Anzi: affrontando l'interrogativo se le paure di oggi siano davvero diverse da quelle del passato, il libro rileva la novità di una diffusa tendenza al diniego, inscritta nella più generale crisi del ruolo degli "adulti". Con l'augurio finale di "non aver paura delle paure dei bambini, e di riuscire a essere grandi senza dimenticare che cosa vuol dire essere piccoli".

**Jaume J.: Trattato Pratico di Algologia, Ed. Red/Studio Redazionale, Como, 2006.**

L'algologia è una moderna disciplina in continuo progresso che ha per oggetto il trattamento e la cura del dolore, particolarmente di quello cronico. Questo libro, scritto da un medico esperto nel campo del dolore<sup>268</sup> e delle cure palliative, propone una gamma completa di informazioni: sul corretto approccio al fenomeno del dolore; sull'analisi di questo fenomeno; sulle diverse cure con cui combatterlo, dalla neuro chirurgia all'ipnosi.

**Schmidt S.: I fiori di Bach per curare corpo e mente. La terapia dolce adatta a tutti, Ed. Red/Studio redazionale, Como, 2006.**

Fine modulo

I Fiori di Bach sono un ottimo rimedio naturale per combattere i malesseri di stagione o i disturbi causati dallo stress. Guida al loro utilizzo e alle loro proprietà. Questo breve e

completo manuale insegna a conoscere i fiori di Bach uno per uno, vero e proprio prontuario per i più comuni disturbi. In grado di contrastare le emozioni negative e di ristabilire un sano equilibrio tra corpo e mente, i fiori di Bach sono rimedi semplici da usare e del tutto privi di effetti collaterali.

**Matrese S.: Appunti di Clinica Medica Omeopatica Costituzionale, Ed. Guna, Milano, 2006.**

In Medicina omeopatica, la diagnosi del malato è arricchita da una nozione poco utilizzata in medicina tradizionale, nei suoi risvolti clinici: quella di Costituzione (la struttura biochimica, prevalentemente ereditaria, che rende incline il paziente verso certe forme di aggressione morbosa). Questo volume è dedicato alla Medicina omeopatica costituzionale. Con un linguaggio semplice ma approfondito nella prima parte, sono presentate le principali Costituzioni, definendone i presupposti biochimici e patofisiologici. La seconda parte del testo è dedicata alla Materia Medica in cui sono descritti i più comuni medicinali omeopatici con le rispettive indicazioni cliniche. Di particolare originalità, all'interno di ogni costituzione, è l'indicazione di come adeguare la scelta del rimedio in funzione dell'evoluzione della patologia. Il libro si rivolge sia ai medici che si avvicinano per la prima volta all'omeopatia sia a chi la pratica già. Fornisce parametri di valutazione biologica, clinica e terapeutica, specie in condizioni di patologie croniche degenerative, per integrare e completare sia le conoscenze mediche accademiche che quelle omeopatiche classiche.

**Ripa S.: Argomenti di Medicina Estetica Biologica, Ed. Guna, Milano, 2006.**

Cellulite, sovrappeso e obesità, alimentazione e diete, rughe e rivitalizzazione del viso, radicali liberi e patologie endocrine. Questi gli argomenti che il medico specializzato in Medicina Estetica incontra più spesso. Con quest'opera l'Autore ha voluto trasmettere le proprie esperienze, maturate in anni di pratica quotidiana, e ha concepito il testo come uno strumento estremamente pratico e immediatamente utile. I risultati della pratica quotidiana dimostrano come in Medicina Estetica

<sup>268</sup> Jacques Jaume, medico e biologo francese, si interessa di algologia da una ventina d'anni. È membro di diverse società scientifiche internazionali, tra cui ricordiamo l'International Association for the Study of Pain (IASP), la Société d'Étude et de Traitement de la Douleur (SEID), il Collège National des Médecins de la Douleur (CNMD), la Société Française d'Accompagnement et de Soins Palliatifs (SFAP). È consulente ed esperto nel campo del dolore e delle cure palliative presso vari enti e associazioni.

sia decisamente utile l'utilizzo ragionato dell'Omotossicologia, talvolta da sola, talvolta associata alle metodiche convenzionali, senza mai perdere di vista il paziente come entità globale. Il testo è corredato da numerose tavole esplicative e suggerimenti sui cocktail di farmaci più indicati per ciascun trattamento.

**Simon Y., Nef F.: Come vincere l'anoressia (e ritrovare il piacere di vivere), Ed. L'Età dell'Aacuario, Roma, 2006.**

La società contemporanea, con i suoi modelli legati al mondo dello spettacolo e dello sport, spinge giovani e adulti verso un ideale di perfezione fisica che spesso è all'origine di gravi disturbi nell'alimentazione, con pesanti ricadute sulla psicologia e sulla capacità di relazionarsi del singolo. L'anoressia non è in senso proprio una malattia sociale, ma è senza dubbio in stretto rapporto con le idee in voga nelle nostre società del benessere e dell'apparenza. In questo agile volume lo psichiatra Yves Simon e lo psicologo François Nef illustrano uno sperimentato metodo di cura incentrato sulla capacità della persona anoressica di guarire da sola. Facendo leva sulla crescita dell'autostima e sul miglioramento del rapporto con gli altri, diventa possibile vincere l'ossessione per la dieta (alla base delle crisi di bulimia così frequenti e dannose) e normalizzare il proprio peso corporeo. Per i due studiosi le vittime dell'anoressia non sono persone passive né tantomeno ribelli, ma devono re-imparare ad accettarsi e a rispettarsi, per ritrovare la gioia di vivere in mezzo agli altri.

**Minelli E., Pagano R.: Magri e in forma per sempre, Ed. Red/Studio redazionale, Como, 2006.**

Magri e in Forma per Sempre è un manuale per ritrovare un buon rapporto col cibo e col nostro corpo: che cosa fare per raggiungere il peso-forma e mantenerlo nel tempo, mangiare in modo sano ed equilibrato, prevenire l'insorgere dei disturbi alimentari. Gli argomenti trattati: i nutrienti fondamentali: carboidrati, proteine, grassi, vitamine, fibre; sovrappeso e obesità: cause e rimedi; come, quando, quanto mangiare; alimentazione e stile di vita; pillole, beveroni, integratori, farmaci; mangiare con i cinque sensi e cucinare in modo sano; le

giuste porzioni; esercizio fisico e stile di vita: che cosa fare lontani dalla tavola.

**Trapani G., Mastroleo A.: Il nostro bambino da 3 a 6 anni. Tante proposte gustose dallo svezzamento ai tre anni, Ed. Red/Studio Redazionale, Como, 2006.**

È una guida pratica ed esauriente rivolta alle mamme e ai papà di bambini tra i 3 e i 6 anni, che troveranno una risposta alle molte domande che l'essere genitori comporta. Ricca di esempi concreti e di belle fotografie e scritta con linguaggio semplice e chiaro, l'opera completa la serie fortunatissima *Avremo un bambino* e *Abbiamo un bambino*. Questo libro va a colmare la lacuna rappresentata dalla quasi totale assenza dal panorama editoriale di opere sul bambino nella fascia d'età tra i 3 e i 6 anni. Eppure si tratta di una fase importantissima nella vita e nello sviluppo fisico, intellettuale e affettivo del bambino, in cui le competenze acquisite nei primissimi anni di vita si consolidano e si arricchiscono. Verso i 3 anni infatti il bambino acquisisce una serie di abilità che, rendendolo sempre più autonomo, favoriscono il suo distacco dai genitori e gli permettono di relazionarsi con persone estranee alla cerchia familiare, mosso anche da un'entusiastica curiosità. Questa è poi l'età in cui il bambino inizia a frequentare la scuola dell'infanzia e deve perciò imparare a rapportarsi con una nuova figura significativa come la maestra e a interagire con altri coetanei in un ambito di convivenza. La prima parte del libro, di taglio psicologico, segue passo dopo passo la crescita del bambino, indicando conquiste e difficoltà tipiche di questa età. Tra i molti temi trattati troviamo per esempio lo sviluppo del linguaggio, la funzione delle favole e delle attività creative, fra cui il disegno e la musica; la "fase del perché" e quella "del no"; i problemi di comportamento e le esplosioni di collera; la scoperta della differenza tra i sessi; le dinamiche familiari; le paure e i problemi legati al sonno; per finire con la preparazione alla scuola elementare, una tappa fondamentale perché il bambino viene introdotto all'apprendimento sistematizzato. Nella seconda parte, di argomento medico, vengono date indicazioni sugli stili di vita che favoriscono

una crescita armoniosa del bambino (dall'alimentazione più sana alle attività extrascolastiche e all'esercizio fisico più adatto per ogni età) e sono esposti in ordine alfabetico tutti i disturbi e le malattie di questa età, con indicazioni terapeutiche suggerite sia dalla medicina ufficiale sia dalle terapie naturali più efficaci. L'opera nasce dalla trentennale esperienza che Red Edizioni ha maturato nel campo dell'educazione dei bambini e del loro benessere psicofisico. Molti temi trattati sono a firma degli autori più prestigiosi della Casa editrice. Fra questi la psicologa Aurora Mastroleo e il pediatra Gianfranco Trapani, coordinatori dell'opera; Nessia Laniado, Evi Crotti e Alberto Magni, autori di libri di grande successo.

**Mendelshon R.: Bambini sani senza medicinali, Ed. Red/Studio redazionale, Como, 2006.**

Mendelsohn è un famoso pediatra ma è assai critico verso l'abitudine di portare i bambini dal medico al primo, debole, sintomo di malessere. Il testo spiega tutto ciò che i genitori devono sapere sulla crescita dei figli, dalla nascita all'adolescenza, sulla loro salute e sulle malattie e cosa fare davanti ai disturbi più comuni. Questo libro è una guida pratica e amichevole per i genitori che vogliono occuparsi con competenza e in prima persona della salute del proprio bambino. I genitori sono spesso le persone più adatte per prendersi cura della salute dei propri figli: individuano i disturbi, valutandone la gravità e agendo in modo adeguato. Scritto con estrema chiarezza, "bambini sani senza medicinali" spiega tutto ciò che i genitori devono sapere sulla crescita dei figli, dalla nascita all'adolescenza, sulla loro salute e sulle malattie. Indica che cosa fare davanti ai disturbi più comuni e di più semplice e immediata soluzione; come riconoscere i casi in cui, invece, è necessario ricorrere al medico e quelli in cui evitare terapie a volte superflue e perfino rischiose.

**Fallani M., Mulè P., Groff P., Zironi G., Binetti N.: Handbook dell'Urgenza in Medicina, Edizione aggiornata e ampliata, Ed. C.G Edizioni Medico Scientifiche, Roma, 2006.**

L'urgenza richiede un rapido processo mentale che porti a formulare in tempi stretti una dia-

gnosi e conseguentemente gli atti terapeutici più idonei. Di qui l'utilità di avere a mente, o in tasca, schemi sintetici che favoriscano tale processo. L'opera, in bilico fra sintesi e completezza, offre una guida alle possibili azioni da compiere per diagnosticare ed affrontare le patologie dell'urgenza, offrendo gli schemi di somministrazione e le indicazioni essenziali dei farmaci utilizzabili.

**Iannaccone I.: L'amico di Galileo, Ed. Sonzogno, Milano, 2006.**

Roma 1611. Nella dimora del principe Federico Cesi si riuniscono i migliori intelletti dell'epoca. In gran segreto, perché l'Inquisizione vigila. Sorveglia particolarmente Galileo con la sua nuova invenzione, il telescopio, e uno dei suoi amici, il tedesco Johann Schreck detto Terrentius, chirurgo, botanico e farmacista. La loro sete di conoscenza li ha trasformati in nemici della Chiesa. Soprattutto Terrentius, che esegue autopsie clandestine per carpire i segreti dell'anatomia umana. Sfuggito ad un agguato dell'Inquisizione e avendo saputo che in Cina sono gli intellettuali a detenere il potere, decide di partire. Ma l'Inquisizione lo segue fino a quel lontano Paese. Sinologo di fama, autore di molti libri accademici sul Periodo Ming e l'astrologia cinese, Iannaccone esordisce nel romanzo con un piglio da narratore consumato, caace di intricarci ra le cupe atmosfere della Roma papalina del XVII secolo e le intricate complessità della Città Proibita nel periodo Ming.

**Traimond J.M.: Guida Erotica al Louvre e al Museo d'Orsay, Ed. Eleuthera, Milano, 2006.**

Il Louvre e il Museo d'Orsay sono molto più rosa di quanto si creda. Tanto rosa da fare arrossire chi sa vedere. Questa guida affascinante, riccamente illustrata, beffarda e colta, elegante e sporcacciona, ci accompagna con sapiente leggerezza e senza volgari compiacimenti tra quadri ambigui, sculture sensuali, bronzi espliciti, omosessualità, incesto, pedofilia, voluttà solitarie, amplessi coniugali ed extraconiugali, palpeggiamenti e palpitazioni... Un'allegria e licenziosa via crucis fra una sessantina di opere d'arte, commentate con briosa competenza nell'arte e nell'eros e insapori-

ta da reminiscenze letterarie. A forza di incantare i visitatori del Louvre con i suoi tour scandalosi del museo, Traimond, guida anarchica e picomirandolesca, non poteva non prendere in mano la sua penna fremente. Ed ecco questo libretto squisito, indecente ma mai zotico o volgare. Ci sono sempre dei visitatori che si bloccano davanti a certi quadri cercando di scovare una "verità nascosta". Questa guida, poco ortodossa, si fa un baffo dei deliri interpretativi alla Dan Brown. Da anni, invece, propone ai turisti alcuni circuiti erotici del Louvre e ne ha appena ricavato un libro delizioso. Jean-Manuel Traimond (nato nel 1960) fa la guida in alcuni musei di Parigi dal 1990. Poliglotta, ha tradotto diversi libri e ne ha scritti quattro, oltre a questa guida: *Récit de Christiania* (1994), sul quartiere alternativo di Copenaghen dove l'autore ha vissuto alcuni anni, *Le Trésor des méchancetés*, una raccolta di aforismi micidiali, *Le Japon mal rasé*, su alcuni aspetti "impresentabili" del Sol Levante e, nel 2005, *Dissection du sadomasochisme organisé, approches anarchistes*. Le fotografie (bellissime) sono di Ernesto Timor, Parigino (è nato nel 1963) da sempre interessato a temi inconsueti<sup>269</sup>.

**Lopardi M.G.: Il Quadrato Magico del SATOR, Ed. Mediterranee, Roma, 2006.** Tra le strutture letterali palindromiche, la più famosa è probabilmente quella del "Quadrato Magico". Infatti, analogamente ad un quadrato magico numerico (la somma delle cui caselle è costante in ogni direzione), tale quadrato di lettere mostra affascinanti e complesse simmetrie. Ecco lo schema nella versione più frequente:

S	A	T	O	R
A	R	E	P	O
T	E	N	E	T
O	P	E	R	A
R	O	T	A	S

Questo celebre quadrato è formato da cinque parole di cinque lettere ciascuna. Poste una sotto l'altra, possono essere lette da sinistra a destra, da destra a sinistra, dall'alto in bas-

so, dal basso in alto, e la parola della terza riga, tenet, letta a rovescio, rimane identica. Se, poi, si scrivono tutte e cinque le parole una di seguito all'altra (rotas opera tenet arepo sator), la frase risultante può essere letta ugualmente bene anche in senso contrario, costituendo, quindi, un palindromo. Questo strano quadrato è stato rinvenuto in molti luoghi europei, sia citato in antichi testi e sia raffigurato su antichi monumenti. Numerosi studi sono stati condotti sull'origine e sul significato di questa formula. In un primo tempo si credette un'invenzione medievale, perché tutte le fonti conosciute non erano anteriori al VI secolo. Ma nel 1868, tra le rovine romane di Cirencester (l'antica Corinium), in Inghilterra, si rinvenne il quadrato graffito sull'intonaco di una casa databile tra il II ed il IV secolo d.C. Si pensò che la formula fosse stata una *cruces dissimulatae*, ovvero un artificio dei primi cristiani per adorare la croce in forma appunto dissimulata. La Lopardi ha arricchito in maniera originale e personale le ricerche sul Sator, dandone una spiegazione e un'interpretazione molto realistiche.

**Swedenborg E.: Conversazioni con gli Angeli, Ed. Mediterranee, Roma, 2006.**

*"è piaciuto al Signore aprire l'intimo della mia mente o spirito, laddove mi venne concesso di essere con gli angeli nel mondo spirituale e nello stesso tempo nel mondo naturale con le persone, e questo avviene da ventisette anni"*. Questa importante dichiarazione di Emanuel Swedenborg - scienziato, uomo di stato e veggente del XVIII secolo - è il fondamento della presente raccolta di incontri con gli angeli. Lungo tutti i ventisette ultimi anni della sua vita, Swedenborg esplorò i regni del cielo e dell'inferno e discusse con gli angeli circa la natura della vita dopo la morte, e con le entità o spiriti infernali. Come rappresentante dell'Illuminismo, Swedenborg registrò questi incontri che testimoniavano la volontà di Dio che gli esseri umani conoscessero la verità della vita eterna. I resoconti raccolti in queste pagine dagli studiosi di Swedenborg Leonard Fox e Donald L. Rose sono stati scelti dalle opere di Swedenborg *Coniugal Love*, *Apocalypse Revealed* e *True Celestial Religion* e riuniti

<sup>269</sup>Le sfaccettature del suo lavoro trovano posto sul sito [Trompe-la-mort, http://www.ernestotimor.com](http://www.ernestotimor.com)

per argomento. Libro discutibile e che certo farà discutere ma, proprio per questo, da non perdere.

**Pauli W.: Psiche e natura, ed. Adelphi, Milano, 2006.**

Per chi mastica di fisica, o ha qualche ricordo delle lezioni del liceo, Wolfgang Pauli è una delle figure più rappresentative di quel manipolo di giovani che, negli anni venti del Novecento, ha rivoluzionato la nostra concezione del mondo con una delle teorie più affascinanti, complicate e prolifiche della storia della scienza: la meccanica quantistica. Meno note, probabilmente, sono le sue vicende personali, le frequenti crisi depressive che lo portarono a rifugiarsi nell'alcool per poi cercare il conforto della psicoterapia. Fu così che agli inizi degli anni trenta Pauli prese a frequentare un altro gigante del secolo passato, quel Carl Gustav Jung che da erede designato di Sigmund Freud si era allontanato dal maestro per aprire la ricerca psicoanalitica alla storia collettiva dell'umanità. Da quell'incontro nacque un sodalizio destinato a durare un quarto di secolo, che avrebbe portato Pauli a sondare un terreno in cui nessuno dei suoi colleghi fisici si sarebbe inoltrato (almeno non così in profondità), nonostante la natura profondamente filosofica della meccanica quantistica: la possibilità di una concezione unitaria che superasse la divisione tra natura e psiche, tra mente e materia.

**Nowotny H.: Curiosità insaziabile, Ed. Codice., Milano, 2006.**

“Perché proprio adesso questa ossessione collettiva per un termine e ciò che esso suggerisce?”. Helga Nowotny, vice presidente del Consiglio europeo delle ricerche, parla del termine “innovazione”. E la domanda, che arriva nel capitolo conclusivo di *Curiosità insaziabile*, è tutt'altro che peregrina. Docente di studi sociali della scienza al Politecnico di Zurigo fino al 2002, la Nowotny esplora con profondità e competenza il ruolo della scienza e dello sviluppo tecnologico nella società di oggi, senza trascurare le inquietudini - più o meno giustificate - che attraversano l'opinione pubblica a proposito di un “nuovo” visto più come “ignoto” che come opportunità. Eppure la

nostra è, deve essere, l'era dell'innovazione. Un'innovazione che non può, secondo Nowotny, essere orientata a un determinato obiettivo, ma è piuttosto “un processo in cui viene esplorato lo spazio delle possibilità che si sta aprendo”. L'innovazione non è una formula da applicare alla prossima generazione di microchip, è la trasformazione delle conoscenze che viene partorita, spesso in modo inatteso e con conseguenze impreviste, dall'insaziabile curiosità della nostra specie. In una parola, dalla scienza, libera e senza vincoli. Senza la ricerca di base, non si può sperare nell'innovazione. Una lezione importante, per chi governerà la scienza europea nei prossimi anni. E una clamorosa smentita per chi, dalle nostre parti, voleva imbavagliare la ricerca facendo decidere l'innovazione a tavolino, dai manager.

**Okasha S.: Il primo libro di filosofia della scienza, Ed. Einaudi, Torino, 2006.**

Si è creata, negli ultimi anni e anche presso il grande pubblico, la necessità di un'analisi che andasse al di là della semplice presentazione dei risultati ottenuti nelle diverse discipline e della loro sistematizzazione, ma che andasse a indagare i fondamenti delle scienze, metodologici e ontologici, oltre ai loro rapporti con ciò che tradizionalmente era considerato extrascientifico. La filosofia della scienza è quindi decollata, proprio perché tenta di rispondere alle domande su che cos'è la scienza e su come essa funziona. L'espansione della disciplina ha però di fatto reso più complicato avvicinarsi a essa. Un manualetto breve e sintetico come questo pubblicato ora da Einaudi (ma uscito in originale nel 2002) vuole quindi essere una sorta di guida, simile ai depliant che si trovano all'entrata dei musei. Necessariamente semplice e necessariamente superficiale, in poco più di 150 pagine introduce il lettore nel mondo dell'epistemologia dalla porta principale, presentando i problemi e le posizioni che sono stati il punto di partenza novecentesco per la riflessione filosofica sulla scienza. In particolare analizza gli strumenti logici su cui la scienza si basa, con un'impostazione forse eccessivamente “classica”, che lascia da parte sviluppi recenti che sono og-

gi decisamente centrali. Comprimere l'argomento in un volumetto così denso era impresa improba, e questo libro non fa che confermarne la difficoltà. L'estrema leggibilità lo rende adatto a un vasto pubblico, tuttavia alcune semplificazioni possono risultare fuorvianti, dando un'idea antiquata e un po' stantia di un ambito di ricerca fecondo e in continua evoluzione.

**Sander A., Schwarz S.: Anatomia Pocket, Ed. CIC Internazionali, Roma, 2006.**

Questo piccolo libro è concepito come un mezzo succinto, chiaro e comprensibile per imparare velocemente l'anatomia umana normale. Esso è stato sviluppato senza onerose spiegazioni e con il materiale presentato sotto forma di dettagliate figure e testi brevi e concisi. Questo pone il lettore in condizione di apprendere meglio e di capire e memorizzare più velocemente complicate strutture anatomiche. Indispensabile anche per chi pratici l'agopuntura e le tecniche di massaggio.

**Coccollo M.F.: Guida alle terapie naturali, Ed. Riza, Milano, 2005.**

Qual è il rimedio più indicato per il mal di testa? Cosa fare in caso d'ansia o depressione? Con questo libro scopriremo una soluzione naturale per ognuno dei disturbi più comuni. Dai fiori di Bach, alle erbe officinali, dagli integratori alla riflessologia. Divulgativo ma molto serio, se ne consiglia la lettura anche agli esperti.

**Lyttleton J.: The Treatment of Infertility with Chinese Medicine, Ed. Elsevier Health Sciences, New York, 2004.**

Negli ultimi cinque anni un gran numero di lavori, anche su riviste indicizzate, indicano nell'agopuntura e nelle altre forme terapeutiche della Medicina Cinese (farmacologia, dietetica, massaggio, Qi Gong, ecc.), presidi di grande interesse per trattare l'infertilità femminile e di coppia, soprattutto quando non legata a cause note (malformative, infiammatorie, neoplastiche, ecc.). Scritto da una esperta di infertilità questo libro analizza i principi fisiologici relativi al controllo della fertilità secondo la Medicina cinese e gli schemi di trattamento, secondo i Meridiani e gli Zang/Fu, ritenuti

più efficaci in rapporto ai dati della letteratura e a esperienze più recenti. Oltre agli schemi più propri del controllo del concepimento, il libro analizza cosa fare nella prevenzione dell'aborto, del parto prematuro e per favorire un armonioso sviluppo feto-placentare.

**Balcani E.: Il linguaggio del corpo, Ed. Xenia, Milano, 2004.**

Con uno stile piacevole e discorsivo, Il Linguaggio del Corpo illustra il significato della comunicazione non verbale, la sua origine e il suo valore sul piano interpersonale. All'interno di questa dimensione, viene spiegata l'importanza e il senso di gesti, toni di voce, sguardi, contatto fisico, ecc. Dopo aver fornito questa panoramica, la Balcani, laureata in psicologia, precisa gli utilizzi che si possono fare di questa forma di comunicazione. Passa così in rassegna l'ambito amoroso, quello lavorativo, il parlare in pubblico e così via. Il manuale è completato da alcuni attenti suggerimenti per migliorare la propria comunicazione.

**Jiunus M. J.: Alchimia Verde, Ed. Mediterranee, Roma, 2004.**

La Spagirica Vegetale consiste nell'applicazione dell'Alchimia alla preparazione di tinture ed essenze ricavate dalle piante officinali. Vi è oggi un rinnovato interesse verso la fitoterapia, o cura per mezzo delle piante, e vi è pertanto nuovo interesse anche per l'Alchimia Verde, capace di trasformare le piante in sostanze terapeutiche di sicura e provata efficacia. Il libro, essenzialmente pratico, pone in grado tutti i lettori di preparare da sé le essenze e le tinture stesse, con una dettagliata descrizione delle apparecchiature all'uopo occorrenti e del relativo funzionamento. Tuttavia, la parte più affascinante dell'opera è certamente quella che esplora le basi di questa scienza, rifacendosi alla tradizione ermetica e alchemica. Si può scoprire così un mondo meraviglioso, denso di analogie e collegamenti che uniscono microcosmo e macrocosmo, astrologia e scienze tradizionali con i più recenti trovati della chimica moderna e con i farmaci della nostra epoca.

**Della Bianca L.: La Noce del Brasile. Il frut-**

**to della giovinezza, Ed. Hermes, Milano, 2004.**

Negli ultimi decenni il mondo "civilizzato" si è accorto di un particolare frutto che ha rappresentato per secoli la base dell'alimentazione delle popolazioni indigene dell'Amazzonia: la noce del Brasile o noce del Parà o noce amazzonica (questi sono solo alcuni dei nomi con i quali viene chiamate nel mondo). L'albero da cui proviene possiede caratteristiche assolutamente fuori dal comune, come spesso avviene a ciò che cresce a determinate latitudini: può vivere per secoli, raggiunge anche 80 metri d'altezza, impiega circa 50 anni prima di dare i primi frutti che hanno bisogno poi di 15 mesi per maturare, il suo ecosistema e il ciclo riproduttivo sono qualcosa di unico, dal punto di vista botanico, e affascinante. La triangolare noce marrone, che sempre più spesso troviamo sulle nostre tavole all'approssimarsi delle festività natalizie, è in realtà uno dei 12 o più semi contenuti nel vero e proprio frutto di quest'albero, somigliante a una grande noce di cocco. La polpa bianca e carnosa di tali semi-noci è una vera "bomba proteica" - una sola noce contiene una quantità di proteine pari a tre uova - priva di colesterolo, è una miniera di aminoacidi essenziali, cioè necessari al nostro corpo in quanto esso non è in grado di produrli, di vitamine - soprattutto la E - e ha la più alta concentrazione di selenio presente in natura. Quest'ultimo è un potente antiradicalico, impedisce cioè ai radicali liberi di portare troppo in avanti le lancette dell'orologio biologico delle cellule: un po' della longevità della svettante pianta amazzonica può quindi essere nostra attraverso i suoi curiosi semi! A seguito di decennali studi botanici e chimici su quest'albero e il suo frutto, testimoniati da un fiume di pubblicazioni scientifiche e da una messe di articoli su prestigiose riviste specialistiche - la bibliografia è incredibilmente vasta -, esce questo libro che è il primo a carattere divulgativo sulla *Bertholletia Excelsa* - tale il nome scientifico - e sui benefici che la sua noce può donare alla salute. Notizie inedite, curiose, botanica, chimica, ecologia (lo sfruttamento della noce del Brasile è uno dei pochi eco-sostenibili per la foresta amazzonica) e ...culinaria sono gli argomenti per far

scoprire e conoscere ai lettori quello che può diventare il nostro quotidiano integratore dietetico naturale, capace non certamente di regalarci l'eterna giovinezza, purtroppo, ma sicuramente in grado di evitarci una vecchiaia anticipata.

**Clifford F.R.: Aromaterapia in gravidanza, Ed. Pisani, Milano, 2003.**

Quello della gravidanza è di certo un momento particolare per la futura mamma, ma anche per coloro che le stanno vicino! Da qui l'invito dell'autrice a trasformare questa esperienza in una riflessione più generale sulla salute del nostro corpo; attraverso queste pagine Frances Clifford ci introduce alla filosofia dell'aromaterapia quale metodo di cura solistico, descrive l'importanza e l'efficacia degli oli essenziali per realizzare il potenziale fisico e spirituale di ogni essere umano e traccia un "sentiero aromatico" che conduce da una fase pre-natale, o addirittura pre-concepimento, fino al momento successivo alla nascita. Un supporto indispensabile per chi vuole avvicinarsi alla paternità attraverso l'aromaterapia. Frances R. Clifford pratica l'aromaterapia sin dall'inizio degli anni Ottanta. Insieme a suo marito è stata fondatrice del Bodytreats Group per promuovere la diffusione di un nuovo approccio all'uso degli oli essenziali nella pratica clinica. Vive e lavora a Londra ed è specializzata nel trattamento della cellulite, delle malattie collegate allo stress e nella terapia di sostegno per futuri genitori e coppie appena sposate.

**Goust J.: Basilico, maggiorana e origano, Ed. Pisani, Milano, 2003.**

Queste tre labiate profumate, cugine della salvia e del timo, coltivate fin dall'antichità, hanno sempre occupato un posto importante nella storia dei popoli. Solo alla fine del secolo scorso però se sono scoperti l'aroma intenso e le proprietà curative, tanto da attribuire loro perfino dei poteri magici. È ora di scoprire la lunga storia di queste erbe e di farne buone compagne di tavola.

**Guénon R.: La tradizione e le tradizioni. Scritti 1910-1938, Ed. Mediterranee, Roma, 2003.**

In questo volume è stata raccolta ed ordinata cronologicamente una buona parte degli articoli e di altri scritti di René Guénon, scelti fra quelli non ancora tradotti in lingua italiana o comunque di difficile reperimento. Nonostante la varietà dei temi in essi trattati, emerge chiaramente da queste pagine un preciso filo conduttore, che è quello della distinzione fondamentale fra la Tradizione, intesa come dottrina metafisica primordiale, e le singole forme tradizionali che da essa si sono via via originate nel tempo, come i rami di un unico grande albero.

**Sangiorgi E., Minelli E., Crescini G., Garzanti S. : Principi di Fitoterapia Clinica tradizionale, energetica, moderna, Ed. CEA, Milano, 2007.**

Questo testo nasce da alcune riflessioni nell'ambito del dibattito tra un approccio tradizionale e un approccio scientifico alla fitoterapia, nel tentativo di trovare una soluzione, per quanto temporanea, in una strada che può essere definita di integrazione tra le due metodiche. Non può infatti andare perso il ricco patrimonio presente negli erbari tradizionali e in alcuni codici interpretativi, come quelli derivanti da una lettura "energetica" dell'azione delle piante, ma va altresì riconosciuta l'importanza delle informazioni che lo studio delle singole droghe attraverso il modello scientifico ha permesso di introdurre. Per questo, il testo riporta, praticamente in ogni sua parte, una lettura e una documentazione d'uso delle piante sia da un punto di vista tradizionale sia da un punto di vista scientifico allo scopo di consentire al lettore di entrare dentro questo doppio codice interpretativo con cui, attualmente, viene letta, e spesso praticata, la fitoterapia. Così i medici e gli odontoiatri potranno trovare nel testo preziose risorse cliniche, i farmacisti si avventureranno nei molti percorsi biochimici, gli erboristi utilizzeranno maggiormente la lettura tradizionale delle piante medicinali e, insieme ai naturopati, potranno fare tesoro delle indicazioni d'uso ampiamente descritte. Il testo è chiaro, l'approccio didattico e, pur tuttavia, vi traspare la profonda competenza degli AA, tutti docenti del Corso di Perfezionamento in Agopuntura e in Medicine Non Convenzio-

nali e Tecniche Complementari della Facoltà di Medicina e Chirurgia, Università degli Studi di Milano.

**Russo L.C.: Il senso dell'azione in psicoterapia infantile, Ed. CEA, Milano, 2007.**

L'impostazione psicoterapica infantile presentata in questo libro si contraddistingue sia per il tipo di approccio sia per la conduzione terapeutica. L'attenzione terapeutica è rivolta alla persona nella sua globalità con particolare attenzione alle dinamiche che interagiscono tra i vissuti, le motivazioni e le potenzialità del bambino. L'alleanza con il bambino avviene nel rispetto e nell'accettazione dell'identità della persona e delle relative caratteristiche, favorendo l'istituirsi di una base sicura con il terapeuta. Le patologie infantili vengono affrontate secondo un intervento globale articolato in tre momenti strettamente correlati tra loro (pur avendo ognuno il proprio strumento di lavoro): la psicoterapia, il supporto parentale e la collaborazione con le strutture scolastiche ed educative. La possibilità d'integrare questi tre ambiti, favorisce una progressione terapeutica adeguata alla realtà in cui vive il bambino. La psicoterapia, il supporto familiare ed educativo necessitano di momenti di confronto e di adattamento ai nuovi obiettivi che si definiscono durante il percorso terapeutico del bambino. Il lavoro di sostegno e di counseling ai genitori e la collaborazione con le figure scolastiche ha come obiettivo primario quello di fornire un aiuto per la comprensione e l'elaborazione delle problematiche del bambino.