



AMSA

Associazione Medica per lo Studio dell'Agopuntura

La Mandorla

Fogli elettronici di medicina tradizionale e non convenzionale

Direttore

Dott. Carlo Di Stanislao

Comitato editoriale

Dott.ssa Rosa Brotzu
Dott. Maurizio Corradin
Dott. Dante De Berardinis
Dott.ssa Fabrizia De Gasparre
Dott. Paolo Fusaro
Dott. Roberto Montanari
Dott. Mauro Navarra
Dott.ssa Giusi Pitari
Dott. Emilio Simongini

© **2010 AMSA**

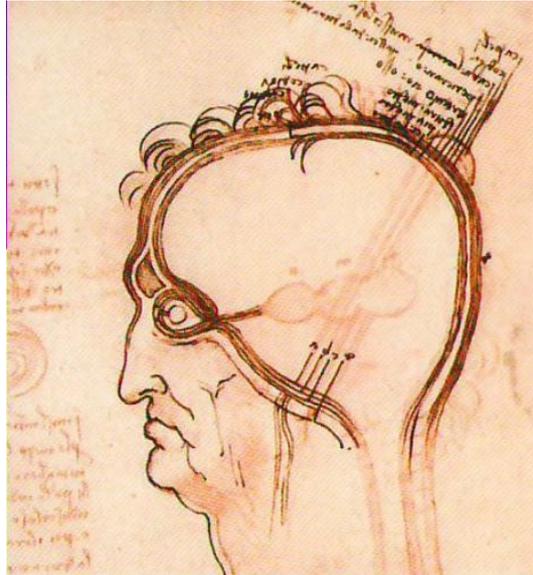
Associazione Medica per lo Studio dell'Agopuntura
Tutti i diritti riservati

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

Editoriale

- Pag. 9 **A**gopuntura e farmacologia tradizionale cinese nella patologia faringo-tonsillare
- Pag. 19 **A**gopuntura ed erboristeria nelle patologie del post-partum
- Pag. 38 **A**gopuntura nel parto e nel post-partum
- Pag. 48 **E**rboristeria cinese nei disturbi gravidici
- Pag. 75 **I**nfluenza A H1N1 e fitoterapia cinese
- Pag. 85 **F**isiopatologia del San Jiao – Meridiano Shou Shao Yang
- Pag. 105 **L**ibri da leggere e rileggere



Editoriale

Carlo Di Stanislao

c.distanislao@agopuntura.org

"Quasi tutti gli uomini vivono, fisicamente, intellettualmente o moralmente, entro il cerchio d'una parte assai ristretta del loro essere potenziale. Fanno uso d'una piccolissima parte della loro coscienza possibile e in generale delle loro risorse spirituali, più o meno come un uomo che contraesse l'abitudine di usare e muovere, del suo intero organismo, solo il dito mignolo.

Situazioni d'emergenza e crisi ci dimostrano che possediamo risorse vitali assai superiori a quanto supponessimo"

William James, lettera a Lutoslawski, 6 maggio 1906

Un recente studio ([http://www.cell.com/neuron/abstract/S0896-6273\(10\)00052-8](http://www.cell.com/neuron/abstract/S0896-6273(10)00052-8)), condotto da un gruppo di ricercatori italiani e pubblicato sulla rivista Neuron, evidenzia alcune aree del cervello il cui funzionamento potrebbe spiegare le differenze individuali nella spiritualità. La ricerca ha coinvolto l'IRCCS "E. Medea" Polo Friuli Venezia Giulia e l'Università di Udine ed è stata condotta da Cosimo Urgesi e Franco Fabbro, in collaborazione con Salvatore Maria Aglioti (Irccs Fondazione Santa Lucia e Università di Roma La Sapienza) e Miran Skrap (Azienda Ospedaliero-Universitaria Santa Maria della Misericordia di Udine). Il lavoro è stato realizzato grazie al supporto finanziario della Fondazione Cassa di Risparmio di Udine e Pordenone (Crup). I ricercatori hanno utilizzato un questionario per la valutazione della personalità (Temperament and Character Inventory - TCI, Cloninger) focalizzandosi sulla scala denominata Auto-trascendenza (Self-Transcendence - ST), che misura importanti aspetti della tendenza alla spiritualità ed è composta da tre sottoscale, vale a dire quella dell'oblio creativo di sé, dell'identificazione transpersonale e dell'accettazione dello spirituale. Elevati punteggi nella prima sottoscala sono ottenuti da individui tendenti a trascendere i confini del sé e ad immergersi in una determinata attività, ad esempio nella meditazione. Per contro, bassi punteggi in questa sottoscala, vengono ottenuti da individui molto concreti. Elevati punteggi nella seconda sottoscala sono ottenuti da individui che tendono a percepire l'universo come un intero e sentirsi come parte di un tutto. Per contro, individui con punteggi bassi in questa sottoscala tendono ad essere individualisti. Infine, soggetti con punteggi alti nella terza sottoscala tendono a credere nei miracoli e individui con punteggi bassi in questa sottoscala, invece, si basano sull'obiettività empirica. La scala di personalità è stata somministrata ad un gruppo di 88 pazienti con tumori cerebrali, prima e dopo la rimozione chirurgica della lesione espansiva che poteva coinvolgere le aree anteriori o posteriori dell'emisfero sinistro o destro. I risultati hanno mostrato che, dopo l'intervento, i pazienti con lesioni posteriori mostravano un significativo aumento dei punteggi di Auto-trascendenza. Inoltre, utilizzando specifici metodi di confronto tra sede della lesione e cambiamenti di personalità, i ricercatori hanno identificato le aree che erano maggiormente associate all'aumento di Auto-trascendenza, vale a dire le aree temporo-parietali dell'emisfero sinistro e destro. La corteccia temporo-parietale è funzionalmente coinvolta nella rappresentazione dello schema corporeo e il suo danneggiamento in pazienti con lesioni cerebrali può indurre disturbi nel senso di appartenenza del proprio corpo, come l'insopprimibile convinzione che l'arto paralizzato non appartenga a sé (somatoparafrenia). Inoltre, la stimolazione della giunzione temporo-parietale può indurre l'esperienza di essere fuori dal proprio corpo (out-of-body experience) e di poter osservare se stessi da un punto diverso dello spazio. I risultati dello studio di Urgesi e collaboratori evidenziano come la spiritualità, o almeno alcuni aspetti di essa, sia strettamente legata alla rappresentazione neurale del vissuto percettivo del proprio corpo. Nelle esperienze spirituali si assiste, infatti, ad un'estensione della rappresentazione del sé, caratterizzata da una prospettiva di trascendenza (allocentrica) e dal distacco dallo schema corporeo e dai propri contenuti mentali. Certamente una cosa che lascia sbalorditi molti scienziati è il cervello umano. A confronto con questo ammasso grigio-rosa che pesa poco più di un chilo, persino il computer più avanzato sembra primitivo. Riflettete: il cervello ci permette di ridere, piangere, respirare, comporre puzzle, fabbricare computer, andare in bicicletta e ammirare il cielo stellato con un profondo senso di meraviglia. Sarebbe ragionevole, o quanto meno coerente, attribuire tutto questo al cieco caso e all'evoluzione e a lui fenomeni che trascendono il riflettere come puro e semplice fenomeno biochimico e sinaptico? Ma va detto che oggi, come non mai in passato, la scienza sta recuperando la sua dimensione originaria, cioè quella di dar senso al mondo. La differenza, infatti, fra scienza e spiritualità non è nel fine perseguito, ma dei mezzi messi in campo. Nella prospettiva unitaria che concili metafisica e scienza, non esiste persona matura che non abbia una vita spirituale e non prenda coscienza di essere lo spazio dove la vita cerca di esprimersi. Ma poiché, secondo tutti i filosofi, diventare maturi non è e l'ampliamento della condizione che viviamo oggi (perfezione morale o armonia psichica finalmente raggiunti), ma apertura ai salti qualitativi della vita (l'analogia più adeguata è quella del feto nel seno della madre), la spiegazione non può essere solo lasciata alle Neuroscienze. Una vita spirituale come sviluppo di energia interiore costringe a ripensare il concetto di responsabilità, superando i moderni sentieri dell'autorealizzazione, grazie ai quali l'etica della responsabilità è diventata etica del successo o della riuscita individuale, in una società in cui tutti concorrono a premi e risorse sempre più scarsi (rivalità tra "fratelli" in una società senza padri). Importante è perciò tornare a riflettere, innanzitutto, sull'orizzonte e sui criteri della nuova responsabilità e non convincersi che tutto dipenda da una involontaria dote (o difetto) cerebrale. A tal proposito va rievocata (e recuperata dall'oblio) la figura di un filosofo italiano, Paolo Martinetti, che rimane pensatore di grande rilievo soprattutto in rapporto alla

critica rivolta, se pur indirettamente, ai sostenitori delle teorie positiviste. Lo spiritualismo di Martinetti prevede, in ultima analisi, una ripresa degli schemi distintivi dell'idealismo ottocentesco e delle relative formule di classificazione degli enti del mondo, in cui ciò che è cervello attiene alla ragione e alla critica, ma non necessariamente alla trascendenza e alla spiritualità. Ignorando questo, presto vi saranno studi sulla chimica ed i meccanismi dell'anima e si potrà credere di creare uomini con leggi biofisiche che prevedano anche stati elevati di coscienza decisionale e morale. Rammentandoci invece di Rudolf Hermann Lotze sarà facile verificare che "nell'azione reciproca fra anima e corpo il mistero non è maggiore di quello esistente in qualsiasi altro genere di rapporto causale; soltanto la pretesa di capire una parte di uno di essi, ci fa meravigliare di non capire nulla dell'altro". Se diamo ad ogni singola domanda la sua risposta logica, impareremo senza dubbio a comprendere che la vita psichica dell'individuo si estende molto oltre i limiti determinati dall'ingenua opinione intellettuale, per cui il cervello è l'unico centro di vita. Se invece, come fra l'altro da sempre fa la "scienza epistemica" orientale, che vede oltre al cervello altri "cuori" nel corpo, forse la nostra visione subirebbe un radicale ed utile cambiamento. Come ha scritto più di 50 anni fa Alice Bailey, la psicologia si aggira ai confini dell'invisibile, cui dà il nome di energia (nervosa, atomica, o vitale), forza, vibrazione eterica, corrente e carica elettrica, o energia liberamente vagante, chiamata libido. Tutte le scienze sembrano convergere verso questa terra di nessuno, verso l'indefinibile. Forse, quando il velo sarà sollevato, vedremo la terra promessa dei sogni e delle aspirazioni dell'uomo. Uno stato di incertezza e di attesa accompagna la sicurezza e i "fatti" della scienza moderna. La spiritualità, noi crediamo, deriva dal rifiuto della coscienza del "Sè testimone, che è la coscienza di chi giudica la realtà come un semplice riflesso della "dimensione interiore" e che vede che "l'anima, la mente, lo spiritus e l'intellectus" permettono di apprezzare fenomenicamente. Ma il vero "Io" che è fatto di parti fisiche, anemiche e spirituali, si raggiunge solo quando sia in grado di rappresentarsi il mondo nel modo più chiaro e poetico possibile. L'uomo diventa "spirituale" malgrado il suo cervello, quando giunge a questa forma di comprensione e impara a guardare il mondo come un "gioco della coscienza creativa" in evoluzione, sia nei singoli individui che nella collettività. In questo senso la nostra è una operazione senza cervello, privo di una restringente logica razionale, votata a fare di ciascuno (autore o lettore), protagonista di un cammino coscienziale e spirituale in grado di conciliarlo all'amore verso se stesso ed il mondo. Ed è quindi una operazione alchemica, poiché per gli alchimisti la spiritualità non è un valore assoluto, non è riflettere o meditare su Dio e nemmeno articolare pensieri che trascendono la materialità delle cose. Lo spirito alchemico (spiritus mercurius) è sinonimo di coscienza, per cui la riflessione degli alchimisti, artisti o filosofi, volge sul processo di evoluzione dell'istinto, della pulsione psichica e della libido naturale in autoscienza che si fa coscienza allargata con aspirazioni ed afflato universale. La scienza cognitiva è una invenzione relativamente recente. Nata nel XX secolo sulla scorta degli studi sul funzionamento del cervello, la scienza cognitiva si pone una domanda sostanziale e decisiva: "Che cos'è la mente capace di concepire un cervello capace di produrre una mente?". La domanda non è originale. Non dobbiamo pensare, come siamo soliti fare, che l'occidente moderno sia all'avanguardia in ogni campo del sapere. Anche per Leonardo, a giudicare dagli studi di anatomia del cervello, la domanda è alternativa a qualsiasi riflessione filosofica sull'esistenza di Dio e introduce un concetto cardine della filosofia naturale rinascimentale, recentemente ripresa negli studi di Maturana e Varela (L'albero della conoscenza, 1987): la mente è un fenomeno di Incarnazione dell'esperienza corporea all'interno delle strutture cognitive del cervello. Dal punto di vista neurobiologico, la ricerca e la produzione artistica si dice siano l'istante in cui all'impulso creativo si dà modo di soddisfare il bisogno della mente di esplorare zone oscure (cervello, realtà e cultura), promuovendo un processo di divinizzazione dell'uomo/coscienza poiché, più di ogni altra forma di esperienza corporea, espande la capacità della mente di manipolare rappresentazioni e simboli secondo regole formali. Ciò significa che lo sviluppo dell'intelligenza non solo è legata alla manualità, ma soprattutto all'elaborazione incessante delle parole e delle immagini in contenuti di coscienza (detti simboli). Pertanto questo sito con le sue parti sono i simboli/contenuti del nostro incessante "flusso di coscienza", che da un lato alimenta la nostra crescita, dall'altro la coinvolge nelle crescite altrui.

Bibliografia

1. Bianchi E.: Lessico della vita interiore. Le parole della spiritualità, Ed. BUR, Milano, 2004.
2. Buffardi G. (a cura di): Neurologia e psichiatria: un divorzio impossibile? Neuroscienza ed antropologia del secondo millennio. Contributo in onore di Raffaello Vizioli, Ed. Sean, Milano, 1999.
3. Curtotti D.D.: Ragione, trascendenza, libertà. Un'ontologia del "limite" e della "forma": Martinetti, Jaspers, Hersch, Pareyson, Ed. Clandestine, Roma, 2009.
4. De Palma A., Pareti G. (a cura di): Mente e corpo. Dai dilemmi della filosofia alle ipotesi della neuroscienza, Ed. Bollati Boringhieri, Milano, 2004.
5. Di Stanislao C., Di Stanislao E.: Nel cervello la spiritualità?
http://www.ilcapoluogo.com/e107_plugins/content/content.php?content.23239, 2010
6. Findlay N.J.: Il mito della caverna. La disciplina della caverna. La trascendenza della caverna (Gifford Lectures 1964-1966), Ed. Bompiani, Milano, 2003.
7. Gyatso T.: L'abbraccio del mondo. Quando scienza e spiritualità si incontrano, Ed. Sperling & Kupfer, Milano, 2008.
8. Pasqualotto G.: East & West. Identità e dialogo interculturale, Ed. Marsilio, Palermo, 2003.
9. Pasqualotto G.: Figure di pensiero. Opere e simboli nelle culture d'Oriente, Ed. Marsilio, Palermo, 2007.
10. Tejpal T.T.: L'alchimia del desiderio, Ed. Garzanti, Milano, 2009.

Agopuntura e Farmacologia Tradizionale Cinese nella patologia faringo-tonsillare

Carlo Di Stanislao

c.distanislao@agopuntura.org

Rosa Brotzu

r.brotzu@agopuntura.org

Mauro Ramundi

mauro.ramundi@alice.it

Carlo D'Ammassa

c.dammassa@agopuntura.org

Guido Bernardini

g.bernardini@agopuntura.org

"I medici bravi curano le persone sane, quelli scadenti le persone malate"
Ch'in Yueh Jen

*"Le parole sono per i pensieri quel che è l'oro per i diamanti: necessario per metterli in opera,
ma ce ne vuol poco"*
François Voltaire

Sommario Si analizzano le cause ed i trattamenti con agopuntura e formule farmacologiche tradizionali, delle patologie della gola (faringiti e/o tonsilliti), secondo la Medicina Tradizionale Cinese. Non si trascurano le suppurazioni e le cheratosi pre neoplastiche (leucoplachie). Il taglio è clinico, ma si fornisce una utile bibliografia per ogni approfondimento.

Parole chiave: faringite, tonsillite, gola, leucoplachia.

Abstract It is analyzed the causes of throat diseases (pharyngitis and/or tonsillitis) and treatments with acupuncture and traditional drug formulations, according to Traditional Chinese Medicine. Suppuration and pre-neoplastic keratosis (leukoplakies) are included. The format is clinical, but a useful bibliography is provided for further deepening.

Keywords: pharyngitis, tonsillitis, throat, leukoplakia.

Le infezioni di faringe e tonsille - comunemente indicate come infezioni alla gola o mal di gola - sono molto frequenti e nella maggior parte dei casi si risolvono da sole¹. Possono essere la manifestazione di semplici infezioni locali (faringotonsilliti) o essere l'esordio di un'infezione sistemica come la scarlattina (quando l'agente causale è *Streptococcus pyogenes* che elabora l'eritrotossina) o la mononucleosi (nel caso del virus di Epstein-Barr). Gli agenti eziologici più frequenti nelle faringotonsilliti sono i seguenti²:

- virus, responsabili per circa il 70 per cento dei casi, in particolare Rhinovirus e Coronavirus;
- batteri, specialmente *Streptococcus pyogenes* (β -emolitico) di gruppo A e *Streptococcus* β -emolitico di gruppo C; in anziani e bambini piccoli anche l'*Haemophilus influenzae* può essere responsabile;
- altri germi, quali *Mycoplasma* e *Chlamydia pneumoniae*, sono responsabili per meno del 2 per cento dei casi.

Le forme possono essere acute e croniche, faringee, tonsillari o combinate³. Di solito le forme croniche sono una complicanza delle acute, con persistenza della flogosi favorita da inquinamento individuale (fumo di sigaretta) o ambientale (smog). Un'altra frequente complicanza, ma di natura immediata, è la suppurazione: diffusione degli streptococchi in altri siti (con conseguenti otiti, sinusiti, mastoiditi) e alla formazione di ascessi para-retrofaringei e peritonsillari. Una complicanza tardiva, invece, non suppurativa e a patogenesi immunitaria, si può verificare a 15-30 giorni dall'episodio acuto, con reumatismo articolare acuto, glomerulonefrite acuta, orticaria cronica, psoriasi guttata o eritema nodoso. La sintomatologia delle forme è caratterizzata da febbre di solito elevata ($>39^{\circ}\text{C}$), brividi, anoressia, mal di gola (faringodinia), linfadenopatia laterocervicale. La faringite cronica è un'affezione a lungo decorso che evolve in tre fasi distinte: catarrale, ipertrofica e atrofica. La faringite cronica catarrale è caratterizzata da una lieve congestione della mucosa e dall'ipertrofia (cioè ingrossamento) delle ghiandole che producono il muco: la faringite cronica ipertrofica si differenzia da quella precedente per una minore congestione della mucosa e un maggiore ingrossamento delle ghiandole. Infine, la faringite cronica atrofica, frequente soprattutto nelle persone anziane, è caratterizzata da una riduzione (atrofia) sia di tutti i costituenti della mucosa, sia della porzione muscolare; la parete posteriore della faringe si presenta pallida, liscia e asciutta, a volte ricoperta anche da materiale crostoso aderente. Le forme croniche possono indurre tosse cronica, secchezza del retrobocca o essere asintomatiche. Tosse e necessità di raschiare la gola sono frequenti soprattutto al mattino, per rimuovere il muco raccolto durante la notte, ma più spesso le forme sono asintomatiche a favoriscono frequenti riacutizzazioni, con dolori in punti molti precisi della gola. Le tonsilliti croniche possono essere conseguenza di ripetuti episodi di tonsillite acuta con sintomatologia più attenuata e manifestandosi in modo attenuato, passare inosservata, causando un focolaio permanente di infezione dal quale per disseminazione nell'organismo di germi o tossine possono avere origine gravi malattie generali come il reumatismo articolare o cardiaco, danni ai reni, febbricole persistenti, ascessi peritonsillari; ma anche cartarro tubarico, ritardo nell'accrescimento, palato

ogivale, voce nasale e disturbi all'articolazione tempo-mandibolare^{4 5 6}. Lo stato di flogosi persistente oltre ad altri agenti favorenti (fumo, alcool, materiale protesico), può dar luogo a leucoplachie (o leucocheratosi) del retrobocca o diffuse del cavo orale, caratterizzate da placche bianche che si formano a causa di una eccessiva ed anomala cheratinizzazione dell'epitelio e in alcuni casi da un ispessimento distrofico di alcuni strati esterni o dello strato spinoso dell'epitelio stesso ed è classificata tra le lesioni precancerose, ovvero tra le anomalie di crescita cellulare che possono evolvere in neoplasie maligne^{7 8}. La terapia biomedica si avvale di antinfiammatori, anestetici locali e, nelle forme batteriche, di antibiotici dopo esame colturale ed antibiogramma. Le forme immunitarie tardive abbisognano di terapie corticosteroidi o con altri immunosoppressori (Ciclosporina A, ad esempio)^{9 10}. In caso di leucoplachia o leucocheratosi o si opera un curettage chirurgico o il calcipotriolo topico^{1 11}. In Medicina Cinese (Zhong Yi 中醫), la gola si considera sotto il controllo dei Meridiani di Polmone (手太陰經肺), Rene (足少陰經腎), Stomaco (經陽明足胃) e Cuore (手少陰經心)^{12 13 14} e, come tutta la bocca¹⁵, in relazione con l'Organo (Zang 藏) Milza-Pancreas (Pi 脾)¹⁶.
¹⁷. Fra i Meridiani Curiosi (Qi Qing Ba Mai 奇經八脈) sono in relazione con la gola Yin Wei (陰維) e Yin Qiao (陽蹻), Ren Mai (任脈), Du Mai (督脈) e Chong Mai (衝脈)^{18 19 20 21 22}. Secondo l'attuale orientamento dei clinici^{23 24 25}, si è soliti distinguere forme faringee e tonsillari e forme acute e croniche, con una sezione a parte per ascessualizzazioni tonsillari e discheratosi precancerose.

Faringite acuta

I perversi esterni invadono la gola (Strato Wei e livello Tai Yang) con blocco dei Meridiani Principali e Secondari (Jing Luo 經絡)²⁶. A seconda della reattività individuale (indipendentemente dalla causa), si avranno o forme Vento-Calore (con lingua rossa e secca, polso rapido e superficiale), o Vento-Freddo (con polso lento o regolare, induido abbondante e chiaro, rinorrea acquosa) o Vento-Umidità (con polso scivoloso e lingua con induido aderente, grigio-giallastro e sottile)²⁷. Nel primo caso, in agopuntura, si useranno i punti 4-11LI, 13BL, 10LU e 17SI in dispersione. In caso di Vento-Freddo (per lo più forme virali senza sovrapposizione batterica) le moxe sui punti 14GV, 13BL, 9LU o anche, secondo lo Shang Han Lun, le tecniche di sudorificazione con puntura di 1 e 2 RT e in tonificazione di 9 e 10LU²⁸. Invece per la presenza di Umidità (con congestione ed edema evidenti all'esame obiettivo) i punti 6TB, 18LI, 13BL e 2PC con aghi più coppette o, se il Calore non è molto forte (febbre non elevato, polso non troppo rapido, occhi non troppo arrossati), anche aghi e moxe^{29 30}. In farmacologia³¹ per il Vento-Calore Yin Qiao San, per il Vento-Freddo Gui Zhi Tang e per l'accumulo di Flegma Jin Deng Shan Gen Tang. La prima è tratta dal classico Wen Bing Tiao Bian ed è così composta³²:

- Jin Yin Hua (flos Lonicerae japonicae)...9-15g
- Lian Qiao (fructus Forsythiae suspensae)...9-15g
- Jie Geng (radix Platycodi grandiflori)...3-6g
- Niu Bang Zi (fructus Arctii lappae)...9-12g
- Bo He (herba Menthae haplocalycis)...3-6g
- Dan Dou Chi (semen Sojae praeparata)...3-6g
- Jing Jie (herba seu flos Schizonepetae tenuifoliae)...3-6g
- Dan Zhu Ye (herba Lophatheri gracilis)...3-6g
- Xian Lu Gen (rhizoma Phragmitis communis recens)...15-30g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3-6g

In caso di aneressia e stipisi si aggiungono Gua Lou Ren (Trichosanthes semen) e Tian Hua Fen (Trichosantes radix). In caso di suppurazione si aggiungono Da Qing Ye (Baptista tinctoria) e Pu Gong Ying (Taraxacum vulgare). Se predomina il Vento (vellichio faringeo e stato di agitazione) si associano Jing Jie (Schizonepeta radix) e Fan Feng (Ledebouriellae radix). Usata per il Vento-

¹ È un analogo della Vitamina D3, di cui si ignora l'esatto meccanismo d'azione. Studi in vitro hanno mostrato che gli analoghi della Vitamina D3 riducono la proliferazione ed inducono la proliferazione dei cheratinociti, e presentano significativi effetti immunomodulanti, ma non esistono dati conclusivi riguardo all'apoptosi.

Freddo, Gui Zhi Tang è una formula classica dello Shang Han Lun di Zhang Zhong Jing, così composta³³:

- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...9g
- Shao Yao (radix Paeoniae)...9g
- Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens)...9g
- Da Zao (fructus Zizyphi jujubae)...12 pezzi
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g

Nelle forme con Vento e Umidità (o Flegma 濕), si usa, come detto, Jin Deng Shan Gen Tang o, più spesso, Qing Qi Hua Tan Wan, che elimina il Flegma commisto a Calore, calma febbre, dolore e tosse, è tratta dall'Yi Fang Kao ed ha la seguente composizione:

- Dan Nan Xing (pulvis Arisaemae cum felle Bovis)...45g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...45g
- Gua Lou Ren (semen Trichosanthis)...30g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...30g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...30g
- Xing Ren (semen Pruni armeniacaе)...30g
- Zhi Shi (fructus immaturus Citri aurantii)...30g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...30g

In caso di accumulo abbondante di Flegma con lingua con indumento grassoso³⁴ e polso molto scivoloso³⁵, si aggiungono Tian Hua Fen (Trichosanthes radix); in caso di urine scarse e cariche (Umidità-Calore che invade l'organismo) Hua Shi (Talcum) e Sheng Di Huang (Rehmanniae radix) e, per feci secche e disidratate (l'Umidità-Calore invade gli Intestini - Chang Shi Re 腸濕 暑), Da Huang (radix et rhizoma Rhei) e Mang Xiao (Mirabilium).

Tonsillite acuta

Riconosce le stesse cause, la stessa patogenesi e i medesimi trattamenti visti per le varietà Vento-Calore e Calore Umidità delle faringiti acute. Molto spesso, tuttavia, i perversi sbarcano verso Polmone e Stomaco, scorrendo nei Meridiani e invadendo, come Calore, gli Organi corrispondenti. Avremo in questi casi febbre severa, dolore alla gola molto intenso, alitosi, sensazione di gonfiore toracico e gastrico, stipsi ostinata, grande sete. Patognomica la linfoadenopatia laterocervicale molto evidente. In questi casi occorre trattare in dispersione i punti 45ST, 11LU, 12CV, 9ST ed usare la formula Wu Wei Xiao Du Yin, tratta dal Yi Zong Jin Jian e così composta:

- Jin Yin Hua (flos Lonicerae japonicae)...9g
- Pu Gong Ying (herba Taraxaci mongolici cum radice)...3.6g
- Zi Hua Di Ding (herba cum radice Violaе yedoensis)...3.6g
- Ye Ju Fa (flos Chrysanthemi indici)...3.6g
- Zi Bei Tian Kuei (herba Begoniae fimbriatipulatae)...3.6g

In caso di febbre elevata con obubilazione del sensorio, viso arrossato, caruncola lacrimare iperemica, insonnia, incubi, soprattutto in individui giovani di costituzione Fuoco, la causa è Calore nel Meridiano del Cuore ed il trattamento si avvale dei punti 14GV, 14BL, 3-5-8PC, in dispersione. In farmacologia³⁶ si usa Huan Lian Jie Du Tang, che cura l'infiammazione, combatte la febbre e placa l'agitazione, conciliando il sonno. Tratta dal testo Wai Tai Bi Yao, essa è così composta:

- Huang Lian (rhizoma Coptidis)...9g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...6g
- Huang Bai (cortex Phellodendri)...6g
- Zhi Zi (fructus Gardeniae jasminoidis)...6-12g

Se usata per più di 2 settimane può nuocere allo Yin ed esaurire i Liquidi. In soggetti costituzionalmente Yin (deboli, astenici, di piccola statura e complessione gracile), è bene aggiungere Zhi Mu (Anemarrhenae asphodeloidis rhizoma); Mai Men Dong (Ophiopogonis japonici tuber) e Tai Men Dong (Asparagi cochinchinensis tuber). In caso di secchezza interna con stipsi ostinata o feci caprine e polso sottile, con lingua secca e screpolata, si aggiunge radix et rhizoma Rhei (Da Huang), amaro e freddo e che si indirizza verso Cuore, Grosso Intestino, Stomaco e Fegato³⁷.

Ascesso tonsillare

Si deve a Calore Tossico e si associa a lingua rosso viva, secca, e polso molto rapido. Si trattano i punti 14GV, 2LR, 11LI, 6TB, 18LI, 10LU e si impiegano le formule Qing Yan Li Ge Tang o Xian Fang Huo Ming Yin. La prima ha come imperato l'Arctium lappa, con acido caffeico e azione battericida sui Gram positivi. La seconda (più spesso preferita), è tratta dal Jiao Zhu Fu Ren Liang Fang, come variante di una formulazione dello Jin Gui Yao Lue Fang Lun -金匱要略方論- di Wang Shu He -王叔和集- ed ha questa composizione:

- Jin Yin Hua (flos Loncerae japonicae)...9g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3g
- [Zhe Bei Mu](#) (bulbus Fritillariae thunbergii)...3g
- Tian Hua Fen (radix Trichosanthis kirilowii)...3g
- Dang [Gui](#) (radix Angelicae sinensis)...6-12g
- Chi Shao (Radix Paeoniae rubrae)...3g
- [Ru Xiang](#) (gummi Olibanum)...3g
- Mo Yao (Myrrha)...3g
- Fang Feng (radix Ledebouriellae divaricatae)...3g
- Bai Zhi (Radix Angelicae dahuricae)...3g
- Chuan Shan Jia (squama Manitis pentadactylae)...3g
- Zao Jiao Ci (spina Gleditsiae sinensis)...3g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...9g

In caso di stipsi ostinata, con febbre persistente e suppurazione molto evidente usare la formula Da Huang Mu Dan Pi Tang, tratta dal Jin Gui Yao Lue (金匱要略) di Zhang Zhong Jing^{38 39} e così composta:

- Da Huang (radix et rhizoma Rhei)...12g
- Mang Xiao (Mirabilitum²)...9-12g
- Mu Dan Pi (cortex Moutan radices)...3g
- Tao Ren (semen Persica)...9-15g
- Dong Gua Ren (semen Benincasae hispidae)...15-30g

Se l'ascesso è retrotonsillare con dolore vivo, è utile Wu Wei Xiao Du Yin (vista sopra), con aggiunta di Zao Jiao Ci (spina Gleditsiae sinensis), Da Huang (radix et rhizoma Rhei) e Mang Xiao (Mirabilitum)⁴⁰. In questi casi utile pungere i punti extra Shixuan-Jing Wai Qi Xue 經外奇穴- (posti alle estremità delle 10 dita delle mani, al centro dei polpastrelli, secondo l'asse longitudinale³), con Chize (5LU), Hegu (4LI), Taichong (3LR) e Zu Sanli (36ST)^{41 42 43 44}.

Faringite cronica

Si deve a due cause: o Vuoto di Yin o Stasi di Qi (氣) e Xue (血) per la presenza di Flegma. La prima condizione è più tipica di donne con varie gravidanze o numerosi aborti nella storia clinica; oppure di soggetti con malattie croniche e defedanti o sottoposti a lunghe terapie

² Da aggiungere alla fine della decozione.

³ Sono punti molto dolorosi e da riservare agli adulti e alle forme severe, con febbre così alta da perturbare lo stato di coscienza.

farmacologiche. La seconda di soggetti diabetici o con sindrome metabolica⁴ o sovrappeso, oppure francamente obesi. Il Vuoto di Yin è contrassegnato da dolore alla gola ben localizzato in un punto, secchezza delle fauci, sensazione pomeridiana e serale di febbre, disturbi del sonno, lingua secca e rossa, polso fine e rapido. In agopuntura usare in forte tonificazione i punti 6SP, 3KI, 5PC, 8TB e 17LI o, in caso di soggetti anziani, lo Yin Qiao Mai e cioè 2-6-8KI e 8SP con 22CV⁴⁵. In farmacologia la formula che nutre la Yingqi (營氣) e chiarifica il Calore Vuoto del Polmone, Yang Ying Qing Fei Tang. Essa è tratta dal Chong Lou Yu Yao ed ha questa composizione:

- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...6g
- Xuan Shen (radix Scrophulariae ningpoensis)...4.5g
- Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonici)...3.6g
- Chao Bai Shao (radix Paeoniae lactiflorae praeparatae)...2.4g
- Mu Dan Pi (cortex Moutan radices)...2.4g
- Bai Mu (bulbus Fritillariae)...2.4g
- Bo He (herba Menthae haplocalycis)...1.5g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...1.5g

A cicli di 15 giorni con intervalli mensili, è usata nei fumatori per prevenire neoplasie di bocca e gola. La varietà Stasi da Flegma, si contrassegna per dolore puntorio alla gola, presenza di pseudomembrane al retrobocca, nausea e perdita di appetito, indurimento e tache purpuriche alla lingua, polso scivoloso. Si impiegano i punti (meglio se con aghi e moxa) 9LU, 13BL, 17LI, 40ST, 7PC e la combinazione delle formule Er Chen Tang e Si Wu Tang, con aggiunta di Xuan Fu Hua (Inulae flos) e Hua Ma Ren (semen Cannabis sativae), che non contiene alte dosi di cannabinoidi⁵, ma può provocare perdite vaginali, nausea e diarrea⁴⁶.

Tonsillite cronica

Si deve a persistenza dei patogeni in soggetti con deficit di Qi e più propriamente di Weiqi (衛氣), con intenso pallore, astenia e facile stancabilità, sudorazione al minimo sforzo, aspetto linfatico, costituzione Metallo. La lingua è pallida ed il polso debole o senza forza, soprattutto al "pollice" di destra⁴⁷. In agopuntura si deve incrementare il Polmone con aghi e moxe su 1-2-9LU, 12CV e 13BL e disperdendo il 12ST. Oppure, in base al Ling Shu (針灸) cap. 33, attivare il Mare dell'Energia (Qi Hai) con i punti 10BL, 9ST e 17CV^{48 49 50}. Secondo una visione della Medicina Toista, si può usare, per incrementare lo Yang, il Distinto Polmone-Grosso Intestino e, pertanto, pungere 11LI, 5LU, 17LI, a destra nell'uomo e sinistra nella donna, più 22GV⁵¹. In farmacologia si impiega la formula, vista sopra per faringiti croniche da Vuoto di Yin, Yang Ying

⁴ La sindrome metabolica o da insulinoresistenza è presente in quasi la metà degli individui anziani ed è associata a dislipidemia, ipertensione, insulinoresistenza/intolleranza al glucosio/iperglicemia e adiposità viscerale. Studi recenti dimostrano che sta aumentando anche fra i giovani in sovrappeso. Si veda: http://it.health.yahoo.net/p_special.asp?id=11424&c=39&s=14.

⁵ Nel corso del XIX secolo la medicina occidentale la adottò come farmaco per la sua efficacia antiemetica, analgesica e anticonvulsiva ed era comune trovarla nelle farmacie sia in Europa che in America. In Europa i francesi (soprattutto le classi intellettuali) furono i primi che a partire dalla metà del 1800, periodo di grandi letterati quali Gautier, Baudelaire, Dumas, ecc., iniziarono ad usarla come inebriante. Nello stesso periodo negli Stati Uniti i medici svilupparono un grande interesse per questa pianta tanto che nel 1860 fu istituito un Comitato per la Cannabis Indica della Ohio State Medical Society, la quale riferiva sulle sue applicazioni terapeutiche. Tra il 1840-1890 furono pubblicati più di 100 articoli per raccomandare questa pianta per vari disturbi. A cavallo tra il XIX e XX secolo il grande entusiasmo iniziale nei confronti di questa pianta ad uso terapeutico iniziò a smorzarsi. Infatti soprattutto in America (e a seguire in Europa) le industrie farmaceutiche iniziarono a rivolgersi verso i derivati dell'oppio come anticonvulsivi e antidolorifici e verso le sostanze sintetiche quali l'aspirina ed i barbiturici. Conseguentemente non avendo più il supporto della classe medica iniziò una vera e propria lotta contro questa pianta che finì con la messa al bando, sino alla cancellazione, nel 1942, dalla U.S. Pharmacopea americana. In Europa la sorte fu la stessa. L'avvento del regime fascista portò alla messa al bando della marijuana e dell'hashish considerato "nemico della razza" e "droga da negri" anche se all'epoca nel nostro paese erano ben poco usate se non prevalentemente a scopo di ricerca. Negli ultimi decenni però, lo studio e la ricerca verso questa pianta ed i suoi derivati si sono intensificati, anche se le legislazioni di parecchi paesi rimangono molto rigide riguardo il suo utilizzo. Nei Paesi Bassi, dove l'industria della cannabis è in qualche misura tollerata, esistono svariate aziende che offrono in vendita semi (legali anche in Italia in quanto non contenenti THC) di razze differenti, ognuna con le proprie caratteristiche specifiche e il proprio corredo genetico. Si veda anche: <http://www.semitalia.it/>.

Qing Fei Tang, a cui si aggiunge Shi Gao (Gypsum fibrosum) in caso di spiccata alitosi e Zhi Mu (Anemarrhenae asphodeloidis rhizoma), Shi Hu (Dendrobii herba) e Yu Zhu (Polygonati odorati rhizoma), per grave secchezza del retrobocca. Molto spesso le forme tonsillari croniche favoriscono crisi acute di tutto il retrobocca o possono costituire, come visto, focalità cutanee (eritema nodoso, orticaria, psoriasi guttata) molto importante. In questi casi si afferma che la carenza di Wei qi determina ingresso di “perversi” con Stasi del Sangue. In agopuntura si useranno aghi e moxe su 14GV, 5TB, 18LI, 7PC, 17BL, 6SP e in farmacologia la formula recente Huang Qi Gui Zhi Wu Wu Tang, così composta:

- Huang Qi (radix Astragali membranacei)...12g
- Bai Shao Yao (radix Paeoniae)...9g
- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...9g
- Sheng Jiang (rhizome Zingiberis officinalis recens)...12g
- Da Zao (fructus Jujubae)...12 pezzi

Leucoplachie

Le cheratinizzazioni preneoplastiche del cavo orale e/o del retrobocca, si debbono o a Vuoto di Yin o a Stasi di Qi di Fegato che, causando Fuoco interno, provocano consumo di Liquidi (津液) e di Jing (精). Nel primo caso avremo forme più lente e progressive, nel secondo più rapide ed infiltrative ed anche più precoci come età di insorgenza. Nel primo caso, inoltre, avremo arrossamento degli zigomi con teleangectasie, vampate di calore, ronzii e vertigini, con polso fine e rapido e lingua secca e arrossata. Nel secondo cefalea, puntate iperensive, ansia, angoscia e collerosità, polso teso e lingua arrossata sui bordi, di più a sinistra. Nel primo caso useremo come punti 3KI, 3LR, 6SP, 8-16TB e nel secondo 2LR, 34GB, 6PC, 10BL, 16TB. Tuttavia, in tutte e due i casi, occorre alternare questi schemi con altri che controllando la Zhengqi (Energia Corretta 正氣) prevengano la progressione verso il cancro. Secondo il Da Cheng è utile lo schema, con aghi e moxe, 43BL, 6CV e 36ST⁵². Per preservare il Jing, soprattutto negli anziani, utile attivare la Yuanqi (原氣) attraverso i Meridiani Curiosi. Per il Vuoto di Yin o Yin Qiao (in portatori di insonnia e problematiche respiratorie croniche, con 6-8KI e 22CV) o Yin Wei (in soggetti con cefalea, ansia, depressione e nevrosi cardiaca, con 9KI, 6PC e 22CV). Nella Stasi di Qi il Chong Mai (turbe endocrinologiche, dispepsie, con 4SP, 4CV, 30ST e 23CV); il Ren Mai (disturbi ginecologici, respiratori e digestivi con forte depressione, con 2CV e 7LU) o il Du Mai (ansia, agitazione e dolori rachidei diffusi, con 1GV, 3SI e 14GV). In tutti trattare (per sostenere il Jing attraverso i Liquidi) pungere il 38GB (Yangfu)⁵³. Circa la farmacologia per il Vuoto di Yin o Zou Gui Wan o Da Bu Yin Wan e per la Stasi di Qi con Fuoco Xiao Yao San⁶ più Ban Xiao Hou Po Tang⁷ e con l’aggiunta dei rimedi Sheng Di Huang (Rhemannia radix), Tian Hua Fen (Trichosanthis kirilowii radix) e Mu Dan Pi (cortex Mouton radidis).

⁶ Tratta dal Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang e con questa composizione:

- Chai Hu (radix Burpleuri)...30g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...30g
- Bai Shao (radix Paeoniae lactiflorae)...30g
- Bai Zhu (rhizome Atractylodis macrocephalae)...30g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...30g
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis praeparatae)...15g

⁷ Tratta dal Jin Gui Yao Lue e così composta:

- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...9-12g
- Hou Po (cortex Magnoliae officinalis)...9g
- Fu Ling (sclerotium Poiae cocos)...12g
- Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens)...15g
- Zi Su Ye (folium Perillae frutescentis)...6g

Bibliografia

- ¹ Scaglione F. (a cura di): Faringotonsillite. Aspetti medici, economici e sociali, Ed. UTET, Torino, 1999.
- ² Cavazzani M., Uras P.: Le flogosi rino-faringo sinusali, ed. Piccin Nuova Libreria, Padova, 2000.
- ³ Maurizi M.: Sindromi e malattie otorinolaringoiatriche. Basi anatomo-funzionali, patologiche e cliniche, Ed. Piccin Nuova Libreria, Padova, 2001.
- ⁴ Deodato F., Di Stanislao C., Giorgetti R.: L'articolazione temporo-mandibolare, Ed. CEA, Milano, 2005.
- ⁵ Lagrasta M., Lagrasta U., Lagrasta N.: Patologia infettivo-ostruttiva del distretto faringeo. Nuove strategie diagnostico-terapeutiche, Ed. SEE, Firenze, 2002.
- ⁶ Valenza V.: L'apparato buccofaringeo e le strutture ad esso correlate, Ed. Medical Book, Milano, 1998.
- ⁷ Laskaris G.: Malattie del cavo orale, Ed. UTET, Torino, 1997.
- ⁸ De Luca M.: Streptococcus mutans. Aspetti strutturali, biologici e il suo ruolo patogeno nel cavo orale, ed. Euroma La Goliardica, Roma, 1988.
- ⁹ Spinelli C.: Tumefazioni e malformazioni del collo in età pediatrica. Diagnosi, terapia medica e chirurgia, Ed. Piccin Nuova Libreria, Padova, 2006.
- ¹⁰ Zanussi C.: Terapia medica pratica, con CD Rom, Ed. UTET, Torino, 2002.
- ¹¹ British National Formulary: Guida all'uso dei farmaci, IV Ed., Ed. Lavis-AIFA, Roma, 2007.
- ¹² Yu-Ji W.: Applied Channel Theory in Chinese Medicine Wang Ju-Yi's Lectures on Channel Therapeutics, Ed. Eastland Press, Seattle, 2008.
- ¹³ Cheng X.: Chinese Acupuncture and Moxibustion, Ed. Foreign Languages Press, Beijing, 1999.
- ¹⁴ Ding L.: Acupuncture. Meridians Theory and Acupuncture Points, Ed. Foreign Languages Press, Beijing, 1992.
- ¹⁵ Kuryiama S.: The Expressiveness of the Body and the Divergence of Greek and Chinese Medicine, ed. Zone Book, New York-London, 1999.
- ¹⁶ De Berardinis D., Di Stanislao C., Corradin M., Brotzu R.: Organi e Visceri in Medicina Cinese. La fisiologia, la clinica, la terapia, Ed. Sanli-Bimara, Roma, 1992.
- ¹⁷ Eisenberg D., Wright T. L.: La via della medicina cinese, Ed. Astrolabio Ubaldini, Roma, 1986.
- ¹⁸ Maciocia G.: The Channels of Acupuncture Cards: Clinical Use of the Secondary Channels and Eight Extraordinary Vessels, Ed. Churchill Livingstone, London-New York, 2006.
- ¹⁹ Corradin M. Et al.. Meridiani e Visceri Curiosi, ed. AMSA, Roma, 2001.
- ²⁰ Andrès G. et al.: Meridiens Extraordinaires, Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1987.
- ²¹ Matsumoto K., Birsch S.: Extraordinary Vessels, Ed. Paradigm Publication, Seattle, 1986.
- ²² Rozeg J.: Voix Merveilleuses, Ed. Masson, Paris, 1984.
- ²³ Maoshin N.: Secrets of Self-Healing: Harness Nature's Power to Heal Common Ailments, Boost Your Vitality, and Achieve Optimum Wellness, Ed. Avery Trade, New York, 2008.
- ²⁴ Maciocia G.: La Clinica in Medicina Cinese, ed. CEA, Milano, 1995.
- ²⁵ Cygler B.: La tete e le cou, ed. Guy Tredaniel, Paris, 1987.
- ²⁶ Di Stanislao C., Corradin M., De Berardinis D., Gatto R.: Patologia dei Quattro Strati, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_1998/4_strati.htm, 1998.
- ²⁷ Auteroche B., Navailh P.: La diagnosi in Medicina Cinese, Ed. Edi-Èrmes, Milano, 1986.
- ²⁸ Colin D., Barry A.: Tout sur l'Acupuncture, Ed. BA, Paris, 1990.
- ²⁹ Di Stanislao C., Brotzu R.: Manuale Didattico di Agopuntura, Ed. CEA, Milano, 2008.
- ³⁰ De Villadorata M., Cotè B.: Acupuncture en Médecine Clinique, Ed. Seca-Masson, Montreal-Pars, 1989.
- ³¹ Henry C.L.: Chinese Natural Cures: Traditional Methods for Remedy and Prevention, Black Dog & Leventhal Publisher, New York, 2006.
- ³² Marie E.: Pharmacopée Chinoise. Grand Formulaire, Ed. Paracelse, Paris, 1991.
- ³³ Mitchell G., Ye F. and Wiseman N.: Shang Han Lun (On Cold Damage): Translation & Commentaries, Ed. Paradigm Publications, Seattle, 1999.
- ³⁴ Maciocia G.: Tongue Diagnosis in Chinese Medicine, Ed. Eastland Press, Seattle, 1995.
- ³⁵ AFA: Binhu Maixue de Li Shi Zhen, Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1987.
- ³⁶ Song-you C., Fei L.: A Clinical Guide To Chinese Herbs and Formulae, Ed. Churchill-Livingstone, Edimburgh, 1993
- ³⁷ Bensky D., Gamble A.: Chinese Herbal Medicine Materia Medica, Ed. Eastland Press, Seattle-Washington, 1986.
- ³⁸ Wiseman N., Wilms S. and Ye F.: Jin Gui Yao Lue - Essential Prescriptions of the Golden Chamber, Ed. Paradigm Publication, Seattle, 2008.
- ³⁹ Ximen L.: Synopsis of Prescriptions of the Golden Chamber (Jin Gui Yao Lue) / Library of Chinese Classics, Ed. New Word Press, Beijing, 2007.

- ⁴⁰ Wu Y. & Fisher W.: Practical Therapeutics of Traditional Chinese Medicine, Ed. Jake Fratkin, New York, 1998.
- ⁴¹ Konopachi D.: Punto per Punto. Dall'anotofisiologia alla Clinica in Agopuntura e Auricoloterapia, CD ROM, Ed. AMSA, Roma, 2004.
- ⁴² Ellis A., Wiseman N., Boss K.: Grasping the Wind, Ed. Paradigm Publication, Seattle, 1999.
- ⁴³ Hempen C.G.: Atlante di Agopuntura, Ed. Hoepli, Milano, 1999.
- ⁴⁴ Voisin H.: Agopuntura, Ed. Marrapese, Roma, 1975.
- ⁴⁵ Kespì J.M.: Cliniques, Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1989.
- ⁴⁶ Massarani E.: Erbe in Cina, Ed. ESI, Milano-Roma, 1981.
- ⁴⁷ Leung K.P. et al.: Classico Imperialec dei Polsi del 1770, Ed. Sowa, Milano, 1980.
- ⁴⁸ Jing-Nuan W.: Ling Shu or The Spiritual Pivot, Ed. University of Hawaii Press, Thaiti, 2000.
- ⁴⁹ Wang Z., Wang J.: Ling Shu Acupuncture, Ed. Ling Shu Press, New York, 1999.
- ⁵⁰ Wong M.: Ling Shu: Pivot d'Esprit, Ed. Masson, Paris, 1987.
- ⁵¹ Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen - Volume I - I meridiani tendino muscolari; i meridiani distinti., Ed. AMSA, Roma, 2000.
- ⁵² Leung K.P.: Zhen Jiu Da Cheng, Voll I-II, Ed. Darras, Paris, 1982.
- ⁵³ Corradin M., Di Stanislao C., De Beradinis M., Bonanomi F.: Diagnosi e Terapia Tipologica in Medicina Cinese, Ed. CEA, Milano, in press.

Agopuntura ed erboristeria nelle patologie del post-partum

Rosa Brotzu

r.brotzu@agopuntura.org

Tiziana D'Onofrio

tiziana@centroido.it

Giuliana Franceschini

g.franceschini@agopuntura.org

Patrizia Palermo

Carlo Di Stanislao

c.distanislao@agopuntura.org

"Le gioie dei genitori sono segrete, e così i loro dispiaceri e timori; le prime non le sanno e i secondi non li vogliono esprimere"

Francis Bacon

"Derevaun seraun! Derevaun seraun!"

Joseph Joubert

Sommario La Medicina Cinese si occupa del post-partum e delle sue problematiche dal suo più remoto passato ed ha stabilito efficaci criteri di trattamento in agopuntura e farmacologia erboristica nello spazio compreso fra il X ed il XVI secolo. In questo lavoro gli AA, basandosi sia sui classici che su testi più recenti, presentano schemi di trattamento agopunturistici ed erboristici per le più comuni affezioni del post-partum. Per talune condizioni (controllo generale involutivo, mastite, depressione), si forniscono anche schemi in aromato-massaggio.

Parole chiave: post-partum, agopuntura, erboristeria tradizionale cinese.

Abstract Chinese Medicine works on post-partum and its problems since its past history and has established effective criteria of acupuncture and herbal pharmacology treatment in years between the tenth and the sixteenth century. In this work the AA, on the basis both of classical and most recent texts, suggest some schemes of acupuncture and herbal treatments for the most common diseases of post-partum. For certain conditions (general regressive control, mastitis, depression), schemes in aroma-massage are also provided.

Keywords: post-partum, acupuncture, traditional chinese herbal medicine.

Il post-partum è il periodo di sei settimane che consegue al secondamento¹, contrassegnato, dalla regressione dei cambiamenti fisiologici avvenuti durante la gravidanza. L'utero va incontro a una progressiva involuzione: dopo 5-7 gg è di consistenza compatta e non più dolorabile e si dispone a metà strada tra la sinfisi pubica e l'ombelico. Entro 2 settimane non è più palpabile dall'addome. Le perdite vaginali sono dapprima francamente ematiche (lochia rubra) per 3-4 giorni, per poi cambiare nell'arco di 10-12 gg in marrone chiaro (lochia serosa) e infine bianco-giallastra (lochia alba). Il volume totale è di circa 250 ml. Le contrazioni dell'utero in involuzione sono spesso dolorose e possono richiedere l'uso di analgesici¹. I testi cinesi di ostetricia, già molto dettagliati nei periodi Song (960-1279)^{2 3} e Ming (1368-1644)⁴, descrivono il trattamento di stati depressivi, dolori addominali, convulsioni, emorragie, reazioni febbrili e lochiazioni protratte, con ampi dettagli diagnostici e schemi terapeutici sia esterni che interni. Basandoci su questi classici redatti soprattutto fra il XIII ed il XVI secolo e lavori più recenti^{5 6 7 8 9 10 11 12 13}, abbiamo compilato questo sintetico articolo sul trattamento con agopuntura ed erboristeria tradizionale dei più frequenti disturbi del post-partum (definito Zuo Yuezi), periodo che si lega allo stato del Fegato, del Rene e della Milza e dipende dallo stato e dalla libera circolazione della coppia Qi/Xue^{14 15 16 17 18 19}. Nei casi patologici si avranno Vuoto e Stasi di Qi/Xue, con penetrazione di Freddo e turbe di Cuore, Polmone e Stomaco, con confusione nel primo caso, dispnea ed astenia nel secondo, gonfiore addominale, forte contrazione della diuresi, febricola e lieve leucocitosi nel terzo²⁰. In base alle teorie dei Meridiani, la gravidanza ed il puerperio sono sotto il controllo della coppia di Meridiani Curiosi Ren e Chong Mai, il primo che controlla gli aspetti Qi e Yang, il secondo Sangue ed Yin. Il perfetto fluire in tali Meridiani consente alla gravidanza e al puerperio di svolgersi in modo fisiologico. Pertanto, per aiutare l'involuzione uterina post-gravidica, la montata latte e il recupero della completa funzionalità dei vari organi e apparati (gastroenterico, uro-genitale, endocrino, ecc.), sarà utile trattare i punti 4SP, 30ST, 2-4CV, 7LU. Utilissimo su questi punti l'aromatizzazione in tonificazione (movimenti rapidi, rotatori orari), con oli essenziali all'1% in olio d'oliva. Si consiglia come olio in grado di tonificare e muovere sia Qi che Xue l'Angelica chinensis, cui aggiungere (sempre all'1%) Finocchio in caso di grave Vuoto di Yang con penetrazione di Freddo²¹.

Astenia

La stanchezza è un sintomo frequente dopo il parto, in taluni casi diventa sempre più fastidiosa col passar del tempo e la donna, soprattutto se primipara, può ritornare al suo benessere preparto, anche dopo un anno e mezzo. Il malessere postpartum era un fenomeno noto già nel 1934, quando un ginecologo americano parlò di "un esercito di donne sofferenti di subinvalidità, se mi è lecito coniare questo termine, le quali dicono di non essersi mai sentite bene da quando è nato il loro primo figlio"²². In molti casi può coniugarsi o essere il primo

¹ Fase caratterizzata dall'espulsione della placenta e delle membrane annessiali. Il secondamento segue, dopo una pausa di circa 10 minuti, la nascita del feto, quando riprendono le contrazioni dell'utero, determinando il distacco della placenta dalla parete uterina, perlopiù nella sua parte centrale. Nella zona del distacco, tra placenta e parete uterina, si ha versamento di sangue che a mano a mano, aumentando di quantità, contribuisce all'ulteriore progressivo scollamento della placenta dalla sua parte centrale verso i margini. Questi fatti avvengono nello spazio di circa 10-15 minuti. Nei casi di mancata espulsione della placenta, trascorsa un'ora dal parto, o anche prima se la ritenzione placentare è accompagnata da emorragia, si deve eseguire il secondamento manuale, cioè l'estrazione della placenta mediante una mano introdotta nella cavità uterina.

elemento di una depressione del post-partum (vedi dopo). Essa si deve, in Medicina Cinese, o a Collasso del Qi (Wang Qi) o a Stasi di Sangue (Yu Xue) e si associa, sovente, a vertigini, diplopia, ipotensione e, in soggetti con precedenti di epilessia, crisi convulsive. In donne che hanno avuto parti lunghi e spossanti o che sono di debole costituzione, si ha il Collasso di Qi, con vertigini, lochiazioni scarse e decolorate, polso debole, lento e profondo, lingua pallida, gonfia e con patina abbondante. In agopuntura si usano aghi e moxe sui punti 36ST, 10LI, 6CV, 23BL, 67BL, mentre in erboristeria si somministra la decozione Du Shen Tang, cui aggiungere Huang Qi e Dang Gui a forti dosi. Il decotto si compone di alte dosi di *Ren Shen* e *Dang Shen*, va assunto 3-4 volte al dì e si decuoce per 40 minuti a dosaggio di 20-30g ogni volta. In caso di Stasi di Sangue avremo, oltre a stanchezza, insonnia, dolori addominali violenti, lochi con grumi, polso rugoso e lingua violacea o purpurea con taches. Si usano in agopuntura i punti 6-8-10SP, 4CV e 11KI e come formula erboristica Sheng Hua Tang, che è tratta dal *Fu Qing Zhu Nu Ke* (del 1636) ed è così composta²³:

- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...24g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...9g
- Tao Ren (semen Persicae)...6-9g
- Pao Jiang (rhizoma preparatus Zingiberis officinalis)...1.5g
- Zhi Gan Cao (radix preparatae Glycyrrhizae uralensis)...1.5g.

Convulsioni

La gravidanza non sembra essere un fattore eziopatogenetico di malattia epilettica. Infatti turbe epilettiche sono di frequente riscontro in prossimità del parto, ma non durante il rimanente periodo gestazionale. Pochissime segnalazioni (50 per 100.000 gravide) esistono di soggetti, che non avevano sofferto in precedenza di epilessia e che hanno avuto l'insorgenza di una malattia epilettica cronica durante la gravidanza. Sono riportate da Knight et al. 16 osservazioni di pazienti, che hanno manifestato una prima insorgenza di epilessia, durante la prima gravidanza con scomparsa della sintomatologia a distanza di uno due mesi dopo il parto. Su una serie di 16000 parti, analizzati dal 1989 la 1995 nel nostro ospedale. non è stato osservato nessun caso di insorgenza di epilessia cronica. Forme di epilessia possono essere riscontrate negli ultimi mesi di gravidanza di solito associate a pre-eclampsia, H.E.L.L.P. Syndrome (Hemolysis , Elevated Liver function tests , Low Platlets), od a forme eclamptiche conclamate. La presenza di convulsioni nelle pazienti eclamptiche è la regola, tanto che l'eclampsia viene considerata come una sindrome in cui alle patologie della pre-eclampsia si associano le convulsioni. In queste pazienti le convulsioni insorgono spesso durante il travaglio ponendo grossi problemi terapeutici. Sebbene più raramente, la diagnosi differenziale va posta con l'esistenza di un tumore o con una tubercolosi cerebrale^{24 25}. In Medicina Cinese si distinguono forme da Vuoto di Yin e di Sangue e forme da invasione di Vento e Calore Tossico. Le prime sono contrassegnate dalla presenza di insonnia, scarso appetito, perdita repentina di peso, polso fine, rapido e vuoto, lingua elipata. Come punti si trattano 6SP, 10SP, 17BL, 2-6-8KI². In farmacologia cinese la formula Da Ding Feng Zhu, tratta dal *Wen Bing Tiao Bian* e così composta²⁶:

- Ji Zi Huang (uova di Gallus gallus domesticus)...2g
- E Jiao (gelatinum corii Asini)...9g
- Bai Shao (radix Paeoniae lactiflorae)...18g
- Zhi Gan Cao (radix preparatae Glycyrrhizae uralensis)...12g
- Wu Wei Zi (fructus Schisandrae chinensis)...6g
- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...18g
- Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonici)...18g
- Huo Ma Ren (semen Cannabis sativae)...6g
- Gui Ban (plastrum Testudinis)...12g
- Bie Jie (carapax Amydae sinensis)...12g
- Mu Li (concha ostreae)...12g

Poiché ricca di rimedi animali e minerali noi preferiamo sostituirla con San Jia Fu Mai Tang che si compone di: Zhi Gan Cao, Sheng Di Huang, Bai Shao, Mai Men Dong, Huo Ma Ren, ma anche di E Jiao, Mu Li, Bie Jia e Gui Ban, tuttavia a dosaggi più bassi della precedente³. In caso

² Successione che apre il Meridiano Yin Qiao.

³ Vedi: http://www.sacredlotus.com/formulas/get.cfm/chinese_formula/san_jia_fu_mai_tang.

di Calore Tossico e Vento si avranno brividi e sensazione di febbre ed è opportuno considerare la possibilità di una sovrapposizione infettiva. Il polso è superficiale e rapido, la lingua tremolante e rossa, con scarso induido grigio-giallastro ed adeso. Si useranno i punti in dispersione 14GV, 11LI, 2LR e, come formula, Pu Ji Xiao Du Yin o Zhi Jing San. Improprio la seconda che si compone di due rimedi animali: Quan Xie (*Buthus martensi*) e Wu Gong (*Scolopendra subspinipes*). Pu Ji Xiao Du Yin, invece, è tratta dal *Wei Sheng Bao Jian* e così composta:

- Jiu Chao Huang Qin (radix praeparatae Scutellariae)...15g
- Jiu Chao Juang Lian (rhizoma Coptidis preparatae)...15g
- Niu Bang Zi (fructus Arctii lappae)...3g
- Lian Qiao (fructus Forsythiae suspensae)...3g
- Bo He (herba Mentae haplocalycis)...3g
- Jiang Can (bombyx Batryticatus)...1.5g
- Xuan Shen (radix Scrophulariae ningpoensis)...6g
- Ma Bo (fructificatio Lasiosphaerae seu calvatiae)...3g
- Ban Lan Gen (radix Isatidis seu Baphicacanthi)...3g
- Jia Geng (radix Platycodi grandiflori)...6g
- Gan Cao (radix glycyrrhizae uralensis)...6g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...6g
- Chai Hu (radix Bupleuri)...6g
- Sheng Ma (rhizoma Cimicifugae)...1.5g

Noi sostituiamo Jiang Can con Zhi Zi (fructus Gardeniae), 6-12g/die.

Dolori addominali

Si tratta di contrazioni dell'utero che possono perdurare per parecchi giorni dopo il parto, segno che l'utero si sta restringendo per tornare alle sue dimensioni originarie. Si possono mitigare applicando un impacco tiepido sull'addome o stendendosi per un breve periodo su un cuscinetto riscaldante tiepido. Il Vuoto di Yang con invasione di freddo, la Stasi di Sangue e il Vuoto di Sangue ne sono alla base. Nel primo caso avremo ipotensione con vertigini, utero che persiste a lungo ingrossato, perdite ematiche e lochiazioni protratte, freddo e freddolosità, lingua pallida con induido abbondante e scollabile, polso profondo e lento. Si useranno moxe sui punti 4CV, 23BL, 2KI ed agopuntura sui punti 11KI e 67BL^{27 28}. Come formula si usa Si Ni Tang, tratta dallo *Shang Han Lun*, che scalda l'interno, sostiene lo Yang del rene ed elimina il Freddo ed è così composta:

- Fu Zi (radix lateralis Aconite carmichaeli praeparata)...6-9g
- Gan Jiang (rhizome Zingiberis officinalis)...4.5g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g

Noi sostituiamo Fu Zi (che è tossico e pericoloso) con Rou Gui (cortex cinnamomi Cassiae, 3g) e Ren Shen (radix Ginseng 6g).

Nel caso di dolori molto vivaci o spiccata ipotensione useremo, sempre tratta dallo *Shang Han Lun*, la formula Dang Gui Si Ni Tang, che ha la seguente composizione:

- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...9g
- Bai Shao Yao (radix Paeoniae albae)...9g
- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...9g
- Xi Xin (herba cum radice Asari)...6g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g
- Da Zao (fructus Fیزیفی jujubae)...5 pezzi
- Mu Tong (caulis Mutong)...6g
-

Quando siano molto evidenti i segni di Vuoto di Rene e Milza (feci con cibi indigeriti, borborigmi, difficoltà di concentrazione, lombalgie, ecc.), si userà, invece, Jiao Ai Tang, con: Ai Yè, Chuān Xiōng, Dīng Xiāng, Shú Dì Huáng, Dǎng Guī.

Nel Vuoto di Sangue avremo lochiazioni scarse e decolorate fin dai primi giorni, pallore, astenia psico-fisica, insonnia e scarso appetito, con lingua pallida e con scarso induido e polso fine e rugoso. In agopuntura tratteremo i punti 6SP, 20BL, 18BL, mentre sotto il profilo erbologico

daremo Chang Ning Tang, che contiene Ròu Guì , Rén Shēn, Shān Yào, Gān Cǎo, Shú Dì Huáng, Dāng Guī ed Ē Jiāo e che Umidifica l'Interno e Tonifica il Sangue. Aumentando Gam Cao e Shao Yao è possibile eliminare il rimedio animale E Jiao. Nella Stasi del Sangue avremo lochi⁴ con grumi, dolori a coltellata molto fissi e persistenti, lingua violacea e con spruzzi purpurici, polso rugoso o nascosto. In agopuntura si consigliano 36ST, 4-6CV, 7PC, 18BL, con aghi e moxe. In farmacologia Sheng Hua Tang che muove il Sangue ed espelle il Freddo. Tratta dallo *Fu Qing Zhu Nu Ke* è così composta:

- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...24g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...9g
- Tao Ren (semen Persicae)...6-9g
- Pao Jiang (quick fried rhizoma Zingiberis officinalis)...1.5g
- Zhi Gan Cao (radix praepatae Glycyrrhizae uralensis)...1.5g

Dolori perineali

I dolori dell'area fra vagina e retto possono insorgere sia dopo un parto vaginale che dopo episiotomia o cesareo. Nei parti con applicazione di forcipe il dolore è molto persistente. In un nostro lavoro di alcuni anni fa, abbiamo dimostrato che agopuntura e omeopatia risultano molto efficaci²⁹. La causa è il Blocco del Sangue. In agopuntura consigliamo i punti 30-36ST, 4CV e 4LI ed in farmacologia Xiao Yao San che muove Qi e Xue, è tratta dal *Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang* ed è così composta (in polvere):

- Chai Hu (radix Burpleuri)...30g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...30g
- Bai Shao (radix Paeoniae lactiflorae)...30g
- Bai Zhu (rhizome Atractylodis macrocephalae)...30g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...30g
- Zhi Gan Cao (radix preparatae Glycyrrhizae uralensis)...15g

Lochiazioni protratte

Si chiamano lochi quei liquidi che escono dai genitali femminili durante il puerperio. Sono dovuti all'eliminazione degli strati superficiali della mucosa uterina. Come già visto sopra si risolvono spontaneamente nel giro di 30-40 giorni, l'importante che in questo periodo venga seguita una attenta igiene intima con prodotti delicati. Occorre ricordare queste regole:

- Usare pannolini, assorbenti e salvaslip il meno possibile e possibilmente anallergici
- Pulire la cute con detergenti assai delicati e oleosi
- Proteggere la cute con paste all'Ossido di Zinco

Non bisogna usare gli assorbenti interni perchè il tampone bloccherebbe il deflusso delle lochiazioni con il conseguente rischio di infezioni. Se le perdite sono maleodoranti allora è bene contattare subito il ginecologo perchè potrebbero essere presenti germi, possibile causa di infezione. Ricordiamo che l'odore tipico è come di grasso rancido e la loro reazione è di solito alcalina. Si deve sospettare un'infezione puerperale quando la temperatura corporea della madre sale a 38°C nei due giorni successivi alle prime 24 ore dopo il parto e non ci sono altre cause evidenti. Anche nel corso delle prime 12 h una febbre significativa deve esser valutata con l'esame dei polmoni e dell'utero e con esami colturali delle urine. La causa più comune di febbre nella prima fase del puerperio è la disidratazione, ma dopo 2 o 3 giorni di febbre, un aumento improvviso della temperatura indica la presenza di un'infezione. Le infezioni correlate direttamente con il parto di solito originano dall'apparato genitale, interessando l'utero o i parametri. Anche le infezioni renali e vescicali insorgono comunemente subito dopo il parto. Altre cause di febbre, come la tromboflebite pelvica e le infezioni mammarie, si hanno, in genere, dopo il 3° giorno post-partum. In Medicina Cinese le lochiazioni protratte si definiscono o *E Lu* o *Bu Jing* e si debbono o a Vuoto di Qi di Milza o di Sangue di Cuore o a Stasi di Sangue. Nel primo caso avremo lochiazioni rosse e brunastre persistenti in donne con astenia fisica, spossatezza estrema e anoressia, polso scivoloso e lingua confusa e/o improntata. Si useranno i punti 20BL, 13LR, 3-6SP con aghi e moxe e la formula Bu Zhong Yi

⁴ Secrezioni rilasciate dalla vagina durante il puerperio. Costituite da leucociti, eritrociti e residui tessutali e cellulari, derivano da coaguli di sangue e dalla trasudazione della zona dov'era inserita la placenta.

Qi Tang, creata da Li Dong Yuan nel XIII secolo e con Astragalo, Ginseng, Atractylodes, Cimicifuga, Blupeurum, pericarpio di Mandarino e Giuggiole, per sostenere lo Yang di Milza⁵. Nel caso di Vuoto di sangue di cuore lochiazioni di cattivo odore, associate a incubi, agitazione e insonnia, con polso fine ed alternante e lingua pallida in punta, in agopuntura tratteremo i punti 15BL, 17BL, 4PC ed in farmacologia la combinazione Bao Yin Jiao ed Er Zhi Wan. La prima si compone di Shu Di Huang, Gou Qi Zi, Shan Yao, Tu Si Zi, Huai Niu Xi, Shan Zu Yu, Huang Jing, Di Gu Pi, Tian Men Dong, Ze Xi, Ba Ji Tian e Zhi Gan Cao. La seconda di due soli componenti: Nu Zhen Zi (fructus Ligustri lucidi) e Han Lian Cao (herba Ecliptae prostratae), che tonificano lo Yin di Fegato e Rene e nutrono il Sangue di Cuore. Nelle Stasi di Sangue avremo grumi, polso rugoso e/o nascosto, lingua con porpora. Si usano i punti 6-10SP, 11KI, 4CV con aghi e moxe e la formula Sheng Hua Tang, già descritta sopra.

Stipsi del post-partum

La stipsi, già molto frequente in gravidanza, può divenire intensa e persistente nel post-partum, soprattutto in chi assume per bocca del ferro. Di seguito alcuni consigli per combatterla:

- Aumentare il consumo di frutta e verdura, crude o cotte. Ad esempio, cercare di mangiare un minestrone tutti i giorni
- Assumere farinacei (pane, pasta etc) integrali, al posto di quelli raffinati
- Aumentare il consumo di liquidi
- Aggiungere alla dieta crusca o altre fibre, che aumentano il volume delle feci
- Fare più moto: camminare almeno mezz'ora tutti i giorni
- Se questi rimedi non sono sufficienti chiedere al ginecologo di consigliare un lassativo adatto alla situazione. In genere sono da preferire quelli che agiscono aumentando il volume della feci, come zuccheri non assorbibili e mucillagini, e non quelli che agiscono con un effetto stimolante la mucosa intestinale

Nel tempo la stipsi causa il rilassamento della parete del retto con conseguente diminuzione dello stimolo. Inoltre il ristagno del contenuto intestinale favorisce il riassorbimento dei liquidi e un peggioramento della situazione poiché le feci dure inibiscono lo stimolo per la paura di sentire dolore durante la defecazione. Con il passare del tempo il plesso venoso intorno al retto si congestiona e insorgono le emorroidi. Si innesca così un ciclo vizioso che porta ad una stipsi sempre più ostinata. L'altro elemento negativo è rappresentato dal tipo di "seduta" che impone una posizione comoda per una buona lettura, assolutamente scorretta per l'evacuazione. La posizione corretta per "spingere" sarebbe, invece, proprio quella che si riesce ad avere sulla cosiddetta "turca", accovacciati con le gambe ben flesse quasi a livello del petto. La pressione in questo caso viene esercitata proprio sull'ampolla rettale e favorisce il rilasciamento dello sfintere anale: evacuare è davvero semplice in questa posizione! Visto che non possiamo tornare indietro e ridisegnare i nostri servizi domestici con gabinetti che sono ormai prerogativa di pochi esercizi pubblici, è assolutamente opportuno innescare il ciclo inverso e seguire questi consigli:

- Abituate l'intestino all'evacuazione. Tentate di defecare ogni mattina dopo colazione o in un altro momento a vostra scelta (dedicarsi anche se sembra impossibile!)
- Spingere anche senza stimolo, tenendo sollevate quanto più possibile le gambe, eventualmente con l'aiuto di un poggiatesta.
- Le ginocchia devono essere tenute in alto, per quanto possibile, vicino alla pancia in atteggiamento di massima flessione. Tentate di simulare la posizione della turca!
- Dopo alcune spinte (è un esercizio utile anche per il parto) si avverte lo stimolo che va assecondato senza paura. Si può spingere senza timori poiché in questa posizione la pressione viene esercitata sul retto e non sul collo dell'utero.
- Potrebbe essere utile, le prime volte, lubrificare l'ano con un po' di olio di vaselina.

In Medicina Cinese le cause sono Vuoto di Qi, Vuoto di Sangue, Vuoto di Yin con Fuoco Vuoto. Nel primo caso avremo astenia fisica, voce flebile, polso lento e profondo, lingua gonfia ed umida. I punti da usare saranno 36ST, 10LI, 6CV, 25ST. In farmacologia daremo Ren Shen Yang Ying Tang con: Fu Ling, Ren Shen, Zhi Gan Cao, Rou Gui, Dang Gui, Bai Shao Yao, Wu Wei Zi,

⁵ Vedi: <http://acupuncture.com/herbs/buzhongyi.htm>

Yuan Zhi e Da Zao. Nel vuoto di Sangue avremo feci secche, caprine, difficili da evacuare, in soggetti con ansia ed insonnia, polso fine e lingua pallida con scarso induido. In agopuntura tratteremo 6-10SP, 4CV, 25BL e ancora si userà la formula Wu Ren Wan con: Chen Pi, Xing Ren, Tao Ren, Bai Zi Ren, Yu Li Ren E Song Zi Ren. Nel Fuoco Vuoto con vampate, palpitazioni, polso fine e rapido, lingua rossa e senza induido, tratteremo i punti 3LR, 3-6KI, 6SP e daremo la formula Ma Zi Ren Wan, tratta dallo Shang Han Lun e così composta:

- Huo Ma Ren (semen Cannabis sativae)...50-60g
- Xing Ren (semen pruni Armeniacae)...15-25g
- Shao Yao (radix Paeoniae)...15-25g
- Zhi Shi (fructus immaturus Citri aurantii)...15-25g
- Hou Po (cortex Magnoliae officinalis)...15-25g
- Da Huang (radix et rhizome Rhei)...30-50g

Nel caso vi siano segni di Fuoco che invade l'intestino (con piroisi, alitosi, digestione difficoltosa), daremo Bao He Wan, tratta dal testo *Dan Xi Xin Fa* e così composta:

- Shan Zha (fructus Crataegi)...18g
- Shen Qu (Massa fermentata)...6g
- Lai Fu Zi (semen Raphani sativi)...3g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...3g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae termatae)...9g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...9g
- Lian Qiao (fructus Forsythiae suspensae)...3g

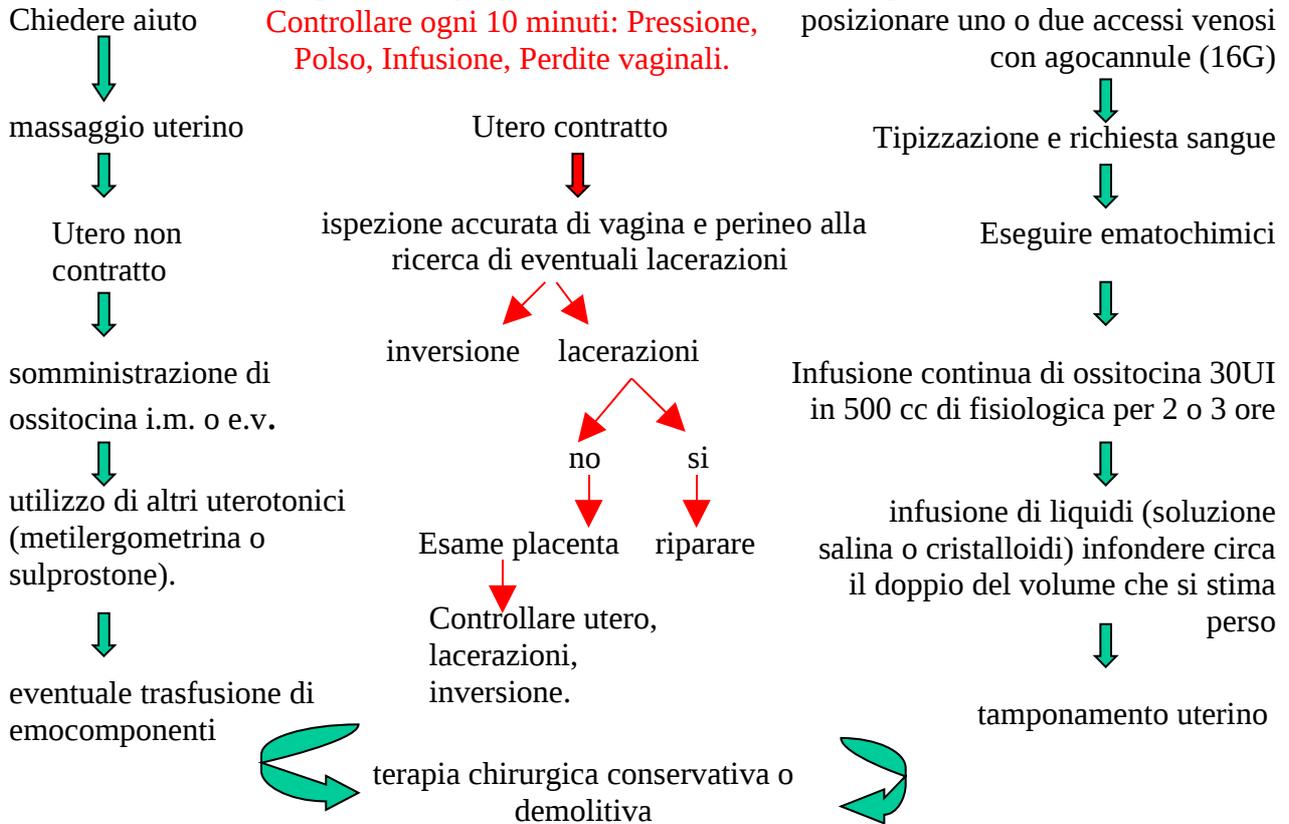
In questi casi trattare i tre punti He del basso: 36-37-39ST, con agopuntura semplice.

Emorragia del post-partum

Per emorragia del post partum si intende una perdita ematica uguale o superiore a 500 cc. di sangue, condizione definita grave quando la perdita ematica supera in 1000 cc. La frequenza stimata oscilla tra il 5 e il 22% del totale dei parti. L'emorragia rappresenta la prima causa di morte materna nel mondo. Le cause di emorragia post partum sono: atonia uterina (90%), lacerazioni della cervice e/o del perineo (5%), ritenzione di materiale placentare (4%) problemi della coagulazione, inversione uterina, rottura d'utero. La prima azione da attuare in caso di emorragia del post partum è chiedere la collaborazione di varie figure mediche e paramediche: ostetrico e anestesista (organizzare affinché l'anestesista abbia a disposizione un infermiere qualificato nell'assistenza alle manovre rianimatorie), ematologo, per testare la disponibilità di prodotti del sangue; contemporaneamente si devono effettuare controlli ripetuti di: emocromo, PT, PTT, fibrinogeno, FDP e tipizzare il sangue, richiedendone alcune sacche a disposizione (se il protocollo per l'accesso al sangue del nosocomio d'appartenenza lo richiede). Solo le forme meno gravi e legate ad atonia uterina senza lacerazioni, ritenzione di materiale placentare o infezione, può essere trattata in Medicina Cinese. Ricordiamo, comunque, che occorre attuare una terapia combinata anche di tipo biomedico secondo un preciso algoritmo.

TRATTAMENTO DELL'EMORRAGIA DOPO IL SECONDAMENTO.

Da: <http://www.slog.org/doc/Atonia%20trattamento%20protocollo.doc>



uterini. Emorragie violente sono tipiche del Calore del Sangue, con febbre o sensazione di febbre, molta sete, polso rapido e lingua arrossata, con scarso induido giallastro e adeso. I punti da trattare saranno CV 6, LI 11, SP8 e 10, la formula di maggiore impiego è Qing Re Ku Jing Tang, con: Huang Qin, Zhi Zi, Sheng Di, Di Gu Pi, Di Yu, Ou Jie, Chen Zhong Tan, E Jiao, Gui Ban, Mu Li, Gan Cao. Noi siamo soliti eliminare E Jiao e somministrare Bei Sha Shen(北沙参), Glenhia radix⁹, Fredda, Dolce e Amara, che abbassa il Fuoco, elimina i Tossici e giova al Qi.

Depressione del post-partum

L'insorgenza di disturbi psichici nel periodo successivo al parto è un'evenienza frequente. E' stato calcolato che, nei 30 giorni seguenti la nascita del bambino, il tasso di ricoveri per motivi psichiatrici aumenta fino a sette volte rispetto a quello prima della gravidanza. Appare quindi chiaro che, sebbene non se ne parli quanto forse si dovrebbe, casi come quello descritto in apertura sono tutt'altro che rari e pongono al medico quesiti di difficile soluzione. Da una parte, infatti, si sa che trattare i disturbi psichici del postpartum è un'esigenza fondamentale per la tutela della salute della madre, ma anche del bambino; dall'altra non è facile gestire trattamenti psichiatrici, e quelli psicofarmacologici in particolare, nel delicato periodo dell'allattamento. Il campo di intervento è poi complicato dall'intrecciarsi di complessi fattori psicologici, riguardanti la dinamica di coppia e l'equilibrio familiare, sui quali il medico di famiglia può svolgere un'azione certamente più agevole, ben accettata e duratura, rispetto a quella che potrebbe compiere uno specialista psichiatra³¹. Le forme nosografiche sono numerose e, nella sottostante tabella, le riassumiamo secondo le vedute attuali^{32 33}.

I principali disturbi dopo il parto		
Depressione postpartum	<i>Maternity blues</i>	<p>sintomi: facilità al pianto, astenia, umore depresso, ansia, irritabilità, cefalea, diminuita capacità di concentrazione;</p> <p>trattamento: colpisce una donna su due che hanno partorito, tanto da poter essere considerata praticamente una normale reazione, per cui in genere ci si limita al sostegno psicologico e alla rassicurazione; necessaria l'osservazione, per cogliere eventuali segni di passaggio a vere e proprie forme di depressione.</p>
	<i>Depressione minore</i>	<p>sintomi: sensazione di esaurimento fisico più evidente nelle ore serali, irritabilità, diminuzione dell'appetito, riduzione del desiderio sessuale, insonnia, ostilità e sintomi somatici di varia natura, presenza di sintomi ansiosi, fobici od ossessivi, sensazione di insicurezza sul proprio ruolo materno;</p> <p>trattamento: eventuale ricovero (se non si riesce a instaurare un valido trattamento ambulatoriale), sostegno psicologico e rassicurazione,</p>



9

Da: <http://www.foodsnherbs.com/glehnia.JPG>.

		somministrazione di antidepressivi, psicoterapia.
	<i>Depressione maggiore</i>	sintomi: stessi sintomi della depressione minore, ma più gravi e persistenti, talvolta con associata confusione mentale; l'esordio è più spesso acuto e precoce; trattamento: molto spesso indispensabile il ricovero per osservazione e cura, somministrazione di farmaci antidepressivi, in casi particolarmente gravi eventuale ricorso alla psicoterapia, gestione del tempo di contatto fra madre e bambino.
Psicosi puerperale		incidenza: 0,1 per cento dei parti; sintomi: affettivi (mania, depressione, stati misti maniacali e depressivi), allucinazioni, perplessità, incoerenza, disorganizzazione del comportamento, confusione mentale; trattamento: ricovero in ospedale, somministrazione di antipsicotici ed eventualmente antidepressivi e sali di litio, nei casi più gravi ricorso al supporto psicoterapico, gestione del tempo di contatto fra madre e bambino

Circa una puerpera ogni dieci è colpita da disturbi depressivi, che rappresentano una delle manifestazioni più comuni del postpartum. Le psicosi puerperali sono invece più rare, presentandosi in non più dello 0,1% delle donne che hanno partorito. Per entrambi i tipi di disturbo, un ruolo predisponente importante è giocato sia dalla presenza di malattie psichiche nella storia personale e familiare della donna, sia dalla presenza di difficoltà psicosociali, come lo stress derivante da un mancato supporto nell'accudimento del neonato o da gravi incomprensioni con il partner. Sebbene nei casi più lievi siano ipotizzabili interventi di tipo esclusivamente psicoterapico, al fine di non interferire con il buon andamento dell'allattamento al seno, quando ci si trova di fronte a disturbi di una certa entità non si può fare a meno di prendere in considerazione la possibilità di un trattamento farmacologico, strumento che oggi consente di controllare rapidamente la sintomatologia. Pertanto, in questi casi, il trattamento con rimedi naturali come agopuntura e piante, a supporto della psicoterapia, è davvero molto interessante^{34 35}. A tal proposito va ricordato, ancora, che tutti i farmaci psicotropi¹⁰ passano nel latte, ma che al contempo non esistono dati molto precisi sugli effetti, soprattutto a lunga distanza, che tali sostanze possono indurre sullo sviluppo del neonato. Il tasso di diffusione di queste molecole nel latte materno è influenzato da diversi fattori, come la capacità di legarsi alle proteine, la solubilità nei lipidi e il peso molecolare. E' poi necessario considerare altre variabili, dipendenti dal neonato, che possono influenzare l'assorbimento dei farmaci, il loro metabolismo e la loro eliminazione. Fino all'età di sei mesi, per esempio, il tempo di stazionamento gastrico è talmente prolungato che alcune molecole si degradano prima ancora di essere assorbite. Meno positivo è l'effetto del ridotto livello di albumine circolanti nei neonati, che fa sì che aumenti il tasso di molecole libere e quindi attive. La limitata funzionalità dei sistemi enzimatici epatici è responsabile del fatto che solo molto lentamente i farmaci vengano degradati, mentre un sistema di filtrazione glomerulare ridotto di circa il 40% rispetto a quello degli adulti fa sì che siano più lenti i processi di escrezione. Infine bisogna tenere presente che la barriera ematoencefalica dei neonati è più permeabile di quella degli adulti, così che aumenta la possibilità di passaggio delle molecole psicotrope e del loro contatto con il sistema nervoso centrale^{36 37}. In Medicina Cinese, tenendo conto sia dei classici che degli studi più recenti^{38 39}, si può affermare che le forme *Maternity Blues* si debbono a Vuoto di Yang di Cuore e Rene, con penetrazione di Freddo nella Vescica Biliare, condizione che richiede, come

¹⁰ Quelli in uso sono: Triciclici, Serotoninergici, Tiazinici, Benzodiazepine, Litio.

trattamento, aghi e moxe sui punti 43-23GB, 19-15BL, 4GV, 22ST e, come formula, Wen Dan Tang, tratta dal *San Yin Ji Bing Zheng Fang Lun* di Wu-Zhi Chen della dinastia Song, sulla scorta di una formula precedente con dosaggi diversi di Sun Si Miao del periodo Tang e composta da: Zhu Ru, Ban Xia, Cen Pi, Zhi Shi, Fu Ling e Gan Cao e con azione antidepressiva già individuata dal suo creatore nel XII secolo^{40 41 42}. Le forme di *depressione minore* sono legate o a Stasi di Qi (con segni di ostilità e collerosità, polso teso e lingua arrossata ai bordi) o Vuoto di Qi di Milza e Sangue di Cuore (con astenia, anoressia, aspetti ossessivo-fobici, turbe del sonno, polso scivoloso e lingua improntata con induido abbondante al centro). Le prime si trattano con i punti 34GB, 3LR, 21KI, 6PC, 20GV e la formula Xiao Chai Hu Tang, così composta:

- Chai Hu (radix Bupleuri)...12g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...9g
- Ban Xia (rhizome Pinelliae ternatae)...12g
- Sheng Jiang (rhizome Zingiberis officinalis recens)...9g
- Ren Shen (radix Ginseng)...9g
- Zhi Gan Cao (radix preparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g
- Da Zao (fructus Zizyphi jujubae)...4 pezzi.

Nel caso di Turba di Milza e Cuore si usano i punti 20-15BL, 12CV, 7H e la formula Jia Wei Gui Pi Tang, formula contenuta nel testo del XVI secolo *Nei Ke Zhai Yao* (内科摘要) e composta da⁴³: Long Yan Rou, Ren Shen, Fu Ling, Bai Zhu, Chai Hu, Zhi Zi, Dang Gui, Yuan Zhi, Huang Qi, Mu Xiang, Suan Zao Ren, Shi Gan Cao, Sheng Jiang e Da Zao¹¹. Le *depressioni maggiori* prevedono Vuoto di Qi/Xue e presenza di Flegma, con aspetti lenti e progressivi, polso vuoto, lento e scivoloso, lingua gonfia e pallida, con molto induido. Si useranno i punti 5PC, 40ST, 12CV, 36ST, 6SP, 17BL, 17CV e, come formula Gun Tan Tang per drenare il Flegma e giovare allo Shen e Gui Pi Tang per Tonificare Qi e Xue. Gun Tan Tang è tratta dal *Dan Xi Xin Fa Fu Yu* ed ha la seguente composizione:

- Duan Meng Shi (calcinatus lapis Miicase seu Chloriti)...30g
- Da Huang (radix & rhizoma Rhei)...240g
- Huang Qin (radix Scutellariae baicalensis)...240g
- Chen Xiang (lignum Aquilariae)...15g.

Gui Pi Tang tratta dal *Ji Sheng Fang* (Prescrizioni per Aiutare la Vita) scritto da Yan Yong He nel 1253, ha una spiccata azione antidepressiva ed è così composta⁴⁴:

- Ren Shen (radix Ginseng)...3g
- Huang Qi (radix Astragali)...12g
- Fu Ling (Poria cocos sclerotium)...9g
- Yuan Zhi¹² (radix Polygalae)...6g
- Dang Gui (Radix Angelicae sinensis)...12g
- Mu Xiang¹³ (radix Aucklandiae)...3g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae)...6g
- Bai Zhu (rhizoma Atractylodes)...9g
- Da Zao (Zizyphi fructus)...4 pezzi
- Long Yan Rou¹⁴ (Arillus long yan fructus)...6g
- Suan Zao Ren (semen Zizyphi)...6g

¹¹ Vedi: <http://www.tcmassistant.com/search/index.asp?fid=983>.

¹² Vedi: <http://tcm.health-info.org/Herbology.Materia.Medica/yuanzhi-properties.htm>.

¹³ Vedi: https://www.mayway.com/store/herbal_news_muxiang.jsp.

¹⁴ 龍眼肉



Da: http://www.foodsnherbs.com/longan_fruit.JPG.

Le forme psicotiche, infine, si ascrivono alle nosografie *Dian* (Follia Calma) del *Sowen*^{45 46 47} e si debbono a tre cause: Stasi di Qi e Sangue, Fuoco Vuoto da Vuoto di Yin e Flegma-Fuoco che Ostruisce gli Orifizi del Cuore. Nelle forme da Stasi avremo oscillazione dell'umore, dolori agli ipocondri, sensazione di pienezza toracica, polso teso, lingua arrossata e tremolante. Si useranno i punti GB 34-20, BL 9-10-18, PC6 e la formula Wen Dan Tang Jia Wei che viene dalla già vista Wen Dan Tang ed è così composta: rhizoma Pinelliae ternatae (*Ban Xia*), 10g, sclerotium Poriae cocos (*Fu Ling*), 24g, radix Glycyrrhizae (*Gan Cao*), 6g, fructus immaturus Citri aurantii (*Zhi Shi*), 10g, caulis Bambusae in Taeniis (*Zhu Ru*), 10g, radix Puerariae (*Ge Gen*), 30g, radix Salviae miltiorrhizae (*Dan Shen*), 30g, rhizoma Acori graminei (*Shi Chang Pu*), 15g, Lumbricus (*Di Long*), 15g, caulis Millettiae Seu Spatholobi (*Ji Xue Teng*), 30g^{48 49}. Si deve eliminare il rimedio Di Long aumentando a 15 g ciascuno Zhi Shi e Zhu Ru. Nel Vuoto di Yin avremo Fuoco Vuoto ovvero Diasarmonia fra Cuore e Rene, con insonnia, incubi, agitazione estrema alternata a forme depressive. Il polso è fine e rapido, la lingua arrossata ed depilata. In agopuntura si pungono i punti PC3, GV26-28; KI-1-6, H3-6, in farmacologia si danno combinazioni fra Zhi Bai Di Huang Wan e Tian Wang Bu Xin Dan Wan. Zhi Bai Di Huang Wan (知柏地黄片), deriva da Liu Wei Di Huang Wan più Zhi Mu e Huang Bo e, pertanto, si compone di: Shu Di Huang, Shan Zhu Yu, Mu Dan Pi, Shan Yao, Fu Ling, Ze Xie, Zhi Mu e Huang Bo. La seconda formula è tratta dallo *She Sheng Mi Pou* ed è così composta:

- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...120g
- Ren Shen (radix Ginseng)...15g
- Tian Men Dong (tuber Asparagi cochinchinensis)...30g
- Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonici)...30g
- Xuan Shen (radix Scrophulariae ningpoensis)...15g
- Dan Shen (radix Salviae miltiorrhizae)...15g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...15g
- Yuan Zhi (radix Polygalae tenuifoliae)...15g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...30g
- Wu Wei Zi (fructus Schisandrae chinensis)...30g
- Bai Zi Ren (semen Biotae orientalis)...30g
- Suan Zao Ren (semen Zizyphi spinosae)...30g
- Jie Geng (radix Platycodi grandiflori)...15g
- Zhu Sha (Cinnabaris)...15g

Noi eliminiamo il cinabro molto tossico. Le forme con Flegma-Calore che invadono il Cuore sono caratterizzate da perdita del senso critico, aspetti paranoidei, polso scivoloso e alternante, lingua arrossata e con indurimento adeso e giallo. In agopuntura useremo LI11, H3, PC5, ST40 ed ancora 9KI e 6PC. Nelle forme con estrema agitazione e delirio ST 36, 37, 39, e TB 6. In farmacologia è Meng Shi Guan Tan Wan, con Scutellaria baicalensis, Aquilaria e Chlorite, cui aggiungere (in cp., da 6 a 8 al dì), Bai He Gu Jin Wan (百合固金丸), composta da Shu Di Huang, Mai Men Dong, Bai He, Chuan Bei Mu, Dang Gui, Bai Shao, Xuan Shen, Jie Geng, e Gan Cao. Altra possibile combinazione efficace è quella fra Gan Mai Da Zao Tang e Bai Zi Yang Xin Wan. La prima delle due formule deriva dal *Jin Gui Yao Lue* (脏腑经络) di Zhang Zhong Jing ed è così composta⁵⁰:

- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...9g
- Fu Xiao Mai (semen Triticum aestivum levis)...9-15g
- Da Zao (fructus Zizyphi jujubae)...10g

La seconda, tratta dal *Ti Ren Hui Bian* si compone di⁵¹:

- Bai Zi Ren (semen Biotae orientalis)...120g
- Gou Qi Zi (fructus Lycii)...90g
- Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonici)...30g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...30g
- Shi Chang Pu (rhizoma Acori graminei)...30g
- Fu Shen (sclerotium Poriae cocos paradidicis)...30g
- Xuan Shen (radix Acrophulariae ningpoensis)...60g
- Shu Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae conchitae)...60g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...15g
-

Secondo AA⁵² di vasta esperienza, utile il massaggio giornaliero fatto anche da familiari e in dispersione con miscele di oli essenziali (concentrazione totale 4%) in olio d'oliva, secondo questo schema per quadri clinici:

Condizione	Agopunti	Oli Essenziali
Maternità blues	ST40, LU7, KI7, H6	Mimosa e Camomilla
Depressione minore	PC5-ST40, GB2, SI19	Narciso, Sandalo, Vaniglia
Depressione maggiore	LI11, GV14, H3, ST40, LR8	Mandarino e Viola
Forme psicotiche	GV26-28, KI1, SP1, ST45	Ylang Ylang e Mandarino

Ipogalattia

La lattazione è il periodo durante il quale la ghiandola mammaria secerne il latte e nella donna la durata è mediamente di 6-12 mesi dal parto. Durante la gravidanza la ghiandola mammaria aumenta di volume e immediatamente dopo il parto, le mammelle producono un denso liquido giallo (colostro), il primo alimento del neonato. Il succhiamento del seno stimola il rilascio dell'ormone ipofisario ossitocina, che favorisce il flusso del latte (montata latte, di solito dopo 24-48 ore dal secondamento). Per ipogalattia si intende una condizione di deficit di secrezione latte durante l'allattamento, verosimilmente imputabile a due cause differenti: una relativa ad un deficit di prolattina ipofisaria (e quindi a deficiente stimolo di secrezione latte), l'altra relativa a difetto di trasmissione di stimoli mammari (suzione) alle sedi diencefalo-ipofisarie. La terapia a base di prodotti di prolattina non fornisce in pratica risultati validi; qualche vantaggio può essere ottenuto con preparati a base di tiroide e/o di estrogeni. In ambito clinico si distinguono una ipogalattia primaria ed una secondaria. Nel primo caso per carenza di prolattina si ha sin dall'inizio una scarsa montata latte, nel secondo, dopo un periodo di secrezioni normale, la secrezione diminuisce o scompare. Esiste anche una pseudoipogalattia da carenza di suzione neonatale. Va ricordato che, per la Medicina Cinese, il latte è una specificazione del Sangue che deriva o dai Liquidi Torbidi dello Stomaco, dai liquidi Ye Torbidi e Chiari che assorbiti dal Piccolo Intestino salgono al Polmone grazie alla Milza e vanno al Cuore e, infine, dalla trasformazione del Jing in Gao nel TR-Inferiore⁵³. Senza entrare in peculiarità fisiopatologiche che pure sarebbero utili in casi complessi o particolari, le condizioni di ritardo o scarsità di latte sono: Stasi di Qi di Fegato, Stasi e Flegma e Vuoto di Sangue. Nel primo caso il latte fluisce in modo differente in rapporto ai giorni, il seno è molto doloroso e sensibile, il polso teso e la lingua arrossata ai bordi. Si usano, come punti, 3LR, 14LR, 17CV. In farmacologia Xia Ru Yong Quan modificata, con la seguente composizione:

- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)... 3- 15g
- Bai Shao (radix Paeoniae lactiflorae)...6-15g
- Chuan Xiong (radix Ligustici wallichii)...3-6g
- 1. Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...9-30g
- Chai Hu (radix Bupleuri)...3-12g
- Qing Pi (pericarpium Citri reticulatae viride)...3-10g
- Tian Hua Fen (radix Trichosanthis)...9-15g
- Jie Geng (radix Platycodi Grandiflori)...3-9g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3-12g

Una scomparsa di lattazione dopo una violenta emozione in donne con sensazione di nodo alla gola o bolo isterico e con polso scivoloso e lingua con indulo abbondante si deve a Flegma che causa Stasi. In agopuntura si useranno i punti 6SP, 40ST, 17CV, 12CV e 13LR; in farmacologia la formula *Er Chen Tang*, con aggiunta di Huang Qi, Bai Zhu, Ban Xia, Gua Lou, Bei Mu e Dang Gui. *Er Chen Tang* è una formula tratta dal *Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang* e composta da:

- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...15g
- Ju Hong (pericarpium Citri erythrocarpae)...15g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...9g
- Zhi Gan Cao (radix preparatae Glycyrrhizae uralensis)...4.5g
-

Nei Vuoto di Sangue avremo lattazione ridotta e scarsa sin dall'inizio in donne fragili fisicamente ed emotivamente, con anoressia, polso rugoso e lingua pallida. Useremo i punti

1SI, 17BL, 20BL e 18ST. In farmacologia o la formula Zhu Ti Tang (che si compone di Ba Zhen Tang più Huang Qi o Ton Ru Dan con: Ren Shen, Huang Qi, Dang Gui, Jie Geng e Mai Men Dong⁵⁴. Ba Zhen Tang (八珍片), si compone di¹⁵: Dang Shen, Bai Zhu, Fu Ling, Gan Cao, Dang Gui, Bai Shao, Chuan Xiong e Shu Di Huang. Per l'ipogalattia si aggiunge Astragalus radix Huang Qi, 12-30g/die.

Mastite

In una piccola percentuale di casi può succedere che, a seguito di un ingorgo mammario¹⁶ che non si è risolto, o più spesso in seguito alla formazione di ragadi¹⁷, si verifichi un processo infettivo al seno (mastite) che in casi ancora più rari può dar luogo alla formazione di un ascesso. L'insorgenza dell'infezione è accompagnata da sintomi generali (malessere, febbre oltre i 38° gradi Celsius, stanchezza intensa) oltre a sintomi locali (dolore, gonfiore, arrossamento della mammella). Ricordiamo che anche in caso di mastite, contrariamente a ciò che si crede, non è necessario sospendere l'allattamento, nemmeno dalla parte colpita dall'ascesso, pena l'aggravamento dei sintomi. Si ricorre all'uso di antibiotici, scelti tenendo conto del tipo di germi più frequentemente in causa nelle mastiti oltre che ovviamente del passaggio di questi farmaci attraverso il latte e quindi della tollerabilità per il bambino. Nel caso di terapie antibiotiche di durata inferiore a 7/10 gg si riscontra frequentemente la comparsa di recidive. Valutare con il medico l'opportunità di prolungare il trattamento. Un tentativo con agopuntura ed erboristeria può essere provato per 4-5 giorni, prolungandolo anche per 15-20 se attivo, prima di ricorrere agli antibiotici. In Medicina Cinese il seno si considera, in ambo i sessi, sotto il controllo dei Meridiani di Stomaco e Fegato, in più controllato dal Meridiano del rene nel maschio e della Milza nelle donne. Soprattutto, quindi, in donne Legno o Terra, sono possibili mastiti di due diversi tipi: Stasi di Qi di Fegato con sviluppo di Fuoco e forme con Calore Tossico. Il primo tipo si caratterizza per flogosi lenta e progressiva, con scarsa suppurazione e febbre non troppo alta. Useremo i punti 17CV, 23GB, 20BL, 2LR e, come formula, Gua Lou Niu Bang Zi Tang, con: Niu Bang Zi (Arctium lappa), Sang Ye (Morus alba) Ge Gen (Pueraria lobata), Gua Lou (Trichosanthes kirilowii), Kun Bu (Laminaria japonica) e Ling Zi (Ganoderma lucidum). Invece nel caso di Calore Tossico la febbre è elevata, il dolore espansivo ed urente, l'ascessualizzazione rapida. Useremo come punti 11LI, 37-39ST, 14GV in dispersione e, come formula, Xian Fang Huo Ming Yin (仙方活命飲), con¹⁸: Jin Yin Hua, Cen Pi, Chi Shao, Ru Xian, Mo Yao, Zhe Bei Mu, Tian Hua Fen, Fang Feng, Bai Zhi, Chuan Shan Jia, Zao Jiao Ci, Gan Cao. Sui punti di agopuntura, al fine di spegnere il Calore-Tossico (*Re Du*) si possono usare miscele (0,5% di ciascun rimedio) in olio d'oliva, di: Aglio, Levistico, Perpetuino, Palmarosa, Sedano e Viola odorata.

Interruzione della lattazione

La interruzione può risultare a volte necessaria, ma nella più parte dei casi è ingiustificata e motivata da ragioni erronee come false controindicazioni ad allattare, oppure per troncamento un allattamento difficoltoso (dolore, ingorghi) causato in realtà da errori di gestione ai quali non si

¹⁵ Vedi: <http://www.activeherb.com/bazhen/>.

¹⁶ Condizione di aumento di volume di uno o entrambi i seni, con indurimento e dolore diffuso alla palpazione. Il disturbo, dovuto principalmente al mancato drenaggio del seno, può essere risolto in qualche giorno incoraggiando la frequente suzione da parte del neonato per facilitare così lo svuotamento completo dei seni. A questo scopo può essere utile anche l'applicazione sui seni di impacchi caldo-umidi prima delle poppate. Gli impacchi freddi sono consigliati dopo la poppata per diminuire l'infiammazione. In qualche caso viene consigliato l'impiego di mezzi meccanici (tiralatte) per togliere il latte prima della poppata e agevolare così la suzione al bambino offrendogli un seno meno duro e teso. La suzione frequente rappresenta la prevenzione principale all'ingorgo mammario. In agopuntura attivare il sistema linfatico (che corrisponde al Triplice Riscaldatore) e la coppia Energia Sangue. Utili i punti 6TB, 17-22-39BL e 17CV. In farmacologia dare Jia Wei Er Miao Wan, contenente: Chuan Niu Xi, Gang Zu, Han Fang Ji e Huang Bai.

¹⁷ Si tratta di ferite (fissurazioni) che possono formarsi sul capezzolo o sull'areola anche dopo pochi giorni di allattamento, rendendolo particolarmente doloroso. La formazione delle ragadi è favorita, oltre che da fattori individuali di caratteristiche della cute, anche da una «tecnica» scorretta di offerta del seno al bambino. Nell'attaccarlo al seno è utile che la donna, aiutandosi con le dita, comprima leggermente la zona intorno al capezzolo per facilitarne l'entrata nella bocca del bambino; al termine della poppata il distacco del bambino dal seno può essere invece facilitato introducendo un dito fra le labbra del lattante. In qualche caso le ragadi si formano come conseguenza delle cosiddette manovre di "preparazione" del seno: prima del parto c'è chi consiglia di preparare il capezzolo con ripetuti esercizi di stiramento o applicazioni locali di alcool. Il risultato di queste manovre può essere però un danneggiamento dei tessuti, rendendoli in realtà più soggetti a traumatizzarsi sotto l'intensa e prolungata azione del bambino. La prevenzione e la cura delle ragadi è basata prevalentemente sulla corretta tecnica di allattamento. Usare localmente una preparazione contenente il 70% di miele, il 28% di cera d'api, l'1% di propoli e il restante 1% di estratto di Sophora flavonica Ku Shen, dotato di azione antibatterica ad ampio spettro e cicatrizzante (vedi: <http://www.dracoherbs.com/extracts%20facts/EF0301.htm>).

¹⁸ Vedi: <http://www.rootdown.us/Formulas/Xian+Fang+Huo+Ming+Yin?FormulaCategoryID=8>.

è professionalmente preparati a fare fronte. In assenza di informazioni complete e obiettive, in un contesto che spesso minimizza i vantaggi dell'allattamento al seno e nello stato di elevato coinvolgimento emotivo che spesso segue l'immediato post-partum, la donna spesso acconsente per poi realizzare solo qualche giorno dopo la non necessità dell'intervento e pentirsi della scelta, che era stata presentata come irreversibile. Nasce allora il tentativo di allattare ugualmente e la ricerca di un sostegno e di informazioni tecniche per tentare di recuperare l'allattamento troppo prematuramente abbandonato. Per questo motivo la scelta della Medicina Cinese è quella, secondo noi, da fare primariamente. Infatti la sicurezza, efficacia ed anche reversibilità degli effetti del farmaco di più recente utilizzo, la cabergolina, per la quale non sono ancora stati raccolti sufficienti dati clinici¹⁹ e l'aspetto etico relativo alla possibilità per la donna di fare una scelta realmente informata prima di essere sottoposta all'azione di questo farmaco, fanno sì, in molte donne incerte e casi dubbi, che la scelta migliore sia quella agopunturale ed erboristica. In agopuntura si usano, classicamente, i punti 41 e 37GB^{55 56}, punti prima (per trenta minuti) e poi moxati sino alla sensazione di calore profondo. Si trattano ogni giorno e, di solito, una interruzione si ottiene dopo 1-3 sedute. In erboristeria si usa, tre volte al giorno dopo i pasti, la formula Tu Huai San con questa composizione:

- Hong Hua(flos Cartami tinctorii)...3-9g
- Chi Shao (radix Paeoniae rubra)... 4.5-9g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)... 3-15g
- Chuan Niu Xi²⁰ (radix Cyathulae)... 6-15g

Si può anche usare Mai Ya (fructus Hordei vulgaris germinatus²¹) da solo, tre volte al dì, ogni volta alla dose di 40g. Il rimedio, dolce e neutro, agisce su Milza, Stomaco e Fegato, agendo selettivamente sul seno, bloccandone la secrezione latte, ma anche Muovendo il Qi.

¹⁹ La cabergolina è un derivato ergot, agonista D1/D2, emivita plasmatica 63/68 ore, biodisponibilità 60%, usato nel trattamento del morbo di Parkinson. Negli ultimi anni sono stati riportati casi di degenerazione fibrotica delle valvole cardiache (valvulopatie cardiache) in pazienti che assumevano pergolide (Nopar), cabergolina (Cabaser) e anche bromocriptina (Parlodel). La cabergolina viene indicata da diversi studi come efficace al 100% nel blocco della lattazione, qualora venga presa nell'immediato post-partum; la sua efficacia è invece molto ridotta se assunto, come invece a volte impropriamente viene fatto, a molti mesi dal parto allo scopo di interrompere una lattazione già avviata. Non ci sono tuttavia molte informazioni utili per quelle donne che, avendo assunto questo farmaco, desiderano nei giorni o settimane seguenti provare ad allattare ugualmente e ripristinare la produzione. Non è infatti noto il rapporto latte/plasma, e pertanto è difficile quantificare i rischi per il neonato che assumesse latte da una donna che ha assunto il farmaco, i livelli plasmatici dovrebbero essere piuttosto bassi e quindi i rischi contenuti. Né esistono sperimentazioni cliniche che documentino il tasso di successo nei tentativi di rilattazione dopo l'assunzione di cabergolina, anche se vi è una casistica aneddotta su donne che hanno conseguito un parziale o totale successo con un uso frequente di tiralatte o allattando spesso il bambino.

²⁰川牛膝



²¹

Da: <http://tcm.health-info.org/Herbology.Materia.Medica/maiya-properties.htm>.

Bibliografia

- ¹ Davis E.: Guide to Pregnancy and Birth, Ed. Taken from Heart & Hands A Midwife's, New York, 1997.
- ² Chiang X.: Jiang Fu Ren Song Meiling Nu Shi Yan Lun Xuan Ji, Chu Ban, Taipei, 1998.
- ³ Ziming C.: Fu ren Da Quan Liang Fang, Ed. Ren Min Wei Sheng Chu Ban She, Beijing, 1985.
- ⁴ AAVV: Beijing Fu Ren Da Xue Xiao Shi, Ed. Zhongguo She Hui Chu Ban She, Beijing, 2005.
- ⁵ Ju-Yi W.: Applied Channel Theory in Chinese Medicine Wang Ju-Yi's Lectures on Channel Therapeutics, Ed. Eastland Press, Seattle, 2008.
- ⁶ Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen - Volume VII - La camera del sangue: ginecologia e ostetricia in Medicina Classica Cinese., Ed. AMSA, Roma, 2007.
- ⁷ Fang-Pey C., Tzeng-Ji C., Yen-Ying K. et al.: Use frequency of traditional Chinese medicine in Taiwan, **BMC Health Services Research**, 2007, **7**:2-10.
- ⁸ Tomei S.: Agopuntura, controllo del dolore nella medicina occidentale, tesi di Fine Corso, Ed. SICA, Roma, 2007.
- ⁹ Cleavy S.: Fluid physiology and pathology in traditional Chinese medicine, ed. Helsevier Health Science, New York, 2003.
- ¹⁰ Wai-Chi C. S., Levy V., Chung T., Lee D.: A qualitative study of the experiences of a group of Hong Kong Chinese women diagnosed with postnatal depression, *Journal of Advanced Nursing*, 2002, **39**(6):571-579.
- ¹¹ Morandotti R.: Ginecologia I e II, <http://www.paoloevangelista.it/materialeDidatticosowen/Ginecologia.pdf>, 1998.
- ¹² Reid D., Dexter C., Huang J.: The Complete Book of Chinese Health & Healing: Guarding the Three Treasures, Eed. Shamballa, New York-London, 1994.
- ¹³ Delliere M.: Obstetrique et Acupuncture, *Mér.*, 1988, **83**:163-176.
- ¹⁴ Strand M.A., Perry J., Guo J., Zhao J., Janes C.: Doing the month: rickets and post-partum convalescence in rural China, *Midwifery*, 2009, **25**(5):588-596.
- ¹⁵ Raven J.H., Chen Q., Tolhurst R.J., Garner P.: Traditional beliefs and practices in the postpartum period in Fujian Province, China: a qualitative study, *BMC Pregnancy Childbirth*, 2007, **21**;7:8-12.
- ¹⁶ Yuxin P., Petula S.Y., Lun N.M.: Studies on women's sexuality in China since 1980: a critical review, *J Sex Res*, 2007, **44**(2):202-212.
- ¹⁷ Liu N., Mao L., Sun X., Liu L., Chen B., Ding Q.: Postpartum practices of puerperal women and their influencing factors in three regions of Hubei, China, *BMC Public Health*, 2006, **6**:274-280.
- ¹⁸ Cheung N.F.: Choice and control as experienced by Chinese and Scottish childbearing women in Scotland, *Midwifery*, 2002, **18**(3):200-213.
- ¹⁹ Cheung N.F.: Chinese zuo yuezi (sitting in for the first month of the postnatal period) in Scotland, *Midwifery*, 1997, **13**(2):55-65
- ²⁰ AAVV: Natural Medicines Comprehensive Database, Ed. Therapeutic Research Faculty, Stockton, 2003.
- ²¹ Di Stanislao C., Corradin M., D'Onofrio T.: Note di Fitoterapia Generale ed Energetica con Principi Occidentali, policopie, ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
- ²² Appleby L. et al.: Depression in pregnant and postnatal women: an evidence-based approach to treatment in primary care, *BJGP*, 1999, **44**: 780-785.
- ²³ Shou-Zhong Y., Da-Wei L.: Fu Qing-Zhu's Gynecology, Ed. Blue Poppy Press, Boulter, 2003.
- ²⁴ Lanza V.: Forme Epilettiche in gravidanza e nel peripartum, <http://anestit.unipa.it/gtai/ostetric/epilit.htm#c6>, 1997.
- ²⁵ Bjerkedal T., Bahna S.L.: The course and outcome of pregnancy in women with epilepsy, *Acta Obstet. Gynecol. Scand.*, 1973, **52**:245-248.
- ²⁶ Di Stanislao C.: Dietetica e Fitoterapia in Medicina Cinese, CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2008.
- ²⁷ Kespì J.M.: Les douleurs aiguës: physiologie et treatment, *Rev. Fr. D'Acupunct.*, 1992, **71**: 20-36.
- ²⁸ Auteroche B., Gervais G., Auteroche M., Navailh P., Touikan F.: Pratique des Aiguilles e de la Moxibustion, Ed. Maloine, Paris, 1989.
- ²⁹ Di Stanislao C., Palermo P.: Terapia analgesica mediante agopuntura ed omeopatia nel dolore perineale del postpartum, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_2002/Dolore_perineale_post-partum.htm, 2002.
- ³⁰ Dehli T.: Five Branches Institute Gynecology Class, Ed. California Graduate School of Traditional Chinese Medicine, Santa Cruz, 2009.
- ³¹ Suri R. et al.: Managing psychiatric medications in the breast-feeding woman, <http://www.medscape.com/Medscape/womens.health/1998/v03.n01/wh3062.suri/wh3062.suri.html>, 1998.
- ³² Di Diodoro D.: Neomamme depresse possono allattare, <http://www.occhioclinico.it/occhio/casi/1198com.html>, 1998.

- ³³ AAVV: DSM-IV per la Medicina Generale. Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali. Ed Italiana di Primary Care Version, ed. Masson, Milano, 1997.
- ³⁴ Di Stanislao C.: Argomenti di Medicina. Il dialogo e l'integrazione fra culture e modelli, Ed. Fondazione Silone, Roma-L'Aquila, 2005.
- ³⁵ Di Stanislao C.: Le Metafore del Corpo: dal simbolo alla terapia. Percorsi integrativi di medicina naturale, Ed. CEA, Milano, 2004.
- ³⁶ Stahl S.M.: Psicofarmacologia essenziale. Basi neuroscientifiche e applicazioni pratiche, Ed. Centro Scientifico, Milano, 2002.
- ³⁷ Pancheri P. et al.: Trattato italiano di psichiatria, Ed. Masson, Milano, 1993
- ³⁸ Rossi E.: Shen. Aspetti psichici nella medicina cinese: i classici e la clinica contemporanea, Ed. CEA, Milano, 2002.
- ³⁹ Corradin M., Di Stanislao C.: Lo Psicismo in Medicina Energetica, Ed. AMSA, L'Aquila, 1995.
- ⁴⁰ Hsiao L., Hsiao E. Shu-Wu W.: The Origin of Wen Dan Tang, <http://www.acupuncturetoday.com/mpacms/at/article.php?id=31631>, 2007.
- ⁴¹ Han J.: The original source of the Wen Dan Tang, Hai Bei Zhong Yi, 2005, 27(10):786-787.
- ⁴² Wang Y.C.: The name and indication of Wen Dan Tang, Beijing Zhong Yi Xue Yuan Xue Bu, 1993,16(4):2-6.
- ⁴³ Xue J.: Nei Ke Zhai Yao, Ed. Nanjing Shi, Nanjing, 1985.
- ⁴⁴ Scarsella S., Bottalo F.: Gui Pi Tang - Ginseng e Longan, <http://www.gmt2000.it/rivista/004car/riv4art6.htm>, 1995.
- ⁴⁵ Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen. Volume XI Il SU WEN: Studio N.1. Ed. Xin Shu, Roma, 2009
- ⁴⁶ Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen, VIII Lezione I disturbi dello Shen: lo psicismo in medicina classica cinese, Ed. Xin Shu, Roma, 2008.
- ⁴⁷ Balzola M.A., Calandra B., Brotzu R.: Oltre il Labirinto. Percorsi di Medicina Complementare in Psichiatria, Ed. Il Colibrì, Torino, 20007.
- ⁴⁸ Fruehauf H.: Commonly Used Chinese Herb Formulas for the Treatment of Mental Disorders, <http://www.herblodoc.com/mental.htm#Depression>, 1998.
- ⁴⁹ Heng-sheng W., Cheng-xiang W.: New Applications for Wen Dan Tang (Warm the Gallbladder Decoction); Four Clinical Cases, Shanxi Journal of Chinese Medicine, 1997, 5: 49-50.
- ⁵⁰ Wiseman N., Wilms S. and Ye F.: Jin Gui Yao Lue - Essential Prescriptions of the Golden Coffin, ed. Paradigm Publication, Seattle, 2008.
- ⁵¹ AAVV: She Hui Xue Yu Ren Kou Wen Ti, Ed. Tianjin Ren Min Chu Ban She, Tianjin, 1985.
- ⁵² Yuen J.C.: Essential Oils Materia Medica in TCM, Ed. Swedisch Institute of Oriental Medicine, New York, 2000.
- ⁵³ De Berardinis D.: Una strana ipogalattia, <http://agopuntura.myblog.it/archive/2008/06/20/una-strana-ipogalattia.html>, 2009.
- ⁵⁴ Ligabue M.B.: La Medicina Tradizionale Cinese: valido aiuto alla donna che allatta, <http://www.scuolatao.it/documenti/articoli/lattazione.doc>, 2008.
- ⁵⁵ De Berardinis D.: Ginecologia e Ostetricia in Medicina Classica Cinese, con Prefazione di D'Onofrio T. Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
- ⁵⁶ Konopachi D.: Punto per Punto. Dall'anatomofisiologia alla Clinica in Agopuntura e Auricoloterapia, CD ROM, Ed. AMSA, Roma, 2004.

S.I.d.A.¹

Scuola Italiana di Agopuntura

Agopuntura nel parto e nel post-partum

Dante De Berardinis

d.deberardinis@agopuntura.org

¹ Il modello della S.I.d.A. viene spiegato attraverso i casi clinici pubblicati nel blog: <http://www.myblog.it/>

Sommario Il parto è la naturale conclusione di quell'evento fisiologico della vita femminile che è la gravidanza. In varie condizioni critiche l'agopuntura può risultare d'aiuto, molto spesso è risolutiva. Si prendono in esame le condizioni più frequenti ed i trattamenti più efficaci, nella verifica anche personale, di questa particolare condizione.

Parole chiave: agopuntura, parto, post partum.

Abstract The birth is the natural conclusion of that physiological event in life of women which is pregnancy. In several critical conditions acupuncture can be helpful, often can be decisive. The most frequent conditions and the most effective treatments are considered, along with a personal check upon this particular condition.

Keywords: acupuncture, childbirth, postpartum

Bisogna premettere che il parto è un atto fisiologico. L'agopuntura tende a diminuire i disturbi a partire dal dolore, dall'ansia e quindi a favorire lo svolgimento fisiologico¹.

Il parto naturale avviene dopo 280 giorni di gravidanza, è il tempo che la luna impiega a compiere 10 giri completi intorno alla terra².

Questo dettaglio sottolinea l'importanza del Dai Mai che è "il grande organizzatore esterno, cosmico, dell'uomo, interviene in tutte le creazioni e li lega all'ordine del cielo"^{3 4}.

È stato osservato che il numero dei parti aumenta durante la luna nuova e questo è mediato dal Dai Mai⁵.

Al termine della gravidanza il feto è maturo ed il suo SJ è pronto a ricevere il Qi del cielo posteriore (Hou Tian, 後天)⁶.

Preparazione al parto

Nelle 4 settimane prima del parto è bene preparare la paziente con delle sedute settimanali di agopuntura sia per trattare eventuali problemi esistenti sia per prevenire quelli che si potrebbero manifestare.

Prima di cominciare la preparazione alla nascita bisogna curare eventuali altri sintomi presenti⁷:

- Astenia, spesso è un vuoto di Jing di rene: BL 52
- Insonnia da vuoto di Yin di rene , BL 52
 - o Da stress: Lr 14
 - o Da paura del parto: CV 17 mx, Ht 7
- Naso chiuso²: GB 4, BL 42, BL 67 e a volte : GB 20, BL 10.
- Emorroidi: GV 20, BL 60, BL 67
- Dolore da contrazione uterina: punti Liao da BL 32 a BL 35
- Il punto BL 67 all'opposto in moxa calma i dolori pelvici da cattivo posizionamento della testa del feto posizionata verso destra o verso sinistra.
- Edemi per eccesso di ritenzione idrica: BL 39. Se non è efficace: Ki 7, Sp 9 associati a BL 60 se edemi ai genitali.
- Infezioni vaginali: Sp 10, Sp 11.

² Sintomo frequente che causando ipossia determina astenia molto tenace.

•

In ogni caso se alla fine della gravidanza qualcosa non va si consiglia di pungere il punto Lr 14: Qi Men. Il punto è indicato in tutti i problemi della fine di un periodo Yin e la gravidanza è un periodo Yin⁹.

Preparazione del perineo

La preparazione del perineo va effettuata 15 giorni prima del termine. Il punto specifico è BL 35¹⁰. La puntura si affetta a paziente sdraiata su di un fianco e le ginocchia raccolte. L'ago va tenuto da 20 minuti a 30 minuti.

Preparazione della funzione uterina

Per preparare la funzione di contrazione uterina bisogna iniettare lo Yang nella pelvi attraverso i punti Liao¹¹:

- BL 31, inietta lo Yang nella pelvi per far circolare lo Yin
- BL 34, inietta lo Yang per muovere lo Yin
- BL 33, assicura la libera circolazione dello Yang e dello Yin nella pelvi
- BL 32, apre lo Yang pelvico verso l'esterno

Questi punti si possono pungere singolarmente scegliendo quelli più dolenti alla palpazione ma anche con un ago lungo si punge il punto BL 31 e sottopelle si arriva al punto BL 34.

I punti Liao si devono pungere^{12 13}:

- A. Nel dolore lombare prima della rottura delle acque
- B. Quando ha rotto le acque ma le contrazioni sono deboli o troppo irregolari. In questi casi si aggiunge il punto CV 4 orientato verso il basso verso il CV 3. Si facilita così la discesa del Qi e la dilatazione del collo uterino.
- C. Un altro punto da aggiungere è il GB 44. Le contrazioni uterine in gravidanza sono controllate dallo Shao Yang, appena iniziano le contrazioni GB 44 viene usato per stimolarle.

Agopuntura durante il parto

L'agopuntura si rivela molto efficace anche durante il travaglio per correggere eventuali anomalie^{14 15}. Quando si è praticata una buona preparazione al parto il nostro intervento risulta relativamente facile ed è più efficace^{16 17}.

Soprattutto quando sono stati già trattati il vuoto di rene o di milza che spesso incontriamo nella pratica clinica.

Meglio allora se abbiamo trattato i seguenti problemi già prima del parto^{18 19 20}.

Segni di vuoto di Rene:

- Gravidanze ravvicinate, precedenti aborti spontanei, difficoltà di avviamento della gravidanza, gravidanza ottenuta con la fecondazione assistita.
- Segni generali: sete, pomelli rossi, lingua rossa, senza patina. Polso rapido.

Segni di vuoto di Milza:

- Alimentazione insufficiente nei giorni precedenti
- Sonno insufficiente nell'ultimo periodo
- Astenia, colorito pallido, polso vuoto, lingua molle con impronte dei denti²¹.

Segni di vuoto di Qi e Xue:

- Quando si ha la rottura prematura delle membrane. La perdita delle acque si accompagna ad una notevole perdita di Qi.

Ristagno di Qi:

- Primipara
- S. premestruale con difficoltà all'inizio del ciclo mestruale nell'anamnesi
- Eccesso di sentimenti, insonnia con risvegli alle 3 del mattino, cefalea da fine settimana, crampi muscolari, astenia al mattino.

Si possono trattare con agopuntura le seguenti sintomatologie²².

Dolore con dispnea

Se la Wei Qi non scende durante il parto per disturbi respiratori compare una sintomatologia dolorosa:

- 1- Dolori in alto: SP1 LU11, punti ting del Tai Yin
- 2- Dolore addominale: HT 9 KI 1, punti ting dello Shao Yin
- 3- Dolore pelvico: LR 1 PC 9, punti ting dello Jue Yin

In questi casi si ritiene necessaria anche una buona respirazione.

Dolore lombare

Il dolore è spesso lombare o lombo-sacrale anche se raramente può essere anche dorso-lombare.

Il trattamento si avvale del punto BL 32, sulla proiezione del secondo forame sacrale. E' importante la localizzazione precisa del punto che si trova circa due dita sotto la linea che congiunge le due fossette. Palpare con le dita e assicurarsi che il dolore diminuisca con la stessa palpazione.

Se dopo adeguata manipolazione non ci sono risultati si può provare ad aggiungere BL 60.

Dolore addominale e laterale

In questi casi il dolore si irradia lungo i meridiani di St, GB, Ki, Sp, Lr. I punti più spesso utilizzati cercando con la palpazione sono:

- St 30, St 27
- CV 2, CV 3, CV 4,
- GB 26, GB 27, GB 28

A questi punti si possono aggiungere i punti Jing (pozzo) già ricordati. A volte il dolore si allevia trattando le distocie.

Distocie

Le distocie sono spesso la causa dei dolori anteriori. In medicina occidentale le distocie vengono suddivise in:

A. Distocie uterine:

- o Ipocinesie
- o Ipercinesie
- o Ipertonie, anormale prolungamento delle contrazioni
- o Aritmia contrattile
- o Inefficacia delle contrazione apparentemente normali.

B. Distocie cervicali:

- o Distocie cervicali funzionali (le più frequenti)
- o Distocie cervicali anatomiche (stenosi cicatriziali, ecc.)

In MTC la distocia viene definita “parto stagnante”^{23 24}.

I punti più spesso utilizzati sono²⁵:

- St 36, Li 4, Sp 6

I punti consigliati dal Dr. Remp:

- BL 67, BL 60
- + BL 20, BL 21, BL 23 nei casi di vuoto di Qi
- BL 32, se dolori lombari e la rottura delle acque è già avvenuta.

Il ristagno di Qi e Xue si caratterizza per delle contrazioni uterine associate ad un collo uterino che stringe e che sembra non dilatabile e le contrazioni divengono più dolorose.

In questi casi i punti proposti sono:

- Lr 3 , associato a CV 4 in direzione di CV 3
- Sp 6
- GB 34

Il dr. Remp consiglia:

- Lr 3 + CV 4
- Eventualmente si aggiunge GB 34, Lr 2
- Ht 7 in direzione Ht 5 nelle distocie ribelli

Discesa del feto

A volte la testa del feto rimane troppo in alto.

La terapia si avvale del punto BL 67 + BL 60. In caso di insuccesso (dopo circa 10 minuti) si punge il punto Lr 14.

Dilatazione del collo uterino

La dilatazione della cervice uterina risuona sullo Yang Ming, se le contrazioni sono valide ma il canale del parto non si è dilatato si usa il punto ST 45 .

Il punto locale più efficace è CV 4 in direzione di CV 3 e si può aggiungere Lr 3 in direzione di Ki 1.

Questi punti si usano anche nella preparazione, prima del travaglio, e per trattare la dilatazione del collo quando questi non si dilata a sufficienza.

Altri punti sono stati già citati: Lr 3, (spasmi uterini), + Lr 2, GB 34

Il perineo²⁶

Per ammorbidire il perineo si usa il punto Sp 6 verso l'alto così si sbloccano tutti i tre meridiani yin del basso che passano per il perineo.

Il dr Remp ricorda che la puntura non è sempre efficace ma comunque ne vale la pena.

Quando ci si trova dopo il termine della gravidanza e bisogna stimolare il parto si può tentare con i punti²⁷:

- Sp 6, Ki 4, GB 44 (per attivare le contrazioni uterine)

In caso di insuccesso si può tentare (come consigliato da dr. Kespi) con:

- GB 25, messa in movimento dello Yang
- GB 21, ha la funzione di abbassare il Qi

Post partum

Dopo il parto si usa GV 10 e LI 7³ per purgare il sangue della puerpera. Il GV 10 corrisponde anatomicamente alla radice vertebro-toracica del diaframma, dove è localizzato il Mo Yuan o calore tossico fetale che poi entrerà nel Dai Mai.

Post partum

- Il deficit di Xue e Qi produce freddo e tristezza
- Durante il parto la wei qi va verso l'interno ed espone la madre ad attacco di Xie al polmone = depressione. Tonif. Qi di Lu (Lu9)
- Il freddo penetra e colpisce la milza = prolasso uterino o vescicale
- T > Lv1mx, Sp5

Durante il post partum si verifica una naturale perdita di sangue, a cui si associa una interiorizzazione della Wei Qi. Tutto questo favorisce la penetrazione di energie perverse esterne, soprattutto il freddo.

Se il freddo colpisce il polmone compare tristezza e depressione. In questo caso si deve tonificare l'energia del polmone con LU 9 con moxa e ago.

Se il freddo colpisce la milza compaiono i prolassi uterini o vescicali post partum.

Si tratta LR 1 in moxa e SP 5⁴.

Per favorire l'espulsione della placenta si usano i punti: Li 7, GV 10²⁸.

Emorroidi

Le emorroidi rappresentano un problema frequente del post partum. La dilatazione del perineo, episiotomia favoriscono una crisi emorroidaria caratterizzata da dolore con difficoltà a sedersi e a deambulare.

GV 20 è il punto che si è rivelato più efficace con miglioramento della situazione anche 2 ore dopo la seduta.

³ Trattamento che si usa anche per placenta ritenuta.

⁴ SP 5 ha azione di salita nei confronti degli organi.

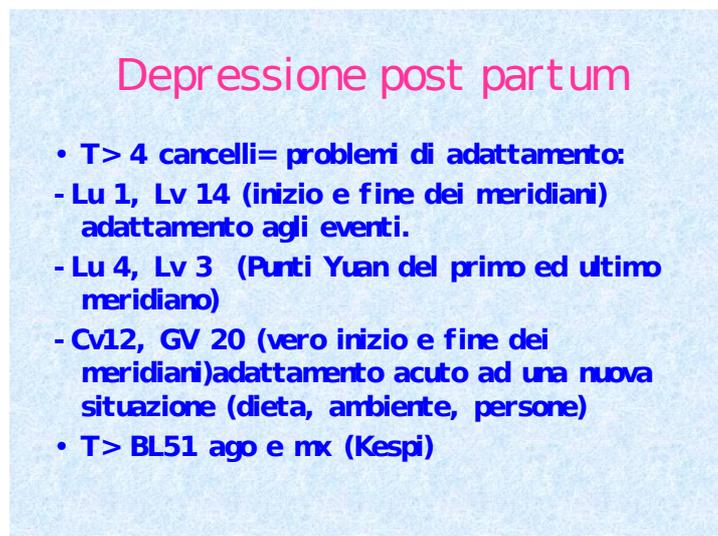
Cicatrice da episiotomia

In questo caso al punto GV 20 si aggiungono Sp 6 e i punti Jing pozzo dei meridiani Yin del basso: Lr 1, Sp 1, Ki 1.

Un'altra possibilità consiste nel pungere il meridiano curioso Chong Mai con i punti: St 30, Sp 4²⁹.

Occorrono con poche sedute assistiamo per facilitare la cicatrizzazione del perineo.

Depressione del post partum



La depressione post-partum compare spesso al momento della montata latte al secondo o terzo giorno dopo il parto. Si tratta con il punto Si 1 che oltre a favorire la lattazione previene la depressione. Si consiglia, quindi, di pungere sistematicamente il punto Si 1 il secondo giorno dopo il parto.

Nella depressione post partum è descritta anche la terapia cosiddetta dei 4 cancelli. Possono essere³⁰:

- 1- LU 1 LR 14, inizio e fine dei meridiani
- 2- LU 4 LR 3, punti yuan del primo e dell'ultimo meridiano
- 3- CV 12 GV 20, inizio reale del sistema dei meridiani.

Kespi consiglia BL 51 con ago e moxa. L'esperienza clinica ha dimostrato l'enorme efficacia di questo trattamento.

Edemi

Gli edemi che persistono anche dopo il parto si possono trattare con³¹:

1. BL 39 (S.I.d.A.)
2. Sp 9, CV 9
3. Sp 2-Sp 3
4. Punto curioso uno cun dietro il punto Sp 6

5.

Contrazioni uterine dolorose

Spesso è sufficiente CV4, miglioramento in circa 4 ore.

Altri punti consigliati^{32 33}: Ki 14, St 29, St 30, BL 30, BL 31, BL 32.

Turbe degli sfinteri

Il dolore e le sequele funzionali degli sfinteri , a meno di lesioni gravi da trattate chirurgicamente si possono trattare con la combinazione Lr 2, CV 3.

Bibliografia

- ¹ Laurent D. : La pratique de la psychologie en Medecine Traditionnelle Chinoise Ed. Guy Trédaniel, Paris, 1978.
- ² Chamfrault A., Nguyen V.N. : Traité de Medecine Chinoise, Tome VI, L'energetique humaine en medecine chinoise, Ed. Chamfrault, Angouleme, 1981.
- ³ Kespi J.M.: "L'Acupuncture". Ed. Maisonneuve, Moulin les-Metz, 1982
- ⁴ Schatz J., Larre C., Rochat De La Vallée E. : Les Seminaires de l'Ecole Europeenne d'Acupuncture, premiere cycle: les energies du corps, Ed. SoWen, milano, 1979.
- ⁵ Salagnac B. : Naissance et acupuncture, Ed. SATAS, Bruxelles, 1998
- ⁶ Gulì A.: Le Acque Lunari. La medicina cinese e la donna, Ed. Xenia, Milano, 1998.
- ⁷ Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen - Volume VII - La camera del sangue: ginecologia e ostetricia in Medicina Classica Cinese., Ed. AMSA, Roma, 2007
- ⁸ De Berardinis D.: Armonia dei punti, Ed. AMSA, Roma, 2001.
- ⁹ Sciarretta C.: Lezioni di agopuntura, Vol III, Ed. AMA, Ancora, 1983.
- ¹⁰ De Berardinis D.: Ginecologia e Ostetricia in Medicina Classica Cinese, con Prefazione di D'Onofrio T., Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
- ¹¹ Kespi J.M.: Cliniques, Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1989.
- ¹² Rempp C., Bigler A.: La pratica dell'agopuntura in ostetricia, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2000.
- ¹³ Lanza U.: Agopuntura Classica, Vol III, Terza edizione riveduta e corretta, Ed. Rivista Italiana di Medicina Orientale, Luserna S.G. (TO), 1981.
- ¹⁴ Vallette C., Niboyet E. H., Jarricot H.: L'agopuntura in ginecologia e ostetricia Ed. Marrapese, Roma, 1982. .
- ¹⁵ Timon A.: L'Acupuncture, Ed. Maisonneuve, Paris, 1980.
- ¹⁶ Xingrong Y.: Traditional Chinese Medicine-A manual from A-Z, Ed. Verlag, Berlin, 2003.
- ¹⁷ Darras J.C.: Trattato di Agopuntura, Tome III, Patologia Diagnostica, Ed. Pluridimensione, Bologna, 1983.
- ¹⁸ De Berardinis D., Di Stanislao C., Corrasdin M., Brotzu R.: Organi e Visceri in Medicina Cinese. La fisiologia, la clinica, la terapia, Ed. Sanli/Bimar, Roma, 1992.
- ¹⁹ Ross J.: Zang Fu. The Organs System in TCM, Ed. Churchill-Livingston, Edimburgh, 1983.
- ²⁰ Roustan C.: Traité D'Acupuncture Zhen Jiu Xue, Vol III, Ed. Masson, Paris, 1980.
- ²¹ Di Stanislao C., Corradin M., Brotzu R.: La diagnosi in Medicina Cinese, CD-ROM, Ed. AMSA, Roma, 2009.
- ²² Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen - Volume XI IL SU WEN: studio N.1, Ed. Xin Shu, Roma, 2009.
- ²³ Maciocia G.: Ostetricia & Ginecologia in Medicina Cinese, Ed. Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2002.
- ²⁴ Auteroche B.: Acupuncture en gynécologie et obstétrique, Ed. Maloine, Paris, 1996.
- ²⁵ Stux G., Hammershalg R.: Clinical Acupuncture, Ed. Verlag, Berlin, 2001.
- ²⁶ Di Stanislao C.: Le Metafore del corpo: dal simbolo alla terapia. Percorso integrati di medicina naturale, Ed. CEA, Milano, 2004.
- ²⁷ Perrey S.: Les Points, polycopie, Voll I-III, Ed. AFA, Paris, 1988.
- ²⁸ Kespi J.M.: L'homme e ses symboles en médecine traditionnelle chinoise, Ed. Albin Michel, Paris, 2002.
- ²⁹ Corradin M. et al.: Meridiani e Visceri Curiosi, Ed. AMSA, Roma, 2001.
- ³⁰ Yuen J.C.: Enegetica Generale, ed. AMSA, Roma, 1997.
- ³¹ Corradin M., Di Stanislao C., De Berardins D., Bonanomi F.: Diagnosi e Terapia Tipologica in Medicina Cinese, Ed. CEA, Milano, in press.
- ³² Stipp D., Wagstaff S.: Tsubo-Acupoint Encyclopedia, CD ROM, Ed. Verlag, Berlin, 2002
- ³³ Guillaume G., Chieu M.: Dictionnaire des Points D'Acupuncture, Voll I-II. Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1997.

Erboristeria cinese nei disturbi gravidici

Rosa Brotzu

r.brotzu@agopuntura.org

Giuliana Franceschini

g.franceschini@agopuntura.org

Tiziana D'Onofrio

tiziana@centroido.it

Carlo Di Stanislao

c.distanislao@agopuntura.org

"La via del fare è l'essere"

Lao Tzu

"Sono tre le arti connesse a tutte le cose: una che usa, un'altra che fa, e una terza che imita le prime due"

Platone

Sommario Vengono descritti i trattamenti, in relazione alle diverse condizioni, dei più comuni disturbi lievi o severi in corso di gravidanza. Oltre ad una premessa che mette in guardia sui pericoli dell'uso di piante medicinali in gravidanza, per ogni condizione clinica si precisano anche le strategie preventive legate a condotte di vita e particolari schemi alimentari.

Parole chiave: gravidanza, patologie gravidiche, erboristeria cinese.

Abstract Various treatments are described, with respect to different conditions, for the most common slight or severe disorders during pregnancy. In addition to an introduction which warns about the dangers of the use of medicinal plants in pregnancy, for each clinical condition preventive strategies, related to life behaviours and specific food schedules, are specified.

Keywords: pregnancy, gestational illnesses, chinese herbal medicine

Già in passato ci siamo occupati della possibilità di trattamento con agopuntura di problemi legati alla gravidanza, sia in senso generale (1-2) che inerenti disturbi singoli (3-4) ed ancora, dell'impiego sia di massaggio tuina (5) che di integrazione fra agopuntura ed omeopatia (6), in questo particolare periodo della vita femminile. Mentre vi sono studi molto convincenti relativi alla modalità di diagnosi e selezione differenziata di punti e dei Meridiani (7) ed esperienze scientifiche significative circa l'azione positiva della stimolazione dei punti di agopuntura¹, non vi sono ragguardevoli ricerche critiche sull'impiego di formule erboristiche che, da sempre, appartengono al patrimonio medico e culturale cinese (8). In primo luogo va ricordato che molte piante sono abortive ed altre potenzialmente tali e l'elenco delle stesse² era già praticamente completo nei classici ginecologici del periodo Ming (明朝), durante il XVI secolo³ (9-12). Va qui anche ribadito che, spesso, i rimedi a base di erbe e piante medicinali sono utilizzati con più leggerezza, poiché vengono ritenuti privi di rischi, mentre, nella realtà, possono risultare nocivi sia direttamente che per interazione con i farmaci. In caso di gravidanza o allattamento bisogna prestare ancor più attenzione: particolari sostanze di certe erbe possono attraversare la placenta e causare danni più o meno gravi alla futura mamma o al piccolo. In generale vanno evitati alcuni rimedi abortivi o teratogenetici anche non dell'erboristeria cinese⁴ e, comunque, è sempre meglio somministrare erbe dopo la undicesima settimana, al fine di ridurre al minimo il rischio di teratogenesi⁵ (13-18). Va infine detto, in linea generale, che l'orientamento della moderna fitoterapia, applicato anche ai rimedi erboristici tradizionali, è quello di accertare la sicurezza delle droghe utilizzate: indagini precise con prove di tossicità, di teratogenesi (per controllare l'innocuità per il feto), di carcinogenesi (per evidenziare un eventuale effetto cancerogeno) e le possibili interferenze con altre terapie farmacologiche, debbono essere richieste e valutate dai medici nella prescrizione dei diversi prodotti (19-21). In linea generale, poi, a scopo prudenziale, sono opportune terapie brevi ed intervallate, con periodi consecuti di impiego non superiore alle 2 settimane ed affidate a medici con esperienza specifica. Vogliamo qui segnalare che nella nostra esperienza ed in quella di altri AA (22-23) sono soprattutto i disturbi con forte componente emotiva e mentale che rispondono al trattamento erboristico, spesso con risultati conseguiti in breve e stabili nel tempo. La gravidanza si riconduce ad un particolare stato mentale che determina turbe sia delle emozioni che dei sentimenti, le quali provocano alterazioni dei movimenti di energia contro cui sia le tecniche esterne, ma soprattutto le piante medicinali si dimostrano di grande efficacia (8, 24-26).

¹ Leggi <http://www.cieloposteriore.it/148-agopuntura-gravidanza.html>.

² Leggi on line su: <http://tcm.health-info.org/Herbology.Materia.Medica/herb.categories/Contraindicated%20Herbs%20For%20Pregnancy.htm>.

³ Detto anche "Grande Impero dei Ming (大明帝国)". Questo è il periodo degli scambi culturali fra Cina ed Europa, favoriti dal dotto gesuita Matteo Ricci, noto in Cina come Li Madou ed è anche il periodo in cui viene pubblicato lo strano romanzo *Chin P'ing Mei*, di Autore non ben individuato, se non in gustosi tratti leggendari (alla stesura del romanzo avrebbe presieduto un pazientissimo intento di vendetta), che con stupefacente vis narrativa ha dato alla letteratura mondiale una storia, o meglio una serie di storie che, da noi, costituirebbero, senza esagerazione, materia di una cinquantina di romanzi. Il testo, che riferisce anche delle tradizioni curative erboristiche in campo ginecologico, si basa su una insistita e variegata rappresentazione dell'eros, come cifra di fondo di una concezione della vita che riporta noi europei a quell' "aura" già altrimenti apprensibile dai grandi esempi letterari del nostro retaggio classico, a quelle epoche cioè in cui ad Eros, secondo una nota sentenza, non era stato ancor fatto trangugiare il veleno.

⁴ Vedi elenco in http://www.universonline.it/_gravidanza_ed_allattamento/erbe_pervinca.php.

⁵ Il termine indica lo sviluppo anormale di alcune regioni del feto durante la gravidanza, che si traduce nella nascita di un bambino che presenta gravi difetti congeniti.

Nausea, vomito ed ipersalivazione

Nausea, vomito e ipersalivazione sono probabilmente causati dalla Gonadotropina Corionica⁶ (HCG) e sono più frequenti nei primi tre mesi di gravidanza (con un picco al secondo mese) e nelle gravidanze gemellari. Sono preceduti da un senso di vuoto allo stomaco, più accentuati al mattino e possono essere scatenati dalla vista o dall'odore di particolari cibi o sostanze. Spesso si associano a cambiamento del gusto e ad un apparente aumento della salivazione, in quanto la donna non riesce a deglutire la saliva normalmente prodotta dalle ghiandole salivari (condizione detta ptialismo). Paradossalmente vengono chiamati disturbi simpatici, dal nome del sistema nervoso autonomo (o sistema simpatico) che li regola (27-28). Fattori psicologici negativi tendono ad accentuarli e, di solito, scompaiono dopo il primo trimestre. Il periodo più critico, soprattutto nelle primipare, è fra la VII e la XI settimana e poiché le forme usate non sono a rischio teratogenetico, sono usabili anche in queste fasi precoci dello sviluppo embrionale (29). Le cause sono essenzialmente due: o controcorrente dell'Energia del Fegato o Flegma-Calore che invade il TR-Medio (30-31). Nel primo caso si usa la formula Su Ye Huang Lian Tang, che sblocca il Qi di Fegato e combatte il *Qini* di Stomaco. Essa deriva dalla formula sedativa *Huang Lian Wen Dan Tang*, composta da *Rhizoma Coptidis Chinensis (Huang Lian)*, 6g, *Caulis Bambusae In Taeniis (Zhu Ru)*, 12g, *Fructus Citri Aurantii (Zhi Ke)*, 12g, *Rhizoma Pinelliae Ternatae (Ban Xia)*, 6g, *Sclerotium Poriae Cocos (Fu Ling)*, 12g, and *Pericarpium Citri Reticulatae (Chen Pi)*, 6g; più aggiunta di *Fructus Gardeniae jasminoidis (Zhi Zi)* e *fructus Forsythiae suspensae (Lian Qiao)*. Nel caso, raro ma possibile, di vomito serale o notturno ed insonnia, si possono aggiungere *radix Polygalae tenuifoliae (Yuan Zhi)*, *cortex Albizziae julibrissinis (He Huan Pi)*, *caulis Polygoni multiflori (Ye Jiao Teng)* e *semen Zizyphi spinosae (Suan Zao Ren)* (32). Nel caso di Flegma-Umidità (per turbe psichiche protratte o alimentazione errata), nausea e vomito si associa a sensazione di distensione toracica, palpitazione e senso di catarro in gola. Per armonizzare lo Stomaco ed eliminare il Flegma-Calore si usa la formula *Xiao Ban Xia Jia Fu Ling Tang*, che è più compliant se dato in cp, secondo la seguente composizione percentuale:

- Ban Xia (Pinella ternata rhizoma)...45.5%
- Sheng Jiang (Zenzero fresco)...36.4%
- Fu Ling (Poria cocos sclerotium)...18.1%

Utile inoltre seguire alcune regole generali di vita (22-31):

1. Evitare i liquidi, soprattutto a colazione e a stomaco vuoto
2. Ingerite cibi secchi, come biscotti, fette biscottate e crackers
3. Non mangiate cibi non graditi, anche se fanno bene. È facile ad esempio che si sviluppi un'avversione per la carne
4. Cercare di fare pasti piccoli e frequenti
5. Cambiare ambiente! Spesso, infatti, le persone vicine con le loro attenzioni e premure finiscono per peggiorare questi sintomi.

Pirosi gastrica

Si deve al progesterone che rallenta lo svuotamento gastrico, ma è accentuata dalla dislocazione prodotta sullo stomaco dall'utero gravidico e, pertanto, più intenso nel terzo trimestre. Può associarsi e dolore retrosternale per reflusso gastroesofageo. Come rimedi semplici occorre consigliare:

- Di assumere piccoli pasti nella giornata

⁶ Come suggerisce lo stesso nome, si tratta di un ormone appartenente alla famiglia delle Gonadotropine: come l'LH (l'ormone luteinizzante) e l'FSH (l'ormone follicolo-stimolante). Tutti e tre agiscono sulle gonadi femminili, ossia le ovaie. E' una che svolge un ruolo fondamentale - nelle prime fasi della gravidanza - nel mantenere attivo il corpo luteo, formatosi in seguito all'ovulazione. Quest'ultimo infatti deriva proprio dal follicolo che avrà liberato l'ovocita successivamente fecondato (detto anfiote). La Gonadotropina Corionica Umana è stata tradizionalmente utilizzata per effettuare gli stessi test di gravidanza. Prima con metodi biologici come quello di Galli-Mainini (su animali da esperimento) e successivamente con le varie tecniche radio-immunologiche e immuno-fluorimetriche che permettono un migliore dosaggio della HCG e delle sue frazioni alfa e beta. Dosaggio che risulta utile anche nel monitoraggio di alcune condizioni patologiche come la minaccia d'aborto o le gravidanze ectopiche. Il dosaggio della Gonadotropina Corionica Umana può essere eseguito sia sulle urine che sul sangue.

- Bere dei piccoli sorsi d'acqua naturale o gasata
- Sedersi con la schiena diritta
- Diminuire il contenuto di grassi ed evitare cibi difficili da digerire
- Eliminare le sigarette e il caffè
- Controllare la postura poiché se siete distese la sintomatologia può aumentare

Nella esperienza nostra e di vari altri AA (14,20) utili tisane, prima dei pasti, a base di Menta, Finocchio, Malva, Anice, Camomilla e Liquirizia. Importanti sono alcuni consigli dietetici aggiuntivi in caso reflusso gastroesofageo con disfagia, dolore retrosternale e rigurgiti acidi. Sono da evitare:

- i formaggi molto grassi, fermentati e piccanti
- le minestre con brodo di carne o dado
- le frittiture
- le carni grasse, affumicate o sott'olio
- le salse ed i sughi preconfezionati
- tutti i tipi di insaccati
- le uova fritte o sode
- ridurre il consumo di aglio e cipolla
- alimenti acidi come gli agrumi e il pomodoro
- i dolci di pasticceria, con creme e liquori.
- il cioccolato
- i dolci industriali in genere
- il caffè e il tè ed altre bibite a base di caffeina
- cioccolato e cibi analoghi
- bevande alcoliche

Sono invece da preferire:

- il latte intero o scremato (nel caso concorrano altre patologie)
- i formaggi freschi e non fermentati, come la ricotta, la mozzarella ed il parmigiano (in quantità non eccessiva), oltre al Bel Paese ed al mascarpone (se non controindicato per altri motivi)
- fra le minestre si consiglia di preferire le zuppe di verdura e la pasta o il riso in brodo vegetale.
- pasta e riso, se consumati asciutti, vanno conditi con olio ed al caso con pomodoro fresco.
- le carni da preferire sono il vitello, il manzo, il coniglio, il tacchino ed il pollo.
- il pesce va sempre bene, sia fresco che congelato.
- si suggerisce di condire sempre con olio extravergine di oliva.
- tra gli affettati sono ammessi il prosciutto cotto o crudo (purchè magri) e la bresaola.
- le uova sono raccomandate alla coque o in camicia
- tra i dolci, debbono essere prescelti i biscotti secchi, i budini al latte, il miele e le gelatine di frutta.
- l'unica bevanda concessa è l'acqua minerale non gassata.

In Medicina Cinese si distinguono quattro cause: Stasi di Qi, Stasi di Sangue, eccesso di Freddo o Eccesso di Calore. Le donne ansiose o distimiche o che vivono momenti di frustrazione o di tipologia Legno, vanno incontro a Stasi di Qi, con pirosi, spesso reflusso-gastroesofageo, agitazione o collerosità, dolori agli ipocondri e, spesso, intercostali. Si userà, in questi casi, la formula Chai Hu Shi Gan Tang, così composta:

- Chai Hu...9g
- Bai Shao...6g
- Zhi Qiao...9g,
- Gan Cao...6g,
- Xian Fu...16g,
- Chuang Xiong...6g.

Nella Stasi di Sangue la piroisi si associa ad epigastralgia fissa, che si irradia posteriormente e si aggrava a riposo, in posizione sdraiata e con il freddo. La formula impiegata, ma con estrema prudenza se vi è minaccia di aborto, è Xiao Fu Zhu Yu Tang (33), formula del testo del 1830 *Yi Lin Gai Cuo*, da usare preferibilmente in cp. (da 6 a 9 al dì, dopo i pasti) e con questa composizione:

- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...58 mg
- Chuan Xiong (rhizoma Chuanxiong)...58 mg
- Chi Shao (radix Paeoniae rubrae)...58 mg
- Wu Ling Zhi (feces Troglodyteris)...58 mg
- Pu Huang (pollen Typhae)...58 mg
- Yan Hu Suo (rhizoma Corydalis)...58 mg
- Xiao Hui Xiang (fructus Foeniculi)...58 mg
- Mo Yao (Myrrhae)...38 mg
- Gan Jiang (rhizoma Zingiberis)...38 mg
- Rou Gui (cortex Cinnamomi)...18 mg

Noi consigliamo la più maneggevole e priva di rimedi animali Xiao Chai Hu Tang, che ha la seguente composizione in taglio tisana:

- Chai Hu (radix Bupleuri)...12g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...9g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...12g
- Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens)...9g
- Ren Shen (radix Ginseng)...9g
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis praeparatae)...6g
- Da Zao (fructus Zizyphi jujubae)...4 pezzi
-

Poiché la gravidanza è un fenomeno Yin, l'ingestione di cibo freddo e crudo o la paura protratta (condizione frequente in molte donne in stato interessante), causa accumulo di Freddo al Riscaldatore Medio, con intensi dolori epi-mesogastrici e piroisi. Per riscaldare il TR-Medio e scacciare il Freddo si usa la formula Huang Qi Jian Zhong Tang, tratta dallo *Shang Han Lun* e così composta:

- Huang Qi...10-15g
- Yi Tang...18-30g
- Gui Zhi ...4-9g
- Bai Shao...6-18g
- Gan Cao...3-6g
- Sheng Jiang...2-9g
- Da Zao...3-5 pezzi.

Nel caso, invece, di alimentazione calda e speziato o abuso di alcolici e caffè, si avranno forme di Calore, con dolore epigastrico espansivo ed intense eruttazioni acide. La formula da usare sarà Da Cheng Qi Tang, tratta dallo *Shang Han Lun* e così composta:

- Da Huang (radix et rhizoma Rhei)...6-12g
- Mang Xiao (Mirabilitum)...9-12g
- Zhi Shi (fructus immaturus Citri aurantii)...12-15g
- Hou Po (cortex Magnoliae officinalis)...12-24g

È molto incisiva nel migliorare la peristalsi gastrica ed intestinale ed inibire il reflusso gastro-esofageo (34).

Dolori addominali

È molto frequente che in gravidanza ci siano delle sensazioni dolorose all'addome, dovute a contrazioni uterine o al gonfiore causato dalla stitichezza. Le contrazioni di solito vengono avvertite come dolori simili a quelli mestruali e, quando l'utero è abbastanza grosso, si sente la pancia diventare dura. Dolori fugaci di questo tipo fino a 4-5 volte al giorno sono considerati

normali, più intensi o frequenti sono legati a minacce d'aborto. A volte si possono avvertire delle fitte, anche di una certa intensità, che colpiscono un lato dell'addome e si estendono alla vulva. Sono causate da stiramenti del legamento rotondo⁷, partono dal fondo dell'utero e raggiungono l'inguine. Non hanno conseguenze e vengono accentuati da particolari movimenti o dalla vescica piena. In Medicina Cinese le cause principali sono tre: Stasi di Qi di Fegato, Stasi di Sangue o Vuoto di Yang di Rene con penetrazione di Freddo. Nel primo caso (con dolori a fitte fugaci e mobili), la formula in uso è Xiao Yao San, tratta dal classico *Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang* e con questa composizione:

- Chai Hu (radix Burpleuri)...30g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...30g
- Bai Shao (radix paeoniae lactiflorae)...30g
- Bai Zhu (rhizome atractylodis macrocephalae)...30g
- Fu Ling (sclerotium poriae cocos)...30g
- Zhi Gan Cao (honey fried radix glycyrrhizae uralensis)...15g

Nel caso di Stasi del Sangue si avranno dolori più intensi e fissi, spesso da stiramento del legamento rotondo (vedi sopra). In questi casi è consigliabile Dang Gui Shao Yao San, tratta dal testo *Su Wen Bing Ji Qi Yi Bao Ming Ji* e così composta:

- Bai Shao Yao (radix Paeoniae lactiflorae)...15-20g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...6-9g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...4.5g
- Mu Xiang (radix Aucklandiae lappae)...4.5g]
- Bing Lang (semen Arecae catechu)...4.5g
- Huang Lian (rhizoma Coptidis)...6-9g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...9-12g]
- Da Huang (radix and Rhizoma rhei)...6-9g
- Rou Gui (cortex Cinnamomi cassiae)...1.5-3g

Dolori intensi e fissi, migliorati dal calore e peggiorati dal freddo, sono invece legati a vuoto di Yang di Rene, associati a lombalgie e incontinenza vescicale ed intensa astenia fisica. Da usare Jiao Ai Tang (膠艾湯), che libera l'utero dal Freddo e sostiene lo Yang di Milza e Rene, essa è composta da: Shēng Dì Huáng, Sháo Yào, Gān Cǎo, Ē Jiāo, Dǎng Guī, Chuān Xiōng e Ài Yè. Nel caso di dolori con piccole perdite emorragiche, assieme al riposo a letto, è utile aggiungere alla formula Si Wu Tang, creando il complesso denominato Jiao Ai Si Wu Tang. Naturalmente questa condizione può indicare una minaccia d'aborto e studi recenti dimostrano che la formula con aggiunte (definita Xiong Gui Jiao Ai Tang al dosaggio di 7.5 g/die), può essere rapidamente efficace nelle forme iniziali e non gravi⁸. (35)

⁷ Cordone fibromuscolare di circa 12-15 cm e con il diametro di 3-5 mm, che si ritrova tra l'angolo laterale superiore dell'utero ed il sacco e proviene dal gubernaculum dell'ovario. Esso è formato da 3 parti: uterina, intra-legamentosa o pelvica e iliaca.

⁸ I sintomi della minaccia d'aborto sono sostanzialmente gli stessi dell'aborto in atto; differiscono da essi, però, per la loro minore intensità. Il dolore al basso ventre è poco intenso e può anche mancare; talora può essere accompagnato da leggere fitte intermittenti di tipo colico, corrispondenti alle contrazioni dell'utero. Le perdite di sangue sono piuttosto scarse, di colore sia rosso chiaro che scuro: la loro abbondanza, assieme all'intensità del dolore, è segno che il meccanismo di distacco dell'embrione dal suo impianto nell'utero e della sua espulsione è già in fase avanzata. In tutti i casi occorre una visita specialistica. All'esame ostetrico, il ginecologo ha modo di stabilire con maggior precisione se si tratti di minaccia di aborto o di aborto in atto: nel primo caso, infatti, l'orifizio del collo dell'utero è chiuso e non si rileva materiale fetale in via d'espulsione. Le probabilità di impedire l'aborto, quando si presenti una minaccia d'aborto, sono dipendenti dalla causa che lo genera. Se esso è determinato da cause ovulari, il che si verifica nel 60-70% dei casi, la terapia non è in grado di impedire l'interruzione della gravidanza. Se sono in gioco altre cause, invece, le possibilità di successo sono abbastanza buone, a condizione che la terapia sia instaurata tempestivamente e che sia il più possibile diretta contro la causa che ha determinato la minaccia stessa. Occorre in tutti i casi riposo a letto oltre a farmaci che riducano la contrattilità della muscolatura dell'utero (oppiacei, spasmolitici). Utile anche l'uso di vitamine, soprattutto le vitamine C, K ed E. Inoltre si somministrano composti ad azione simile a quella del progesterone, che riduce l'eccitabilità della muscolatura dell'utero. Il riposo a letto e la cura devono essere protratti per almeno una settimana dopo che sono cessate le perdite di sangue; attenzioni particolari devono essere prese in corrispondenza delle mancate mestruazioni, che rappresentano periodi nei quali la muscolatura uterina è particolarmente eccitabile.

Gengivite

In gravidanza si possono verificare con più frequenza gengiviti o sanguinamenti delle gengive. Questo perché sotto la stimolazione ormonale, le gengive si edemizzano e si staccano dalla corona dentale, tendono inoltre a sanguinare con facilità. Va anche rammentato che durante la gravidanza la flora batterica del cavo orale si modifica, con un incremento dei batteri patogeni, per cui possono comparire o accentuarsi le malattie parodontali e le carie. Ricordare, in tutti i casi, quanto segue:

- Attuare un'adeguata igiene orale, lavando i denti in modo corretto la mattina, la sera e dopo tutti i pasti, con dentifrici a base di bicarbonato di sodio e fluoro. Quest'ultimo rafforza lo smalto e previene l'insorgenza della carie, mentre il bicarbonato di sodio neutralizza l'azione degli acidi generati dalla placca
- Usare colluttori gengivali a base di clorexidina, che però può causare una colorazione gialloscura dei denti
- Fare un controllo dal dentista all'inizio della gravidanza o quando si verificano problemi
- Usare preparati a base di fluoro e di calcio, nei casi a maggior rischio
- Fare tutte le cure odontoiatriche necessarie senza alcun timore; si possono effettuare anche radiografie dopo il 3° mese e usare anestetici locali che non contengano adrenalina
- Seguire una dieta ben bilanciata ricca di molta frutta e verdura

Esistono due varietà, una da Calore allo Yang Ming, l'altra da Vuoto di Sangue, la prima con gonfiore, congestione e forte sanguinamento, la seconda con gengive più pallide e meno sanguinanti. Nel caso di Calore si userà la formula, attiva su Yang Ming e TR-Superiore, Liang Ge San, tratta dal *Tian Ping Hui Min He Ji Ju Fang* e così composta:

- Da Huang (radix et rhizoma Rhei)...60g
- Mang Xiao (Mirabilium)...60g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...60g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...30g
- Zhi Zi (fructus Gardeniae jasminoidis)...30g
- Lian Qiao (fructus Forsythiae suspensae)...12g
- Bo He (herba Menthae haplocalycis)...30g

Invece per beneficiare il Sangue ed Eliminare il Calore Tossico Xi Jiao Di Huang Tang, tratta dallo *Qian Jin Yao Fang* e così composta:

- Xi Jiao (cornu Rhinoceri)...3g
- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...24g
- Shao Yao (radix Paeoniae)...9g
- Mu Dan Pi (cortex Moutan radices)...6g

Per non impiegare prodotti animali, possiamo usare la formula dello *Shang Han Lun Zhu Ye Shi Gao Tang*, con questa composizione (36):

- Shi Gao (Gypsum)...30g
- Ren Shen (radix Ginseng)...6g
- Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonici)...9-18g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...9g
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis preparata)...3-6g
- Geng Mi (non-glutinous rice)...12-15g

In caso di epulide⁹ si deve pensare a contemporanea presenza di Calore Tossico, Vuoto e Stasi di Sangue. In questi casi impiegare Fu Yuan Huo Xue Tang, formula dello *Yi Xue Fa Ming*, così composta:

- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...9g
- Tao Ren (semen Persicae)...9g
- Hong Hua (flos Carthami tinctorii)...6g
- Chuan Shan Jia (squama manitis Pentadactylae)...6g
- Jiu Zhi Da Huang (radix et rhizoma Rhei preparatae)...30g
- Tian Hua Fen (radix Trichosanthis kirilowii)...9g
- Chai Hu (radix Bupleuri)...15g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...6g

Comunque la formula va usata senza Chua Shan Jia, sostituendo questo rimedio con l'altrettanto efficace Pu Huang (pollen Typhae) e non impiegandolo in soggetti con contrazioni uterine intense o ravvicinate o minaccia d'aborto (per la presenza di Hong Hua che è ticotonico ed anticoagulante).

Stipsi

La stipsi è già di per sé un problema che si manifesta con più incidenza nelle donne e che si accentua durante la gravidanza, grazie all'aumentata produzione di progesterone che rallenta la muscolatura intestinale e quindi anche la peristalsi rendendo più lento il trasporto e l'espulsione del materiale fecale. È fondamentale comprendere che il rallentamento intestinale favorisce un maggior assorbimento di sostanze nutritive e di vitamine, utilissime allo sviluppo del feto ed è, pertanto, entro certi limiti, fisiologico in questa fase della vita femminile. Il problema si può presentare già nel primo trimestre per poi perdurare per tutta la gestazione. In tutti i casi occorre:

- Mantenere una buona attività fisica e fare delle passeggiate all'aria aperta
- Bere molta acqua lontano dai pasti e masticare molto bene il cibo
- Cercare di aumentare progressivamente la quantità di scorie e fibre nella dieta, si quindi a verdura, cibi integrali, germe di grano e crusca e a frutta al alto contenuto di fibre (ananas, albicocca, lattuga e zucca)
- Ingerire buone dosi quotidiane di alimenti lassativi (crusca, agar, prugne, senna, rabarbaro, olio di vaselina, olio vegetale)
- Provare a bere un cucchiaino d'olio d'oliva prima dei pasti
- Non ignorare lo stimolo alla defecazione.

Nella nostra esperienza è utile bere calda, dolcificata con miele e a digiuno al mattino una tisana a base di finocchio, malva e semi di lino. Le cause sono: Stasi di Qi, Vuoto di Sangue, Vuoto di Rene Yang, Accumulo di Freddo o Accumulo di Flegma. Nel primo caso (con emorroidi pulsanti, dolorose e congeste) si usa Liu Mo Tang, composta da: Muxiang - Saussurea lappa 5 g , Chenxiang - Lignum aquilariae 5 g , Wuyao - Linderia strychnifolia 5 g ; Dahuang - Rheum officinalis 10 g, Binglang - Areca catechu 10 g, Zhishi - citrus aurantium 10 g, che armonizza Fegato e Milza e "apre" gli intestini (37). Nel Vuoto di Sangue, con feci caprine, secche, difficili da evacuare, in donne anemiche, pallide, con poco appetito, ansia ed insonnia, utile la formula Run Chang Wan, composta da Shengdi - Rehmannia glutinosa 12 g, Danggui - Angelica sinensis 12 g; Huomaren - Cannabis sativa 9 g, Taoren - prunus armeniaca 9 g ; Zhike - citrus aurantium 6 g. Nel Vuoto di Yan di rene (con lombalgie e stancabilità lombare oltre a incontinenza vescicale), si usa Wu Ren Wan, con questa composizione:

⁹ E' detto anche granuloma gravidicum ed è una iperplasia del tessuto connettivo della gengiva o del periodonto, con aspetto simil-tumorale, tipicamente riscontrabile in gravidanza come effetto dello squilibrio e dell'incremento degli ormoni sessuali; questo perché nella gengiva sono presenti recettori sia per il progesterone che per gli estrogeni, cosa che spiega anche l'aumentata risposta gengivale alla placca. Un terzo delle donne gravide può sviluppare un granuloma gravidarum, detto anche granuloma piogenico della gravidanza. Si tratta di un emangioma capillare che origina da piccoli vasi gengivali proliferanti: può sanguinare profusamente o ulcerarsi a seguito di un trauma. Più frequente nel secondo trimestre, ha l'aspetto di una lesione papulo-nodulare color rosso fragola, friabile, pedunculata o sessile che appare rilevata sulla mucosa gengivale. Nella patogenesi di tale situazione clinica possono concorrere variazioni ormonali, cattiva igiene orale ed infezioni dentarie preesistenti.

- Taoren - Prunus persica 10 g,
- Xingren - Prunus armeniaca, 10 g,
- Baiziren - Biotae orientalis 10 g,
- Sangziren - Pinus bungeana,
- Yuliren - Prunus japonica 10 g.

Nel caso si accumuli Freddo (con freddolosità diffusa da parte della gestante), si usa la formula riscaldante Wen Pi tang così composta: *Fuzi* - Aconitum carmichaeli 10 g, *Ganjiang* - Zingiber officinalis 10 g, *Renshen* - Panax Ginseng 10 g, *Gancao* - Glycyrrhiza uralensis 10 g, *Dahuang* - Rheum officinalis 10 g. Siamo soliti eliminare Fuzi tossico e dare 5 g di Rougui. Nel caso di Flegma (con disgusto per l'acqua ed e liquidi, spesso leucorrea sierosa e gonfiore intenso addominale), si userà Jiu Wei Qiang Huo Tang, tratta dal testo *Ci Shi Nan Zhi* e così composta:

- Qiang Huo (radix e rhizoma Notopterygii)...4.5g
- Fang Feng (radix Ledebouriellae divaricatae)...4.5g
- Cang Zhu (rhizoma Atractylodiis)...4.5g
- Xi Xin (herba cum radice Asari)...1.5g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...3g
- Bai Zhi (radix Angelicae dahuricae)...3g
- Huang Qin (Radix Scutellariae)...3g
- Sheng Di Huang (Radix Rehmanniae Glutinosae)...3g
- Gan Cao (Radix Glycyrrhizae Uralensis)...3g

Per la costipazione gravidica aggiungere Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens) e Cong Bai (bulbus Allii fistulosi).

Emorroidi

Le emorroidi possono comparire sia in gravidanza sia durante il parto, poiché risentono negativamente delle "spinte" e della stasi venosa perineale. Le cause sono molteplici: la dilatazione venosa è sollecitata dall'azione del progesterone e dall'aumento della pressione endoluminare. Inoltre l'utero aumentando di volume comprime le vene emorroidarie provocando un rallentamento del ritorno venoso. A queste condizioni si associa la stitichezza. In tutti i casi è consigliabile:

- Semicupi freddi anche più volte al dì
- Consumo di agrumi, kiwi, verdure a foglia verde, fragole, ricchi in vitami C con azione venotropa.
- Prevenzione della stipsi (vedi sopra)
- Consumo di tisane a base di malva, ippocastano, hamamelide e tiglio.

Ne esistono diverse varietà: Vento agli Intestini, Secchezza agli Intestini, Umidità-Calore, Stasi di Sangue e Deficit di Milza-Pancreas. Nel caso di Vento agli Intestini avremo forme fugaci, intenso prurito anale, borborigmi intestinali e piccoli sanguinamenti autolimitanti. Si usa la formula in cp. Huai Jiao Wan, composta da: *Sophora japonica fructus*, *Sanguisorba officinalis radix*, *Scutellaria baicalensis radix*, *Citrus aurantium pericarpium*, *Ledebouriella divaricata radix* e *Angelica sinensis radix*. Per la Secchezza (forme riconducibili a stipsi ostinata), Ma Zi Ren Wan, tratta dallo *Shang Han Lun* e così composta:

- Huo Ma Ren (semen Cannabis sativae)...500-600g
- Xing Ren (semen Pruni armeniaca)...150-250g
- Shao Yao (radix Paeoniae)...150-250g
- Zhi Shi (fructus immaturus Citri aurantii)...150-250g
- Hou Po (cortex Magnoliae officinalis)...150-250g
- Da Huang (radix et rhizome Rhei)...300-500g

Per l'Umidità-Calore che causa congestione emorroidaria, sanguinamenti importanti, proctiti e papilliti batteriche ed anche ascesso perianale, si userà Huai Hua San, tratta dal testo *Pu Ji Ben Shi Fang* e così composta:

- Huai Hua (flos Sophorae japonicae)...9-30g
- Ce Bai Ye (cacumen Biotae orientalis)...9-15g
- Jing Jie Sui (herba seu flos Schizonepetae tenurfoliae)...6-9g
- Zhi Ke (fructus citri seu Ponciri)...6-9g

Nel caso di Stasi di Sangue (con emorroidi trombizzate, irriducibili, dolorose e sanguinanti), si userà Tao He Cheng Qi Tang, dello *Shang Han Lun*, con questa composizione:

- Tao Ren (semen Persicae)...12-15g
- Da Huang (radix et rhizoma Rhei)...12g
- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...6g
- Mang Xiao (Mirabilitum)...6g
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae praeparatae)

Nei Vuoto di Milza (prolassi emorroidali e ano-rettali), si darà Gui Pi Tang, tratta dallo *Ji Sheng Fang* e composta da: Ren Shen, Baizhu, Huanqi, Gan Cao, Fu Ling, Yuan Zi, Mu Xiang e Sheng Jian (38).

Ansietà

I disturbi d'ansia sono tra le più comuni patologie del sesso femminile durante tutto l'arco della vita riproduttiva e mentre l'ansia libera si aggrava in gravidanza, il disturbo di panico spesso si attenua, con una minore frequenza e intensità degli attacchi (39). L'ansia può essere trattata anche con rimedi naturali mentre le forme depressive debbono essere considerate sempre di interesse psichiatrico. Va qui anche ricordato che riconoscere e trattare la depressione maggiore in gravidanza è di fondamentale importanza per i rischi che comporta sia per la madre che per il feto. Con la depressione aumenta il rischio di suicidio o di parti pretermine e di nascita di figli piccoli per età gestazionale. Non è chiaro tuttavia quanto tali effetti siano da ascrivere alla depressione per sé piuttosto che ai comportamenti a rischio secondari alla depressione, quali il ridotto apporto alimentare, l'abuso di alcool, il fumo eccessivo o l'uso di sostanze (40). In Medicina Cinese le cause di ansia gravidica sono: Vuoto di Yin e Fuoco Vuoto, Fuoco di Fegato e Flegma-Umidità. Nel primo caso avremo estrema agitazione pomeridiana e serotina, insonnia, vampate, tachicardia. Useremo come rimedio Ren Shen Mai Dong San, tratta dal testo *Jin Gui Yao Lue*, che nutre lo Yin ed i Liquidi e Chiarifica il Calore ed ha la seguente composizione¹⁰:

- Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonici)...15-18g
- Ren Shen (radix Ginseng)...9g
- Geng Mi (Riso non glutinoso)...9g
- Da Zao (fructus Zizyphi jujubae)...12 pezzi
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...6g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...9g

Nel caso di Fuoco di Fegato la paziente si agita di giorno ma dorme di notte, è collerica, sempre in movimento. Si userà Dan Zhu Xiao Yao San, composta da: Dang Gui, Fu Ling, Bai Zhu, Mu Dan Pi, Zhi Zi, Bai Shao, Kun Bu, Hai Zao, Chai Hu, Chuan Shan Jia¹¹, Gan Cao e Bo He. Per Umidità e Calore, con segni di nevrosi ossessivo-compulsiva, si darà Bei Mu Gua Lou San, tratta dal testo *Yi Xue Xin Wu* e così composta:

- Bei Mu (bulbus Fritillariae)...4.5g
- Gua Lou (fructus Trichosanthis)...3g
- Tian Hua Fen (radix trichosanthis kirilowii)...2.4g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...2.4g
- Ju Hong (pericarpium Citri erythrocarpae)...2.4g
- Jie Geng (radix Platycodi grandiflori)...2.4g

¹⁰ Stessi componenti di Mai Meng Dong Tang, con diversa posologia.

¹¹ Che può essere eliminato poiché rimedio animale.

Insomnia

È frequente anche in persone con sonno normale prima della gravidanza, soprattutto nel primo trimestre, associata a sonnolenza diurna e legata agli effetti del progesterone. Nelle persone ansiose è più frequente non riuscire a prendere sonno, mentre nelle altre più frequenti i piccoli sonni con pause frequenti. È, in tutti i casi, d'obbligo seguire una corretta igiene del sonno: no ad alcol, caffeina, cibi pesanti e speziati; sì all'attività fisica, compatibilmente con lo stato di gravidanza. Assolutamente non utilizzare la stanza da letto per leggere, ascoltare musica, guardare la TV, lavorare al computer e cercare di coricarsi sempre allo stesso orario. Anche la posizione nel letto può aiutare a prendere sonno. L'ideale è dormire sul fianco sinistro, sebbene per chi non è abituato questa soluzione potrebbe essere più un problema. In realtà, molte persone dormono solitamente a pancia sotto o a pancia all'aria; sfortunatamente, tutte e due le posizioni non sono confortevoli per una donna incinta: dormire prona, man mano che la pancia cresce, diventa impossibile, mentre dormire supina inevitabilmente tende a far ricadere tutto il peso su utero e intestino impedendo alla futura mamma di prendere sonno. Dormire sul fianco sinistro, invece, permette al bambino di ricevere il sangue e le sostanze nutrienti in modo semplice ed efficace e permette alla mamma di far funzionare i suoi reni al meglio, eliminando così facilmente le sostanze di scarto e riducendo anche i gonfiori agli arti (vedi dopo edemi). In Medicina Cinese le cause sono: Qini di Stomaco, Disarmonia di Rene e Cuore, Umidità-Calore, Vuoto di Sangue, Freddo e Vuoto di Vescica Biliare. Nel primo caso avremo nausea, vomito, ptialismo e frequenti gengiviti, con insonnia prima di mezzanotte. Si usa la combinazione fra Bao He Wan e Da Chen Qi Tang. Bo He Wan (保和丸) si compone di: Shan Zha, Shen Qu, Zhi Ban Xia, Fu Ling, Chen Pi, Lian Qiao, Lai Fu Zi e Mai Ya. Della seconda formula abbiamo trattato nelle stpsi. Nel caso di Disarmonia Cuore-Rene avremo palpitazioni, lombalgie, vertigini, ansia spiccata e la formula da usare sarà Jiao Tai Wan, con questa semplice composizione (43):

- Huang Lian (rhizoma Coptidis Chinensis)...9g
- Rou Gui (cortex Cinnamomi Cassiae)...1.5g

Nel caso di Umidità e Calore (risvegli frequenti e sonnolenza diurna in soggetti con anoressia e digestione laboriosa) si userà Wen Da Tang, tratta dall'*Yi Zong Jjin Jian*, con questa composizione:

- Zhu Ru (caulis Bambusae in taeniis)...6g
- Zhi Shi (fructus immaturus Citri aurantii)...6g
- Ban Xia (rhizome Pinelliae ternatae)...6g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...9g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...4.5g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3g
- Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens)...3-6g

Nel Vuoto di Sangue (con anoressia, pallore, astenia psichica) daremo, invece, Suan Zao Ren Tang, tratta dallo *Jin Gui Yao Lue* e con questa composizione:

- Suan Zao Ren (semen zizyphi spinosae)...15-18g
- Fu Ling (sclerotium poriae cocos)...6g
- Zhi Mu (radix anemarrhenae asphodeloidis)...6g
- Chuan Xiong (radix lifustici chuanxiong)...6g
- Gan Cao (radix glycyrrhizae uralensis)...3g

Nel Freddo e Vuoto di Vescica Biliare (stato depressivo, palpitazioni, insonnia, pirosi gastrica, anoressia) daremo o Wen Da Tang (vista sopra) o An Shen Ding Zhi Wan (安神定志丸) composta da: Suanzaoren, Tianma, Yanhucao, Baishao, Shouwuteng, Hehuahua, Maiya, Zhizi, Wuweizi, Chuanxiong, Kushen, Yuanzhi, Juhua, cui aggiungere Ren Shen e Fu Ling.

Voglie

Sono rappresentate da un'attrazione incontrollata verso certi cibi o sapori, legate a cambiamenti affettivi, tipici dello stato di gravidanza, esaltati dalla tradizione culturale, che induce mariti e congiunti in genere ad esaudire ogni sorta di richiesta. Secondo la nostra interpretazione sono dovute a Vuoto di Jing del feto (8) e, pertanto, trattabili (se eccessivisi ed

incontenibili) con la formula Da Bu Yin Wan (大补阴丸), composta da: Shou Wu, Shan Zhu Yu, Ze Xie, Xuan Shen, Tian Kui Zi, Dan Pi, She Mei, Shu Di, Zhi Mu e Huang Bai. La pica o allotriofagia è invece una alterazione o perversione del gusto, che scatena una voglia impellente di mangiare cibi non commestibili e si ritiene che la causa sia di natura psicologica e si riscontra nei primi mesi di gravidanza. Si possono usare o Zhu Sha An Shen Wan in caso di insonnia, vertigini, astenia psichica, vampate di calore o Bai Zi Yang Xin Wan nel caso in cui vi siano lombalgie e dolori addominali. La prima formula è tratta dal *Nei Wai Shang Bian Juo Lun* ed è così composta:

- Zhu Sha (Cinnabaris)...15g
- Huang Lian (rhizoma Coptidis)...18g
- Dang Gui (radix Rngelicae sinensis)...7.5g
- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...7.5g
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis praeparatae)...16.5g

Il Cinabro (Zhu Sha) è molto tossico e noi lo sostituiamo con Suan Zao Ren (semen zizyphi spinosae), da 15 a 18g/die. Bai Zi Yang Xin Wan che nutre il Cuore e lo Yin e seda lo Spirito (Shen), è tratta dal *Ti Ren Hui Bian* ed ha la seguente composizione:

- Bai Zi Ren (semen biotae orientalis)...120g
- Gou Qi Zi (fructus lycii)...90g
- Mai Men Dong (tuber Ophiopogonis japonici)...30g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...30g
- Shi Chang Pu (rhizoma Acori graminei)...30g
- Fu Shen (sclerotium Poriae cocos paradidicis)...30g
- Xuan Shen (radix Acrophulariae ningpoensis)...60g
- Shu Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae conquitae)...60g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...15g

Seno sensibile

Uno dei primi segni della gravidanza è il seno e capezzoli sensibili, gonfi, irritabili. La causa di questo è un aumento degli ormoni progestinici. La sensibilità è simile a quella del periodo premenstruale. La sensazione di malessere dovrebbe diminuire sensibilmente nel terzo trimestre in quanto il corpo si abitua ai cambiamenti ormonali. Le cause sono o ipertattività dello Yang di Fegato o Calore allo Yang Ming. Nel primo caso avremo donne irritabili, con ampie oscillazioni dell'umore e tendenza alla ipertensione. Nell'altro caso piroso ed aumento dell'appetito. Nel caso di Fuoco di Fegato si userà Xiao Yao San (vedi dopo) e nell'altro Da Cheng Qi Tang (vedi dopo).

Lombalgia

Il mal di schiena è un problema di moltissime gravide ed è determinato dalla crescita del bambino e dall'aumento del peso, che va ad influire sulla postura, in modo che la schiena tende a curvarsi in avanti, in maniera innaturale. Tutto il carico sulla colonna si modifica e le articolazioni e i legamenti si schiacciano. A volte il mal di schiena può essere accompagnato anche da dolore da compressione del nervo sciatico che s'irradia ai glutei e alle gambe. In tutti i casi raccomandare:

- Assumere e mantenere posture corrette, che rendono minima la curvatura della colonna vertebrale
- Fare regolarmente esercizi fisici¹²
- Piegare le ginocchia e non la schiena per sollevare pesi
- Nuotare e camminare senza stancarsi
- Mantenere un regolare aumento di peso¹³
- Usare scarpe a pianta larga e tacco basso

¹² Ne descriviamo due:

1. Posizione del gatto: carponi, ben appoggiati sulle mani e sulle ginocchia, inspirare inarcando la schiena verso il basso, alzando il capo e gli occhi verso l'alto e contraendo i glutei; espirare poi inarcando la schiena verso l'alto e abbassare la testa avvicinando il mento allo sterno.
2. Torsione ginocchia-torace: distendersi sulla schiena e portatore le ginocchia sul petto, le braccia sono aperte e distese. Lentamente ruotare le gambe da un lato al ritmo del respiro, mentre la testa ruota nell'altro senso.

- Riposare su un letto con un fondo sufficientemente rigido

In Medicina Cinese le cause sono: Stasi di Qi di Fegato, Vuoto di Milza o Vuoto di Yang di Rene. Nella Stasi di Qi il dolore è muscolare, migliorato dal movimento e dal massaggio e peggiorato dal riposo. Si usa la formula Tian Tai Wu Yao San, tratta dal *Yi Xue Fa Ming* e così composta:

- Wu Yao (radix Linderae strychnifoliae)...15g
- Mu Xiang (radix Aucklandiae lappae)...15g
- Xiao Hui Xiang (Fructus foeniculi vulgaris)...15g
- Qing Pi (pericarpium Citri reticulatae virde)...15g
- Gao Liang Jiang (rhizoma Alpiniae officinari)...15g
- Bing Lang (semen arecae catechu)...12-15g
- Jin Ling Zi (fructus Meliae toosendan)...12-15g
- Da Dou (semen Croton tiglii)...15g

Nel Vuoto di Milza vi è peggioramento con l'Umidità e muscoli impastati, movimenti ridotti e dolore peggiorato dal movimento. Si usa la formula Ping Wei San, tratta dal *Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang* e con questa composizione:

- Cang Zhu (rhizoma Atractylodis)...25g
- Hou Po (cortex Magnoliae officinalis)...15g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...15g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...9g

Nel Vuoto di Yang di Rene il dolore è peggiorato dallo sforzo, dalla lunga stazione eretta e dal freddo. Si usa la formula You Gui Wan, con la seguente composizione percentuale: radix Rehmanniae preparata 30%, radix Aconiti lateralis preparata 5%¹⁴, Cortex Cinnamomi 10%, rhizoma Dioscoreae 20%, semen Cuscutae 10%, radix Angelicae sinensis 25%.

Perdite ematiche lievi (Spot emorragici)

All'inizio della gravidanza circa la metà delle donne può presentare piccole perdite ematiche scure o colore rosso-vivo. Il fenomeno, più frequente al passaggio del mese e cioè in coincidenza con la data delle mestruazioni, è fisiologico ed è dovuto a piccoli sfaldamenti della decidua (questo è il nome che prende la mucosa che riveste l'ovulo e la parete dell'utero in gravidanza). In genere queste perdite scompaiono dopo il quarto mese, quando la parete dell'utero aderisce alle membrane. Se le perdite divengono più abbondanti e, soprattutto, se si accompagnano a contrazioni dolorose dell'utero, occorre eseguire un'esame ginecologico ed una ecografia (possibile minaccia d'aborto). Negli spot, comunque, occorre evitare ogni sforzo. Le cause sono molteplici: Vuoto di Rene, Vuoto di Qi e Sangue, Calore e Calore Tossico del Sangue, Stasi di Sangue. Nei vuoti di Rene avremo associati astenia, paurosità spiccata, turbe urinarie e stancabilità lombare. Utile la formula Shou Tai Wan (Pillola per l'Immortalità del Feto), composta da: Tu Si Zi, Sang Ji Sheng e Xu Duan. Nei Vuoti di Energia e Sangue avremo astenia psicofisica, anoressia, pallore e la formula da usare Ba Zheng Wan (八珍片), composta da: Dang Shen, Bai Zhu, Fu Ling, Gan Cao, Dang Gui, Bai Shao, Chuan Xiong e Shu Di Huang. Nella Stasi di Sangue, che talvolta sussegue un trauma anche piccolo in sede addominale, avremo sangue in grumi e dolori crampiformi e fissi al basso addome. Si usa, in questi casi, la formula Gui Zhi Fu Ling Wan, tratta dal testo *Jin Gui Yao Lue* e così composta:

- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...9-12g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...9-12g
- Shao Yao (radix Paeoniae albae)...9-15g
- Mu Dan Pi (cortex Moutan radixis)...9-12g
- Tao Ren (semen Persicae)...9-12g

Nel Calore del Sangue avremo estrema agitazione, incubi, insonnia, emorragia con odore marcio e bruciore genitale e la formula più usata è Bao Yin Jian, composta da: Sheng Di Huang,

¹³ Si ritiene fisiologico l'aumento di 1 Kg al mese.

¹⁴Va sostituita con Bai Ji Tian, Moridanda officinalis radix.

Shan Yao, Bai Shao, Huan Qin, Huan Bai, Xu Duan e Gan Cao. Se il calore si fa Tossico noteremo arrossamenti cutanei, agitazione estreme e sensazione di febbre e daremo E Jiao San, composta da: Huang Lian, Shan Zhi Zi, Qing Dai, San Qi, E Jiao, Ai Ye, Ou Jie e Hua Rui Shi. E Jiao (阿胶, Asini gelatinum corii) è rimedio animale¹⁵, che può essere eliminato e sostituito, secondo noi, con Xuan Shen(Scrophularia radix, da 9 a 30 g/die).

Disturbi Respiratori e Cardiaci

In primo luogo va ricordato che, durante la gravidanza, la mucosa nasale che riveste le narici e i seni frontali del naso si gonfia a causa degli ormoni in circolo provocando una sinusite. Questo spiega anche perché alcune donne sembrano soffrire di un raffreddore continuo negli ultimi mesi di gravidanza. Questo disturbo comunque non crea alcun problema durante il travaglio e quindi non deve essere motivo della minima preoccupazione. La sinusite scompare in genere del tutto dopo il parto. Inoltre nel terzo trimestre, la crescita dell'utero e il conseguente innalzamento del diaframma determinano una compressione del cuore e dei polmoni. Ne consegue una difficoltà respiratoria che si accentua sempre più con l'approssimarsi del parto. Il cuore assume, inoltre, una posizione quasi orizzontale e subisce un carico di lavoro maggiore per l'aumento di volume del sangue. Tutti questi fenomeni determinano un aumento della frequenza cardiaca. Le palpitazioni sono più frequenti in alcune posizioni, che variano da donna a donna, e dopo pasti abbondanti, per l'eccessiva distensione dello stomaco. Per le problematiche nasali, più frequenti nei soggetti Legno e Metallo useremo Cang Er Zi San o, in caso di rinosinusite la stessa formula più Huang Qin, Sang Bai Pi, Zhu Zi e Zhi Mu. Gan Er Zhi San, tratta dallo *Ji Sheng Fang*, ha la seguente composizione:

- Cang Er Zi (fructus Xanthii sibirici)...7.5g
- Xin Yi Hua (flos Magnoliae)...15g
- Bai zhi (radix Angelicae dahuricae)...30g
- Bo He¹⁶ (herba Menthae heplocalycis)...1.5g

Nelle difficoltà respiratorie con o senza palpitazione, la causa più frequente è il Vuoto di rene che non afferra il Qi di Polmone e la formula che preferiamo è Jin Gui Shen Qi Wan (金柜肾气丸, 3 g/die in tre somministrazioni dopo i pasti), composta da: shou di, shan zhu yu, shan yao, mu dan pi, fu ling, ze xie, rou gui, niu xi, he shou wu, g ou qi zi, wu wei zi e zhi fu zi, che però noi eliminiamo).

Disturbi circolatori

In questa parte consideriamo le varici, i disturbi vasomotori e l'eritema palmare. Le varici sono frequenti durante la gravidanza, in una percentuale di quaranta donne su cento, spesso associate ad emorroidi (vedi sopra). Sono conseguenza dell'aumentata pressione intraaddominale indotta dall'ingrossamento dell'utero gravidico (che si esprime in un aumento della pressione venosa dei vasi femorali e pelvici) e dalle modificazioni ormonali che aumentano la fragilità del tessuto elastico. A questi si aggiungono fattori aggravanti quali la prolungata posizione seduta o eretta. Talvolta (meno del 10% delle gravide) le varici si complicano con trombosi. Spesso invece le varici regrediscono dopo la gravidanza. In tutti i casi occorre:

- Indossare calze elastiche durante il giorno
- Evitare di stare troppo a lungo in piedi o sedute
- Usare scarpe comode e con tacco basso
- Ritagliarsi dei momenti di riposo durante il giorno
- Dormire con gli arti inferiori sollevati rispetto al resto del corpo, ad esempio mettendo un cuscino sotto il materasso o dei piccoli supporti sotto il letto dalla parte dei piedi
- Usare la cyclette per 20-30 minuti al giorno, senza spingere molto
- Fare del movimento: nuoto, ginnastica per gestanti e/o passeggiate
- Ogni volta che vi è possibile, camminate piuttosto che stare ferme in piedi
- Se si deve stirare cercate di sedersi e comunque non farlo per ore, oltre ad interrompersi spesso.

¹⁵ Vedi: <http://en.wikipedia.org/wiki/Ejiao>.

¹⁶ Da inserire alla fine della decozione.

- Evitare di indossare gambaletti, giarrettiere, autoreggenti, cinture, indumenti o guaine strette
- Usate creme e gel a base di escina
- Utili i massaggi ed il linfodrenaggio verso l'inguine

Le varici sono legate, per lo più, a Stasi di Qi di Fegato e si trattano o con Chai Hu Shu Gan Tang o con Xiao Yao San (descritte altrove in questo lavoro). L'instabilità vasomotoria è molto comune e si manifesta con:

- alternanza di rossore congestizio e pallore al viso,
- sensazioni di caldo o freddo,
- cutis marmorata degli arti inferiori, a seguito dell'esposizione al freddo. Solitamente di risolve dopo il parto; se persiste, dovrà essere presa in considerazione la livedo reticularis, con le dovute ricerche etiopatogenetiche (collagenopatie, malattie neoplastiche, le discrasie ematiche),
- attenuazione di preesistente fenomeno di Raynaud,
- dermatografismo, relativamente più frequente al termine della gravidanza

Si associa spesso ad eritema palmare, che può essere sia localizzato alle eminenze tenar e ipotenar, sia diffuso alla regione palmare; compare nella prima metà della gravidanza per scomparire nella settimana successiva al parto. Le due condizioni si associano spesso agli angiomi stellari, suggerendo come fattore etiologico comune gli alti livelli circolanti di estrogeni. L'eritema palmare deve essere differenziato dall'eruzione cutanea del lupus eritematoso sistemico che interessa le dita e la regione pericuticolare, dall'eritema palmare associato all'ipertiroidismo ed alla cirrosi epatica. I disturbi vasomotori e l'eritema palmare sono legati a Fuoco di Cuore e, pertanto, più frequenti in soggetti o emotivi o sottesi a lunghi periodi di stress. Si usa o Bao Yuan Tang (con Ròu Guì , Rén Shēn, Huáng Qí , Zhì Gān Cǎo) o Ling Gui Zhu Gan Tang, tratta dallo Shang Han Lun e così composta:

- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...12g
- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...9g
- Bai Zhu (rhizoma Atractylodis macrocephalae)...6g
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis praeparatae)...6g

Edemi

A causa della situazione ormonale, in gravidanza è molto frequente che si manifesti gonfiore alle mani e ai piedi, anche accentuato, dovuto a ritenzione di liquidi nei tessuti. Questo fenomeno è più marcato quando il clima è caldo e nell'ultimo trimestre di gravidanza. Inoltre, la compressione determinata dall'utero sulla vena cava, che raccoglie il sangue proveniente dagli arti inferiori, può causare un ostacolo alla normale circolazione venosa e causare aggravamento dell'edema. Va detto, poi, che gli edemi generalizzati debbono richiamare l'attenzione sulla funzione renale o su una possibile gestosi. Ridurre l'apporto di sale e ingerire 2 litri di acqua al dì fuori dai pasti è condizione indispensabile per la risoluzione. In Medicina Cinese sono distinti in tre tipi (41): Stasi di Qi, Vuoto di Yang di Rene e Vuoto di Yang di Fegato. Nella stasi di Qi avremo forme leggere che riguardano le estremità, in donne con pirosi, nausea e oscillazione dell'umore. Si userà la combinazione fra Tian Xian Teng Tang e Si Ling San con aggiunta di Sha Ren (Amomi fructus), Zi Su Ye (Perillae frutescentis fructus) e Bai Zhu (Atractylodes macrocephala rhizoma). Nel Vuoto di Yang di Rene l'edema è localizzato in basso, sale dalla caviglia lungo la gamba con aspetto a colonna, si associa ad astenia e freddosità e, molto spesso, a lombalgie. La formula da usare, tratta dallo *Shang Han Lun* è Zhen Wu Tang, che promuove la diuresi e sostiene lo Yang, così composta:

- Fu Zi (radix lateralis Aconiti carmichaeli praeparata)...9g
- Bai Zhu (rhizoma Atractylodis macrocephalae)...6g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...9g
- Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens)...9g
- Bai Shao (radix Paeniae lactiflorae)...9g

Noi siamo soliti sostituire per riscaldare il Rene, al posto del tossico Fuzi, Zu Xie, radix Plantago, che, inoltre drena l'Umidità. In caso di lombalgia associata si aggiunge poi Sha Ren che tonifica

lo Yang di Rene e seda il feto (42)¹⁷. Nel caso di Vuoto di Yang di Milza si usa Shen Ling Bai Zhu San, tratta dal testo *Song Tai Ping Hui Men He Hi Ju Fang*, da impiegare in polvere (2 cucchiani 2-3 volte al dì in acqua tiepida, dopo i pasti) e con questa composizione:

- Yi Yi Ren (semen Coicis)...110 mg
- Lian Zi (semen Nelumbinis)...68 mg
- Shan Yao (radix Dioscoreae)...55 mg
- Bai Bian Dou (semen Dolichoris)...55 mg
- Fu Ling (Poria)...55 mg
- Ren Shen (radix Ginseng)...41 mg
- Bai Zhu (rhizoma Atractylodis macrocephalae)...41 mg
- Jie Geng (radix Platycodi)...27 mg
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae praeparatae)...27 mg
- Sha Ren (fructus Amomi)...21 mg

Crampi

I crampi sono delle contrazioni, improvvise ed involontarie, di muscoli e rappresentano un disturbo frequente nel terzo trimestre di gravidanza, soprattutto dal settimo-ottavo mese. In genere sono interessati i piedi, i polpacci e le cosce, quasi sempre durante la notte, con una sintomatologia dolorosa intensa e lancinante. Sono dovuti probabilmente a piccoli squilibri di alcuni minerali del sangue, in particolare calcio, potassio e magnesio, a modificazioni della circolazione sanguigna e anche ad un po' di stanchezza. Nel momento in cui compare il dolore bisogna rilassare il muscolo massaggiandolo vigorosamente, con un movimento dal basso verso l'alto. Se il crampo interessa il piede occorre tirare l'alluce verso il corpo piegando contemporaneamente il piede in avanti e all'indietro, mentre se è interessato il polpaccio si può appoggiare la mano sotto le dita del piede e tirare verso l'alto. Utile si rivela il riscaldamento della parte dolente per riattivare la circolazione, ad esempio immergendola nell'acqua calda. Per ridurre il problema occorre integrare l'alimentazione con cibi ricchi di calcio (latte e derivati come lo yogurt o i formaggi), potassio (banane, kiwi, limoni, melone, anguria, parmigiano) e magnesio (lievito di birra, frutta secca), oppure assumere, dietro parere del ginecologo, gli appositi integratori a base di sali minerali. E' consigliabile inoltre camminare una quindicina di minuti prima di coricarsi ed effettuare degli esercizi di stretching muscolare, stirando l'arto inferiore e flettendo lentamente, avanti e indietro, le caviglie e le dita dei piedi. In Medicina Cinese le cause sono due: o Stasi di Qi di Fegato con turba dell'asse Jue Yin o Stasi di Yan per turba Shao Yang. Nel primo caso i crampi sono serali e/o notturni ed insistono agli arti inferiori, nel secondo diurni e sia in basso che in alto. Nel primo caso useremo Chai Hu Shu Gan Tang (con Chai Hu 9g, Bai Shao 6g, Zhi Qiao 9g, Gan Cao 6g, Xian Fu 16g, Chuang Xiong 6g), nel secondo Wen Dan Tang, che è tratta dall' *Yi Zong Jin Jian* ed ha la seguente composizione:

- Zhu Ru (caulis Bambusae in taeniis)...6g
- Zhi Shi (fructus immaturus Citri aurantii)...6g
- Ban Xia (rhizome Pinelliae ternatae)...6g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...9g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...4.5g
- Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens)...3-6g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3g

Minzione frequente (pollacchiuria)

È sicuramente uno dei disturbi più frequenti del secondo e terzo mese di gravidanza, quando l'utero comincia a premere sulla vescica. Successivamente, con l'innalzamento dell'utero dallo scavo pelvico, questo disturbo scompare per ripresentarsi nelle ultime settimane di gravidanza, quando la parte presentata del feto comincia a spingere nuovamente sulla vescica. Quando la minzione frequente si accompagna ad altri sintomi, come dolore e/o bruciore durante la minzione, può configurarsi il quadro di cistite. Questa va studiata con l'esame completo delle urine e l'urinocoltura e il trattamento si basa sul risultato dell'antibiogramma. In tutti i casi raccomandare quanto segue:

¹⁷ Per la Medicina Cinese è il feto che muovendosi determina o aggrava la lombalgia.

- Evitare gli indumenti che stringono all'inguine
- Cercare di svuotare il più possibile la vescica

Le cause, secondo la Medicina Cinese, sono: Fuoco alla Vescica dal Piccolo Intestino, Umidità-Calore al Jiao Inferiore e Fuoco Vuoto da Vuoto di Yin. La prima condizione è tipica di soggetti emotivi o con problematiche psichiatriche, che presentano segni tipici come tachicardia, incubi e insonnia. La formula da usare sarà Dao Chi San, tratta dallo *Xiao Er Yao Zheng Zhi Jue* e così composta:

- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...15-30g
- Mu Tong (caulis Mutong)...3-6g
- Dan Zhu Ye (herba Lophatheri gracilis)...3-6g
- Gan Cao Shao (Radix glycyrrhizae uralensis)...3-6g

Nel caso di Calore-Umidità al Riscaldare inferiore potremo avere stipsi ostinata, lombalgia intensa ed anamnesi positiva per fumo ed ingestione di forti quantità di alcolici e di caffè. La formula d'uso comune sarà Jia Wei Wu Lin San (加味逍遥片) con: Bupleurum radix, Angelica sinensis radice, Atractylodes rhizoma, Paeonia alba radix, Poria sclerotium, Gardenia fructus, cortex radice Moutan, Zinziber officinalis radix e Glycyrrhiza radix. Nelle donne più anziane o in quelle pluripare è frequente il Fuoco Vuoto da Vuoto di Yin, che si trattano con Zhi Bai Di Huang Wan che deriva da Liu Wei Di Huang Wan più Zhi Mu e Huang Bai ed è pertanto composta da: Shu Di Huang, Shan Zhu Yu, Shan Yao, Ze Xie, Mu Dan Pi, Fu Ling, Huang Bai e Zhi Mu.

Prurito

È un disturbo molto frequente durante la gravidanza ed è legato ad una ritenzione di sali biliari nei tessuti, causato da una modesta insufficienza epatica, tipica dell'ultimo trimestre di gravidanza e dalla difficoltà di svuotamento della cistifellea¹⁸. Quando compare precocemente è più probabile che si tratti di un fenomeno allergico, soprattutto in donne con atopia¹⁹. La diagnosi differenziale va fatta nei confronti dell'herpes gestazionario²⁰, decisamente molto più grave e meritevole di trattamento cortisonico o, anche, di interruzione di gravidanza. È più accentuato, inoltre, nelle zone di maggiore tensione dei tessuti, dove si creano smagliature.

La causa, in Medicina Cinese, è di solito lo sviluppo di Vento-Calore e Umidità, da Vuoto di Sangue e turba del Jiao Medio. Si usa la formula Ge Gen Huang Qin Huang Lian Tang, attiva sull'esteriore e sulla eliminazione di Vento, Umidità e Calore. Essa deriva dallo *Shang Han Lun* ed è questa la sua composizione:

- Ge Gen (radix Puerariae)...15-24g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...9g
- Huang Lian (rhizome Coptidis)...6g
- Zhi Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis preparatae)...6g

Nelle forme nodulari o polimorfe (vedi nota sottostante), si darà per via topica (come impacco umido) Di Yu Huang Bai Tang (composta da: Mai Men Dong, Xuan Shen, Sheng Di Huang) e per via generale Xiao Feng Dao Chi Tang. Noi preferiamo dare, per via generale, il molto maneggevole (anche in cp.) Long Dan Xie Gan Tang, formula tratta dal testo del 1600 Yi Fang Ji Jie e così composta (44):

¹⁸ La colestasi può indurre un malassorbimento dei grassi tale da indurre, nei casi gravi, perdita di peso e deficit di vitamina K.

¹⁹ Forma definita eruzione atopica della gravidanza (atopic eruption of pregnancy, AEP). Sotto questa denominazione verrebbero incluse la Prurito della Gravidanza, sia l'eruzione polimorfa della gravidanza, forme ad esordio precoce e molto benigne. Una AEP si riscontrerebbe solo in un 20% di pazienti che presentano una esacerbazione di una dermatite atopica mentre per l'80% si tratterebbe di pazienti che per la prima volta hanno manifestazioni cutanee riconducibili ad essa. Gli aspetti immunologici propri della gravidanza, giustificerebbero la manifestazioni dell'AEP.

²⁰ Compare durante il 2°/3° trimestre di gravidanza (mediamente alla 21° settimana). Esordisce in maniera improvvisa attorno all'ombelico: compaiono papule orticarioidi, placche e lesioni anulari che rapidamente si diffondono all'addome, al dorso, al petto, seguite da una eruzione bollosa generalizzata, con risparmio del viso, delle mucose e delle regioni palmo-plantari. La malattia si risolve generalmente (nel 75% dei casi) con il parto, che peraltro spesso è prematuro. Può ripresentarsi nelle gravidanze successive, con anticipo rispetto alla prima volta e con maggior gravità, oltre a prolungare la sua presenza nel post-partum.

- Long Dan Cao (radix Gentianae)...6g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...9 g
- Zhi Zi (fructus Gardeniae)...9g
- Zhe Xie (rhizoma Alimastis)...9g
- Mou Tong (caulis Moutong)...9g
- Che Qian Zi (semen Plantaginis)...9g
- Dan Gui (radix Angelicae)...3g
- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae)...9g
- Chai Hu (radix Blupeuri)...6g
- Gan Cao (radix Glycyrrizae)...6g

Nelle situazioni più polimorfe, follicolari e tenaci, con cute esaudante, Xiao Feng San, tratta dal *Wai Ke Zheng Zong* e così composta:

- Jing Jie (herba seu flos Schizonepetae tenuifoliae)...3g
- Fang Feng (radix Ledebouriellae divaricatae)...3g
- Chan Tui (periostracum Cicadae²¹)...3g
- Niu Bang Zi (fructus Arctii lappae)...3g
- Cang Zhu (rhizoma Atractylodis)...3g
- Ku Shen (radix Sophorae flavescens)...3g
- Mu Tong (caulis Mutong)...1.5g
- Shi Gao (Gypsum)...3g
- Zhi Mu (radix Anemarrhenae asphodeloidis)...3g
- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...3g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...3g
- Hei Zhi Ma (semen Sesami indicis)...3g
- Gan Cao (radix Glycyrrizae uralensis)...1.5g

Iperpigmentazione e closma (melasma)

L'iperpigmentazione è comunissima in gravidanza, riscontrabile sino nel 90% delle donne, particolarmente se di fototipo scuro. Pur non essendo perfettamente chiaro il meccanismo patogenetico di tale disturbo, si ritiene che possa essere in relazione ad un aumento dei livelli di ormone stimolante il melanocita (MSH), di estrogeni e di progesterone, in quanto forti stimolanti della melanogenesi. Recenti studi hanno dimostrato che la placenta è ricca di molecole attive nell'indurre pigmentazione quali i lipidi umani placentari che stimolano i melanociti attraverso una azione sull'attività tirosinasi. Una iperpigmentazione generalizzata si osserva di solito nelle zone già normalmente pigmentate quali le areole mammarie, la cute genitale, le ascelle, la parte interna delle cosce, la cute periombelicale presumibilmente per l'elevato numero di melanociti presenti in tali zone o per una loro particolare sensibilità allo stimolo ormonale. Per quanto riguarda la pigmentazione delle areole mammarie e dei capezzoli, l'iscurimento che avviene in gravidanza deve essere differenziato da un'altra variazione che avviene, seppur raramente, in gravidanza: l'ipercheratosi nevoide. Un'altra tipica iperpigmentazione si manifesta sulla linea mediana della parete addominale che corre dalla sinfisi pubica all'ombelico, la linea alba, talvolta estendendosi attorno all'ombelico e su sino alla apofisi xifoidea dello sterno: si evidenzia nel corso del primo trimestre di gravidanza, specialmente in soggetti con fototipo scuro, ed assume la denominazione di linea nigra. Si ritiene sia da porsi in relazione ad un aumento locale dei melanociti. Tende a persistere dopo il parto sino al recupero del normale tono della parete addominale. L'iperpigmentazione inizia nel primo periodo di gravidanza, aumenta progressivamente nel corso della gestazione per tendere a ridursi nel periodo successivo al parto. Questo in generale poiché può avvenire che l'iperpigmentazione, pur riducendosi, non scompaia del tutto. Il melasma, detto anche cloasma, è comune in gravidanza (sino al 70% delle gravide) al punto di essere definito anche "maschera della gravidanza".

È una iperpigmentazione del viso, simmetrica, costituita da chiazze a margini irregolari, netti, di colorito marrone più o meno scuro, più comune nei soggetti con fototipo scuro, e quindi con cute, capelli e peli bruni; si accentua all'esposizione solare.

²¹ Può essere eliminato, raddoppiando He Zi Ma (portato a 6g/die).

Si riconoscono tre quadri clinici:

1. centro-facciale (il più comune, 63%), che interessa le guance, la fronte, il labbro superiore, il naso e il mento.
2. malare (21%), limitato alle guance ed al naso
3. mandibolare (16%) che si apprezza sui rami della mandibola.

Nel melasma l'eccessiva deposizione di melanina può avvenire:

- nell'epidermide (70% dei casi), negli strati basali e soprabasali
- nel derma, superficiale e profondo (10-15% sei casi), a livello dei macrofagi, che inglobano al loro interno granuli di melanina.
- a livello dermo-epidermico (20%), per la presenza di entrambe le localizzazioni.
- L'esame con la luce di Wood può essere di aiuto nel differenziare le due localizzazioni in quanto:
 - se di tipo epidermico accentua la pigmentazione, aumentandone il contrasto con la pelle sana,
 - se solamente di tipo dermico lascia invariata la pigmentazione, eliminando praticamente il contrasto tra cute iperpigmentata e pelle perilesionale.

Riguardo all'etiologia del melasma in gravidanza, si ritiene essa sia di tipo multifattoriale e dipenda dagli aumentati livelli di estrogeni e progesterone, dalla predisposizione genetica e dall'esposizione ai raggi solari (UV e visibile). Quest'ultima ne rappresenta peraltro fattore di aggravamento e motivo di persistenza dopo il parto. Tale anomalia pigmentaria tende a ripresentarsi nelle successive gravidanze. Dal punto di vista terapeutico è fondamentale l'uso di schermo fotoprotettivo totale sia nel corso della gravidanza sia durante i trattamenti schiarenti successivi al parto, per proteggere i melanociti dalla stimolazione luminosa; il risultato è più agevole nel tipo epidermico, più difficile nel tipo dermico. In chiave Energetica i cloasmi e le iperpigmentazioni persistenti si debbono o a Umidità-Calore o a Vuoto di Rene. Nella nostra esperienza le due forme sono spesso combinate per cui combiniamo Wen Dan Tang (già descritta) e Shen Qi Wan, formula tratta dal *Jin Gui Yao Lue* di Zhang Zhong Jin ed ha la seguente composizione in cp.:

- Shu Di (radix Rehmanniae preparatae)...96 mg
- Shan Zhu Yu (fructus Corni)...77 mg
- Shan Yao (radix Dioscoreae)...77 mg
- Fu Ling (Poria)...58 mg
- Ze Xie (rhizoma Alismatis)...58 mg
- Dan Pi (cortex Moutan)...58 mg
- Zhi Fu Zi (radix lateralis praeparatus Aconiti carmichaeli)...38 mg
- Rou Gui (cortex Cinnamomi)...38 mg

Al solito si raccomanda un uso prudente in soggetti cardiopatici o con problemi respiratori per la presenza di Aconito.

Alopecia

Durante la gravidanza, il sistema endocrino influenza l'attività ciclica dei follicoli piliferi determinando un prolungamento della fase anagen (fase di crescita del capello). Per comprendere questa variazione occorre ricordare come i follicoli piliferi presentino numerosi recettori per gli estrogeni (tipo β); la produzione di estrogeni da parte della placenta e delle ovaie in gravidanza aumenta gradualmente dal secondo mese sino al termine. Una maggior quantità di estrogeni si lega quindi ai recettori follicolari, con la conseguente modificazione di mantenere i follicoli nella fase anagen. Nel primo trimestre di gravidanza la percentuale di capelli in anagen è dell'85%, raggiungendo nel secondo e terzo trimestre valori prossimi al 95%, valore che si mantiene sino alla settimana successiva al parto. Durante la gravidanza pertanto i capelli migliorano significativamente apparendo folti, lucidi e belli. Pertanto raramente, durante la gravidanza, alcune donne possono manifestare, negli ultimi mesi, una lieve recessione frontoparietale con i caratteri dell'alopecia androgenica che può essere

preludio di gravi forme di telogen effluvium dopo il parto. Le cause, in Medicina Cinese sono tre: Vuoto di Sangue con Vento e Secchezza (con forfora secca e pruriginosa), Vuoto di Yin di Fegato e Rene (con cuoio capelluto arrossato ed irritabile) o Vuoto di Energia e Sangue con capelli opachi e che si spezzano con facilità. Nel primo caso useremo Shen Ying Yang Zhen Dan, con: Qiang Huo (rhizoma Notopterygi); Mu Gua (fructus Chaenomelis), Ju Hua (flos Chrysanthemi), Bai Shao Yao (radix Paeoniae albae), Dang Gui (radix Angelicae sinensis), Tu Si Zi (semen Cuscutae), Chuan Xiong (rhizoma Ligustici), Shu Di Huang (radix Rehmanniae preparatae) e Tian Ma (rhizoma Gastrodiae). Nel secondo caso Ba Zhen Tang, composta da Si Wu Tang e Si Jun Zi Tang e, pertanto, con: Dang Shen, Bai Zhu, Fu Ling, Gan Cao, Dang Gui, Bai Shao, Chuan Xiong, Shu Di Huang. In caso di Vuoto di Yin Qi Bao Mei Fa Dan, formula del periodo Ming con: He Shou Wu, Dang Gui, Gou Qi Zi, Niu Xi, Fu Ling, Tu Si Zi, Bu Gu Zhi, Hei Zhi Ma, a cui aggiungere Chuan Xiong. In tutte e tre le forme utile frizione ogni Sheng Jiang o Chuan Xiong, in soluzioni idroalcoliche all'1-2%.

Smagliature (*Striae Cutis Distensae*)

Altrimenti definite striae gravidarum, si osservano fino al 90% delle donne gravide di razza bianca, durante il sesto-settimo mese di gravidanza, diversamente da quanto accade per le donne asiatiche o afro-americane che più difficilmente ne sono affette. La cute addominale è la localizzazione preferenziale, seguita da seno, cosce e fianchi. Si manifestano sotto forma di lesioni lineari o fusiformi, d'aspetto atrofico, ricoperte da una cute sottile liscia o lievemente pieghettata, talvolta depressa. La lunghezza varia da mezzo a più centimetri, mentre la larghezza è compresa tra qualche millimetro ed 1-2 centimetri. All'inizio il colore è rosso o leggermente violaceo-purpureo. Talvolta si associa sintomatologia pruriginosa. Si ritiene che al loro sviluppo concorra una predisposizione genetica e che un ruolo significativo sia svolto da fattori ormonali (ormoni corticosurrenali, estrogeni, relaxina) e fisici (lo stiramento secondario all'aumento della circonferenza addominale, l'aumento del peso). In particolare il cortisolo agirebbe sulla sintesi delle fibre collagene (riducendo la sintesi proteica dei fibroblasti e riducendo l'attività della prolilossidasi dei fibroblasti) e sulla loro degradazione (azione sulla collagenasi). Nel post-partum le lesioni tendono ad impallidire divenendo meno apparenti, senza tuttavia scomparire del tutto. I trattamenti locali preventivi o quelli effettuati sulle lesioni già stabilizzate, spesso si dimostrano di limitata efficacia. Per la prevenzione ricordarsi di:

- Evitare un eccessivo aumento di peso
- Massaggiare la pelle nelle zone predisposte, usando olio di mandorle o di germe di grano
- Usare fin dall'inizio della gravidanza creme emollienti, elasticizzanti e protettici, specificamente studiate

Utilizzare una guaina elastica, idonea a prevenire la tensione della cute. Ne esistono due varietà in Medicina Cinese: quelle pallide e rapidamente sclerotiche da Vuoto di sangue e quelle, invece, eritematiche più facili da trattare da Turba di Milza. Nel primo caso consigliamo Si Wu Tang (con Shu Di Huang, radix Rehmanniae; Bai Shao, radix Paeoniae albae; Dang Gui; radix Angelicae sinensis, Chuan Xiong, rhizoma ligustici) e, nel secondo Si Jun Zi Tang (con Ren Shen, radix Ginseng; Bai Zhu, rhizoma Atractylodis macrocephala); Fu Ling, sclerotium Poriae; Gan Cao, radix Glycyrrhizae.

Molluscum fibrosum gravidarum

Si apprezza sotto forma di piccole lesioni peduncolate ai lati del collo, nelle ascelle, nella regione inframammaria, all'inguine di alcune donne gravide. Sono simili a quelli che si osservano comunemente nelle persone normali od obese. Compaiono solitamente nella seconda metà della gravidanza. Regrediscono spesso dopo il parto ma talora persistono ingrandendosi nelle successive gravidanze. Non sono di natura infettiva e nella loro genesi influiscono alcuni fattori di crescita ormonali propri dell'equilibrio endocrinologico della gravidanza. Se duri e legati a corti peduncoli sono da Stasi di Sangue, se grandi, molli e con peduncoli vistosi a Vuoto di Milza. Un'azione curativa va tentata, nel primo caso, con Xiao Fu Zhu Yu Tang (già vista prima) e nel secondo con Gui Pi Tang (vedi sopra).

Passiamo ora alle condizioni più gravi, definite *gestosi* e da curare con l'ausilio dell'ostetrico, l'ospedalizzazione e l'integrazione con farmaci²². La *gestosi* è una sindrome clinica che compare nella seconda metà della gravidanza, caratterizzata da aumento della pressione arteriosa (ipertensione), perdita di proteine con le urine (proteinuria) e gonfiori agli arti inferiori (edemi). Le cause della malattia sono da ricercarsi in alterazioni della placenta che si svilupperebbero progressivamente durante la gravidanza per motivi ancora non del tutto chiari. La placenta, "danneggiata", libererebbe sostanze "tossiche" che, direttamente ed indirettamente (formazione di altre sostanze "tossiche" in quantità eccessive - ad esempio la profibrina) determinerebbero le alterazioni tipiche della malattia. Gli effetti di queste sostanze sono costrizione delle piccole arterie (e quindi ipertensione) e danno dei capillari (che determina proteinuria per compromissione dei capillari glomerulari renali, ed alterazioni a carico di numerosi organi fra cui il fegato). Altri segni clinici che possono accompagnare la gestosi sono la diminuzione delle piastrine, emolisi (rottura dei globuli rossi) e problemi coagulativi. Vi è inoltre un aumentato rischio di distacco della placenta. La complicanza più temibile della gestosi (fortunatamente molto rara) è la cosiddetta eclampsia che si manifesta con contrazioni generalizzate (come un attacco epilettico) e si associa a coma ed a possibili lesioni degli organi interni che, in alcuni casi, possono risultare di estrema gravità (danni renali, danni epatici, danni retinici, danni cerebrali ecc.). Alla eclampsia può anche associarsi il distacco della placenta. L'eclampsia è preceduta da alcuni segni caratteristici (fra cui vomito, dolore addominale a sbarra, disturbi visivi, cefalea, ecc.); in presenza di questi il ginecologo dovrà espletare il parto per prevenire l'attacco eclamptico. I rischi fetali derivano dal problema di base che sono le alterazioni a livello della placenta, che è l'organo che assicura al feto nutrimento e ossigeno. Le complicanze più frequenti sono: morte endo-uterina, ritardo di crescita e rischio di parto pretermine (indotto per prevenire le gravi complicanze materne e fetali della eclampsia o indotto in casi di grave deficit della funzione della placenta che non permetterebbe più al feto di sopravvivere nell'utero). Nel caso di eclampsia i rischi per il feto crescono esponenzialmente e la prognosi diventa riservata. Le terapie attuali comunque, in caso di gestosi non complicata da eclampsia, permettono spesso di prevenire le complicanze o almeno di diminuirne la gravità. Oggi si parla di gestosi con o senza eclampsia. Le forme non eclampiche hanno segni e sintomi limitati al periodo della gravidanza. Le eventuali lesioni epatiche e renali sono tipicamente reversibili e cessano con la fine della gravidanza non lasciando postumi. La prognosi per la madre è quindi piuttosto buona. La prognosi fetale dipende strettamente dalle complicanze che possono essere insorte nel corso della gravidanza. La prognosi, sia per la madre che per il feto, diventa riservata in caso di eclampsia. In questi casi oltre a ipertensione, proteinuria, edemi, avremo epatomegalia con insufficienza epatica e, talvolta, crisi convulsive. La paziente andrà ospedalizzata per essere attentamente monitorata con esami di laboratorio e strumentali. Di grande importanza la valutazione dello stato fetale: la cardiocografia (rilevazione del battito cardiaco fetale e delle eventuali contrazioni uterine - il cosiddetto tracciato), in base alle variazioni nel tempo del battito cardiaco fetale, ci informerà sul benessere del feto stesso; l'[ecografia](#) permetterà di valutare l'accrescimento fetale; il [color-Doppler](#) ci darà informazioni sulle condizioni della circolazione sanguigna a livello della placenta e a livello fetale. Per comodità distingueremo la pre-eclampsia dalle eclampsia vera e propria.

Pre-eclampsia

La preeclampsia si sviluppa nel 5% delle donne gravide, generalmente nelle primigravide e nelle donne con ipertensione o affezioni vascolari preesistenti. Se non trattata, la preeclampsia rimane generalmente stazionaria per un tempo variabile e poi improvvisamente procede fino all'eclampsia. Ogni donna gravida che presenta una PA di 140/90 mmHg, edema del volto e delle mani, un'albuminuria 1+ o la cui pressione aumenti in ragione di 30 mmHg per la sistolica

²² La terapia bionedica si basa su: riposo a letto, uso di farmaci ad azione ipotensiva e su farmaci in grado di deprimere l'eccitabilità nervosa e quindi prevenire le convulsioni eclamptiche (Solfato di magnesio). Può essere effettuata anche terapia con calciparina, nei casi in cui non vi sia una eccessiva riduzione del numero delle piastrine, per cercare di migliorare il circolo placentare. L'espletamento del parto, molto spesso con taglio cesareo, può essere considerato una vera e propria terapia in quanto risolve la malattia nella madre (nel giro di uno o due giorni) e toglie il feto da un ambiente che potrebbe non essere più idoneo alla sua crescita e sopravvivenza. Chiaramente espone il feto ai rischi della prematurità (che possono essere più o meno importanti a seconda dell'epoca di gravidanza), rischi che dovranno essere attentamente valutati al momento della decisione. L'eclampsia convulsiva, invece, è una vera e propria emergenza medica. Oltre alle sopra citate terapie, si effettueranno terapie mirate a controllare le convulsioni (benzodiazepine, solfato di magnesio, ecc.), ed altre indicate per il trattamento medico delle eventuali complicanze acute; si procederà infine all'espletamento del parto (generalmente mediante taglio cesareo) quando le condizioni cardiovascolari e generali saranno stabilizzate e quando le convulsioni saranno sotto controllo.

o di 15 mmHg per la diastolica (anche se non raggiunge livelli superiori a 140/90 mmHg), deve essere considerata preeclamptica. La preeclampsia moderata si presenta con un'ipertensione ai limiti superiori della norma, edema refrattario o albuminuria. Le pazienti con una PA di 150/110 mmHg, un edema marcato, un'albuminuria 3+, disturbi visivi o dolore addominale sono considerate preeclamptiche gravi. Si devono eseguire tutti i test di laboratorio (emocromo, analisi delle urine, elettroliti, tempo di protrombina, test di funzionalità epatica e PTT) e devono essere corrette le eventuali alterazioni. Si devono valutare l'azotemia e la creatinemia per escludere che vi siano alterazioni renali insospettite (45). In Medicina Cinese le cause sono due: Vuoto di Yin e turba della Milza. Il primo caso è dominato dalle vertigini, il secondo preceduto da intenso aumento di peso. Nel primo caso consigliamo Qi Ju Di Huang Wan, formula che deriva da Liu Wei di Huang Wan più Lycium e Chrysanthemum. Nel secondo caso Shen Ling Bai Zhu San (formula del *Tai Ping Hui Men He Ji Ju Fang*, con Yi Yi Ren, Lian Zi, Shao Yao, Bai Bian D, Fu Ling, Ren Shen, Je Geng, Bai Zhu, Gan Cao e Sha Ren) più Shi Jue Ming e Gou Teng se vi è spiccata ipertensione.

Eclampsia

È una grave affezione, che può insorgere nelle ultime fasi della gravidanza, o immediatamente dopo il parto, contrassegnata dalla comparsa di convulsioni talora seguite da coma e morte, mettendo a repentaglio la vita del bambino. Le convulsioni si manifestano con contrazioni generalizzate e si associa a possibili lesioni degli organi interni che, in alcuni casi, possono risultare di estrema gravità (danni renali, danni epatici, danni retinici, danni cerebrali ecc.). Alla eclampsia può anche associarsi il distacco della placenta. L'eclampsia è preceduta da alcuni segni caratteristici (fra cui vomito, dolore addominale a sbarra, disturbi visivi, cefalea, ecc.); in presenza di questi il ginecologo dovrà espletare il parto per prevenire l'attacco eclamptico (46). Ne esistono due varietà secondo la Medicina Cinese: Vento del Fegato (con convulsioni repentine e segni rapidi di epatomegalia) e Flegma-Fuoco (con dolore addominale e rapida perdita di coscienza). Nel primo caso si usa Tian Ma Gou Teng Yin, nel secondo o Niu Huang Qing Xin Wan o An Gong Niu Huang Wan. Tian Ma Gou Teng Yin è tratta dallo *Za Bing Zheng Zhi Xin Yi* ed è così composta:

- Tian Ma (rhizoma Gastrodiae elatae)...9g
- Gou Teng (ramulus cum uncis Uncariae)...12-15g
- Shi Jue Ming (concha Haliotidis)...18-24g
- Zhi Zi (fructus Gardeniae jasminoidis)...9g
- Huang Qin (radix Scutellariae baicalensis)...9g
- Yi Mu Cao (herba Leonuri heterophylli)...9-12g
- Chuan Niu Xi (radix Cyathulae officinalis)...12g
- Du Zhong (cortex Eucommiae ulmoidis)...9-12g
- Sang Ji Sheng (ramulus Sangjusheng)...9-24g
- Ye Jiao Teng (caulis Polygoni multiflori)...9-30g
- Fu Shen (sclerotium Poriae cocos paradidicis)...9-15g

Circa Niu Huang Qing Xin Wan si compone di: Glycyrrhiza radix, Lebebouriellae radix, Atractylis lancea radix Panax ginseng radix, concheHaliotidis, Peonia alba radix, Cinnamon cortex, Platycodon radix, Scutellaria radix Angelica radix Zinziber radix, Conidium herba, Persicae semen, Buplerum radix, mentre An Gong Niu Huang Wan (安宮牛黃丸), non è importata in Italia poiché ricca di rimedi animali e minerali tossici²³

Difficoltà al parto (Distocie)

Il parto si dice difficile o distocico quando si crea un ostacolo meccanico o una difficoltà dinamica a causa o del canale di parto, del feto o della forza contrattile muscolare. La distocie del canale di parto (distocie meccaniche) possono riguardare il canale osseo (bacini viziati per cause congenite o acquisite) o il canale molle (per tumori previ quali fibromiomi o cisti ovariche o per mancata maturazione cervicale). Le distocie fetali possono essere: aumenti di volume del feto (totali quali la microsomia o parziali (quali l'idrocefalia, l'ascite, l'idrotorace, i reni policistici ecc), anomalie della situazione del feto (situazione obliqua o trasversa), anomalie della presentazione fetale (presentazione cefalica deflessa o presentazione podalica). Le anomalie della forza (distocie dinamiche) riguardano le contrazioni uterine e nel periodo espulsivo le

²³ Vedi: <http://www.rootdown.us/An-Gong-Niu-Huang-Wan>.

contrazioni del torchio addominale (47). Naturalmente solo le forme dinamiche possono risentire di trattamento con erbe cinesi²⁴. Le condizioni energetiche sono due: Vuoto di Energia e Sangue (in donne deboli, gracili, anziane, con forme di ipo²⁵ ed acinesia²⁶ uterina) o Stasi Sangue (con intensi dolori addomino-lombari e discinesie ipercinetiche sino alla tetania²⁷, per liberazione di Vento). Nel primo caso dare Nan Bao Yuan con: Dan Shen, Dang Gui, Du Zhong, Rou Gui, Mu Dan Pi, Huang Qi, Sheng Di Huang, Fu Ling, Bai Zhu, Gou Qi Zi, Mai Men Dong e Xuan Shen; nel secondo Chui Sheng Yin con: Fu Shen, Sha Ren, Lu Rong, Ren Shen, Fu Zi Yin, Yang Huo, Gui Zhi, Du Zhong, Chi Shao, Shan Yao, Gan Jiang, Bu Gu Zhi e Huang Qi (48-50).

²⁴ Più numerose le ricerche relative all'azione positiva di agopuntura e massaggio tuina. Vedi: http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_2000/micromassaggio_in_gravidanza.htm.

²⁵ L'ipocinesia uterina è caratterizzata da contrazioni deboli, intervallate per lo più da pause prolungate. Essa viene denominata "primitiva" quando si presenta all'inizio del travaglio e "secondaria", se insorge dopo un periodo di attività contrattile regolare. Si parla di "inerzia" quando l'attività contrattile manca del tutto. La diagnosi di ipocinesia uterina primitiva e secondaria è abbastanza facile, purché la partorienta venga sorvegliata con scrupolo; a tal fine è utile annotare il numero di contrazioni che si verificano ogni 10 minuti aggiungendo l'impressione subiettiva della loro intensità valutata palpatariamente. Fra le cause dell'ipocinesia primitiva si ricorda che, sia pure raramente, è da considerare la somministrazione intempestiva di dosi eccessive di sedativi. Nell'ipocinesia secondaria è frequentemente in causa l'esaurimento del patrimonio energetico specifico del miometrio dopo un travaglio prolungato la cui evoluzione è stata contrastata da un ostacolo meccanico; talora sono in causa dosi eccessive di sedativi o di analgesici; qualche volta, infine è presumibile che l'ipocinesia possa essere causata dall'iperproduzione endogena di catecolamine in una paziente particolarmente ansiosa. E' di osservazione comune, ad esempio, l'ipocinesia secondaria (sia pure temporanea) che si instaura in molte pazienti non appena si applicano loro i dispositivi per la cardiocografia o quando esse vengono trasportate sul lettino da parto all'inizio del periodo espulsivo. Se l'ipocinesia interviene durante la fase attiva, si potranno realizzare i quadri della fase attiva rallentata, dell'arresto secondario della dilatazione, della fase di decelerazione prolungata. Se l'ipocinesia interviene in periodo espulsivo, sarà ritardata l'espulsione del feto.

Il trattamento si basa soprattutto sulla somministrazione di ossitocina per infusione endovenosa. In periodo espulsivo, oltre all'infusione di ossitocina, può essere utile l'applicazione della ventosa ostetrica quando esistono le condizioni permissivi. Il trattamento dell'ipocinesia uterina con ossitocina va eseguito preferibilmente mediante somministrazione endovenosa: si può usare la tecnica della fleboclisi di soluzione diluita (5-10 unità in 500 ml di soluzione isotonica) o l'infusione mediante micropompa di una soluzione più concentrata. Il vantaggio principale della somministrazione endovenosa è la possibilità di calibrare la dose in rapporto alla risposta dell'utero e la possibilità di sospendere il trattamento in caso di risposta esagerata.

²⁶ Assenza di contrazioni uterine.

²⁷ Forma molto grave di ipercinesia uterina, in cui le pause fra una contrazione e l'altra sono virtualmente assenti. Solitamente interessa tutta la muscolatura del viscere; talora può interessare solo una zona. Le cause principali di tetania uterina comprendono: distocie meccaniche, iperdosaggio di ossitocici, distacco intempestivo di placenta. E' più frequente nelle uni-pluripare che nelle nullipare.

Bibliografia

1. Sinceri S.: La gravidanza in medicina tradizionale cinese, http://www.agopuntura.org/html/libri/tesi_studenti/La_gravidanza_in_medicina_tradizionale_cinese_2005_2006.pdf, 2006.
2. Caruso C.: Indicazioni Agopunturistiche di successo in Patologia Ostetrica e nel Dolore Pelvico, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_2000/dolore_pelvico.htm, 2000.
3. Palermo P., Di Stanislao C.: Trattamento di cinque casi di lombalgia gravidica con agopuntura classica, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo_2004/Lombalgia_gravidica.htm, 2004.
4. Caruso C.: Travaglio di parto: medicina tradizionale cinese e medicina occidentale a confronto, http://www.agopuntura.org/html/libri/tesi_studenti/Travaglio_di_parto_MTC_e_Medicina_Occidentale_a_confronto.pdf, 1999.
5. Di Stanislao C., Corradin M., Bonanomi F.: Elementi di micromassaggio nei più comuni disturbi della gravidanza, post-partum e puerperio, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_2002/Dolore_perineale_post-partum.htm, 2000
6. Di Stanislao C., Palermo P.: Terapia analgesica mediante agopuntura ed omeopatia, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_2002/Dolore_perineale_post-partum.htm, 2002.
7. De Berardinis D.: De Berardinis D.: Ginecologia e Ostetricia in Medicina Classica Cinese, con Prefazione di T.D'Onofrio, Ed. I D'O, Mosciano S. Angelo (TE), 2007.
8. Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen - Volume VII - La camera del sangue: ginecologia e ostetricia in Medicina Classica Cinese, Ed. AMSA, Roma, 2007.
9. Chung M.: Cautions Using TCM Herbs, Ed. Canadian Traditional Chinese Medicine Association, Vancouver 2002.
10. Maclean S. & Lyttleton A.: Clinical Handbook of Internal Medicine Vol I, Ed. University of Western, Sidney, 2000.
11. Benskey R. & Gamble A.: Chinese Herbal Medicine Materia Medica revised edition, Ed. Eastland Press, Seattle-Washington, 1993.
12. Weed S.: Wise Woman Herbal for the Childbearing Year, Ed. Ash Tree Publishing, Woodstock-New York, 1986.
13. Menniti Ippolito F., Naturale non è sicuro. Reazioni, Ed. AIFA, Roma, 2007.
14. Capasso F., Grandolini G., Izzo A.: Fitoterapia. Impiego razionale delle droghe vegetali. Ed. Springer, Milano, 2006
15. Chiereghin P.: La cura delle malattie con le erbe medicinali, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2002.
16. Pizzorno J.E., Murray M.T.: Trattato di Medicina Naturale, Ed. Red/Studio redazionale, Milano, 2002.
17. Firenzuoli F.: Interazioni tra erbe, alimenti e farmaci, ed. Tecniche Nuove, Milano, 2001.
18. Callahan D.: La medicina impossibile, Ed. Baldini & Castaldi, Milano, 2001.
19. Capasso F., Borrelli F., Castaldo S.: Fitofarmacovigilanza: vigilanza sulla sicurezza dei prodotti fitoterapici, Ed. Springer, Milano, 2006.
20. AAVV: Complementary medicines, Ed. Mintel International Group Ltd, London. 1997.
21. Newall C.A., Anderson L.A., Phillipson J.D.: Herbal medicines. A guide for health-care professionals, Ed. The Pharmaceutical Press, London, 1996.

22. Flaws B.: Chinese Medical Obstetrics, Ed. Blue Poppy Press, Boulder, 2000.
23. Maciocia G.: Obstetrics and Gynecology in Chinese Medicine, Ed. Churchill Livingstone, London, 1997.
24. Rochat De La Vallée E.: Pregnancy and Gestation, Ed. Shamballa, New York-London, 2004.
25. Rochat De La Vallée E.: The Essential Woman, Ed. Shamballa, New York-London, 2004
1. AAVV: A Heart Approach to Gynecology: Essentials in Verse, Ed. HAG, New York, 2000.
26. Tosolini G., Colocci G.: Elementi di ostetricia e ginecologia, ed. Piccin Nuova libreria, Padova, 1991.
27. Chamberlain G.: Guida all'ostetricia, Ed. Idelson-Gnocchi, Napoli, 1984.
28. Massarani E.: Erbe in Cina, Ed. Esi, Milano-Roma, 1980.
29. Kaptchuk T.J.: Medicina cinese. Fondamenti e metodo, Ed. Red, Como, 2007.
30. Xiaolan Z., Kanae K.: L'energia vitale della donna. Il benessere femminile nella medicina tradizionale cinese, ed. Mondatori, Milano, 2007.
31. Flaws B.: Anxiety Disorder & Huang Lian Wen Dan Tang, http://www.bluepoppy.com/cfwebstorefb/index.cfm?fuseaction=feature.display&feature_id=269, 2009.
32. Takahisa U., Ryoij A., Kou S. Et al.: Efficacy of the Kampo Medicine Xiong-Gui-Jiao-Ai-Tang, a Traditional Herbal Medicine, in the Treatment of Threatened Abortion in Early Pregnancy, The American Journal of Chinese Medicine (AJCM), 2006, 4: 731-740.
1. Huiqi Q., Wang J., Gang Liang G., Zhong Wu X.: Da-Cheng-Qi-Tang Promotes the Recovery of Gastrointestinal Motility After Abdominal Surgery in Humans, Digestive Diseases and Sciences, 2007, 52(6): 1573-1575
33. Flaws B.: 70 Essential TCM Formulas for Beginners, Ed. Bloue Poppy Press, Boulder, 2009.
34. Feng Y., Nigel W., Craig M.: Shang Han Lun (On Cold Damage), Translation & Commentaries by Zhongjing Zhang, Ed. Blue Poppy Press, Boulder, 2000.
35. Martucci C.: La Stipsi, <http://www.gmt2000.it/rivista/021car/stipsi%20.pdf>, 2004.
36. Scarsella S., Bottalo F.: Gui Pi Tang, <http://www.gmt2000.it/rivista/004car/riv4art6.htm>, 1994.
37. Altshuler L.L., Cohen L., Szuba M.P. et al.: Pharmacologic management of psychiatric illness during pregnancy: dilemmas and guidelines, Am. J. Psychiatry 1996, 153: 592-606.
38. Burt V.K., Stein K.: Epidemiology of depression throughout the female life cycle, J.Clin. Psychiatry 2002, 63 (suppl. 7): 9-15.
39. Corradin M., Di Stanislao C., De Berardinis D., Bonanomi F.: Diagnosi e Terapia Tipologica in Medicina Cinese, Ed. CEA, Milano, in press.
40. Chongyun L., Tseng, A., Yang S.: Chinese herbal medicine: modern applications and traditional formulas, Ed. CRC Press, New York, 2005.
41. Qiao-zhen S. et al.: The Treatment of 37 Cases of Parkinson's Disease Accompanied by Anxiety Disorder with Jiao Tai Wan (Peaceful Interaction Pills), Zhong Yi Yan Jiu, 2004, 1: 33-35.
42. Scarsella S.: Long Dan Xie Gan Tang, <http://www.gmt2000.it/rivista/005car/riv5art7.htm>, 1995.

43. Mello G., Facchinetti F. (a cura di): Gestosi 2002. Atti del 10° Congresso dell'Organizzazione italiana gestosi e ipertensione in gravidanza, Ed. CIC Internazionali, Roma, 2002.
44. Caruso A., Ferrazzani S., De Carolis S.: Gestosi '98. Atti dell'8° Congresso dell'Organizzazione italiana gestosi e ipertensione in gravidanza, ed. CIC Internazionali, 1998.
45. Hayashi R. H., Chestnut D.H.: Distocia-Analgesia e anestesia ostetrica, Ed. Piccin, Nuova Libreria, Padova, 2000.
46. American Herbal Pharmacology Delegation, Committee on Scholarly Communication with the People's: Herbal pharmacology in the People's Republic of China, Ed. American Herbal Pharmacology Delegation, New York, 2000.
47. Bensky D., Randall B.: Chinese Herbal Medicine. Formulas and Strategies, Ed. Eastland Press, Seattle, 1990.
48. AAVV: Creating a new Chinese Medicine and Pharmacology, Ed. Foreign Languages Press, Pekin, 1977.

S.S. DIPARTIMENTALE MNC (AGOPUNTURA E FITOTERAPIA) OSPEDALE SAN PAOLO ASL1 NAPOLI
SCUOLE DI FITOTERAPIA AIFF (ASSOCIAZIONE ITALIANA FITOTERAPIA E FITOFARMACOLOGIA)

Influenza A H1N1 e Fitoterapia Cinese

Iommelli Ottavio

aiff@aiff.it

Yan Xiao Ming

Gabriele Saudelli

Gaetano Santillo

Sommario Da almeno 18 secoli la Medicina Tradizionale Cinese tratta le sindromi influenzali (definite Gan Mao), con formule erboristiche che si sono dimostrate efficaci nel ridurre i sintomi, prevenire le complicanze e abbreviare i tempi di guarigione. Una serie di formule, raccomandate dal Ministero della Salute Cinese, possono impiegarsi nei confronti di nuovi virus come quello detto H1 N1, che è comparso sulla scena mondiale, generando notevole preoccupazione, nel 2009. Si analizzano le formule generali e specifiche inerenti questi aspetti, con utili raccomandazioni nell'impiego.

Parole chiave: influenza A, influenza suina, erboristeria cinese

Abstract Since at least 18 centuries, Traditional Chinese Medicine treats flu syndrome (defined Gan Mao), with herbal formulas which proved to be effective in reducing symptoms, prevent complications and shorten healing times. A series of formulas, recommended by Chinese Ministry of Health, may be used against new viruses such as the one known as H1 N1, which appeared on the world stage, generating considerable concern, in 2009. We analyze the general and specific formulas regarding these aspects, with useful recommendations for employment.

Keywords: H1 N1 virus, swine flu, Chinese herbal medicine.

La nuova influenza A H1N1 (cosiddetta influenza suina) è un'infezione virale¹ acuta con sintomi fondamentalmente simili a quelli classici dell'influenza. Il virus responsabile è di derivazione suina, infatti i primi casi manifestatesi nell'uomo sono legati a contatti ravvicinati tra maiali e uomo.

Pare che tutto abbia avuto inizio nel febbraio 2009 quando si è ammalata una bambina messicana residente in un villaggio caratterizzato dalla presenza di un gigantesco allevamento di maiali. Da lì, il virus mutato è divenuto capace di trasmettersi da uomo a uomo determinando quella che oggi definiamo pandemia (epidemia la cui diffusione interessa più aree geografiche del mondo).

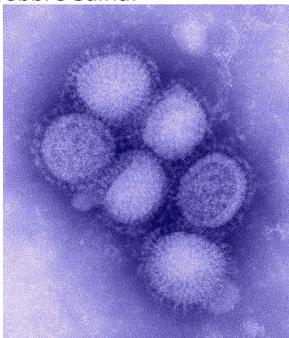
La sintomatologia dell'influenza suina è del tutto sovrapponibile a quella dell'influenza stagionale classica. Si manifestano, cioè, febbre e sintomi respiratori, accompagnati talvolta da nausea, vomito e diarrea. Il tutto si risolve nei casi tipici nell'arco di 3 - 5 giorni.

Come per l'influenza stagionale, anche l'influenza suina può causare complicazioni gravi (polmoniti ed insufficienze respiratorie) in persone già defedate ed affette da patologie croniche preesistenti, e comunque in una bassa percentuale di casi. Il tasso di mortalità è stato stimato intorno allo 0,02%.

La terapia prevede nei casi non complicati l'impiego essenzialmente di farmaci sintomatici (antipiretici, antitossigeni ecc.), riservando l'uso dei farmaci antivirali ai casi più a rischio. Attualmente gli antivirali che avrebbero mostrato una qualche efficacia nell'influenza suina sono l'oseltamivir e lo zanamivir.

Per la prevenzione dell'influenza suina è oggi disponibile la vaccinazione. Essa viene raccomandata a tutti gli operatori sanitari, sociali, e portatori di patologie gravi. A seguire la vaccinazione viene raccomandata ai giovani da 2 a 27 anni (poiché sono maggiormente suscettibili a tale infezione, e quindi serbatoi di diffusione della stessa). Da più parti, però, si

¹ L'agente eziologico è un sottotipo di virus di Influenzavirus A. Appartiene alla famiglia delle Orthomyxoviridae. Ne esistono numerose varianti che causano forme influenzali pandemiche negli animali, come la influenza aviaria e la febbre suina.



Microscopia elettronica da: http://it.wikipedia.org/wiki/File:H1N1_influenza_virus.jpg.

sono sollevati dubbi sull'efficacia e sulla innocuità del vaccino (presenza in esso di tracce di mercurio che potrebbero essere dannose soprattutto per i bambini; come pure presenza dello squalene che alcuni correlano all'insorgenza di malattie autoimmuni)².

In medicina tradizionale cinese quando si parla di influenza, definita Gan Mao, non si prende in considerazione il tipo di virus responsabile, ma si fa riferimento ad una serie di fattori patogeni (vento, freddo, umidità ecc.) in grado di causare delle sindromi con determinate caratteristiche che orientano circa lo stato energetico generale del paziente.

Quindi secondo la medicina tradizionale cinese, indipendentemente dal tipo di virus responsabile, l'influenza può essere provocata da:

- vento freddo;
- vento caldo;
- umidità calore;
- influenza in soggetti defecati (deficit di Qi; deficit di Xue).

- L'influenza da attacco del vento-freddo (è la più frequente) è caratterizzata da: iperpiressia, timore del freddo, brividi, cervicalgia, cefalea nucale, arrossamento congiuntivale, ostruzione e prurito nasale, mialgie diffuse, tosse più o meno produttiva. Patina linguale sottile e bianca, polso superficiale e teso. In questi casi, tradizionalmente, si impiega la formula Guy Zhi Tang³, tratta dal celebre *Shang Hang Lun*, redatto da Zhang Zhong Jing in pieno periodo Ham, quindi 18 secoli fa. In caso di disturbi più severi (febbre elevata, polso rapido, induido linguale sottile con alitosi), si userà, invece, Jiu Wei Qiang Huo Tang⁴, tratta dal testo *Ci Shi Nan Zhi*, indicata in soggetti anche anziani e defedati. In caso di sindromi respiratorie più spiccate e di anoressia si aggiungono i rimedi Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens) e Cong Bai (bulbus Allii fistulosi). Nei giovani con predisposizione asmatica in cui è possibile acuire fenomeni di brocospasmo con crisi asfittiche anche gravi, si usa, sempre presa dalla Shang Han Lun, Ma Huang Tang⁵, che, tuttavia, è sconsigliata in ipertesi e portatori di cardiopatia⁶

- L'influenza da attacco del vento-calore è caratterizzata da:

² Complessivamente a fronte di 898.562dosi di vaccino Focetria somministrate dall'inizio della campagna vaccinale, di cui 22.749 dosi a gestanti al secondo/terzo trimestre di gravidanza, risultano inserite in rete 1172 segnalazioni di cui 86,8% non gravi (1017), il 6,7% gravi (79), il 6,3% con gravità non definite (74) e 2 decessi. Le segnalazioni riguardano per circa il 15% i bambini fino agli undici anni, per il 4% gli adolescenti, per il 75% gli adulti e per il 2% gli anziani. Nelle segnalazioni rimanenti non è stata riportata l'età dei soggetti. 29 le degnazioni relative alle donne in gravidanza al secondo-terzo trimestre. In Europa vi sono stati complessivamente, nell'ondata 2009-2010, 2.500 decessi, per lo più in individui con patologie croniche e defedanti. In Italia, a gennaio scorso, il Codacons ha iniziato una class action contro la Pubblica Amministrazione in fatto di gestione del costo dei vaccini. Le 'Big' grazie al virus H1N1, hanno avuto 60 miliardi di Euro di capitalizzazione di Borsa in 6 mesi, 5 miliardi già incassati grazie alla vendita di oltre 600 milioni di dosi di vaccini. E anche gli accessori sanitari preventivi hanno avuto il loro momento di gloria: solo in Italia i gel disinfettanti per le mani sono cresciuti del 50% (secondo i dati Nielsen), mentre la Francia ha ordinato 1 miliardo di mascherine per il viso.

³ Composizione:

- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...9g
- Shao Yao (radix Paeoniae)...9g
- Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens)...9g
- Da Zao (fructus Zizyphi jujubae)...12 pezzi
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g

⁴ Composizione:

- Qiang Huo (radix et rhizoma Notopterygii)...4.5g
- Fang Feng (radix Ledebouriellae divaricatae)...4.5g
- Cang Zhu (rhizoma Atractylodiis)...4.5g
- Xi Xin (herba cum radice Asari)...1.5g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...3g
- Bai Zhi (radix Angelicae dahuricae)...3g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...3g
- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...3g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3g

⁵ Composizione:

- Ma Huang (herba Ephedrae)...9g
- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...6g
- Xing Ren (semen Pruni armeniaca)...9-12g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...3g

⁶ Per la presenza di Ephedra ricca in efedrina ad azione simpaticomimetica.

iperpiressia, leggera intolleranza al vento e al freddo, cefalea, talora congiuntivite, tosse con espettorato sieroso-mucoso, sete, faringodinia, oliguria, sudorazione spontanea. Lingua con punta o lati arrossati, sottile patina bianca o talora giallastra; polso superficiale e rapido. La formula più spesso usata è Yin Qiao San⁷, tratta dal *Wen Bing Tiao Bian*. Per forme più gravi con flogosi tracheobronchiale e tosse persistente Sang Ju Yin⁸, tratta dal medesimo testo. In caso di soggetti anziani o portatori di broncopolmonite cronica ostruttiva, si impiegherà, invece, Ma Xing Shi Gan Tang⁹, tratta dalla *Shang Han Lun*, ma proibita in caso di ipertensione o cardiopatia o in soggetti che assumono antiaggreganti o anticoagulanti orali (ticlopidina, dicumarolici, aspirina, ecc.).

- L'influenza da attacco dell'umidità-calore è caratterizzata da:

iperpiressia, tosse con espettorato mucoso, sensazione di testa pesante, sensazione di pesantezza agli arti, vertigini e confusione mentale, nausea, vomito. Lingua ricoperta da patina gialla e grassa. Polso superficiale e sottile. In questi casi si consiglia, tratta dallo *Xiao Er Yao Zheng Zhi Jue*, la formula Bai Du San¹⁰ detta anche Ba Du San Ren Shen, inizialmente nata per la pediatria, oggi in uso in tutte le età. In caso di rinorrea intensa, anosmia, ostruzione nasale si aggiungono Bo He (herba *Menthae*) e Sheng Jiang (rhizoma *Zinziberis recens*), che inoltre migliorano l'appetito e le funzioni digestive.

- L'influenza da deficit di Qi e Sangue è caratterizzata da:

febbricola, tosse con espettorato sieroso-mucoso, affanno, tosse secca, vertigini, palpitazioni, astenia, sudorazione. Labbra pallide, unghie pallide. Lingua asciutta e sottile, pallida e/o molle, con patina bianca e sottile, polso superficiale e debole. La più parte dei clinici consiglia di

⁷ Composizione:

- Jin Yin Hua (flos *Lonicerae japonicae*)...9-15g
- Lian Qiao (fructus *Forsythiae suspensa*)...9-15g
- Jie Geng (radix *Platycodi grandiflori*)...3-6g
- Niu Bang Zi (fructus *Arctii lappae*)...9-12g
- Bo He (herba *Menthae haplocalycis*)...3-6g
- Dan Dou Chi (semen *Sojae praeparata*)...3-6g
- Jing Jie (herba seu *Fos Schizonepetae tenuifoliae*)...3-6g
- Dan Zhu Ye (herba *Lophatheri gracilis*)...3-6g
- Xian Lu Gen (rhizoma *Phragmitis communis recens*)...15-30g
- Gan Cao (radix *Glycyrrhizae uralensis*)...3-6g

⁸ Composizione:

- Sang Ye (flos *Mori albae*)...7.5g
- Ju Hua (flos *Chrysanthemi morifolii*)...3g
- Lian Qiao (fructus *Forsythiae suspensa*)...4.5g
- Bo He (herba *Menthae haplocalycis*)...2.5g [add near end]
- Jie Geng (radix *Platycodi grandiflori*)...6g
- Xing Ren (semen *Pruni armeniaca*)...6g
- Lu Gen (rhizoma *Phragmitis communis*)...6g
- Gan Cao (radix *Glycyrrhizae uralensis*)...2.5g

⁹ Composizione:

- Ma Huang (herba *Ephedrae*)...12g
- Shi Gao (*Gypsum fibrosum*)
- Xing Ren (semen *Pruni armeniaca*)...18g
- Zhi Gan Cao (radix *Glycyrrhizae uralensis*)...6g

¹⁰ Composizione:

- Qiang Huo (radix et rhizoma *Notopterygii*)...30g
- Du Huo (radix *Angelicae pubescentis*)...30g
- Chuan Xiong (radix *Ligustici chuanxiong*)...30g
- Chai Hu (radix *Bupleuri*)...30g
- Jie Geng (radix *Platycodi grandiflori*)...30g
- Zhi Ke (fructus *Citri seu Ponciri*)...30g
- Qian Hu (radix *Peucedani*)...30g
- Ren Shen (radix *Ginseng*)...30g
- Fu Ling (sclerotium *Poriae cocos*)...30g
- Gan Cao (radix *Glycyrrhizae Uralensis*)...15g

combinare Ge Gen Huang Qin Huang Lian Tang¹¹ con Ba Zhen Tang¹², mentre altri la complessa formula Wu Ji San¹³, tratta dal Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fan.

Trattamento Fitoterapico dell'influenza da virus H1N1

Il Ministero della Salute Cinese attraverso il Dipartimento di MTC di Pechino e l'Associazione Nazionale per lo Sviluppo della MTC consiglia alcune ricette fitoterapiche per la cura dell'influenza H1N1

Ricetta fitoterapica per adulti

Lonicera japonica Thunb 6g, Isatis indigotica Fort. 6g, Herba Menthae Haplocalycis 3g, Radix Glycyrrhizae 3g.

Preparazione in decotto da destinarsi all'adulto, anch'essa ricca in droghe vegetali ad attività antibatterica. Inoltre la Lonicera e l'Isatis hanno buone capacità immunostimolanti. Isatis in foglie ha efficacia antipiretica, mentre la radice è più indicata nelle forme influenzali virali, nelle angine/tonsilliti anche da corynebacterium diphteriae e nelle malattie virali in genere, compresa la epatite e la encefalite. Dalle foglie di Isatis tinctoria si ricava indigo, il colorante blu un tempo utilizzato nella colorazione delle tele genovesi ("jeans") da cui si ricavavano pantaloni destinati ai marinai, in quanto particolarmente resistenti e che come tutti i coloranti possiede efficacia reologica nel micro e macro-circolo; per la sua azione mielotropica si utilizza nelle leuco- e piastrino-penie indotte dai trattamenti antineoplastici e sembra possieda essa stessa azione antitumorale nelle leucosi. Anche la Menthae ha buone proprietà antibiotiche, efficace per il mal di testa influenzale, mal di gola e occhi arrossati e dolori muscolari.

Ricetta fitoterapica per donne in gravidanza

Rhizoma Atractylodis Macrocephalae 6g, Scutellaria baicalensis Georgi 6g, Perilla frutescens (L.) Britt. 3g, Lonicera japonica Thunb 6g.

Formulazione particolarmente indicata nel trattamento della gravida, in virtù della presenza di Atractylodes e Scutellaria, contro strepto e stafilococchi, diplococco pneumoniae, pseudomonas, b. Koch e leptospire; inoltre Scutellaria possiede proprietà antipiretica ed antidiarroica, mentre Atractylodes ha più spiccate proprietà digestive su stomaco (anoressia e vomito) e su colon (diarrea e colite). La Lonicera enfatizza gli effetti antipiretici delle altre piante, possedendo anch'essa proprietà antibiotiche (contro strepto e stafilococchi, b. Koch, pseudomonas e salmonelle) ed antivirali, specie sui virus influenzali. Inoltre la Scutellaria è utile come pianta antiabortiva, nelle cefalee, vertigini, irritabilità, bocca secca e amara. Trova applicazione anche nell'epistassi, emoftoe, ematemesi. La Perilla allevia la tosse con muchi, migliora il raffreddore; idrata l'intestino, per cui è usato per costipazione con feci secche.

¹¹ È tratta dallo *Shang Han Lun* ed è così composta:

- Ge Gen (radix Puerariae)...15-24g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...9g
- Huang Lian (rhizome Coptidis)...6g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g

¹² Impiegabile in cp, da 4 a 6 al dì, dopo i pasti, in tre dosi rificate e con la seguente composizione: Angelica sinensis radice 11,05% - Rehmannia glutinosa radice preparata 11,05% - Atractylodes macrocephala rizoma 8,32% - Paeonia lactiflora radice 8,32% - Panax ginseng radice 8,32% - Poria cocos sclerozio 8,32% - Ligusticum chuanxiong rhizoma 5,53% - Glycyrrhiza uralensis radice e rhizoma preparati 4,10%.

¹³ Composizione:

- Ma Huang (herba Ephedrae)...180g
- Bai Zhi (radix Angelicae dahuricae)...90g
- Gan Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis)...120g
- Rou Gui (cortex Cinnamomi cassiae)...90g
- Cang Zhu (rhizoma Atractylodis)...720g
- Hou Po (cortex Magnoliae officinalis)...120g
- Chen Pi (pericarpium Citri reticulatae)...180g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...90g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...90g
- Jie Geng (radix platycodi grandiflori)...360g
- Zhi Ke (fructus citri seu Ponciri)...180g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...90g
- Bai Shao (radix Paeoniae)...90g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...90g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...90g

Ricetta fitoterapica per anziani

Radix Pseudostellariae 10g, Perilla frutescens(L.) Britt. 6g, Scutellaria baicalensis Georgi 10g, Arctium lappa L.10g .

La Pseudostellaria vanta effetti antiastenici, particolarmente utili in geriatria e le sue frazioni polisaccaridiche sono molto promettenti in campo immunitario ed oncologico. La Pseudostellaria ha azione adattogena simile al ginseng, Ren Shen, tanto che in Cina viene chiamata "il ginseng dei Polmoni", per il suo elevato tropismo nei confronti di quest'organo, ovviamente debole in corso di influenza. La scutellaria in MTC vanta varie attività: purifica il Calore, spegne il Fuoco nel Cuore, spegne il Fuoco nel Polmone, purifica il Calore/Umidità, calma il feto, spegne il Fuoco nel Fegato - ferma i sanguinamenti. febbre, irritabilità, sete, tosse con espettorato giallo e denso. Pertanto viene indicata nelle sindromi dissenteriche e malattie da Calore/Umidità con oppressione toracica, sete ma non desiderio di bere, ittero. Arctium lappa (Bardana) viene usata in Cina principalmente per laringo-faringite e per le sue ottime proprietà antibiotiche.

Queste miscele vengono lasciate in infusione per 10 minuti in acqua a temperatura ambiente, bollirle 20 min., di solito rimane 150-200ml di tisana liquida che si può bere per 2 volte al dì per x 5 gg. di continuo

Ricetta fitoterapica per bambini

Rhizoma Phragmitis 10g, Folium Mori 5g, Glycine max 5g, Lonicera japonica Thunb 5g.

Piante tranquille da scarsi effetti collaterali. La Lonicera è utilizzata nelle sindromi da Calore, in particolare negli stadi precoci delle malattie febbrili, nelle tumefazioni dolorose ovunque, specie al torace, gola e occhi; utile anche nelle ulcerazioni cutanee, infezioni urinarie. Ha buona azione antibiotica: strepto-stafilococchi, b.Koch, pseudomonas, salmonelle e azione antivirale, virus influenzali. La Phragmitis ha proprietà antibiotiche, in particolare ha buoni risultati verso le infezioni polmonari, è diuretica e antipiretica. Buone anche l'attività anti-nausea e antiemetica. Le foglie Mori invece hanno la capacità di combattere l'influenza sviluppata dopo esposizione a vento freddo, calma il dolore e il rossore agli occhi.

Questa miscela viene lasciata in infusione per 10 minuti in acqua a temperatura ambiente, bollirle 10 min., di solito rimane 150-200ml di tisana liquida che si può bere per 2 volte al dì, per 5 gg. di continuo. Per i bambini al di sotto dei 6 anni, si consiglia metà dose 75-100ml

La Prevenzione

In M.T.C., come prevenzione verso l'influenza, si intende un rafforzamento delle energie difensive dell'organismo (attività immunitaria) chiamate Wei Qi. L'organismo deve essere in grado di opporre resistenza alle sollecitudini che possono innescare esposizioni al vento, freddo, umido, ecc., pertanto è utile ottenere un sostegno in tal senso attraverso una antica ricetta: Yu Ping feng San.

Ricetta YU PING FENG SAN:

Radix Astragali Membranacei (Astragalus) (Huang qi)

Radix Ledebouriellae (Fang feng)

Rhizoma Atractylodis Macrocephalae (Bai zhu)

Fructus Schisandrae Chinensis (Wu wei zi)

Radix Pseudostellariae Heterophyllae (Tai zi shen)

Radix Oryzae Glutinosae (Oryza Sativa) (Nu dao gen)

Dosaggi consigliati: 1 - 2 g / die di polvere pura in capsule o compresse per 15 giorni al mese nella stagione fredda.

Questa ricetta è utile per rafforzare le difese immunitarie e per eliminare il vento perverso che è penetrato nell'organismo e potrebbe provocare febbre, influenza e raffreddore. Ci pare soprattutto degno di nota ciò che la moderna ricerca farmacologica ha evidenziato in Huang Qi (Astragalo) la pianta più importante.

I polisaccaridi Astragalan I e II (una miscela di D-glucosio, D-galattosio ed L-arabinosio) hanno infatti manifestato, sia per somministrazione parenterale che per os, un ampio spettro di attività immunologiche:

- potenziamento dell'attività macrofagica.
- effetto di potenziamento con l'interferone α (per somministrazione congiunta, aumento de 500-600% dell'attività citotossica)
- aumento dell'attività citotossica linfocitaria
- aumento della produzione anticorpale

- aumento dell'attività dell'interleuchina 2
- aumento dell'attività dei linfociti TH¹⁴.

Oltre alle eccellenti proprietà immunostimolanti, l'Astragalo vanta altre proprietà: antiepatitica, adattogena e pro mnesica, antiossidante, protettiva in chemioterapia, antiosteoporotica, miocardio-protettiva. La radice di *Ledebouriellae* ha un moderato effetto antipiretico, proprietà antimicrobiche, analgesiche. La radice di *Atractylodis* ha proprietà toniche in particolare rafforza il sistema digestivo. Ha effetto diuretico, ipoglicemizzante e immunostimolante. I frutti della *Fructus Schisandrae* sono noti per le proprietà antitussigine, stimola la respirazione attraverso il sistema nervoso centrale; di fatto tonifica tutto il sistema nervoso centrale. Migliora l'acuità visiva e tattile, il tono dell'umore, ed è utile nelle epatiti anitteriche. Alcuni lavori riportano un migliore utilizzo del glicogeno epatico. La radice di *Pseudostellariae* e di *Oryzae* hanno effetti antiastenici, immunostimolanti e migliorano l'umore.

¹⁴ Studi recenti connettono l'azione di Astragalo, radix *Isatidis*, *Coptis* ed altri rimedi erboristici cinesi, con l'attivazione del sistema RANTES dei linfociti T, inibito da virus influenzali e parainfluenzali. Il sistema RANTES appartiene alle citochine, che sono molecole proteiche prodotte da vari tipi di cellule e secrete nel mezzo circostante di solito in risposta ad uno stimolo, ed in grado di modificare il comportamento di altre cellule inducendo nuove attività come crescita, differenziamento e morte. Più propriamente sono chemochine ad attività antivirale. Esse esibiscono diverse attività biologiche, anche se la loro funzione principale (e più nota) consiste nell'attivazione e nel reclutamento (chemiotassi) dei leucociti nei siti di flogosi. L'attività biologica delle chemochine si realizza mediante il legame con specifici recettori accoppiati a proteine G eterotrimeriche (GPCRs) presenti sul plasmalemma delle cellule bersaglio. A questo livello agirebbero le piante cinesi ad azione antivirale.

Bibliografia

1. AAVV: China Pharmacopoeia, New World Press, Beijing, 2000.
2. AAVV: Highly Efficacious Chinese Patent Medicine, Publishing House Shanghai College of Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 1992.
3. AAVV: Encyclopedia of practical Traditional Chinese Medicine, voll XX-XXI, Higher Education Press, Beijing, 1990.
4. AAVV: Manuel of Common-Used Prescription in Traditional Chinese Medicine, Joint Publishing Ltd., Hong Kong, 1989.
5. AAVV: Chinese Medicinal Herbs of Hong Kong, voll I-V, Sino-American Publishing House, Hong Kong, 1988.
6. Aburada M, et al. Protective effects of jumentaihoto, dried decoctum of 10 Chinese herbs mixture, upon the adverse effects of mitomycin C in mice. *J Pharmacobiodyn* 1983;6(12):1000-4.
7. Bensky D., Gambre A.: Chinese Materia Medica. Eastland Press Seattle 1987.
8. Bicopoulos, D.: *Aus DI. Drug Information for the Healthcare Professional* (2 ed.): Pharmaceutical Care Information Services, Castle Hill, 2002.
9. Chen Q. *Renowned Patent Traditional Chinese Medicines: Pharmacology and Clinical Applications*, ed. Foreign Languages Press, Beijing, 1998.
10. Gatto R.: *Le ricette, Monografie AFAC, IV*, Ed. AFAC, Milano, 1993.
11. [Hsuan SL](#) et al.: The cytotoxicity to leukemia cells and antiviral effects of *Isatis indigotica* extracts on pseudorabies virus. [Journal Of Ethnopharmacology](#) [*J Ethnopharmacol*] 2009 May 4; Vol. 123 (1), pp. 61-7. Date of Electronic Publication: 2009 Mar 04, Cochrane database.
12. Jin R et al. Immunomodulative effects of Chinese herbs in mice treated with cyclophosphamide. *Yakugaku Zasshi* 1994;114:533-8.
13. Ko H.C., Wei B.L., Chiou W.F.: The effect of medicinal plants used in Chinese folk medicine on RANTES secretion by virus-infected human epithelial cells, *J Ethnopharmacol*, 2006, 107(2):205-10.
14. Kuptchuck T.: *The Web That Has No Weaver : Understanding Chinese Medicine*, Ed. McGraw-Hill, New York, 2000.
15. Maciocia G.: *La Clinica in Medicina Cinese*, Ed. C.E.A., Milano, 1995.
16. Maciocia G.: *The Foundations of Chinese Medicine: A Comprehensive Text for Acupuncturists and Herbalists. Second Edition*, Ed. Churchill-Livingstone, London, 2005.
17. Mak NK, Leung CY, Wei XY, Shen XL, Wong RN, Leung KN, Fung MC: Inhibition of RANTES expression by indirubin in influenza virus-infected human bronchial epithelial cells, *Biochem Pharmacol*, 2004, 67(1):167-174.
18. Quan HX, Li HS. Effects of radix Astragali on hemopoiesis in irradiated mice. *Zhongguo Zhong Yao Za Zhi* 1994;19(12):741-3.
19. Reid D.: *Chinese Herbal Medicine*, Ed. Shamballa, London-New York, 1987.

20. Reynolds JEF (Ed.): Martindale. The Extra Pharmacopoeia (29 ed.), The Pharmaceutical Press, London, 1989.
21. [Wong CK](#); [Leung KN](#); [Fung KP](#): Mitogenic and tumor necrosis factor producing activities of *Pseudostellaria heterophylla*. [International Journal Of Immunopharmacology](#) [Int J Immunopharmacol] 1992 Nov; Vol. 14 (8), pp. 1315-20.
22. Xie H et al. Preventive effect of gubao on hydrocortisone-induced osteoporosis in rats. *Zhongguo Zhong Yao Za Zhi* 1997;22(4):238-40.
23. Xiu-Hui Zhong, et al.: Anti-Abortive Effect of Radix Scutellariae and Rhizoma Atractylodis in Mice, *The American Journal of Chinese Medicine*, Vol. 30, No. 1, 109-117 © 2002 World Scientific Publishing Company & Institute for Advanced Research in Asian Science and Medicine.

S.I.d.A.¹
Scuola Italiana di Agopuntura

Fisiopatologia del San Jiao - Meridiano Shou Shao Yang

Dante De Berardinis

d.deberardinis@agopuntura.org

Mauro Navarra

m.navarra@agopuntura.org

Guido Bernardini

g.bernardini@agopuntura.org

Carlo D'Ammassa

c.dammassa@agopuntura.org

P. Brici, M. Visconti, F. Di Marco, G. Franconi, G. Boschi, S. Lattanzi.

¹ Il modello della S.I.d.A. viene spiegato attraverso i casi clinici pubblicati nel blog: <http://www.myblog.it/>

Sommario Nei testi più diffusi in occidente, il Triplice Riscaldatore è analizzato in poche righe che non chiariscono affatto il ruolo e la funzione di una struttura estremamente complessa, connessa con la Yuanqi, i Liquidi ed i meccanismi di formazioni della Guqi. In questo lavoro si parte dall'analisi dei classici per chiarire, attraverso contributi vari ed esperienze diverse, le diverse funzioni del San Jiao. Le parole chiave sono trasformazione, trasmissione e trasporto, che spiegano le relazioni fra il Triplice Fuoco e le cinque funzioni a lui attribuite nei classici: attivazione di tutte le funzioni degli organi, trasporto delle Acque, Circolazione dei Liquidi nei Cou Li e nei Meridiani, messa in latenza dei Patogeni. Nel lavoro si parla anche del rapporto, stabilito dall'idea taoista, fra Triplice Fuoco e Costituzione individuale e, ancora, della funzione di molti punti del Meridiano collegato: Shou Shao Yang San Jiao Jing, oltre che delle relazioni fra San Jiao e sistema endocrino inteso in chiave moderna.

Parole chiave: Triplice Riscaldatore, San Jiao, Shou Shao Yang

Abstract In most common texts in the West, the Triple Heater is analyzed in a few lines which do not clarify the role and function of an extremely complex structure, connected with Yuanqi, liquids and the formation mechanism of Guqi. This work starts from the analysis of classical texts to clarify, through various contributions and experiences, the different functions of the San Jiao. Keywords are transformation, transmission and transportation, which explain the relationship between the Triple Fire and the five functions attributed to it into classic texts: activation of all the functions of organs, transportation of Waters, Circulation of fluid in the Cou Li and Meridians, put in latency of the pathogens. The work is also about the relationship, established by Taoism, between Triple Fire and individual constitution and, furthermore, the function of many points of the connected meridian: San Shou Shao Yang San Jiao Jing, as well as relations between San Jiao and endocrine system along modern thought.

Keywords: Triple Warmer, San Jiao, Shou Shao Yang

Prefazione

Questo lavoro è il risultato di un impegno collegiale al quale, oltre agli autori, hanno partecipato diversi allievi² della nostra "Scuola Italo-cinese di agopuntura" di Roma, ma anche di altre scuole italiane.

Abbiamo inaugurato così un nuovo modo di studiare e di crescere culturalmente attraverso il confronto onesto ed umile dei partecipanti alle riunioni dove ognuno porta il proprio contributo clinico e culturale. Gli incontri si sono svolti in un'atmosfera di totale apertura, permettendo così a tutti di ragionare ad alta voce sulle intuizioni e i collegamenti creando così una forma stimolante e comprensibile di definire il tema in questione. Riassumendo ciò che dopo lo studio e la raccolta di nozioni è stato poi sviscerato durante gli incontri, scambiando e confrontando informazioni e riflessioni, ha preso corpo qualcosa che nella letteratura di settore non era presente se non in maniera sintetica e approssimativa.

Introduzione

Capire come agisce il San Jiao (SJ) nell'ambito degli organi e dei visceri e quali sono i segni che ci inducono a pensare e ad utilizzare i punti del meridiano Shou Shao Yang (SSY) nella pratica clinica, è ciò che ci siamo proposti di fare.

La prima parte quindi sarà dedicata a riassumere il viscere San Jiao nella sua fisiologia e struttura energetica, per passare poi allo studio particolareggiato di ogni punto del meridiano SSY. Le informazioni che hanno reso possibile questo lavoro, provengono dallo studio dei classici, dalle lezioni del Prof. Jeffrey Yuen che raccontano la tradizione orale taoista, dagli autori occidentali e dalle esperienze cliniche riportate dai partecipanti alle riunioni.

San Jiao

San = tre (R. 4196)

Il numero tre fa riferimento sicuramente ai tre riscaldatori:

- San Jiao Superiore (SJS)
- San Jiao Medio (SJM)
- San Jiao Inferiore (SJI)

² D.ssa L. Mariani, M. Pistacchi, P. Innocenzi, G. Schettino, L. Di Pierro, S. Capurso

NJ diff. 31:

"Il jiao superiore è nella regione sotto al cuore e, attraverso il diaframma, arriva ad inserirsi alla bocca dello stomaco (cardias); può far entrare ma non far uscire. Può essere trattato con il Tanzhong, 1,6 Cun sotto Yu Tang ("palazzo di giada"), nella depressione al centro fra i due capezzoli.

Il jiao mediano corrisponde all'involucro dello stomaco, né più su né più giù. Macera e riscalda acqua e cibo, si può trattare ai lati dell'ombelico (Huangshu?).

Il jiao inferiore inizia esattamente all'apertura superiore della vescica e si estende verso il basso, ha il compito di dividere limpido e torbido, può far uscire ma non far entrare e serve essenzialmente come via di trasmissione. Si tratta uno cun sotto l'ombelico. Per questo si parla di un fu 'triplice jiao'.

Jiao = riscaldare, arrostitire, cuocere, parire (R. 600)

Il carattere jiao, 焦, nei dizionari relativamente moderni (incluso il Ricci) si trova nella forma grafica consueta, il radicale "uccello a coda corta" sopra e il "fuoco" sotto. Nel Couvreur invece, dizionario cinese-francese -pubblicato nel 1890, quando alla voce "Jiao" si arriva alla dizione "San Jiao", il carattere appare preceduto dal radicale carne. Traduzione: "san jiao: esofago, stomaco e intestino".

Nel Kangxi Cidian (il dizionario etimologico della din. T'ang) il primo significato del carattere jiao non è quello di 'bruciare', piuttosto quello di 'dissipare/sparire' (xiao) lo stesso xiao che compare nel concetto di 'digestione' (xiaohua, lett. "trasformazione che dissipa o trasformazione che fa sparire")³.

San Jiao normalmente viene tradotto semplicemente come "Triplo Riscaldatore" ma, per non tradire il vero significato, continueremo a chiamarlo San Jiao (S.J.).

Secondo la filosofia taoista la manifestazione della vita avviene attraverso il passaggio dal "Cielo anteriore", che corrisponde al senza forma, al "Cielo posteriore", che corrisponde alla manifestazione.

Il passaggio dal Cielo anteriore al Cielo posteriore è possibile grazie al Ming Men che viene tradotto come porta del destino, porta del mandato del cielo. La realtà è nel senza forma e *"alla morte si rientra mentre alla nascita si esce"*. La nostra cultura non è molto lontana da questo modo di pensare, infatti l'etimologia della parola esistere viene dal latino "ex stare" che significa stare fuori.

Il SJ corrisponde alla presa in carico del mandato, del destino, per portarlo a termine facendo da mediatore tra ciò che la persona potenzialmente dovrebbe essere e ciò che diviene in relazione con l'ambiente in cui vive.

Il NJ diff. 31afferma:

"SJ è la via del cibo e della bevande, è la fine⁴ ed inizio dei Qi⁵"

Zhang Jie Bin nel Leijing conferma:

"All'interno del corpo è il grande viscere della cavità addominale che comprende tutti i Zang Fu".

Nella 39° difficoltà del N.J. alla domanda "come mai ci sono cinque organi zang e sei organi fu?" Viene risposto:

"Parlando degli organi si dice spesso che ci sono cinque Zang e sei Fu, di fatto effettivamente ci sono cinque Fu, così come si potrebbe parlare anche di sei Zang, perché il Rene è fatto da due organi, la sua sinistra è Rene, la sua destra è Mingmen.

Il Mingmen è la dimora di Jingshen, negli uomini accumula seme, nelle donne sostiene l'utero, il suo Qi è in relazione con il Rene, per questo si può parlare di sei organi Zang. Quanto alla questione dei cinque Fu, ognuno dei cinque Zang corrisponde ad un Fu, ma non il Sanjiao, che pur essendo un Fu non è di pertinenza di nessuno Zang; questo è il motivo per cui si dice che ci sono cinque Fu."

Il meridiano legato al SJ è Shou Shao Yang.

Anche la Vescica biliare (GB) viene inclusa nel livello Shaoyang e anche la GB, come il SJ, non può propriamente dirsi un organo Fu. La caratteristica dei Fu è infatti: trasportare e trasformare sostanze concrete e non conservare" (zhuanhuawu er bu cang); in contrasto agli organi Zang che invece conservano Qi ed essenza e non disperdono" (cang jing qi er bu xie).

La colecisti è inclusa fra gli organi straordinari proprio perché in realtà pur assolvendo la funzione di organo Yang di coppia, rispetto al Fegato, di fatto custodisce un'essenza (bile) che solo di tanto in tanto viene secreta. Fra gli organi straordinari assomiglia molto all'utero, che

³ G. Boschi. Seminario sul San Jiao. Milano 2009.

⁴ Nella funzione di "inizio e fine del Qi" il San Jiao viene detto Chong (è lo stesso di Chong Mai)

⁵ A livello della sinologia mondiale quasi tutti sono concordi nel non tradurre il termine Qi, né con soffi né con energie. Cfr atti del convegno "Approaches to traditional Chinese medical Literature". (G.Boschi)

nel periodo mestruale e nel parto ha funzione escrettrice (simile ai Fu) mentre per tutta la gravidanza tesaurizza e conserva (come uno Zang).⁶

Come meridiano SSY viene accoppiato con il meridiano SJI (PC) come è scritto nel Nanjing⁷ alla 25° diff. : *“Ci sono dodici meridiani, ma cinque Zang e sei Fu fa undici, di che natura è questo meridiano [in più]?”*

E' così: un solo meridiano comprende lo Shaoyin della mano e il Maestro del cuore. Maestro del cuore e Sanjiao sono interno ed esterno, entrambi hanno nome ma non forma...

E alla diff. 38° continua: “Perché gli Zang sono cinque e i Fu sei? E' così: il motivo per cui i Fu sono sei è il Sanjiao, si tratta di una differenziazione dal Qi originario, governa tutti Qi, ha nome ma non forma. Il suo meridiano appartiene allo Shaoyang perciò (di cui?) è considerato un (il) Fu esterno...”

Ruolo del SJ

Il ruolo conferito al SJ è quello di dirigere l'attività del corpo nel suo insieme. Regola i processi di assimilazione, distribuzione ed eliminazione.

Lo Zhenjiu Jiayi jing cap. 3 libro 1° parla delle funzioni di organi Zang e di organi Fu:

“Lo Stomaco, il Grosso Intestino, il Piccolo Intestino, il Triplo Riscaldatore e la Vescica tutti e cinque nascono dal Qi celeste. Il loro Qi è a immagine del cielo, ecco perché essi eliminano e non conservano. Essi ricevono il Qi torbido (Zhuo) dei 5 organi, si chiamano visceri di trasmissione (Zhuan) e di trasformazione (Hua). Essi non possono conservare a lungo ma trasportano (Shu) ed eliminano. Anche l'ano è al servizio dei 5 organi affinché l'acqua e i cereali non siano conservati a lungo.”

Da questo brano si possono dedurre le funzioni comuni a tutti gli organi Fu⁸ e quindi del S.J.:

- Trasformazione, Hua
- Trasmissione, Zhuan
- Trasporto, Shu

Si potrebbe pensare che:

- La funzione di trasformazione, Hua, sia riferita alla digestione degli alimenti affinché possano essere assorbiti;
- La funzione di trasporto, Shu, sia riferita alla funzione di trasportare gli alimenti assorbiti per metterli in riserva nei visceri curiosi;⁹
- La funzione di trasmissione, Zhuan, sia riferita all'eliminazione degli scarti alimentari ma anche dei Qi patogeni, Xie. Per la funzione di eliminazione sono importanti anche gli orifici, Ano -Po men e Uretra¹⁰.

Le funzioni vengono anche distinte in base ai tre SJ infatti nel L.S. cap. 18 viene accennato:

“L'imperatore Giallo chiede: - Vorrei conoscere la circolazione della Ying Qi e della Wei Qi e anche il loro tragitto.

Qi Bai risponde: La Ying Qi esce dal SJM. La Wei Qi deborda dal SJS”.

Le alterazioni delle funzioni del SJ sono descritte come un “non fluire”, traboccare, essere bloccato.¹¹ In pratica ogni disfunzione del SJ si manifesta come un blocco ai vari tipi di Qi nei tre livelli:

⁶ Ecco perché si dice che il compito straordinario dell'utero è quello di “ricevere l'essenza e trasformarla in gestazione”. Se questa funzione non si realizza - per mancata fecondazione- allora si attiva la funzione escrettrice sul sangue mestruale. Tutto ciò praticamente avviene attraverso un canale (baomai) del quale si dice che “appartiene al Cuore ed è connesso con la cavità uterina”, insieme ad un collaterale (baoluo) connesso al Rene.

Cfr. A. Gulì “Acque lunari” Xenia

⁷ Traduzione di G. Boschi.

⁸ G. Boschi ricorda cosa scrive a proposito della traduzione zang-fu uno dei più importanti medici cinesi, Xie Huanzhang, in “On the standard nomenclature of TCM:” [...]molti suggerimenti sono apparsi in pubblicazioni recenti, usare ‘visceri’ (bowels) o ‘organi vuoti’ per i fu e ‘organi’ (visceri) o ‘organi solidi’ per gli Zang non è accettabile perché ‘visceri’ si riferisce in realtà ai soli intestini, ‘organi’ include anche gli intestini, il Polmone non è ‘pieno’ e la Colecisti non è ‘vuota’. Il modo più promettente per tradurre è rendere Zang con ‘organi yin’ e Fu con ‘organi yang’. Questa è la traduzione scelta da molti autori e non crea contraddizioni nella maggior parte dei casi. L'unico svantaggio è che questa nomenclatura non può sempre tradurre il concetto di relatività fra Yin e Yang, perché Zang appartiene allo yin solo in relazione a Fu. Quando la classificazione Yin Yang si applica al contesto dei soli Zang ci sono organi Yang nello yin e Yin nello Yin [...] quindi è meglio non usare termini che suscitino tali perplessità. Poiché Zang e Fu sono concetti così importanti e non ci sono equivalenti esatti, l'utilizzo del Pinyin sembra accettabile ...” In pratica sarebbe meglio usare ‘organi Zang’ e ‘organi Fu’...”

⁹ Mentre la funzione di trasporto della Milza riguarda trasporto del Jing degli alimenti verso gli organi, Zang.

¹⁰ Per “aprire” gli orifici possiamo usare i punti: Ki 14, BL 36. Gli orifici sono fisiologicamente chiusi ma per attivare la funzione di eliminazione si dice che bisogna che siano aperti? (dubbio di G.Boschi)

¹¹ Maciocia, G. (1997). *I fondamenti della medicina tradizionale cinese*. Milano: Casa Editrice Ambrosiana. pag.

- Blocco di Wei qi o Zong Qi nel SJS
- Blocco della Ying Qi (della funzione di trasporto della Milza) nel SJM
- Blocco dei liquidi nel SJI (compromissione della funzione della Vescica di trasformazione del Qi).
- San Jiao organo Fu solitario.

Origine delle membrane e SJ¹²

Il SJ viene anche associato all'origine delle membrane

Ciò si può spiegare con un altro concetto cui il triplice riscaldatore viene associato, soprattutto nei testi post Ming, è il "Mo Yuan" (origine delle membrane). Xue Shengbai, famoso medico della dinastia Qing, nel suo *Shire bing pian* scrive:

"L'origine delle membrane, all'esterno comunica con i muscoli, all'interno si avvicina allo Stomaco, ossia alla porta del Sanjiao. Questa è la dimensione "né interno né esterno" (banbiao banli) dell'intero organismo"...

Lo studio delle "malattie da calore" (wenbing) associa nel concetto di "banbiao banli" sanjiao, VB e "origine delle membrane"

In altri testi l'origine delle membrane è indicata nello spazio pleuro-diaframmatico...lo stesso spazio definito "Gao Huang". Tuttavia, l'analisi dei nomi dei punti chiamati con 'huang' ci fa capire lo stretto legame fra Sanjiao e membrane sierose:

- Gaohuang BL43 la sua posizione sul secondo ramo corrisponde a Jueyinshu, shu del Pericardio
- BL 51 Huangmen "porta del Huang" si trova a livello del Sanjiaoshu, V22.
- BL 53 Baohuang "Membrana dell'utero/vescica" (a fianco a Pangguangshu) che corrisponde al peritoneo vescicale.
- Ki 16 Huangshu "punto di trasporto del Huang" all'altezza dell'ombelico. Punto di corrispondente ai legamenti ombelicali del peritoneo
- Fra i due punti Renmai che hanno Huang nel nome secondario, è compreso CV5 (Shimen), non a caso punto Mu del Sanjiao. Questi tre punti corrispondono alla plica inferiore del grande omento.

J. Yuen sottolinea come Gao sia riferibile a tessuto grasso mentre Huang a membrana (con una sua permeabilità) e come il termine Gao Huang possa indicare la funzione di scambio della cellula o dell'organo (nelle ghiandole la funzione di controllo della quantità e della velocità delle secrezioni ormonali).

Il corpo cerca di proteggere Rene e Cuore, con questo scopo può essere vista quella rete continua di sacche che sono le fasce connettivali corporee, comprendendo con esse le membrane sierose, e di cui la parte più esterna è la fascia subcutanea. Tali fasce o membrane sono considerate il sistema Gao Huang che è espressione anatomico-funzionale del SJ; questo sistema, oltre a proteggere e separare le varie parti, anche permette loro scambio e comunicazione.

Il cuore è protetto in particolare dal pericardio mentre il rene da tutte le fasce in continuità tra loro che connettono il profondo con il superficiale. Tale rete, substrato funzionale del SJ, nel suo mettere in connessione il fuori con il dentro, ricalca la natura dello Shao Yang: mezzo fuori, mezzo dentro.

- **Xin Bao** (PC)- Membrana che protegge il cuore
- **San Jiao** (SJ)- Rete di sacche (membrane) interconnesse che circonda tutto il corpo ed ogni organo. In ultimo protegge il rene. La parte più esterna è la fascia subcutanea (Cou Li) (Nielsen)

Tale corrispondenza anatomica può aiutare a comprendere come il SJ pervada ed unifichi il tutto pur non avendo una forma propria.

Il Ling Shu al cap. 47 dice: *(I Reni sono connessi allo Shao Yang) La Vescica e il Triplice riscaldatore hanno la loro corrispondenza e risonanza nella struttura più esterna del corpo, gli Cou Li.*

La relazione del SJ con il Rene, i liquidi e gli Cou li viene condivisa con la Vescica, anche definita Gao Huang. Alla luce di queste informazioni non deve allora stupire come si ritrovino i punti collegati al concetto di Huang insistere su tali strutture e sul meridiano di Vescica Urinaria: SJ (BL-51), PC (BL-43), BL (BL-53). Sempre sul meridiano di vescica si trova il punto He speciale di SJ (BL-39).

¹² G. Boschi. Seminario sul San Jiao. Milano 2009.

Tale sistema di fasce/membrane interconnesse è un singolo sistema che si comporta come un unico palloncino contenente al suo interno trame interconnesse. Un blocco in un'area di tale sistema, ad esempio una cicatrice, determinerà un adattamento compensativo altrove, eventualmente con un indebolimento del sistema immune e delle surrenali (Matsumoto), ambedue collegati al concetto di SJ e anche, quindi, di compensazione cronica.

Patologia del SJ

In patologia succede che ogni difficoltà a livello del metabolismo dei liquidi e dei cereali a causa del San Jiao provoca una risalita di sostanze nocive che interessa l'alto ed in particolare gli orifici della testa, il collo, il cervello e la pelle.

Zhenjiu Jiayi Jing Cap.3 libro IX

“Se il meridiano Shou Shao Yang è interessato dalla malattia si soffre di sordità, ronzio, faringite, Bi della laringe. Questo meridiano governa le malattie che provengono dal Qi (trasformazione del Qi): sudorazione, dolore angolo esterno dell'occhio, dolore dietro le orecchie e alla faccia esterna della spalla, [...] In queste malattie si ha pienezza, Sheng, del polso carotideo (Ren Ying) due volte più grande del polso radiale...”

Wu Xing Da Yi : *“Il S.J. si situa al centro, nel mezzo, dei 5 organi esso fa comunicare l'alto con il basso, e fa circolare i Qi; ecco perché è il viscere del canale mediano”*

Se “l'alto non comunica con il basso” il Qi impuro risale verso l'alto. Lo stesso avviene nella “disarmonia¹³ tra St e Sp ma siamo in un problema do SJM.

Zhenjiu Jiayi Jing Cap.3 libro IX

“Se la tosse persiste a lungo il SJ la riceve . La forma della tosse del SJ è : tosse con pienezza addominale e anoressia. In tutte le malattie il perverso si accumula nello stomaco ed intercetta il polmone e questo provoca abbondante secrezione nasale, e di saliva, un rigonfiamento del viso e reflusso del Qi”

Cerchiamo di studiare le funzioni generali del San Jiao e le funzioni specifiche del SJS, SJM e SJI.

Funzioni del San Jiao

A partire dai testi classici e da quanto abbiamo letto da vari autori (Kespi J.M., Andres J., N. V. Nghi) ed ascoltato dal prof. J. Yuen abbiamo cercato di riassumere le varie funzioni del S.J.

Vi sono funzioni che interessano tutto il SJ e funzioni che sono specifiche del SJS, SJM, e SJI.

Funzioni del San Jiao

- 1. Attiva, attraverso la Yuan Qi, tutte le funzioni degli organi, Zang Fu**
- 2. Trasporta l'acqua**
- 3. Fa circolare i liquidi attraverso gli Cou Li**
- 4. Fa circolare il Qi lungo i meridiani**
- 5. Ha la funzione di mettere in latenza i Fattori Patogeni**

Funzioni del San Jiao superiore

SJS. Viene localizzato a livello toracico ed è formato da Cuore e Polmone. Riceve l'aria inspirata e gli alimenti. Le sue funzioni sono di:

- 1. Raccolta**
- 2. Produzione della Zheng Qi**
- 3. Funzione di diffusione**
- 4. Funzione di eliminazione dei fattori patogeni (Xie), sudorificazione**

Funzioni del San Jiao medio

Il SJM è formato da Stomaco e Milza-Pancreas. Sopra viene delimitato dal diaframma (GE) e in basso dalla linea passante per l'ombelico.

Le sue funzioni sono:

- 1. Prima separazione tra il puro e l'impuro.**
- 2. Digestione (traformazione,Hua)**

Funzioni del San Jiao Inferiore

SJI. Viene delimitato in alto dalla linea ombelicale e in basso dall'osso pubico. Comprende il Rene e il Fegato.

¹³ Si parla di disarmonia St-Sp quando ci troviamo di fronte ad un deficit della funzione di discesa dello Stomaco associata ad un deficit della funzione di salita della Milza

1. Seconda scelta tra puro ed impuro degli alimenti:
2. Fa salire Jing Qi e Yuan Qi¹⁴ lungo il midollo fino al cervello
3. Fa salire il Qi dei reni al SJM
4. Ha la funzione di trasportare per mettere in riserva, Shu
5. Ha la funzione di eliminare tossine e scarti alimentari, Zhuan

Funzioni del San Jiao

1. San Jiao Attiva le funzioni degli organi e visceri

Il San Jiao , per attivare le funzioni degli organi e visceri, catalizza con la Yuan Qi tutti i passaggi permettendo di metabolizzare il mondo esterno per farlo diventare proprio: si tratta di una nutrizione non solo alimentare ma anche psichica, affettiva ed intellettuale.

Il Sanjiao è quindi all'origine di tutti i Qi acquisiti, poiché tutti dipendono dal nutrimento ("via di passaggio di acqua e cibo" "inizio e fine dei qi"); esso distribuisce la Yuan Qi agli organi perché questa trasformazione sia possibile. Nella difficoltà 66, il Nanjing dice:

"Governa la separazione della Yuan Qi ed è responsabile del movimento dei tre Qi attraverso i cinque Zang e sei Fu".

"Il SJ dà unità a tutte queste operazioni tra l'entrata e l'uscita. I loro dettagli potrebbero esser governati da un organo o un altro, ma la cosa nel suo insieme viene governata dal SJ, così esso dà un'unità a tutto questo funzionamento" (Larre e Rochat de la Valle 1992).

Ricordiamo come il SJ venga fatto corrispondere al complesso ed unico sistema di membrane selettivamente permeabili (Gao Huang) attraverso le quali le diverse parti, tra cui gli organi, si relazionano. Se si dovessero verificare su tale sistema di relazione dei blocchi, sia solo energetico-funzionali, sia anche più strutturali, potrebbe rendersi necessario un intervento sul SJ al fine di consentire a una funzione più specifica di espletarsi. In clinica, se una correzione funzionale non dovesse dare i risultati sperati, sarà necessario pensare al SJ che potrebbe rivelarsi fondamentale ai fini ricercati attraverso la sua azione che potremmo definire di "permesso".

La Yuan Qi , conservata "fra i Reni", nel Ming Men, viene distribuita attraverso il SJ.¹⁵

Nel NJ diff. 38° leggiamo:

" Il SJ è un ramo del Qi originale (Yuan Qi) , esso comanda l'insieme dei Qi"

Pur diffondendo nutrimento e Yuan Qi a tutti gli organi, il Sanjiao opera attraverso gli organi yang, così ci spiega la 62° difficoltà del Nanjing sull'esistenza dei punti Yuan sui meridiani yang:

"Il Sanjiao si diffonde attraverso tutti gli Yang , per questo (sui meridiani Yang) è stato aggiunto un altro punto chiamato "origine"..."

La Yuan qi è una energia solo ereditaria e, se viene consumata, non può essere più ricostituita. Lo scopo del saper vivere indicato dal cap. 1° del So Wen è proprio quello di consumare la Yuan Qi il meno possibile.

Nella figura 1 è evidente il calo inesorabile della Yuan Qi dalla concezione fino alla morte. Un terzo della Yuan Qi disponibile viene consumata nel periodo dalla concezione alla nascita mentre i restanti due terzi si consumano durante la vita. Il Jing si accresce dalla concezione e raggiunge il massimo di potenza a 28 anni nella femmina e a 32 anni nel maschio poi inizia il decadimento fino all'esaurimento totale.

¹⁴ Anche la Wei Qi sale lungo la colonna per arrivare al cervello per mantenere lo stato di veglia. Segue a Yuan Qi.

¹⁵ Dal Ming Men vi sono altri due canali di distribuzione della Yuan Qi: Il canale del Pericardio e il tronco comune dei meridiani curiosi Du Mai, Chong Mai e Ren Mai. Anche il Dai Mai è un canale dove circola la Yuan Qi ma questa viene attinta dal punto BL 23 in comunicazione con il meridiano distinto di Ki-BL

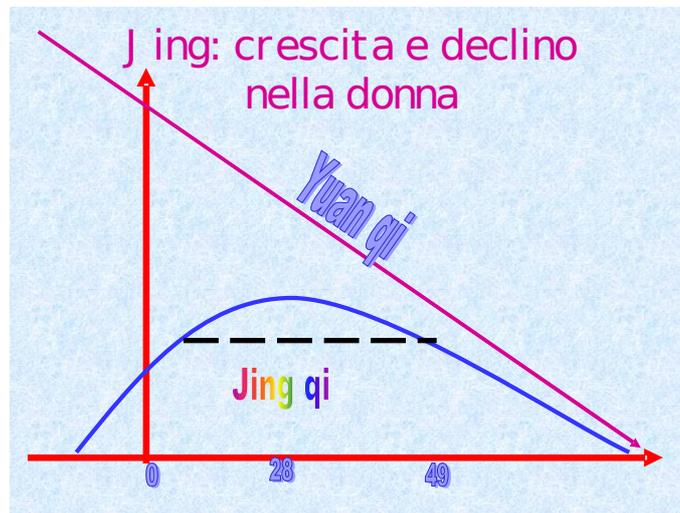


Figura 1

La Yuan Qi¹⁶ con l'attivazione del Jing dell'organo permette la produzione del Qi (funzioni). Essa arriva all'organo attraverso diversi meccanismi:

A. I punti Shu del dorso.

Il San Jiao Inferiore fa salire la Yuan Qi dal Ming Men fino ai punti Shu del dorso per attivare il Jing specifico dei vari organi.

In questo movimento di salita trasporta anche il Jing ai vari organi e permette a quest'ultimi di influenzare la forma, Xing, e quindi la costituzione. Nella figura 2 si può notare come una distribuzione prevalente del Jing verso la milza da origine ad una persona di costituzione terra.

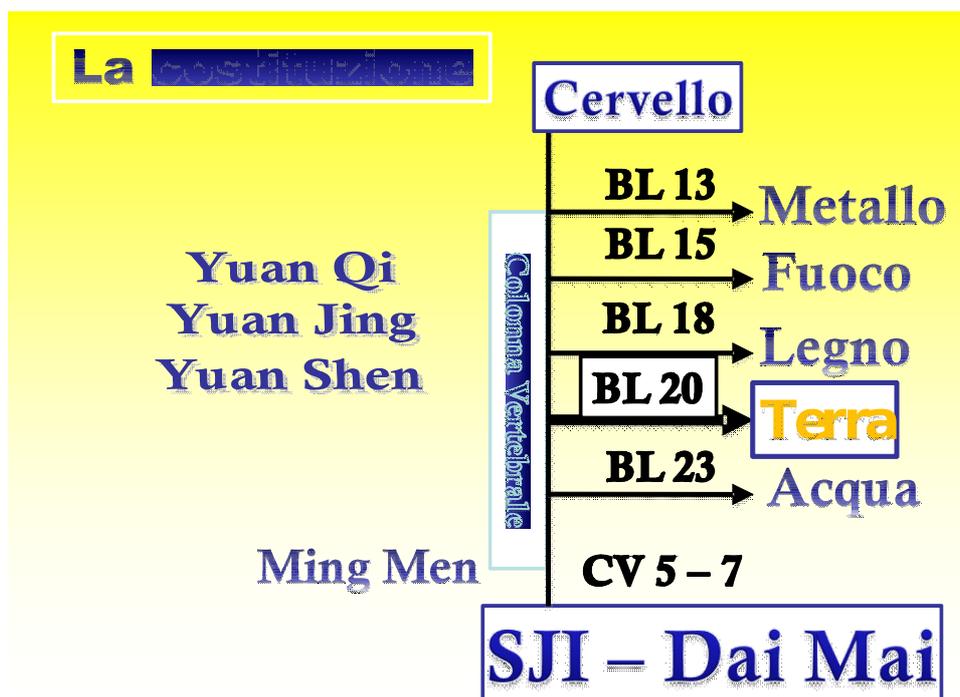


Figura 2

Ecco allora perché il SW cap. 66 afferma che:

"SJ ha un nome ma non ha una forma"

Il SJ non ha una forma, Xing, propria perché attraverso la distribuzione del Jing permette agli organi Zang di influenzare la forma e quindi la costituzione.

B. I punti Shu-Yuan dei meridiani Yin (per gli organi)

I punti Shu-Yuan attivano, attraverso la Yuan Qi, le funzioni degli organi relativi e quindi sono punti di tonificazione. Il N.J. sostiene (Maciocia, 1997) che la Yuan Qi risiede nella parte

¹⁶ Secondo la S.I.d.A. Yuan Jing sale lungo la colonna per arrivare al cervello "mare del midollo" poi scende lungo la branca laterale del meridiano Zu Tai Yang per giovare al Jing degli organi attraverso i punti Ben Shen. Yuan Shen arriva agli organi attraverso i punti dei vasi curiosi Du Mai, Chong Mai e Ren Mai.

inferiore dell'addome , tra i due reni , si diffonde agli organi e visceri attraverso il SJ e poi entra nei 12 meridiani ed emerge ai punti Shu-Yuan.

C. I punti Yuan dei meridiani Yang (per gli organi Fu)

Questi punti attivano le funzioni dei visceri attivando la Yuan Qi dell'organo accoppiato. Anche questi sono punti di tonificazione a differenza dei punti Shu¹⁷ (di questi meridiani Yang) che disperdono nel senso che attivano la funzione di eliminazione dei visceri verso l'esterno

D. I punti MU: CV 5, CV 7, CV 12, CV 17.

Secondo il nostro modello i punti Mu non sono in relazione diretta con la Yuan Qi ma avrebbero la funzione di rendere possibile l'agire della Yuan Qi sul Jing per produrre il Qi permettendo alla Tian Qi di arrivare all'organo. Senza Tian Qi, respirare, non è possibile la vita.¹⁸

E. I punti del meridiano Shou Shao Yang.

I punti del meridiano di S.J. avrebbero la funzione particolare di attivare la Yuan Qi nei diversi distretti metabolici e nella circolazione delle sostanze (Qi, Jing e Jin Ye) . I sintomi che ci spingono a pensare che vi sia un deficit di Yuan Qi e a pungere un punto del meridiano S.J., come vedremo, sono la comparsa di problemi a livello di pelle, orifici della testa, collo o cervello. In altre parole se non è efficace l'attività catalitica del SJ per ogni funzione della Milza e dei visceri (che per queste funzioni sono alimentati dal Qi di Milza) che porta all'assorbimento degli alimenti o alla loro eliminazione, si accumulano delle "tossine" che risalgono verso l'alto e l'esterno.¹⁹

NJ diff. 66° conferma:

"Il SJ è il delegato della Yuan Qi. Esso ha il compito di far circolare e comunicare i tre Qi e attraversa i 5 Zang e i 6 Fu"

Si comprende allora perché tutta la sintomatologia descritta per i punti del San Jiao la possiamo riassumere in problemi che riguardano:

- Collo (gola, tiroide)
- Orifici (bocca, naso, occhi ed orecchie)
- Cervello.²⁰
- Pelle
- Pelvi (eliminazione).

La localizzazione specifica agli orifici della testa dei disturbi del San Jiao porta il prof. Jeffrey Yuen ad affermare che "non si può drenare in basso se non si aprono gli orifici della testa".²¹

Quando una trasformazione metabolica non avviene, per difetto di Yuan Qi, si accumulano sostanze nocive che risalgono verso la testa e il collo e al tempo stesso alterano l'eliminazione degli orifici del basso: ano ed uretra.

Di seguito riportiamo una rassegna della sintomatologia descritta da vari autori in relazione ai punti del S.J. :

Punti che aprono il diaframma²²

- TH 1, sblocca il diaframma
- TH 7, apre il diaframma, fa comunicare Cuore e Polmone e questi due con il Rene
- TH 11, apre la spina dorsale in relazione con GV 9

Punti che aprono gli orifici

- TH 8 apre tutti gli orifici (patologie croniche e ricorrenti)

¹⁷ Nei meridiani Yin i punti Yuan coincidono infatti con i punti Shu mentre nei meridiani Yang i due punti sono separati ed hanno funzioni diverse.

¹⁸ Ecco perché molti autori tra cui N.V.Nghi per trattare un organo in maniera aspecifica stimolando tutte le funzioni consigliano di trattare:

- Punto Shu del dorso,
- Punto Mu
- Punto Yuan o Shu del meridiano.

¹⁹ Esempio clinico. *Se si blocca la funzione di formazione della Gu Qi e del torbido verso la formazione del sangue si ha la risalita di tutto questo verso il collo e ne conseguono problemi della tiroide. Per la formazione della Gu qi possiamo usare il punto Li 4 (He Gu) e per la formazione del sangue il punto Sp 21 (Da Bao). La localizzazione del problema a livello del collo ci suggerisce che vi è anche un problema San Jiao. Il punto specifico da aggiungere è il punto TE 13 e CV 22 che è un punto dell'orbita microcosmica in relazione con la tiroide.*

²⁰ Sono decripti anche sintomi degli orifici inferiori ma questi riguardano il problema della eliminazione che vedremo dopo.

²¹ Per aprire gli orifici della testa in associazione ad alcuni punti del S.J. si usano i punti finestra del cielo: Si 17 per gli occhi, TE 16 per le orecchie, St 9 per la bocca, Li 18 (BL 10) per il naso, CV 22 per la gola.

²² Il blocco del diaframma è spesso la causa di molti disturbi per alterazione della salita o discesa del Qi. Il trattamento si avvale di punti come BL 17, BL 46, GV 9, CV 17, GB 38, e altri. Ma se vi sono sintomi alla testa allora bisogna pensare anche ad un punto del SJ.

- Secchezza a tutti gli orifici = TH 1
- Orecchie = TH 6 , TH 7 (ronzio, sordità)
- Occhi = TH 3, (cataratta)
- Bocca, denti= TH 8, TH 9 (calore),
- Naso =?

Punti che eliminano il calore dagli orifici

- TH 1, tutti gli orifici, calore e secchezza
- TH 2, denti, viso, occhi, orecchie
- TH 3, occhi (daltonismo), orecchie
- TH 9, denti

Punti ad azione sul cervello

- TH 1 , cefalea, vertigini, insonnia, midollo spinale opposto
- TH 2, cefalea, 5 tipi di epilessia, demenza
- TH 3, cefalea, vertigini, midollo spinale
- TH 7 , 5 tipi di epilessia, tics
- TH 9 , cefalea, vertigini
- TH 10, 5 tipi di epilessia,
- TH 12, epilessia, cefalea fino alla follia,
- TH 14 , emiplegia, tics

Punti ad azione sulla tiroide e sul collo

- TH 10 , gozzo ,
- TH 13, gozzo
- TH 20, gozzo, eccesso di tiroide

2. San Jiao trasporta l'acqua

Spesso si legge che il SJ ha una vocazione situata a livello dell'acqua e del fuoco. La sua relazione con il fuoco è dovuta, come abbiamo già spiegato, al suo legame con la Yuan Qi mentre la sua azione si rivolge soprattutto sull'acqua.

S.W cap.8

"Il SJ ha il ruolo di irrigazione, è la via delle acque"

Una funzione del SJ è di far comunicare la via delle acque; le malattie dell'acqua sono nella maggior parte causate da anomalie della trasformazione del Qi, ecco perché il Neijing dice:

" Il SJ è il palazzo dell'acqua e dei canali, le malattie dell'acqua vengono necessariamente dal Qi".²³

S.W cap. 8:

- *"SJ ha l'incarico di aprire i passaggi di canalizzare, emana il comando dei liquidi"*

Il S.J. trasporta l'acqua infatti dal Ling Shu viene chiamato " fiume centrale" o anche "via delle acque".

Zhenjiu jiayi jing Cap. 3 libro I

"Il S.J è l'organo fu del canale²⁴ mediano (Zhong du Zhi Fu) , la via delle acque ne esce, esso appartiene alla Vescica, è un organo Fu solitario"

Leijing:

"Il canale mediano è come un fiume o un canale, la sorgente e il corso d'acqua insieme. Così l'acqua e i cereali entrano dalla bocca, escono attraverso le urine e le feci e scendono dall'alto verso il basso. L'acqua e i cereali devono passare per il SJ ecco perché viene chiamato organo Fu del canale mediano da dove esce la via delle acque".

Matsumoto relaziona il SJ con il sistema linfatico derivandone un suo ruolo negli ambiti del sistema immune e dell'assorbimento dei nutrienti. Sottolinea come le principali strutture linfatiche siano localizzate lungo il percorso del SJ, tra queste ricordiamo le tonsille, secondo una stretta relazione tra gola e SJ di cui si discute più avanti. Tale collegamento tra SJ e sistema linfatico, insieme ad altri elementi, assimila le funzioni del SJ a quelle dei meridiani distinti.

Quando si parla di acqua (Shui) si parla di ormoni e di sistema endocrino.

²³ Zhenjiu Jiayi Jing rad. Milsky & G. Andres . Guy trédaniel éditeur. Paris 2004

²⁴ Il canale, Du, corrisponde ad un fossato riempito di acqua .

Il prof. Jeffrey Yuen riferisce che SJ tratta le alterazioni ormonali e che per trattare questi bisogna liberare gli organi di senso e quindi lo Shao Yang.

Ecco allora perché nella ricetta sintetica per la regolazione generale degli ormoni troviamo due punti che nel nome hanno l'ideogramma Shui, acqua:

- St 28 , Shui Dao;
- CV 9 Shui Fen;
- St 36,
- CV 7, punto Mu del SJl.

Sempre dalle lezioni del prof. Yuen apprendiamo che la regolazione delle ghiandole endocrine avviene anche con i punti della "piccola circolazione microcosmica".

Nella regolazione ormonale, quindi, bisogna pensare ai punti del San Jiao associati ai punti della "piccola circolazione" chiamati anche "Qiao²⁵" o "portali".

Punti che aprono i portali dell' orbita microcosmica

Portali	Ghiandole	Punti TH	Punti degli organi, Zang
CV1	Gonadi	TE 5	Ki 14
GV4	Surrene	TE 5 TH 6-2-1 iper	
GV9	Paratiroidi		
GV 16-17	Ipotalamo		
GV20	Pineale		
CV22	Tiroide	TE 13, TH 8	Lu 5
CV 17	Timo	TH 7	
CV 12	Pancreas		Sp 9
CV 1-4-6	Gonadi	TE 5	

Per agire sui portali e sulle ghiandole bisogna assicurarsi che i portali siano sbloccati e aperti con alcuni punti particolari:

- Ki 1: Toglie il calore dai portali
- GB 11-41: Aprono i punti (portali) della circolazione dell'orbita microcosmica

I punti che agiscono sui portali agiscono sul cervello-orifici e appartengono ai meridiani di TH o GB . Questi punti aprono i portali con un meccanismo Gao Huang (membrana che protegge e consente il passaggio degli Ye nei curiosi).

Nel sistema endocrino la funzione Gao Huang regola il passaggio dei liquidi Ye verso il cervello. Nella ginecologia regola il passaggio dei liquidi Ye verso l'utero.

Punti che aprono i portali (Qiao) ed attivano la circolazione dell'orbita:

- GB12
- GB 18
- GB 3
- GB21
- GB28
- TH 8 apre tutti i portali (TH 8, St 42, GB 21 per gli organi di senso)
- TH 9
- TH 17
- TH 21
- TH 22

3. San Jiao fa circolare i liquidi nei Couli²⁶

Il SJ fa circolare i liquidi Jin Ye nei Couli
Zhenjiu Jiayi jing cap. 5

²⁵ Con il termine Qiao si intendono sia i punti dell'orbita microcosmica che gli orifici.

²⁶ Lineamenti tra la pelle e la carne

“ Il Rene è associato al SJ e alla Vescica. Il SJ e BL corrispondono ai Couli²⁷ e ai peli”

Jingkui yaolue fang lun dice:

“Cou è il distretto attraverso il quale il SJ comunica e si riunisce al Qi originale (Yuan Zheng Qi) dove si versa il sangue e il Qi. Li sono i lineamenti della pelle e degli organi. Couli sono i lineamenti tra la carne sotto la pelle”

I Couli reagiscono alle aggressioni delle energie perverse:

L.S. cap. 79:

“La Wei Qi dopo un ciclo di una notte e un giorno ritorna al suo punto di riunione feng fu VG16. Il giorno dopo ridiscende di una vertebra [...] Ogni volta che la Xie Qi invade Feng Fu i Cou Li si aprono e ne permettono la penetrazione ella Xie.”

L.S. 71

“La Wei Qi arriva ai 4 arti nei Cou Li

L'energia Ying arriva ai 4 arti

Quando lo yang (Wei Qi) è in superficie i Cou Li si aprono”

4. San Jiao fa circolare il Qi lungo i meridiani

Il S.J. ha la funzione di far circolare il Qi (Ying, Wei, Xue, Jing) lungo i meridiani come ci ricorda il NJ alla diff. 66°:

“Il SJ ha il compito di far circolare e comunicare i tre Qi (Zong Qi, Ying Qi, Wei Qi) e attraversa i 5 Zang e i 6 Fu”

L.S. cap. 18:

“Lo Ying circola nei vasi lo Wei circola al di fuori dei vasi. Ying Qi circola 50 volte a partire da Da Hui (grande riunione). La circolazione dello Yin e dello Yang segue un ciclo senza fine .La Wei Qi circola 25 volte nello Yin e 25 volte nello Yang seguendo il giorno e la notte. Ecco perché la circolazione inizia al Tai Yang e finisce al Tai Yin.Il Tai Yin controlla l'interno e il Tai Yang controlla l'esterno.... A mezzanotte lo Yin è al massimo mentre a mezzogiorno lo Yang è al massimo.” [...]

“Qi Bai risponde:Il SJS esce attraverso l'orificio superiore dello Stomaco²⁸ e raggiunge l'esofago, attraversa il diaframma e si diffonde al centro del torace. Risale sotto le ascelle e segue il tragitto del Tai Yin...(seguendo poi gli altri meridiani principali)...

...La Ying Qi nasce dal TR-M mentre la Wei Qi nasce dal TR-S²⁹...

...La Ying Qi e la Wei qi costituiscono il Jing Qi; Il sangue forma lo Shen”

Il SJ viene chiamato anche *“porta dell' inspirazione e dell' espirazione”*:

- Ad ogni inspirazione il Qi avanza di 3 cun
- Ad ogni espirazione il Qi avanza di 3 cun nella circolazione dei meridiani (Vasi).

L'immagine del San Jiao, meridiano senza collocazione anatomica, viene spesso descritta con l'esempio di una pentola sul fuoco che libera vapore. Il fuoco corrisponde alla Yuan Qi e al SJ inferiore, la pentola allo Stomaco e al SJM ed il vapore che si libera corrisponde al Qi e al SJS. Viene però a mancare in questa immagine il ruolo fondamentale del Polmone nel suo apporto di Tian Qi.

²⁷ Il Couli corrispondono alla zona della pelle , dei muscoli e dei Zang Fu dove circolano e penetrano i liquidi, il Qi e il sangue. La loro funzione è quella di permettere la difesa dalla Xie.

²⁸ CV 13

²⁹ Nel senso che viene distribuita.

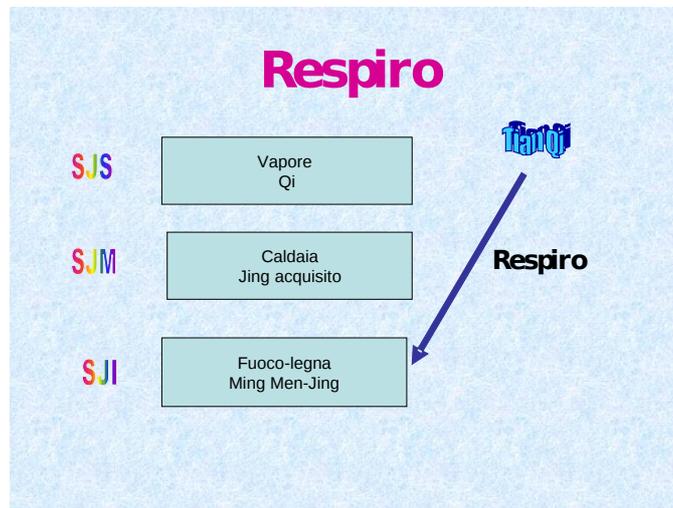


Figura 3 Tian Qi e SJ

Quello che abbiamo tralasciato è il fatto che la Tian Qi deve arrivare al SJI per permettere al fuoco di bruciare: infatti il fuoco ha bisogno di ossigeno per la combustione. Se non si produce Qi il SJ non funziona e quindi non attiva la propulsione dell'energia.

È il Polmone (SJS) che abbassa la Tian Qi; il respiro attraversa il diaframma e permette al Qi di arrivare al SJ inferiore.

Questo concetto è fondamentale infatti nel vuoto di energia del Polmone il primo sintomo è l'astenia. In pratica il Polmone non consente alla Tian Qi di arrivare al SJ inferiore e quindi l'energia non si produce e non circola adeguatamente.

La relazione tra atto respiratorio e movimento dell'energia nei meridiani sta proprio ad indicare l'azione del Polmone sul SJ.

Il punto BL 10 aiuta il respiro, Tian Qi, ad essere abbassato al SJI³⁰.

Questo è un punto finestra del cielo e appartiene alla categoria di punti che mette in relazione le tre cavità osse³¹, che altro non sono che i tre SJ. Il punto CV 6 (Qi Hai) dovrebbe afferrare la Tian Qi a livello del SJI.

Quindi la spinta alla circolazione del Qi nei meridiani viene dal SJ ma questi per attivare la sua funzione ha bisogno della Tian Qi gestita dal Polmone.

Il N.J. ci ricorda che il Qi di Milza con l'aiuto della Tian Qi fa circolare la Ying Qi:

" E' nell'intervallo tra la inspirazione e l'espiazione che la Milza riceve il soffio dei liquidi e dei cereali e presiede alla loro trasformazione. Quando la trasformazione è terminata l'aria inspirata, attraverso la Milza, spinge i soffi prodotti dalla digestione."

Si può comprendere meglio allora perché il punto Lu 9 è chiamato Hui dei vasi .

Come punto Shu-Yuan del meridiano del Polmone potrebbe attivare la Yuan Qi del SJ affinché la respirazione spinga Xue e Qi a circolare nei vasi e nei meridiani.

Il N.J. precisa infatti che:

" La Yuan Qi entra nei 12 meridiani ed emerge ai punti Shu Yuan".

S.W. Cap 8 è più esplicito:

" Il SJ è il drenaggio della via delle acque, ha la funzione di irrigazione, fa circolare il sangue e il Qi"

4. Funzione di mettere in latenza utilizzando i liquidi Ye.

Nella sintomatologia dei punti del SJ spesso troviamo un'azione sulla sudorazione: se il paziente non suda non rilascia il FPE che non viene eliminato e viene messo in latenza per evitare che penetri agli Zang Fu; i liquidi, invece di essere eliminati tramite la sudorazione, verranno allora utilizzati a tale scopo.

Il sistema di membrane che costituisce il SJ permette la sua funzione di messa in latenza. Nel cammino delle Xie verso l'interno, il SJ cercherà inizialmente di eliminare il FPE all'esterno tramite i liquidi Jin e in cooperazione con il Tai yang. Successivamente, quando dovesse fallire tale primo tentativo di eliminazione, sacca dopo sacca, camera dopo camera, potrà efficacemente creare latenza attraverso i liquidi Ye, nell'intento finale di salvare il Ming Men, il Rene, il Jing. Il deviare i fattori patogeni dal loro cammino verso l'interno dirigendoli in aree di

³⁰ Ecco spiegato il razionale del trattamento di questo punto per il trattamento dell'asma. Ci si riferisce all'asma da incapacità del Polmone ad abbassare la Tian Qi verso il SJ inferiore.

³¹ Le tre cavità osse sono: la pelvi, il torace e il cranio.

latenza è un'azione tipica dei meridiani distinti. Ricordiamo come lo stesso Yuen confermi una similarità funzionale tra SJ e meridiani distinti, sia esso cioè una specie di "distinto dei principali".

In molti punti del meridiano di SJ troviamo sintomi che riguardano la sudorazione:

- TH 1, assenza di sudore
- TH 2, assenza di sudorazione, mancanza di energia difensiva
- TH 3, febbre senza sudore
- TH 4, febbre senza sudore
- TH 5, sudorazione senza motivo la notte
- TH 6, febbre senza sudore
- TH 10, sudorazione abbondante
- TH 14, traspirazione eccessiva
- TH 15, assenza di sudore

In altri punti troviamo segni di latenza:

- TH 2
- TH 8
- TH 9, latenza nelle mani (artrosi mano?)
- TH 12, tutte le articolazioni del corpo (?)
- TH 14, latenza sulla spalla (chi non sopporta il mondo)

Il SJ ha la funzione di mettere in latenza i fattori patogeni che non possono essere eliminati.

San Jiao Superiore

5. Funzione di raccolta

Il SJS ha la funzione di raccolta di

- Aria, Tian Qi
- Alimenti,

Il deficit di funzione di raccolta della Tian Qi si manifesta con dispnea, asma ed astenia al mattino.

I punti consigliati dal prof. J. Yuen nelle turbe della raccolta della Tian Qi:

- Li 13, Li 17, Ki 26, Lu 5, Ki 3

Il deficit di raccolta degli alimenti si manifesta con inappetenza, astenia, anorresia.

Per il Dr. Kespi questa funzione fa parte del SJS mentre secondo il prof. J. Yuen è una funzione dello stomaco:

A. Inappetenza per non apertura dello Stomaco; bisogna allora aprire³² (Kai Wei) lo Stomaco con i punti: St 30, St 36, CV 12

B. Per aumentare l'appetito nei bambini non si lavora sullo stomaco (perché ha un Qi insufficiente) ma sulla Vescica Biliare con i punti: GB 39, + Ki 27

C. Nei convalescenti e negli anziani non si lavora sullo Stomaco (perché il Qi è deficiente) ma sul Rene attraverso la Vescica con i punti: BL 64, BL 48, Ki 22-23.

6. Funzione di formazione della Zheng Qi

Nel SIS si forma la Zong Qi per unione della Gu Qi con la Tian Qi. La Zong Qi per azione della Yuan Qi viene trasformata in Zheng³³ Qi o Qi corretto che verrà poi distribuito attraverso la funzione di diffusione.

Il punto TH 3 sembra attivare la funzione di formazione della Zheng Qi a livello del SJS.

7. Funzione di diffusione

³² J. Yuen. "La Gastroenterologia e la scuola della terra" A cura di E. Simoncini e L. Bultrini. Ed. AMSA 2006

³³ Zheng Qi viene distribuita sotto forma di Wei Qi (fuori dai meridiani principali) e di Ying Qi (nei meridiani principali)

Il SJS ha la funzione di diffusione, di mettere in circolazione:

- Qi da parte del Polmone
- Xue da parte del Cuore

La non diffusione da parte del SJS si manifesta con:

- A. Astenia
- B. Oppressione toracica
- C. Palpitazioni
- D. Dispnea

La terapia si avvale dei punti³⁴:

- PC 6, CV 17

L.S. cap. 10

"Il SJ è come la nebbia"

Questa nebbia rappresenta la distribuzione del Jing³⁵ degli alimenti in tutto il corpo grazie all'attività di diffusione del Cuore e del Polmone nel SJS per nutrire e riscaldare tutto l'organismo .

8. Eliminazione dei fattori patogeni (XIE)

Nel Lei Ching il SJ viene descritto come un grande involucro che protegge gli organi e i visceri dai fattori patogeni. La sua corrispondenza con le fasce corporee e il suo impatto sul sistema linfatico e immune chiarisce come possa svolgere tale funzione protettiva. All'occorrenza il SJ sa anche creare latenza, ma inizialmente il suo primo tentativo sarà quello di eliminare i fattori patogeni verso l'esterno.

Il Polmone ha l'incarico di deviare all' esterno i Fattori Patogeni Esterni (FPE), ma lo stesso compito spetta al San Jiao Superiore, che si considera implicato quando la scarsa risposta al FPE è cronica o ricorrente e quindi possibilmente collegata alla Yuan Qi.

Zhenjiu Jiayi Jing Cap. 11 libro I

"Il Qi nutritivo esce al SJM; Il Qi difensivo esce al SJS. Il Qi del SJS esce alla bocca superiore dello stomaco (CV13?) "

L.S. cap. 30:

"Il SJ superiore si apre all'esterno, sparge i 5 sapori delle essenza dei cibi, si diffonde nella pelle, riempie il corpo, umidifica la pelle, ed è come la nebbia"

Da questo brano è chiara la funzione di diffusione del SJS sia della Ying Qi (essenza dei 5 sapori), sia della Wei Qi (si diffonde alla pelle), sia dei liquidi Jin (umidifica la pelle).

La prima reazione del corpo di fronte ad un'aggressione da parte di FPE è quella di tentare di rilasciarlo verso l'esterno. Di fronte ad una aggressione da parte di un FP il Polmone reagisce attraverso diverse modalità:

- Rilascia³⁶ il FPE
- Espelle il FPE
- Abbassa al Grosso Intestino per eliminare il FPE con la purgazione

Il termine espellere si usa per indicare la stessa azione del Polmone di rilasciare ma che ha ricevuto l'aiuto del Qi di Milza e si manifesta con sintomi di Qi Ni come nausea, vomito e tosse: in questo caso bisogna trattare il Polmone.

Se troviamo anche sintomi a livello degli orifici (naso, gola, orecchie) allora è stato interessato il SJS e dobbiamo trattare il SJ ed effettuare la sudorificazione con il punto SJ 5.

Wan Shu Fu, nel suo commento al cap. 37 del Nan Jing, ha voluto inserire il concetto di connessione tra SJ e gola (tonsille), quest'ultima intesa come via d'ingresso dei fattori patogeni (vento diabolico) verso gli organi interni. Matsumoto riassume tale concetto descrivendo come i fattori patogeni entrino attraverso TH 16 e si diffondino da lì ai tre riscaldatori.

³⁴ Punti consigliati da Dr. Kespi

³⁵ L.S. cap 8: "Jing Qi è l'insieme di Ying Qi e di Wei Qi "

³⁶ Esempio

Durante una S. influenzale siamo di fronte ad aggressione di vento freddo.

I primi sintomi come brividi, il rialzo termico e dolori muscolari sono l'espressione dell'interessamento del livello Tai Yang da parte del vento e del freddo. La terapia si avvale della sudorificazione con i punti BL 12 per "rilasciare" il vento e poi Lu 7, Li 4. Eventualmente si può aggiungere il punto BL 45 come suggerito dal S.W. e da J.M.Kespi.

La presenza di diarrea manifesta l'azione del Polmone che non avendo la forza sufficiente a rilasciare il FPE lo spinge verso il basso, al Grosso Intestino, per eliminarlo attraverso la purgazione.

In quest'ultimo caso entra in azione anche il SJI nella sua funzione di canale di scolo ed eliminazione.

L.S. cap 18:

"I cibi e le bevande prima entrano nello Stomaco, i prodotti di rifiuto vanno al Grosso Intestino nel SJI che li fa colare verso il basso, espelle i liquidi e li trasmette alla Vescica"

Quindi l'eliminazione del FPE da parte del polmone, attraverso la purgazione, richiede necessariamente la partecipazione del SJI.

San Jiao Medio

9. Prima separazione tra il puro e l'impuro.

Gli alimenti arrivano allo Stomaco dove subiscono una prima scelta tra puro ed impuro. Il puro viene assorbito e l'impuro passa oltre per subire una seconda separazione a livello del SJI. I liquidi percorrono una via diversa dai cereali:

- o I liquidi puri³⁷ passano dallo Stomaco alla Milza per salire al Polmone
- o I cereali puri passano dallo Stomaco al Fegato per salire al Cuore

Produzione dei liquidi Jin

I liquidi arrivano nello Stomaco dove avviene una prima separazione tra puro e impuro attraverso CV13³⁸.

L'impuro viene fatto scendere nel Piccolo intestino. Per stimolare questa funzione si usa il punto St 43³⁹.

Il puro viene assorbito e trasferito alla Milza : il punto ST 45⁴⁰, punto pozzo, attiva la funzione di estrazione dei liquidi puri dallo Stomaco. Il segno patognomonico dell'alterazione di questi due punti è che il paziente non riesce a bere perché sente lo Stomaco pieno di acqua. Questo è spiegato con un ristagno dei liquidi nello St che non vengono distribuiti e che quindi mancano nell'organismo. In questi pazienti spesso si hanno segni di secchezza alla bocca, al naso e alla pelle.

Una volta estratti, i liquidi puri vengono fatti salire dalla Milza al Polmone.

Il punto SP 18 attiva questa funzione.

Passano per il diaframma, GE, dove liquidi Jin vengono separati in chiari e torbidi.

Se il diaframma viene bloccato dalla presenza di umidità calore ne risulta compromessa sia la funzione di salita della Milza sia la separazione dei liquidi, il punto che tratta l'umidità calore nel diaframma e lo sblocca è GB 38.⁴¹

Attraversato il diaframma i liquidi Jin chiari salgono verso gli orifizi e verso il cervello⁴²; quello che in MTC viene chiamato Yang puro di Milza non sono altro che i Jin chiari.

Il LU diffonde i liquidi Jin chiari e Jin torbidi. LU 6 e/o LU 8 sono i punti che sembrano attivare la funzione di diffusione del Polmone⁴³.

10. Funzione di Trasformazione (Hua)

³⁷ Per non creare confusione è bene usare il termine "puro" per indicare una sostanza pronta per essere assorbita dal corpo mentre il termine "impuro" lo useremo per indicare le sostanze che si dirigono verso l'esterno per poi essere eliminate. Il termine "chiaro" viene usato per indicare una parte dei liquidi Jin Ye mentre un'altra parte viene chiamata "torbida". Il termine "torbido" viene usato anche per la sostanza prodotta dalla funzione di trasformazione dello Stomaco che poi servirà per la formazione del sangue a livello del Cuore.

³⁸ L'esperienza clinica conferma la ipotesi del Dr.: CV 13 rappresenta la prima scelta mentre CV11 la seconda scelta effettuata da SI.

³⁹ Il punto St 43 è il punto Shu del meridiano ZYM, meridiano Yang in relazione ad un viscere quindi ha la funzione di trasportare verso l'esterno e di eliminare.

⁴⁰ I liquidi Jin provengono dallo St mentre gli Ye provengono dal SI.

⁴¹ Il sintomo di bocca amara è spiegato in MTC come un'alterazione della GB. Questo è un modo molto rozzo di ricostruzione fisio-patologica. In realtà è legato alla presenza di calore umidità che blocca il diaframma, i liquidi che ristagnano nello St risalgono per un'altra via portandosi alla bocca come orifizio del viscere, la GB è interessata solo come punto di sblocco del diaframma.

⁴² I punti che attivano l'arrivo dei Jin chiari al cervello: St 5, GB 5.

⁴³ Sono punti molto importanti in caso di asma senza catarrhi.

La funzione di trasformazione del SJM è una funzione dello Stomaco in relazione stretta con la Milza. In questa funzione è coinvolto anche il SJM al punto CV 12 che è il punto Mu dello Stomaco e anche del SJM.

A partire dagli alimenti liquidi e dei cereali, la funzione di trasformazione produce tre sostanze:

- A. Torbido dello Stomaco che andrà a formare il sangue
 - B. Gu qi⁴⁴ che , insieme alla Tian Qi, andrà a formare a livello del SJS la Zong Qi
 - C. I liquidi puri che andranno a costituire i Jin Ye nel SJS
- I punti utili sono:

- CV 12 (Mu del SJM e dello St)
- St 42 (punto Yuan che attiva la Yuan Qi di Stomaco per la formazione dei liquidi Jin⁴⁵ chiari)
- Sp 21 (attiva la produzione del torbido dello Stomaco che a livello del Cuore verrà trasformato in sangue)
- Li 4 (favorisce la formazione della Gu Qi)
- Sp 3 (Shu-Yuan del meridiano di Milza)

San Jiao Inferiore

11. Funzione di seconda scelta tra puro ed impuro degli alimenti:

Nel SJI, a livello del Piccolo Intestino, avviene la seconda scelta tra il puro e impuro degli alimenti:

- o I cereali puri passano dal Piccolo Intestino al Fegato per salire poi al Cuore
- o I cereali impuri passano al colon per essere eliminati
- o I liquidi puri passano dal Piccolo Intestino al Rene , salgono alla Milza e poi al Polmone
- o I liquidi impuri passano alla Vescica per essere eliminati

Produzione dei liquidi YE

I liquidi Ye vengono assorbiti a livello del Piccolo Intestino. Il punto CV 11 attiva la seconda scelta .

Anche in questo caso è il punto Jing (pozzo) , SI 1, che fa assorbire i liquidi che andranno a costituire la frazione Ye. Da qui i liquidi passano al Rene.

Dal Rene i liquidi salgono alla Milza con il punto SP 6⁴⁶ che tonifica la Milza nella funzione generale di far salire.

Il punto TH 2 è il punto del SJ che sembra agire a questo livello ed attivare la produzione degli Ye.

12. San Jiao Inferiore fa salire il Jing Qi e la Yuan Qi lungo il midollo fino al cervello.

Il San Jiao ha la funzione, alimentata dalla Yuan qi, di esprimere la vera natura della persona contenuta nel Ming Men. Si tratta quindi di **permettere alla propria individualità di caratterizzarsi**. Questa funzione attiene alla capacità del SJ di far salire il Jing e la Yuan Qi⁴⁷ nel midollo verso il ⁴⁸cervello. Ecco perché Jeffrey Yuen racconta che “quando si lavora con il San Jiao si lavora con il cervello e il midollo e quindi con gli orifici”.

Il punto più importante per questa funzione di far salire è il punto Mu del San Jiao inferiore CV 7 ma anche il punto Yuan del meridiano, TH 4 e i punti posteriori sulla linea orizzontale passante per il punto GV 5: BL 22, BL 51.

Vi sono dei punti del meridiano Shou Shao Yang che nella loro sintomatologia, nella descrizione che ne fanno vari autori e dalle conclusioni scaturite dalle nostri studi, sembrano attivare questa funzione di portare a termine la propria vocazione o, per dirla con Jeffrey, compiere il loro progetto o destino depositato nel Cuore, sede del Piccolo Shen.

Punti di SSY con sintomi che riguardano la salita del Jing-Yuan Qi lungo il midollo:

⁴⁴ Gu Qi è l'insieme dei liquidi puri e cereali puri. Il punto Li 4 (He Gu) attiva la produzione della Gu Qi.

⁴⁵ I liquidi Jin chiari corrispondono allo Yang Puro di milza.

⁴⁶ Ecco perché nei testi di MTC si afferma che tonifica sia i liquidi che il sangue, mentre per la tonificazione solo del sangue si riporta il punto SP 10 .

⁴⁷ In verità lungo la colonna, verso il cervello, sale anche la Wei Qi ma questa sembra seguire la Yuan Qi.

⁴⁸ Uno dei punti importanti per sbloccare il PC che arresta la salita lungo la colonna è il PC7. Il suo nome, Lie Que fa riferimento al cumulo di terra sopra una tomba per indicare come si ha seppellito e quindi bloccato la realizzazione del proprio sé.

- TH 1, midollo spinale opposto (?)
- TH 3, apre la spina dorsale, persone che non apprendono dalle esperienze della vita per formarsi una personalità
- TH 5, permette un' individualità e non dipendere dal sociale, branco, amici, colleghi di lavoro.
- TH 7, permette un' individualità e non dipendere dalla famiglia, clan
- TH 8, abilita ad esprimere la propria individualità, a dire ciò che si vuole TH 8 (+CV 22)
- TH 10, permette un' individualità e non dipendere dai genitori, liberazione dai propri genitori
- TH 11, difficoltà a rivestire un ruolo, difficoltà a fare emergere se stessi dall'apparenza, apre la spina dorsale. Punto Ling in relazione al GV 10 ?
- TH 12, permette di sbloccare la situazione, il girare su se stessi, e di riprendere a "veleggiare" nel mondo, nel proprio ambiente tenendo presente il proprio destino⁴⁹.
- TH 13, tratta problemi dovuti a difficoltà a manipolare il mondo. Per veleggiare nel mondo bisogna modificarlo.
- TH 14, per andare avanti bisogna anche sopportare, andare oltre e mettere in latenza le difficoltà (sulla spalla ?).

Il SJ spinge, quindi, il Jing e la Yuan Qi in alto verso il cervello per ricercare la propria individualità, il "proprio nome". Tuttavia il SJ, in questa spinta primaria, svolgendo una mediazione tra società e individuo (esterno e interno), può incontrare delle difficoltà. A volte succede che la salita viene bloccata⁵⁰ dal Ministro del Cuore (PC) a causa di traumi o problemi psichici. Quindi esiste una relazione funzionale tra PC e SJ evidenziata anche dal NJ alla diff.66: *"Il PC è incaricato di portare la gioia in tutto l'organismo...il SJ è la strada maestra della diffusione del Yuan Qi"*.

E ancora alla diff. 35:

"Il SJ e PC non hanno né esterno né interno. Essi hanno un nome ma non una forma (Xing)"

In questi casi il punto più importante per sbloccare la situazione sembra essere PC 7. Il suo nome⁵¹, cumulo di terra, sembra far riferimento al cumulo di terra sopra una tomba come chi, simbolicamente, ha sotterrato e bloccato la propria ascensione nel senso più largo del termine.

Quando si dovessero verificare degli ostacoli alla progressione verso il raggiungimento della propria natura si determineranno delle latenze, delle contrazioni a livello delle fasce connettivali in relazione alle quali il SJ svolge le sue funzioni, da qui il legame stretto tra vissuto emozionale e atteggiamento posturale. Ricordiamo come autori moderni di altri campi della medicina parlino oggi della fascia come "mediatore dell'atteggiamento posturale".

Torna qui l'idea del SJ come "permettitore di funzione", in questo caso con riferimenti prettamente psichici seppur, nel suo mediare l'interno con l'esterno, con nette ripercussioni strutturali tramite il sistema fasciale che lo caratterizza.

La relazione tra SJ e cervello-midollo viene condivisa da altri autori. Secondo Nagano il SJ è in stretta relazione con il sistema nervoso centrale e periferico. Tale autore indica l'utilizzo del SJ e dello Shao Yang in corso di eccesso di attività del simpatico a scapito del parasimpatico. Lavier relaziona il SJ al parasimpatico e il PC al simpatico.

Si può osservare come l'iperattivazione simpatica così comune nella vita moderna possa essere di grosso ostacolo al raggiungimento della propria natura, eventualità che chiaramente richiede, seppur diversamente in ognuno, momenti di calma a favore di una maggiore interiorità e di una certa salvaguardia del proprio Jing al fine di un suo investimento in tal senso.

Il SJI fa salire il Qi dei reni al SJM

Le funzioni del SJM dipendono dal Qi della Milza. Se questi è debole i Reni intervengono per aiutare la Milza ed è il SJI ad innescare il soccorso facendo salire il Qi dei Reni.

Questa salita può essere bloccata dalla presenza di umidità nel SJI a causa di:

- A. Umidità discesa dal SJM per deficit del Qi di Milza
- B. Umidità per insufficienza di Qi di Rene che non mobilita la stasi di liquidi

A. L'umidità che viene dal deficit di Milza si può associare al calore che viene dal Polmone per sostenere lo stomaco cercando di eliminare l'umidità. Spesso troviamo umidità

⁴⁹ Il S.J. permette la realizzazione del destino depositato nel Ming Men

⁵⁰ Il blocco della salita di Yuan Qi, Jing e Wei Qi si esprime anche con accumuli e flogosi in basso dove inizia il Du Mai con ragade anali ed emorroidi soprattutto se sono conseguenza di turbe psichiche. I due punti specifici per le emorroidi situati tra il punto PC 4 e PC 5 utilizzati dalla MTC vengono da questo meccanismo energetico.

⁵¹ Lezione del Prof. J.Yuen sullo psichismo. Roma 2007

calore nel SJI a livello di Grosso Intestino e\o Vescica Urinaria e pelvi con fibromi, cisti ovariche, polipi intestinali, colite, M. di Chron, colite ulcerosa, cistiti, leucorrea, vaginite, verruche genitali, papilloma virus. I sintomi sono dovuti al Qi di rene che tenta di eliminare l'umidità.

In questi casi bisogna eliminare la tossicità al SJI perché questa può prendere la via dei visceri curiosi (utero, midollo, ossa, colonna vertebrale, cervello, vasi arteriosi e venosi, Vescica Biliare) e dare segni di malattia a questo livello. Quando l'energia perversa arriva ai visceri curiosi si usa la Vescica Biliare e l'umidità viene drenata tramite il Dai Mai con i punti: GB 41, GB 26, GB 27, GB 28. Li Shi Zen era convinto che l'umidità venisse dalla Milza e aggiungeva il suo punto Mu, Lr 13.

Invece per drenare l'umidità tramite il Rene si usa il suo punto Mu, GB 25.

Secondo la Scuola della Gastroenterologia il drenaggio del SJI si fa attraverso i punti:

- GB 39, riunione dei midolli, lega i Zang Fu ai visceri curiosi,
- GB 26, Ki 16, BL 52. Con questi punti si tratta l'umidità calore che danneggia i visceri curiosi.
- Altri punti si aggiungono in rapporto agli organi interessati:
 - o Punti Liao per leucorrea e malattie ginecologiche con il punto Si 10 per umidità con ciclo mestruale scarso e Sp 1 (in moxa) se presenza di calore e meno-metrorragia
 - o BL 24 per problemi intestinali da calore umidità come la colite ulcerosa
 - o CV2 e Lr 5 per problemi urinari e genitali esterni.

B. Se la Milza "prende" troppo Qi dai Reni (tassazione) compare la stasi del SJI da deficit di qi di Rene si parla di "blocco dei due Yin" in relazione ai due orifici del basso:

- Ano, che si manifesta con stipsi cronica
- Uretra , si manifesta con incapacità di regolare la minzione, prostatite ed incontinenza

Il punto principale per rimuovere il blocco agli orifici del basso è Ki 14 (Si Men, quattro pienezze) in moxa.

In genere viene associato anche il punto Ki 4, punto Luo che si collega alla vescica e agli intestini.⁵²

Se sono interessati gli intestini con colite si aggiunge BL 25 e St 25 in moxa.

Se è interessata la Vescica con incontinenza si aggiunge BL 29.

13. Funzione di mettere in riserva

Questa funzione riguarda la capacità del San Jiao Inferiore di far penetrare I prodotti del metabolismo (liquidi Ye e Yin) dal SJI verso i midolli.

Gli alimenti (liquidi e cereali) una volta assorbiti dal SJM salgono al SJS. Qui una parte viene diffusa in periferia ma i liquidi Ye torbidi e i liquidi Ye chiari vengono abbassati al SJI per nutrire rispettivamente lo Yin Rene (visceri curiosi) e lo Yang di Rene (meridiani curiosi).

Se questo non avviene si assiste a una ritenzione di liquidi, un accumulo di liquidi in periferia come per aumentare la spinta verso il midollo. Il punto attivo per questa funzione sembra essere il punto He speciale, BL 39.

Zhenjiu Jiayi Jing Cap. 35

*"Il punto Weiyang (BL 39) è il punto Shu inferiore del Sj *[.....]*Questo è il punto Luo di Zu Tai Yang "*

Affermare che BL 39 è un punto Luo per noi significa dire che ha la funzione di portare Qi verso la costituzione, verso i visceri curiosi. La nota tecnica di puntura Luo - Yuan non è altro che una tecnica per tonificare la costituzione.

Zhenjiu Jiayi Jing Cap.9 libro VI

"l'amaro entra nella parte inferiore (CV 11?) dello Stomaco Quando l'amaro si trova nella parte inferiore dello Stomaco tutti i cammini del Sj si fermano e non comunicano più. Ecco perché il Qi diventa emetico."

Zhenjiu Jiayi Jing Cap.9 libro IX

"Quando il Sj è malato l'addome è gonfio con sensazione di pienezza del soffio e il basso ventre diviene estremamente duro, impossibilità ad urinare. Se l'acqua deborda avremo la ritenzione idrica. Se l'acqua ristagna vi saranno i rigonfiamenti . Il sintomo si manifesta al grande Luo esterno dello Zu Tai Yang. Si tratta il punto Weiyang (BL 39)."

⁵² Anche il Dr. Kespi consigliava il punto Ki 4 per la funzione di eliminazione del SJI associato al punto Mu, CV 7.

14. Funzione di drenaggio

Il San Jiao inferiore ha anche la funzione di eliminare. Si parla di eliminazione delle tossine di Jin Ye che vanno ad interessare i visceri curiosi .

- TH 5, tiroide
- TH 8, tossine del sangue, neuriti tossiche

Il San Jiao svolge la funzione di eliminazione o drenaggio attraverso gli orifici del basso. Anche a questo livello si ripete lo stesso meccanismo che avviene per gli orifici della testa: se un "tossico" non viene eliminato per via fisiologica ad esempio il sangue impuro attraverso il flusso mestruale, questa impurità viene eliminata in maniera vicariante attraverso la via dei liquidi che arrivano in Vescica ed abbiamo le cistiti. Ora una cistite può insorgere per una alterata funzione del Piccolo Intestino ma se è cronica e ricorrente e comunque non risponde al trattamento di questo, siamo in presenza di una concomitanza di alterazione del San Jiao Inferiore.⁵³

Se il San Jiao non riesce a svolgere la funzione di eliminazione delle Xie allora cerca di metterle "in latenza" attraverso i liquidi Ye. In questo caso il paziente non avverte la malattia che è nascosta (fu xie) e questa si manifesterà in età avanzata quando la Yuan Qi diminuisce fisiologicamente.

Appendice

I punti Mu del San Jiao CV5, CV7, CV12, CV 17

Il carattere cinese Mu (R.3543) significa membrana, pellicola, molle, flessibile, accomodante.

A sinistra troviamo il radicale di carne.

A dx un carattere che indica la negazione.

I punti Mu non vengono citati nel Nei Jing (Ling Shu e Su Wen) ma li troviamo nel Nan Jing.

Punti Mu cap. 47 del S.W.

Secondo André Flobert hanno la funzione di mettere in relazione il meridiano con il riscaldatore a cui appartiene, " è il rubinetto che si apre per alimentare il meridiano in deficit. Il punto Mu ha un'azione diretta sull'organo o sul viscere che comanda"

Secondo noi i punti Mu permettono alla Tian Qi di "soffiare" sul fuoco della Yuan Qi per bruciare il Jing e quindi produrre il Qi.

L.S. cap. 56:

"L'organismo attinge l'energia del cielo (Tian Qi) attraverso le narici e il Polmone"

L.S. cap. 60:

"Il Polmone dirige tutte le energie del corpo , corrisponde all'energia del cielo."

L.S. cap. 8

"La vita è generata dalla riunione dell'energia del cielo (Tian Qi -aria) con quella della terra (Gu Qi-alimenti). La vita conserva l'essenza di questa combinazione."

L.S. cap. 75:

N.J. " E' nell'intervallo tra l'espiazione e l'espiazione che la Milza riceve il soffio dell'acqua e dei cereali e presiede alla loro trasformazione. Quando la trasformazione è terminata l'aria inspirata attraverso la milza spinge i soffi prodotti dalla digestione."

In questa azione i punti Mu del San Jiao sono coadiuvati dai punti del meridiano Shou Shao Yang:

Secondo S.de Morant:

- TH 1 risponde a CV 17 (attiva il SJS?)
- TH 2 risponde a CV 5
- TH 3 risponde a CV5, 7, 12, 17
- TH 4 risponde a CV 5 e CV 7

Questa introduzione era necessaria per iniziare lo studio particolareggiato dei punti del meridiano principale Shou Shao Yang che inizieremo con il prossimo numero della "Mandorla"

⁵³ Per aprire gli orifici del basso pensare a BL 36 o Ki 14

Libri da Leggere e Rileggere

“Povera et nuda vai philosophia, dice la turba al vil guadagno intesa”
Francesco Petrarca

“Gli spiriti della verità e della libertà sono i pilastri della società”
Henrik Ibsen

“Rifiutare di avere opinioni è un modo per non averle. Non è vero?”
Luigi Pirandello

“Un buon lettore è raro quanto un bravo scrittore”
Jorge Francisco Isidoro Luis Borges Acevedo

AAVV: Cina, Ed. De Agostani, Novara, 2010.

Libro fotografico che si occupa di due temi: l'acqua ed il the. Tra fiumi impetuosi (Il Fiume Azzurro e il Fiume Giallo in testa) e laghi che ne scandiscono la vita di tutti i giorni, villaggi di pescatori, barche solitarie a forma di foglia di salice e antiche tradizioni, con lanterne rosse, pagode, palazzi proibiti, distese di risaie e montagne avvolte dalla nebbia, si raccontano le suggestive immagini del Paese del Dragone. L'acqua che scorre nelle vene della terra cinese è azzurra e gialla, colori dei due sterminati fiumi che, nel Nord e nel Sud, attraversano il territorio da ovest verso est. Il più impetuoso dei due, il Fiume Giallo (Huang He, il secondo più lungo fiume cinese) deve il proprio nome al fatto che le sue acque sono fangose perché si mischiano alla sabbia e alla terra del fondo di loess. Allagamenti e catastrofiche alluvioni sono i suoi frequenti figli naturali, soprattutto nelle grandi pianure centrali. Il più lungo fiume della Cina, il Fiume Azzurro (Yangtzejiang), scorre invece con vigore non tanto differente nel tratto montuoso e dopo una discesa vertiginosa dalle vette dell'altipiano tibetano forma una grande ansa nel Sudovest del Paese per poi risalire verso il Bacino Rosso (Sichuan) e scavare tre grandi gole dove i cinesi lo hanno domato realizzando una colossale opera idraulica, la Diga delle Tre Gole. Da quel momento in poi, ormai sedato, va a sfociare nel Mar Cinese orientale, a Shangai. Fra questi due grandi fiumi e il Gran Canale (costruito artificialmente dai cinesi per collegarli), si alternano nel centro della Cina laghi e altri fiumi e torrenti, ed è per questo che in tutta questa grande area la vita di milioni di cinesi si organizza al ritmo dei battelli delle chiatte o delle piccole barche a forma di salice, lungo le rive e sui ponti. Ponti di legno, ponti di pietra: questi passaggi furono a lungo considerati come personalità, a cui portare offerte per domandare al dio dei ponti di proteggerli dall'usura del tempo. Elementi distintivi e decorativi del paesaggio, i ponti cinesi ad arco semplice più che un collegamento tra due rive sono essi stessi un luogo di vita, di festa e di ritrovo. Quando ci sono delle ricorrenze, i cinesi li abbelliscono e li imbellettano con lanterne, fiori e tessuti colorati. Piccoli e medi villaggi scandiscono la loro vita attorno a questi fiumi, una vita fatta di solitaria pesca, di animati commerci, e antiche tradizioni. Come le feste date in occasione dell'acquisto di una barca da pesca, da cui deriverà il sostentamento dell'intera famiglia, celebrato come una cerimonia di nozze tra l'uomo e l'acqua. Perché da quel momento l'uomo diventa abitante dell'acqua, con la sua nuova "casa galleggiante" organizzata per lavorarci e per viverci. Miti e leggende popolari sono nati in Cina per la vita sull'acqua: alcune rapide e cascate sono chiamate "Porta del dragone" perché secondo la leggenda le carpe che arrivavano a superare questi ostacoli si trasformavano in dragoni. Due le città mirabili in questo cosiddetto Paese dell'acqua, cuore liquido della Cina che fronteggia il mare: Hangzhou e Suzhou, soprannominate le Venezie cinesi. L'altro tema è il tè, raccontato come esperienza, tradizione e occasione di viaggio, con immagini che fanno tornare in mente l'esotismo e la sensualità dei versi di Baudelaire in "L'invitation au voyage".

Brotzu R.: Qi Gong Alchemico con il Maestro Jeffrey Yuen, DVD, 2° Edizione, Ed. Xinshu, Roma, 2010.

Seconda edizione di un DVD, migliorato nelle immagini e nel suono, relativo ad un seminario teorico-pratico sul Qi Gong Alchemico Taoista, tenuto dal monaco e medico Jeffrey Yuen, presso la Scuola Italo-Cinese di Agopuntura nell'aprile 2007. Oltre ad una spiegazione generale ed esercizio per esercizio sulla sequenza, le nove fasi sono sviluppate in modo chiaro e didattico, con eccellente scelte anche di commento musicale, del maestro e musicologo Leonardo Genzini. La forma Alchemica è un tipo di Qi Gong del tutto ignoto fuori dalla Cina, trasmesso oralmente e appartenente alla tradizione Taoista primigenia, composto da nove movimenti in grado di equilibrare i Tre Tesori e, attraverso loro, gli Zang Fu e gli Qi Heng Zhi Fu, con una progressione, attraverso i Dan Tian, del Jing verso il Qi e lo Shen ed una trasformazione del buio in luce. Il coordinamento di Rosa Brotzu rende il DVD estremamente chiaro e didattico, utile sia al neofita che al praticante già formato.

Kespì J.M.: Médecine Traditionnelle Chinoise : Une Introduction, Ed. Achette, Paris, 2009.

Si presenta come un manuale introduttivo, agevole nella forma e nello stile, con un numero limitato di pagine (poco più di 100), scritte con stile piano, fluido, accattivante. Ma è, davvero, il libro della piena maturità di un Autore che ha dedicato 40 anni allo studio, comprensione e divulgazione della Medicina Cinese, capace di chiarirne contenuti e prerogative, sciogliendone i

nodi, rendendo agevoli i passaggi ed i pensieri più complessi. E, al solito, con un repertorio pratico, espresso sotto forma di casi clinici, relativi, ciascuno, ad un aspetto della fisiologia e fisiopatologia spiegate nel testo ed un uso originale ed efficace dei diversi punti, visti, vivacemente, nella loro intrinseca funzione. Un piccolo tesoro, un capolavoro di pensiero, divulgativo e capace di trasmettere un metodo che non ha eguali nella Medicina Cinese di questi ultimi tempi.

Rossi E.: Pediatria in medicina cinese. Con DVD, Ed. CEA, Milano, 2009.

I bambini si ammalano facilmente, ma con altrettanta prontezza rispondono all'intervento terapeutico. La medicina cinese ha un'efficacia molto alta in condizioni sia acute che croniche ed è in grado di rendere disponibili risorse importanti per una crescita più armonica e più ricca. Questo libro si rivolge ad agopuntori e operatori che vogliono approfondire la pediatria in medicina cinese. La trattazione, che presuppone la conoscenza della MTC presenta: fisiopatologia, eziologia e semeiotica in pediatria; punti principali di agopuntura, metodi e localizzazioni del tuina pediatrico, metodiche complementari; inquadramento diagnostico e trattamento dei quadri principali; elementi di alimentazione e prevenzione. Il testo dà una rilevanza particolare alle problematiche specifiche che si incontrano nella pratica clinica con i bambini. Il DVD allegato, girato presso l'ambulatorio Xiaoxiao di Milano, introduce alle localizzazioni e ai metodi del tuina pediatrico; mostra alcuni esempi di trattamento con agopuntura; fa vedere come funziona l'ambulatorio e l'interazione con bambini e genitori.

Brambilla F.: Psicoterapia Psicanalitica e Medicina Tradizionale Cinese, Ed. Prospettiva, Milano, 2009.

Esiste la possibilità di costruire un ponte tra Medicina Tradizionale Cinese e Psicoterapia Psicoanalitica: dalla loro interazione si apre uno spazio riflessivo che consente di pensare e vivere la cura in un modo realmente differente. L'auspicio è che accanto alla tecnica dell'intervento della medicina scientifica, grazie alla medicina cinese la persona possa ritrovare la sua centralità e riacquistare il benessere perduto anche attraverso un canale differente: i riappropriarsi in prima persona di ciò che il proprio corpo gli trasmette. Lavorare con il corpo significa anche interrogare le relazioni perché l'essere umano è, nel profondo del suo essere, relazione. Se come la Medicina Tradizionale Cinese ci insegna non si cura la malattia ma il malato, non è possibile prescindere dalla sua storia personale: una storia emozionale ed emozionante, che segna il corpo con le informazioni che appartengono tanto alla coscienza quanto all'inconscio.

Bao Tian F.: Agopuntura e obesità. Nuove tecniche per prevenirla e curarla, ed. Bracciali, arezzo, 2009.

L'obesità è una malattia della società moderna e può portare rischi non solo per la bellezza ma anche per la salute. La dieta occidentale è innegabilmente funzionale ma spesso una volta finita la dieta il paziente ingrassa di nuovo. La medicina cinese invece può risolvere il problema definitivamente: sia dal punto di vista del metabolismo lento, sia della fame nervosa. Secondo la filosofia cinese per l'obesità non è importante il calcolo delle calorie giornaliere ma la distribuzione dei pasti durante la giornata: abbondanti dovrebbero essere colazione e pranzo mentre più scarsa la cena. Un antico proverbio cinese recita: alla mattina mangia come un Re, a pranzo come il figlio del Re ed a cena come un povero. Durante il processo di dimagrimento è utile inoltre unire la terapia dietologica con la giusta attività fisica e con il Qi gong (ci gun: ginnastica cinese). Lo scopo del libro è quello di diffondere sia a livello professionale che divulgativo la conoscenza di questo complesso campo utilizzando una terminologia accessibile a tutti e unendo le conoscenze in materia della medicina cinese ed occidentale per avere una visione totale del problema.

Serizawa K.: Tsubo, Ed. Mediterranee, Roma, 2009.

Come localizzare gli Tsubo (ovvero i punti di agopuntura, come sono definiti in Giappone) e come applicare l'agopuntura, il massaggio, lo shiatsu e la maxibustione su di essi. Ricco d'informazioni anche per il terapeuta esperto, con numerose mappe e schemi. Un libro semplice ma esemplarmente didattico, con intuizioni e schemi pratici davvero originali.

Rochat De La Vallée E.: Il simbolismo dei numeri nella Cina Tradizionale, Ed. Jaca Boock, Milano, 2009.

“La Via dà vita in Uno, Uno dà vita in Due, Due dà vita in Tre”. Queste righe del capitolo 42 del Daodejing illustrano come l’uso dei numeri sia antico ed essenziale nella Cina tradizionale. Infatti, al di là del loro significato concreto, i numeri si arricchiscono di valori simbolici. Così, negli scritti classici, questa dimensione simbolica appare come una chiave di lettura indispensabile per conoscere la cultura cinese o leggere i grandi testi che ne hanno fondato il pensiero; essa è indispensabile per meglio comprendere la medicina, il daoismo o Il Libro delle Mutazioni. Ecco perché questa introduzione di Elisabeth Rochat de la Vallée si cala nella polisemia dei numeri cinesi che, più che indicare delle semplici quantità o dei ranghi, traducono la visione di un ordine del mondo, testimoniando la saggezza che lo fonda. “A partire da un’origine Una, la vita si esprime nell’infinito molteplice”.

Masumaga S.: Zen per Immagini. Esercizi dei Meridiani per una vita sana, Ed. Mediterranee, Roma, 2009.

La particolarità del nuovo sistema di esercizi spiegato in questo libro consiste nell’uso di immagini mentali per facilitare la circolazione dell’energia attraverso l’intero corpo invece che nelle sole parti che eseguono i movimenti. Le caratteristiche di questi esercizi – che richiedono un impegno fisico minimo – sono il rilassamento psico-fisico e un ampliamento della consapevolezza. Questo nuovo metodo costituisce una interessante novità che abbina e pone in evidenza l’elemento psicologico unitamente a quello fisico. L’esercizio non dovrà più essere un impegno faticoso e che richiede tempo prezioso: da cinque a dieci minuti di esercizi rilassanti sono sufficienti per portare ognuno nelle migliori condizioni fisiche e mentali. Si tratta di un vero e proprio approccio Zen che collega l’armonia della mente con quella del corpo. Un grande numero di esercizi, di ogni genere, viene illustrato con spiegazioni per realizzare programmi personalizzati. Vi sono inoltre inserite varie manovre di Shiatsu e le istruzioni per gli esercizi più adatti a risolvere i più diversi problemi fisici.

Lee I.: I Chakra che Guariscono. Il segreto per sanare mente, corpo e anima attraverso l’energia Ki, Ed. Armenia, Milano, 2009.

Questo libro, i cui principi derivano dal *Codice celeste*, un antico testo coreano, e che costituisce la versione moderna della disciplina nota come Shin Sun Do (la Via del Divino), propone una terapia basata su una serie di esercizi specifici per attivare, sensibilizzare, purificare ed equilibrare i singoli chakra. I chakra sono centri simbolici del corpo umano, a volte associati a gangli od organi fisici, nei quali si muove un’energia variamente definita e la cui conoscenza ci è stata trasmessa con mappature differenti da molti sistemi di yoga, nelle diverse tradizioni induiste, buddhiste e jainiste. Quando tutti e sette i chakra sono attivi e funzionanti a livello ottimale, ecco che l’uomo gode di uno stato ideale di salute fisica, mentale e spirituale.

Blaine S.: Yoga per chi Usa il Computer. Consigli utili ed esercizi pratici per problemi di schiena e collo causati dall’uso quotidiano del computer, Ed. Armenia, Milano, 2009.

Un manuale semplice e fluido di stretching e di yoga da abbinare all’uso del PC per prevenire problemi articolari e circolatori. Oggigiorno un numero crescente di persone usa il computer per lavoro o per divertimento, il che significa passare molte ore seduti e quindi soffrire di inevitabili mal di schiena, problemi alle spalle, al collo o alle mani. Nel libro viene presentato un efficace programma di autoprevenzione per questi disagi che prevede 24 pose illustrate, esercizi pratici e tecniche di respirazione e rilassamento atte a migliorare la circolazione e la postura. Tali procedure possono essere praticate a qualsiasi età e anche da chi non ha mai sperimentato lo yoga e richiedono dai 5 ai 30 minuti ciascuna.

Di Massa S.: Yoga e Pilates Contro l’Osteoporosi. Ginnastica dolce e alimentazione mirata per prevenire un disturbo sempre più diffuso, Ed. Red, Como, 2009.

L’osteoporosi, uno dei disturbi più comuni dopo una certa età, si sta diffondendo in strati sempre più ampi della popolazione, coinvolgendo non soltanto le donne in menopausa ma anche un numero sempre crescente di uomini e di giovani. L’unico vero modo per prevenirla è un esercizio fisico adeguato. Fino a oggi si è ritenuto che la migliore prevenzione fossero gli

esercizi con i pesi, oppure il jogging o lo step. Queste ginnastiche aumentano, sì, la massa ossea ma, si è visto, possono creare seri problemi ai legamenti e alle articolazioni. Yoga e Pilates, invece, senza comportare questi inconvenienti, svolgono un'eccellente azione preventiva incrementando la massa ossea, potenziando la muscolatura e lavorando su postura ed equilibrio. Ciascuno degli esercizi presentati è descritto dettagliatamente in una scheda illustrata che guida il lettore alla migliore esecuzione. Infine completano il libro indicazioni aggiornate sull'alimentazione più adatta a prevenire l'osteoporosi.

Bond M.: Equilibrare la postura. Come avere un corpo elastico in un mondo flessibile?, Ed. Apogeo, Milano, 2009.

In questo libro, Mary Bond spiega perché una sana postura derivi non soltanto dall'allenare i nostri muscoli a disporsi nel modo ideale: i fattori emotivi infatti contribuiscono a una postura scorretta almeno tanto quanto le cattive abitudini di movimento, ed entrambi svolgono un'influenza reciproca gli uni sulle altre. Sulla base dell'esperienza dell'autrice, maturata in oltre trent'anni di attività di terapeuta e formatrice, la postura è l'azione che esprimiamo quando ci orientiamo tra situazioni, emozioni, persone diverse. "Il nostro modo di camminare", afferma Mary Bond, "è la firma del nostro corpo". Alcune caratteristiche strutturali, a maggior ragione quando si conduce uno stile di vita sedentario, sono particolarmente importanti per l'allineamento del corpo; per questo l'autrice individua sei zone attraverso le quali passa ogni trasformazione posturale: il pavimento pelvico, i muscoli della respirazione, l'addome, le mani, i piedi e la testa. Per ciascuna di queste zone vengono proposti gli esercizi fai-da-te necessari per ristabilire una corretta funzionalità, il tutto accompagnato da elementi di ergonomia e casi clinici volti a ispirarci e a farci riflettere sui nostri movimenti più abituali. Questo libro insegna come prendersi cura del proprio corpo, dar sollievo ai dolori cronici e godersi tutte le attività della vita con più piacere.

Borg J.: Il Linguaggio del Corpo. Guida all'interpretazione del linguaggio non verbale, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2009.

Chi si occupa professionalmente di comunicazione fa spesso riferimento a una famosa ricerca degli anni Settanta secondo la quale nei rapporti interpersonali la comunicazione non verbale rappresenta addirittura il 90% dei messaggi che le persone si scambiano. Eppure tutti noi tendiamo a concentrare l'attenzione solo sulla parte più razionale della comunicazione. In questo modo perdiamo l'opportunità di capire che cosa davvero stia pensando il nostro interlocutore e anche quella di influenzare positivamente l'esito di un colloquio o di una trattativa. Organizzato in sette facili lezioni, il libro mette a disposizione dei lettori gli strumenti necessari per diventare fluenti nel linguaggio non verbale. Lo scopo è duplice: da un lato, affinare i sensi per imparare a leggere il linguaggio non verbale altrui e reagire in modo adeguato; dall'altro, sviluppare la consapevolezza necessaria per dominare il proprio linguaggio non verbale e usarlo come strumento per trasmettere l'impressione che effettivamente si intende comunicare. Ogni lezione è corredata di una sezione, chiacchierata informale, in cui l'autore risponde ai quesiti posti più frequentemente dai lettori e di una serie di esercizi (Pausa caffè) per verificare le conoscenze acquisite. L'edizione originale del libro, pubblicata da Pearson Education, il più grande editore di lingua inglese, ha venduto 30.000 copie nei primi tre mesi di presenza in libreria. Il linguaggio non verbale esercita un potere e un influsso enorme: imparare le regole del gioco è fondamentale per essere vincenti sia nel lavoro sia nella vita privata. James Borg, psicologo del lavoro e consulente aziendale, è specializzato in comunicazione interpersonale. Tieni seminari su argomenti quali tecniche di persuasione, assertività, tecniche di memorizzazione, lettura del pensiero.

Consolo M., Morelli M.: Massaggio di coppia, Ed. Red, Milano, 2009.

Il massaggio che nasce da gesti spontanei e non da una determinata tecnica favorisce la possibilità di stabilire un legame molto speciale con l'altro. Grazie al contatto fisico, guidato da movimenti dolci ma intensi, migliora innanzitutto la comunicazione, base di ogni relazione, oltre che l'armonia all'interno della coppia. Questo tipo di massaggio sviluppa e amplia la capacità di dare e quella di ricevere e la facoltà di condividere, che implica ascolto, accettazione, comprensione e complicità. Infine, il massaggio di coppia favorisce e migliora l'intesa sessuale, che è una forma molto speciale, creativa e intima di comunicazione e di condivisione.

Speciani A.: Corpo e Cibo, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2009.

L'Autore ci presenta un percorso alla scoperta dei meccanismi e delle funzioni del nostro organismo, proponendo semplici consigli alimentari e di stile di vita attraverso cui modificare radicalmente le nostre abitudini e risvegliare le nostre potenzialità. L'esplorazione parte da lontano, da "come eravamo" nel paleolitico fino a "come siamo" oggi. Quali automatismi di allora informano ancora il nostro vivere quotidiano, il nostro modo di relazionarci al cibo? Quali sono i segnali che, istante per istante, inviamo al nostro organismo? Cosa è necessario cambiare nei nostri gesti quotidiani, dall'alimentazione al movimento, per trasformare la nostra vita e raggiungere il benessere? Attilio Speciani risponde a queste e ad altre domande con l'immediatezza di chi conosce l'argomento approfonditamente e con la freschezza di chi lo guarda ogni giorno con occhi nuovi. Attraverso un linguaggio accessibile a tutti traccia una nuova strada da percorrere per trasformare, giorno per giorno, il nostro modo di mangiare e di vivere.

Zucchi L.: Prendilo per la gola, Ed. Red, Milano, 2009.

Un agile manuale, prezioso soprattutto per le ragazze che si trovano a destreggiarsi per la prima volta tra i fornelli. È infatti una sorta di ABC della cucina che rende accessibili, con semplici spiegazioni fornite passo per passo, i segreti e le tecniche per cimentarsi nella preparazione di svariate pietanze, ottenendo risultati sicuri. Propone ricette di piatti sfiziosi e veloci come, per esempio, la pasta ai quattro formaggi o il pollo al curry, la spuma di prosciutto o la crema pasticciera, e fornisce spunti interessanti e utili anche per chi è già esperto. Nell'Appendice, infatti, si illustrano gli utensili da cucina necessari, si insegna ad apparecchiare la tavola e a scegliere i vini adatti per le differenti portate; infine non manca un piccolo dizionarietto gastronomico dei termini tipici delle varie preparazioni o modalità di cottura.

Katch F.I., Katch V.L., McArdle W.D.: Fisiologia Applicata Allo Sport. Aspetti energetici, nutrizionali e performance, Ed. CEA, Milano, 2009.

Questo testo ha raggiunto una notevole diffusione e rappresenta ormai un punto di riferimento per tutti coloro che si occupano di fisiologia applicata allo sport. Questa nuova edizione, la seconda italiana, offre un'ampia panoramica su alcune aree emergenti quali nutrizione, relazioni tra attività fisica e sistema immunitario, determinazione della composizione fisica, dipendenza dell'obesità da un fattore genetico, relazione tra attività fisica e produzione di radicali ossidanti. Rispetto alla precedente edizione il testo si è arricchito di nuovi capitoli e, soprattutto, di due nuove e importanti "aree concettuali", finora poco approfondite. La prima si riferisce a un'analisi dettagliata del concetto di "coscienza alimentare" e delle problematiche connesse. La seconda novità si riferisce alla rilevanza data al livello cellulare e molecolare, che in questi anni si è rivelato fondamentale per studiare i fenomeni adattativi innescati dall'attività fisica, nonché il loro impatto sulla fisiopatologia di molti quadri clinici.

Chaitow L.: Massoterapia neuromuscolare. La tecnica osteopatica per il trattamento dei tessuti molli, Ed. Red, Como, 2009.

Diversi fattori di origine traumatica, posturale, ma anche psicosomatica, possono disturbare il delicato equilibrio dei tessuti molli e del sistema scheletrico. Con il tempo, questo squilibrio può dare origine a dolori, mancanza di energia, disturbi cardiovascolari, ipertensione, ecc. Lo scopo di questo libro è di fornire una conoscenza operativa della massoterapia neuromuscolare, una tecnica osteopatica che può essere usata a fini sia diagnostici sia terapeutici, da affiancare e integrare con altri metodi di cura per trattare a fondo i problemi che riguardano la relazione tra struttura scheletrica e tessuti molli. Leon Chaitow è un osteopata e agopuntore altamente qualificato. Particolarmente impegnato nell'attività di docente, tiene lezioni in diverse Università dell'Inghilterra, degli Stati Uniti e dell'Australia oltre ad essere uno dei più autorevoli cattedratici dell'Università di Westminster di Londra. Ha scritto 60 libri ed è molto noto nel campo dei manuali per la salute. È inoltre redattore del "Journal of Bodywork

and Movement Therapies". E' il responsabile della ricerca e consigliere terapeutico per THERA (Therapy, Health Education and Research Association), una delle cliniche di naturopatia più all'avanguardia nel mondo.

Masters P.: Osteopatia. Un'alternativa ai farmaci per curare cefalee, mal di schiena, distorsioni e numerosi altri disturbi, Ed. Red, Como, 2009.

Nata negli Stati Uniti verso la fine del XIX secolo a opera di un medico innovatore, Andrew Taylor Still, l'osteopatia si basa sul principio che il corpo è dotato di una propria capacità di autoguarigione, e che i disturbi e le malattie derivano da un'alterazione del corretto assetto della struttura muscolo-scheletrica e del corpo nel suo insieme. L'osteopatia mira a curare i disturbi localizzati nei muscoli, nei tessuti molli e nelle articolazioni usando specifiche tecniche di manipolazione. È efficace nella cura di dolori al collo, alle spalle, alla schiena; artrite e reumatismi; dolori mestruali; disturbi collegati alla gravidanza e al parto; problemi della menopausa; cefalee ed emicrania.

Contigliani R., Marasco M.L.: Manuale di Osteopatia (con DVD allegato). Principi e trattamenti per le malattie più comuni, Ed. Macro, milano, 2009.

Tra le più efficaci discipline olistiche del panorama odierno, l'osteopatia è in grado di curare patologie che perdurano da anni e per le quali soffriamo fin da piccoli, come cefalee, sinusiti, problemi digestivi, sindrome del tunnel carpale, distorsioni ricorrenti, coliti, otiti, lombo sciatalgie, ernie lombari e scoliosi. Contigliani e Marasco, entrambi docenti alla scuola di osteopatia presso l'Università Sapienza di Roma, offrono al lettore comune, così come al professionista, un'introduzione completa e a carattere divulgativo di questa affascinante medicina, la cui validità si basa sul miglioramento di alcune disfunzioni del nostro corpo attraverso la manipolazione di articolazioni, muscoli, visceri e tessuti corporei in generale. L'opera è arricchita da un DVD di approfondimento: dalla fase di valutazione della malattia fino a quella del trattamento, grazie a queste immagini sarà ancora più immediato comprendere gli indubbi vantaggi dell'osteopatia.

Maitland J.: Manipolazione Spinale. Tecniche semplici per alleviare il mal di schiena, Ed. Mediterranee, Roma, 2009.

Un manuale specifico di fisiologia che illustra le tecniche di massaggio mio-fasciale tipiche del Rolfing, concentrandosi sul problema delle fissazioni articolari che sono alla base di molte sindromi dolorose a carico dei tessuti molli. In particolare, Jeffrey Maitland, osteopata e rolfer esperto, spiega come alleviare il mal di schiena e ridare al corpo un allineamento più corretto. Il dolore alla colonna vertebrale è, infatti, il disturbo con cui fisioterapisti, chiroterapisti, osteopati e rolfer hanno più spesso a che fare. In questo libro l'Autore insegna come rilassare con delicatezza la colonna vertebrale, l'osso sacro, la zona della pelvi e la cassa toracica per mezzo di raffinate tecniche di intervento sui tessuti molli da usare al posto di quelle di spinta che possono far "scattare" le articolazioni. Questo metodo, più dolce del Rolfing, viene descritto nel manuale di Maitland in modo esauriente con una spiegazione biomeccanica accompagnata da disegni e fotografie che illustrano le tecniche di manipolazione e l'anatomia umana.

Bronfman Z.J.: Omeopatia pratica, Ed. Salus Infirmorum, Padova, 2009.

Il volume è scritto dal direttore della più famosa Scuola di Omeopatia Hahnemanniana Argentina e della rivista Acta Homoeopathica Argentinensia, un professore che ha 40 anni di esperienza nella vera Omeopatia unicista hahnemanniana; è un libro didattico, perché si serve di domande per far apprendere, o anche solo per far "rispolverare", al lettore le basilari conoscenze di filosofia e metodologia omeopatica; è un libro profondamente pratico, perché è ricco di numerosissimi casi clinici per la soluzione dei quali il lettore è costretto ad impegnarsi e a compiere un lavoro che alla fine risulterà molto utile per la sua formazione professionale; è un libro che rinvia in continuazione alla Materia Medica Patogenetica, insegnando in questo modo che tutta la Terapia Omeopatica deve essere basata sui dati emersi dalla sperimentazione nell'uomo sano, che è uno dei fondamenti portanti della nostra Medicina ed è

una condizione sine qua non per conseguire un vero effetto terapeutico; è un libro che insegna gli elementi più puri ed essenziali della Metodologia, senza i quali ogni prescrizione omeopatica è destinata a fallire; è un libro che insegna i concetti fondamentali della gerarchizzazione dei sintomi e della loro repertorizzazione. Il lettore si accorgerà che tutti questi insegnamenti, uniti a molti altri, li acquisirà lentamente e quasi nascostamente. E come l'acqua che imbibisce lentamente un tessuto con cui viene a contatto: è un processo lento e silenzioso, ma inevitabile.

Castellani M.: Omeopatia la via interiore alla guarigione, Ed. CEA, Milano, 2008.

La legge dei simili, il principio su cui si basa l'omeopatia dei medicinali di Hahnemann, è come l'aria che respiriamo. Viviamo "immersi" nella legge di similitudine e in questa esperienza cresciamo come persone. È risonanza omeopatica ciò che ci "cattura": con l'arte, la musica, le storie. L'omeopatia dei medicinali non è altro che l'uso medico di tale potentissimo meccanismo, sul quale si fonda la vita stessa. In questa seconda edizione del libro, ampiamente rinnovata, si spiegano ancora meglio tali concetti, indispensabili per creare la "cornice" che consente all'omeopatia di essere facilmente compresa e di svolgere, quindi, il ruolo che le compete in virtù del suo potenziale terapeutico. Il libro comprende due parti. La prima parte, articolata in 40 risposte sull'omeopatia, offre spiegazioni semplici e chiare, frutto di trent'anni di esperienza dell'autore con i pazienti e i loro dubbi. La seconda parte si avvale della "forza omeopatica" delle testimonianze: 44 persone raccontano il loro percorso con i medicinali di Hahnemann. Alcune storie coprono oltre dieci anni di vita.

Penazzi G.: Cosmetici Naturali fai da te, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2008.

Tutti siamo a conoscenza che i radicali liberi sono i responsabili del precoce invecchiamento della pelle, della perdita di tonicità del fisico e dell'ingrigimento dei capelli. La loro azione viene contrastata dagli antiossidanti: molecole che si trovano in quantità diverse in molti alimenti. Fanno parte di questa categoria la vitamina C ed E, il betacarotene, il Coenzima Q10, il Resveratrolo (la molecola del vino rosso) e tanti altri. Non sempre però l'alimentazione basta a fornire la quantità necessaria di questi elementi e allora si deve ricorrere agli integratori alimentari che si comprano in farmacia, in erboristerie e al supermercato. Questi ultimi sono prodotti che non hanno bisogno di ricetta medica ma che, per essere utilizzati nel modo più proficuo, devono essere scelti con accortezza e quindi conosciuti a fondo. Può una scelta sbagliata rivelarsi pericolosa per il nostro organismo? Semplicemente, l'integrazione può essere inadeguata a soddisfare le nostre esigenze. A tal fine, il libro "Antiossidanti per la bellezza - si presenta come un'informazione completa sulle sostanze che mantengono giovani". Edito da Edizioni Red di Milano, costituisce un'ottima guida per orientarsi tra i mille alimenti e cosmetici che contengono questi preziosi supporti per la nostra bellezza. Il testo, scritto da Scilla Di Massa, naturopata e giornalista, considerata tra i massimi esperti italiani di fiori di Bach, risulta di facile lettura e di sicuro interesse. Rivolgendosi direttamente alla sua lettrice, l'autrice attraverso tabelle esemplificative, approfondimenti e validi consigli intraprende un lungo e appassionante dialogo che ha come finalità quello di renderla più consapevole delle proprie "armi" di seduzione e della facilità con cui è possibile non solo preservarle il più a lungo possibile ritardando l'invecchiamento cutaneo ma anche di come sia semplice apparire più giovani della propria età. Il libro va anche oltre, indagando fra gli altri metodi per contrastare i radicali liberi, dall'attività fisica alla meditazione fino a consigliare alcune regole comportamentali da seguire fin dal risveglio.

Jullien F.: Sull'efficacia. Cina e Occidente a confronto, Ed. Il Sole 24 Ore Pirola, Milano, 2008.

L'autore illustra la differenza fra il concetto cinese di efficacia e quello occidentale di efficienza: il saggio cinese non ha un atteggiamento attivo di fronte alla realtà, ma si ripromette di far sì che il suo scopo si realizzi da sé facendo evolvere in un senso favorevole il "potenziale della situazione". Non a caso il pensiero cinese ha per emblema il drago, che indica sinuosità e capacità di adattamento. "È necessario aiutare colui che arriva solo". "Aiutare colui che giunge solo o favorire ciò che mi è favorevole, significa, quindi, usare la situazione in modo da trarne vantaggio." Un testo che va ai fondamenti del pensiero cinese e di quello occidentale, tanto più

utile oggi che le due antiche civiltà si incontrano e scontrano quotidianamente con una intensità che non ha riscontri nella storia passata.

Jullien F.: Pensare l'efficacia in Cina e in Occidente, Ed. Laterza, Roma-Bari, 2008.

Per un occidentale l'efficacia è la capacità di ottenere i risultati previsti seguendo la via più breve. Figlia del razionalismo greco e della scienza moderna, la cultura occidentale lega il concetto di efficacia all'azione decisa, frutto di un'attenta pianificazione che prima appronta un buon modello teorico, e quindi lo applica con lineare determinazione. I cinesi, al contrario, definiscono efficace un'azione indiretta, lenta, che attende gli sviluppi della situazione e si limita a esaminare lo stato dei fatti per comprendere quale sia la loro propensione. L'efficacia di un'azione deriva dunque dalla capacità discreta di far leva sulle cose per consentirne una spontanea maturazione. Questa concezione dell'agire, tanto diversa da quella occidentale, si esprime anche nel modo con cui i cinesi affrontano gli affari, danno seguito ai contratti, rispettano gli impegni: un divario enorme che interviene nelle relazioni economiche tra Oriente e Occidente, complicandole e inducendo reciproci malintesi. In queste pagine François Jullien sviluppa una riflessione sulle profonde differenze che separano e attraggono Oriente e Occidente, ricorrendo a una esemplificazione che attinge alle sorgenti dell'immaginario delle due culture, fino ad abbracciare la storia più recente.

Jullien F.: Parlare senza parole. Logos e Tao, Ed. Adelphi, Roma-Bari, 2008.

I greci ci hanno tramandato una cosa che non può essere completamente detta se non nella loro lingua: logos. Significa allo stesso tempo parola, argomentazione, giudizio, ordine e, in ultima analisi, logica. Attorno a questa articolazione si è cristallizzata quella che da allora chiamiamo la Ragione (occidentale). E con altrettanta evidenza si è fissato in noi il principio che fa coincidere l'atto del parlare con il dire e il dire con il dire qualcosa. Tutto il destino della parola si gioca a partire da questo elemento: la parola deve sempre mantenere una corrispondenza uno a uno con un concetto. "Chiediamoci: quali risorse della parola si sono perse, disdegnate o lasciate incolte? Quali riserve, quali giacimenti rinvenibili in altre culture abbiamo negligenemente lasciati inesplorati?"

D'Onofrio P.: Atlante di Dermatologia Genitale Femminile, Ed. Dermo, Napoli, 2008.

Il volume si occupa di una branca della medicina spesso trascurata che riguarda le patologie ano-genitali. Come scrive il suo autore nell'introduzione, la ragione deve essere ricercata nell'interpretazione che è stata attribuita nel corso degli anni al concetto di malattia soprattutto se riferita a parti così delicate e intime come quelle genitali. Capita, sovente, che il paziente tenda a trascurare la cura di malattie per vergogna. In tal caso il compito dello specialista diventa due volte più difficile: da un lato per la posizione sfavorevole in cui sono collocati i punti da esaminare e dall'altra per la reticenza del paziente a sottoporsi alla visita. Il che costituisce un errore grave visto che oltre alle malattie veneree, i genitali rappresentano una o a volte l'unica localizzazione di dermatosi a carattere generale. Senza contare che la trattazione di alcuni tipi di patologie coinvolge varie specialità mediche: dalla dermatologia alla venereologia, dalla ginecologia, all'urologia, dall'infettivologia fino alla proctologia. Può capitare infine che chi è affetto da questi disturbi si rivolga in principio al proprio medico di base per la confidenza che solitamente il paziente nutre nei suoi confronti. Spetterà a lui, quindi, consigliare successivamente la figura più adatta alle sue esigenze. Per queste ragioni l'autore, attraverso immagini corredate di brevi testi esplicativi, riporta un'ampia casistica delle più comuni problematiche ano-genitali fornendo anche al non specialista una fonte di consultazione che gli permetterà di identificare in modo chiaro il più piccolo segnale d'allarme. Un libro che diventa uno strumento indispensabile per orientarsi in questa complessa branca della disciplina medica.

Jullien F.: Pensare con la Cina, Ed. Mimesis, Milano, 2007.

François Jullien, inizialmente grecista per vocazione, poi sinologo di formazione, ha scelto di compiere una lunga "deviazione" rispetto alla lingua e alle tematiche del pensiero per esporre le categorie e le strutture del pensiero occidentale all'esteriorità rappresentata dal pensiero

cinese, e mettere in questione l'impensato della filosofia europea. Negli scritti qui presentati - saggi brevi, interviste, dialoghi - emerge in modo chiaro e conciso l'intenzione di fondo della sua proposta teorica, offrendo sia al lettore già avvezzo al suo lavoro, sia a chi vuole accostarlo qui per la prima volta, la possibilità di ricapitolare le sue linee essenziali.

Man Ching C.: Tredici saggi sul T'ai Chi Ch'uan, Ed. Feltrinelli, Milano, 2006.

Il T'ai Chi Ch'uan è una filosofia, un'arte marziale, una forma di medicina, un esercizio di coltivazione di sé. Partendo dalla propria trentennale esperienza di pratica di questa disciplina e dallo studio dei grandi testi classici, l'illustre maestro Cheng Man Ch'ing ne espone in questo libro i fondamenti teorici. Facendo ricorso anche alla fisica e all'anatomia, spiega come le posture e i movimenti basati sull'attivazione dell'energia interna (il ch'i) agiscano, internamente, da principi energetici e, esternamente, come atti marziali. Mostra come la pratica marziale sia fondata sulle forze centripete e centrifughe della sfera e dei triangoli che la compongono. Esplora, al di là delle tecniche terapeutiche della medicina occidentale e cinese, le relazioni tra gli organi nelle patologie e la funzione del T'ai Chi Ch'uan nel loro trattamento. Secondo Cheng, le arti marziali non sono un caso speciale di forza fuori del comune, bensì una forma di applicazione delle leggi naturali e cosmiche. Il volume, oltre ai tredici saggi sul T'ai Chi Ch'uan, comprende l'esposizione dei segreti orali tramandati dal suo maestro Yang Cheng-fu, le domande degli allievi con relative risposte a proposito dei testi classici del T'ai Chi Ch'uan, la descrizione delle trentasette posizioni della forma breve, nonché delle tecniche di combattimento (push-hands, San Shou e Ta Lu), illustrate con fotografie in bianco e nero del maestro.

Jullien F.: Nutrire la vita. Senza aspirare alla felicità, Ed. Raffaello Cortina, Milano, 2006.

Pubblicazioni da rotocalco ci propongono grammatiche del benessere e della salute e dicono di attingere dall'antica sapienza dell'Oriente. Non è così. La filosofia del vivere della saggezza cinese, che l'autore promuove, svela gli elementi di una forma diversa di comprensione della realtà, che non ha bisogno di indicare come scopo la felicità. La formula che ricorre nel pensiero della Cina antica dice che si deve nutrire la vita: il Saggio nutre il suo soffio-energia in modo che si conservi il potenziale vitale, cioè la disponibilità agli incitamenti che non cessano di provenire dal mondo, senza illusioni di eternità e senza dover cercare un Senso e un Fine, i grandi fantasmi che ossessionano l'immaginario dell'Occidente.

Weizhen C.: Esercizi di scioglimento dei muscoli in 14 serie, Ed. Luni, Milano, 2004

Gli "Esercizi di scioglimento dei muscoli" sono stati tramandati nel corso dei secoli e appartengono all'arte tradizionale cinese detta oggi Qigong, ispirata al Taoismo e alla medicina tradizionale cinese. In questo libro l'autore ha rielaborato il materiale tradizionale, sulla base sia degli insegnamenti ricevuti da un anziano maestro, sia di tecniche tramandate da altre scuole di Qigong. Gli esercizi, che si basano sul principio del rafforzamento interno del qi, ovvero l'energia vitale di ogni persona, sono suddivisi in 14 serie, che possono essere eseguite sia tutte insieme, sia separatamente, a seconda del disturbo da curare o dell'organo da rafforzare.

Jullien F.: Il saggio è senza idee o l'altro della filosofia , Ed. Einaudi, Torino, 2002.

Jullien rivisita Confucio e lo confronta con i grandi pensatori taoisti: il saggio è senza idee perché non ne ha di preconcepite, è aperto a ogni possibilità. Nella sua ricerca Jullien s'inoltra su sentieri cinesi a braccetto con Eraclito, Montaigne e Heidegger, dando al lettore l'idea che la saggezza permetta a un filosofo europeo di andare un po' più in là rispetto a dove arrivano tutti gli altri.