

associazione medica per lo studio dell'agopuntura

presidente dott. carlo di stanislao

scuola italo-cinese di agopuntura

direttore dott. dante de berardinis

anno accademico 2001-2002

tesi

LO STRESS

relatrice dott.ssa **rosa brotzu**

candidato dott. **carlo d'ammassa**

la figlia di un paziente gli aveva chiesto : dottore,ed ora che cosa avete intenzione di fare ?

domenico rispose : signora, aspettiamo l'isoelettrica

(dott.domenico autizi medico chirurgo sec.XX quasi XXI Roma)

Il termine stress appare nella lingua e nel linguaggio inglese già in epoca prescientifica (sec.XVII) con il significato afflittivo di avversità o difficoltà; nei secoli successivi si attribuiva ad una forza, pressione applicata ad un oggetto o ad un organismo;soltanto in tempi più recenti finisce per acquisire il significato di stato di tensione, di resistenza di un oggetto o di una persona che si oppone a forze esterne che agiscono su di essi.

Il biologo Cannon applicò allo stress il significato di stimolo, introducendo il concetto di reazione d' allarme e di livello critico.

Il canadese Selye definì lo stress come risposta aspecifica dell' organismo ad ogni richiesta effettuata su di esso,ma a fare la sua fortuna non fu tanto questa definizione quanto l' inserimento di stress in una teoria generale dello sviluppo della malattia.

Aveva notato che inoculando vari animali da esperimento con quelle zozzerie che dovevano essere gli estratti non purificati di tessuti,quei poveri cristi ne ricavavano chi una ipertrofia delle surrenali,chi un' atrofia del timo e delle ghiandole linfatiche,chi addirittura delle lesioni ulcerative della mucosa gastrica.

Non ci volle un genio per sospettare che questa fosse una reazione quanto meno difensiva e pertanto sibillantemente la battezzò sindrome generale di adattamento.

Non contento di ciò ne riuscì a formulare anche una ineluttabile suddivisione in tre fasi e cioè una di allarme, con modificazioni essenzialmente di natura biochimico-ormonale,una di resistenza, con un tentativo di organizzarsi anatomofunzionalmente in senso difensivo ed infine una di esaurimento nella quale prevaleva il crollo delle difese con conseguente incapacità ad adattarsi ulteriormente agli stressors.

Fu successivamente altresì evidente che la risposta umorale prodotta da vari stimoli altro non fosse che una attivazione del famigerato asse ipotalamo-ipofisi-corticosurrene (altro che asse Roma-Tokio-Berlino...) con aumento dei livelli di ormoni corticosurrenali circolanti.

Non c' era dubbio però che Selye aveva trovato la parolina magica. ADATTAMENTO.

Da quel dì , almeno come definizione,lo stress è stato inquadrato non come condizione patologica bensì (occhio all' avverbio demodè) come reazione fisiologicamente utile proprio in quanto adattativa:era chiaro ormai che potevamo,dovevamo adattarci a tutto... o quasi.

Era cominciata una nuova epoca;Nietzsche,morto da qualche anno,iniziava a rivoltarsi nella tomba e siccome

era schiattato a Weimar sarebbe stato utile grattarsi tutti noi i coglioni.

Mettiamo da parte per il momento l' evocazione di gesti apotropaici e torniamo a bomba.

Qualche riga sopra avevo accennato all' asse ipotalamo-ipofisi-corticosurrene per il quale a tutti gli studenti di medicina fin da terzo anno del corso di laurea ci scassano i cacabbissi.

Ora tu lettore che cerchi di leggere e non capisci una benedetta minchia di fisiologia umana devi sapere che ipotalamo, ipofisi e corticosurrene sono tre strutture che vanno recitate sempre insieme seppure non si trovano dalle stesse parti.

E' come se non esistessero da sole ma sempre a tria, come Padrefigliuolo e spiritusantu della Santissimatrinità, come Totò Peppino e la malafemmina, come a Aldo Giovanni e Giacomo intro lo cinematografo, come Sarti Burnich e Facchetti o meglio Zoff Gentile e Cabrini; o come Berlusconi, Previti e Dell' Utri che ne vanno cumbinando di tutti li culuri.

Ti dicevo che per una stranna combinazione ogni volta che l' eminenza mediale dell' ipotalamo sgrulla una schifezza che mi sembra si faccia chiamare CRF (corticotropin releasing factor), questa, senza peccchi a e peccò me, va a sbattere ad una ghiandola chiamata ipofisi comandandole di liberare una sostanza detta ACTH.

L' ACTH finisce per arrivare nella regione corticale delle ghiandole surrenali provocando la produzione di ormoni steroidei, nell' ordine:

- a) 17-idrossicorticosteroidi (17-OHCS) che rappresentati per 80% dal cortisolo
- b) aldosterone
- c) 17 chetosteroidi (17 – KS) con debole potere androgeno.

Tra gli ormoni della corteccia surrenalica, il cortisolo è il più importante .

La sua azione a livello dei tessuti è essenzialmente di tipo metabolico con lo scopo di permettere all' organismo di far fronte ad una aumentata richiesta di prestazioni da parte dell' ambiente interno ed esterno.

Eccone in breve una illustrazione.

Produce un' azione antianabolica sui muscoli riducendo gli aminoacidi tissutali; provoca il riassorbimento della struttura ossea.

Riduce la reattività immunitaria, aumenta la glicogenogenesi, i tassi di lipidi sierici e di colesterolo.

Aumenta l' acidità gastrica, promuove un' azione antiinfiammatoria ed anti allergica, aumenta la filtrazione glomerulare, tende alla ritenzione del sodio ed alla deplezione di potassio.

Favorisce l' eosinofilia, la linfocitopenia, la neutrofilia e la policitemia.

Il controllo della secrezione sui tre piani si giova di un feedback cui concorrono lo stesso cortisolo, l' ACTH, il CRF, il sistema serotoninergico, quello dopaminergico ed adrenergico.

I suoi livelli plasmatici li troviamo massimi nelle prime ore del mattino, minimi nelle ore serali, tutto in virtù di un proprio ritmo circadiano probabilmente controllato da un metronomo biologico.

Accanto a questo ritmo ne esiste un altro per il quale il livello di ACTH e quindi di cortisolo si può modificare con una serie di stimoli sia di natura puramente fisica, psichica e psicosociale.

Tra i primi annoveriamo traumi, ustioni, emorragie, interventi chirurgici, esercizio fisico, fatica, ipoglicemia, shock anafilattico ecc.

Come detto con lo stesso risultato agiscono stimoli di carattere psicosociale ed intrapsichico attraverso una mediazione emozionale dove per emozione intendiamo una modificazione delle condizioni omeostatiche di base, finalizzata alla conservazione dell' individuo e della specie per mezzo di specifici comportamenti e di modificazioni somatiche accompagnata da particolari vissuti circa la tonalità fondamentale " piacevole-spiacevole" .

Scusate per l' orrenda prosa ma ho dovuto copiare.

Cerchiamo di fare un punto. Abbiamo parlato di stress e delle sue definizioni, poi dei risultati su vari distretti del nostro organismo, abbiamo inoltre capito che una parte di queste modificazioni possono essere indotte da un' aumentata e prolungata secrezione di cortisolo e di altri ormoni collegati.

Abbiamo cercato di individuare il perché del sopradosaggio arrivando al concetto di traumi fisici e psichici.

Ma non basta. Abbiamo dovuto inserire il concetto di emozione come momento di mediazione tra lo stimolo e la risultanza comportamentale e biologica.

Ora perché tutto questo possa avvenire c' è bisogno di un sistema che da una parte si lascia colpire dallo stimolo e dall' altra riesca a produrre con uguale baldanza magari una smorfia di felicità e la tachicardia.

Fortunatamente questo sistema è già presente e si chiama sistema nervoso volgarmente suddiviso in s.n. di relazione e vegetativo.

Il primo provvede a ricevere informazioni dall' esterno ed ad inviarne di altre al sistema muscoloscheletrico, il tutto condito da un' elaborazione centrale.

L' altro recluta tutte le notizie dall' interno,ovvero dai vari corrispondenti dislocati in tutti i tessuti dell' impero e dirama istante per istante informazioni a tutti gli organi o tessuti perché continuamente le loro funzioni possono essere controllate ed integrate.

Ora il primo sistema ha il compito di registrare le informazioni,immediatamente ne coglie il potenziale pericolo promuovendo l' allontanamento dallo stressor con la fuga,con l' evitamento o con l' attacco; frutto di strutture anatomiche fortemente differenziate.

Può disattivarsi fisiologicamente (sonno) o patologicamente (coma).

L' altro,quello vegetativo grazie alla diffusione capillare,alla plasticità funzionale,alle connessioni con il sistema endocrino e immunitario,ed alla possibilità di funzionare anche durante il sonno o il coma è chiamato anche s.n.autonomo.

E' formato da una sezione centrale (aree corticali,sottocorticali) e da una parte periferica irta di fibre,gangli e plessi variamente dislocati nei tessuti.

Da un punto di vista anatomofunzionale è suddivisibile in due entità con differente vie di innervazioni,da diversi centri,e da fisiologiche azioni antagoniste al livello dei vari organi innervati.

Una è chiamata ortosimpatico con neuroni posti nelle colonne mediolaterali del midollo spinale le cui fibre dal midollo con le radici anteriori dei nervi spinali effettuano un arresto sinaptico in una serie di 22 gangli paravertebrali dai quali emergono fibre postgangliari che innervano gli organi viscerali ed alcuni tessuti ghiandolari.

L' altra chiamata parasimpatica fatta da neuroni di stanza nel mesencefalo,nel ponte nel bulbo e del midollo sacrale.

Le fibre pregangliari parasimpatiche giungono nelle immediate vicinanze dell' organo bersaglio donde formare sinapsi e dando origine a fibre postgangliari che si connettono con i singoli tessuti a cui viene quindi riservata un a doppia innervazione orto.parasimpatica di carattere funzionalmente opposta.

L' acetilcolina è il mediatore di tutte le fibre del parasimpatico, di quelle pregangliari dell' ortosimpatico; la noradrenalina è il neurotrasmettitore delle fibre postgangliari dell' ortosimpatico.

L' antagonismo funzionale orto-parasimpatico si esercita nei vari organi laddove se l' ortosimpatico ad esempio,provoca midriasi il parasimpatico induce la miosi;se il primo innesca la tachicardia il secondo produce bradicardia ed ancora il primo riduce la motilità intestinale,ed il secondo la accelera;il primo tende a chiudere gli sfinteri ed il contrario il secondo.

Abbiamo quindi un sistema che nell' organismo controlla all' istante tutti gli organi,in pratica l' intera visceralità dandoci la possibilità di reagire a qualsiasi stress in maniera diversa e cioè innestando l' ortosimpatico o il parasimpatico.

Va da sé che anche qui non ci vuole un genio per capire come ognuno di noi reagisce ad uno stress qualsiasi privilegiando uno dei due sistemi proprio perché emotivamente e culturalmente tendiamo sempre a personalizzare la risposta.

La base anatomica di queste chiacchiere sta in tre strutture cerebrali che sono nell' ordine l' ipotalamo detto dagli amici cervello viscerale che controlla con la sua parte anteriore la risposta parasimpatica e con la parte posteriore quella ortosimpatica (o il contrario ?).

La seconda struttura è il sistema limbico alias cervello emozionale in cui sembra avvenire la mediazione appunto emotiva (mi piace-non mi piace) tra la valutazione cognitiva e la risposta viscerale.

La terza,giuro che è l' ultima, la corteccia che non può essere che il cervello cerebrale sede dei maggiori processi cognitivi.

Beh , ti risparmio delle innumerevoli e reciproche connessioni che questi tre compari hanno tra di loro.

Ti basta sapere che quello che fino a pochi anni fa sembravano conoscenze chiare,nette,delle loro relative e specifiche funzioni oggi sono sempre più sfumate ma mai fino all' anarchia ; per farla breve c' è sempre uno che pensa,uno che media,ed uno che fa ,ma più si va avanti e meno possiamo giurare sull' esclusività operativa delle tre strutture.

Ma non basta .

L' azione diretta del s.n.vegetativo sugli organi periferici attraverso la sua rete di terminazioni nervose è abbastanza rapida ma non così capillarmente diffusa come sarebbe richiesto in situazioni che impongono un immediato adattamento metabolico a nuove situazioni.

Il sistema endocrino permette di soddisfare queste esigenze per cui in questa prospettiva i due sistemi agirebbero con sinergica funzionalità con il s.n.v. come organo di integrazione e controllo

esterno-interno e quello ormonale come supporto metabolico.

Per complicarci di più la vita ricordiamo che nell' ambito delle relazioni internazionali esterno-interno il s.n.v.promuove un' azione di controllo e di mediazione anche con il ministero della difesa per la cronaca sistema immunitario.

Fonti governative affermano la scoperta su reparti speciali operativi chiamati linfociti – in codice L T e L B – di recettori specifici per agenti alfa e beta adrenergici e colinergici facendo avanzare l' ipotesi che un' attivazione ortosimpatica inibirebbe le risposte immunitarie mentre una parasimpatica ne provocherebbe una decisa stimolazione.

L' opposizione ha minacciato la proclamazione di uno sciopero generale se non fosse insediata immediatamente una commissione parlamentare.

Abbiamo quindi sotto gli occhi un nuovo ed integrato complesso operativo che lega S N V e sistema endocrino al quale è stato dato il nome di sistema neuroendocrino che rappresenta il terminale della postulazione di Selye.

Infatti solo alla luce di ciò possiamo concepire un sistema biologico che permetta l' adattamento come forma di risposta allo stress.

Il SNE reagisce agli stimoli fisici ed emozionali pilotando la reazione ormonale al fine di adattare l' organismo alle nuove condizioni di mutata omeostasi,coordinatamente con il s n vegetativo e quello immunitario per migliorare le difese,preparare la difesa e l' attacco di fronte al pericolo.

Questo nuovo sistema possiede la caratteristica di essere costituito da cellule nervose specializzate chiamate neuroormoni caratterizzate dalla contemporanea caratteristica di contrarre sinapsi e trasmettere potenziali di azione (neuroni) e di versare il prodotto secreto non nell' ambito sinaptico ma direttamente nel torrente circolatorio (ormoni).

Le cellule nervose con caratteristica neuroormonale sono variamente dislocate ad esempio nell' ipotalamo,nella midollare del surrene,nella neuroipofisi ecc.

I neuroormoni ipotalamici agiscono attraverso l' ipofisi anteriore ed i suoi relativi ormoni mentre la midollare del surrene hanno azione tessutale diretta essa produce due ormoni adrenalina e noradrenalina la cui azione è analoga a quella ottenuta dalla stimolazione dell' ortosimpatico con lo scopo di preparare metabolicamente e funzionalmente l' organismo all' azione:aumenta la frequenza e la gittata sistolica,aumenta la pressione sanguigna,migliora l' irrorazione muscolare,si dilata l' albero bronchiale aumentando la ventilazione polmonare,sono in più disponibili riserve energetiche grazie alla glicogenolisi.

Esiste un legame tra eccitamento emozionale soggettivo e livello di catecolamine circolanti.tale eccitamento emozionale può essere caratterizzato da una tonalità positiva o negativa indipendentemente dalle cause che lo producono.

Inoltre uno stimolo emozionale può perdere la capacità di aumentare i livelli di catecolamine circolanti per un fenomeno di abitudine emozionale.

Abbiamo visto come il SNE partecipi alla reazione emozionale ed alla risposta a situazioni di stress acuto e cronico con l' attivazione del sistema ipotalamo-ipofisi-corticossurrene e midollosurrenale;

c' è dell' altro , infatti anche l' ormone somatotropo,la prolattina ,il testosterone la tiroxina sono in grado di rispondere con varia sensibilità a stimoli psicosociali.

L' ormone somatotropo ha una azione di stimolo all' accrescimento con aumento dell' anabolismo proteico,aumento degli acidi grassi liberi,e di glucosio dal fegato.

La secrezione è indotta oltre che dal GHRF di provenienza ipotalamica anche da stimoli come l' ipoglicemia,i traumi fisici,l' esercizio fisico,e le fasi iniziali del sonno a onde lente.

Può essere definito un ormone dello stress come il cortisolo poiché abbiamo constatato elevati livelli di GH in relazioni a differenti situazioni di stress a forte componente emozionale tipo interventi chirurgici,incannulazione arteriosa,visione di film in grado di suscitare elevati livelli di ansia.

Permane comunque una notevole variabilità interindividuale in rapporto alla personalità ed alle condizioni emotive circostanziate.

Particolarmente significativo il quadro del nanismo da deprivazione,in cui bassi livelli di GH e ridotta velocità di crescita sono stati associati ad ambienti emotivamente avversi come brefotrofi o disagi familiari il tutto francamente reversibile con il miglioramento delle condizioni ambientali.

La prolattina promuove la lattazione nella ghiandola mammaria,inoltre è quasi da tutti accettato un intervento dello stesso ormone con effetti metabolici generali abbastanza simili al GH.

Anche la prolattina sembra confermare l' ipotesi di essere un ormone " da stress " almeno come il cortisolo e il GH dato che sono state individuate elevazione del dosaggio plasmatico tre volte superiore al valore di

controllo in individui in attesa di interventi chirurgici o endoscopici.

Continuando la valutazione dei vari ormoni in relazione ad eventi stressanti si è visto che il testosterone presenta una evidente riduzione dei livelli plasmatici nell' ambito di simili esperimenti smentendo una plausibile relazione tra aggressività e testosterone.

Analizzando l' attività tiroidea abbiamo scoperto che almeno nell' animale da esperimento c' è di fronte ad un evento stressante la tendenza ad un aumento lento ma prolungato dell' attività tiroidea con elevazione dei livelli di TSH e di tiroxina con conseguente consumo di ossigeno in tutti i distretti ed una sintomatologia con insonnia, ansia, sudorazione, cardiopalmo, dimagrimento ecc.

Dalla risposta a medio-lungo termine dell' intero asse ipotalamo-ipofisi-tiroide finiamo per sottolineare come il tentativo di compenso allo stress si attua con varie modalità anche all' interno del sistema neuroendocrino.

IL sistema midollosurrenalico è definibile sistema a rapida azione unitamente al GH ed alla prolattina .

Il sistema ipotalamo-ipofisi-corticosurrenalico è un sistema a reazione semirapida.

Il sistema ipotalamo-ipofisi-tiroide è un sistema a reazione lenta.

Dalle prime ore di reazione allo stress sembra siano preminenti ormoni con caratteristica catabolica solo in un secondo tempo emergono quelli a carattere anabolico (estrogeni, insulina, testosterone) .

Anche il metabolismo glucidico reagirebbe allo stress in maniera multifasica , e cioè con prevalenza iniziale di ormoni iperglicemizzanti e riduzione dei tassi di insulina e successivamente riduzione dei livelli di adrenalina prima e cortisolo poi con in seguito aumento dell' insulinemia.

Come se ci fossero ormoni più emozionabili di altri, diremo quasi fisiologicamente più labili secondo il solito programma genetico dell' organismo risentendo notevolmente della sua storia personale e di fattori ambientali.

E' quindi chiaro a questo punto, ma lo era già da prima, che ogni persistente alterazione dell' apparato endocrino prodotta da abnormi stimolazioni a carico del SNE può predisporre all' insorgenza della malattia.

Perché dovrebbe essere evidente che lo stimolo neuroendocrino ha come scopo quello di farti capire che qualche cazzo non va nella tua vita e se non fai un emerito cazzo per modificarla ,

scarica oggi, scarica domani scarica soprattutto dopodomani il SNE ti crocca ... e poi vieni da me e mi dici che è colpa dello stress.

Ma che minchia e minchia di stress ! Come cazzo te lo deve far capire lo disgraziato del SNE.

T' ha usato l' adrenalina, la noradrenalina il cortisolo, la prolattina il gh, la tiroxina, gli estrogeni, il testosterone, l' insulina, ha fatto capire al cervello centrale che ti doveva deformare per farti accorgere che andava tutto a puttane e nonostante che ti guardavi allo specchio storto brutto grasso sudato rosso smagrito come un alicio o grassa come Santa Rrrosalia tu vieni da me e mi dici che sei stressato e vuoi fare l' agopuntura ?

Ma io dove diavolo te lo devo mettere l' ago se non dentro a quel pirtusu per farti taliare strillando tutte le litanie del venerdisanto ?

Succede che per qualche grossa stronzata che pensiamo magari quando siamo picciriddi ci viene facile a pensare quando viviamo situazioni poco gratificanti, che ne so, che magari a prenderlo poo culo c' ha , come dicono a Parigi, il suo charme ; e continui, continui continui a prendintio ' o culo e finisci per adattarti , lo capisci? ti sei adattato a prendintio ' o culo e solo alla fine t' aritruvi che nun dormi.

Ma come cazzo fai a addrummirti se tieni ' u culu come i teatri di Taurmina ?

Deve essere stato un piccolo errore nella costruzione del tuo essere, come diceva Gaber il cantante milanese; magari sbagli qualcosa, qualcosa di piccolo e non te ne accorgi, come quando fai l' equazione.

E più vai avanti e più vedi che cominciano a comparire numeri grossi e sempre più strani ed invano pensi che poi si possa semplificare : macchè !

E' che ad un certo punto cominci a scambiare il bianco per il nero, a non capire più quali sono i pericoli da evitare finendo per adattarti anche a prendintio ' o culo.

Ed io dove cazzo ti metto gli aghi visto che è impossibile semplificare ?

Un' ampia letteratura clinica ha ormai stabilito nell' uomo un rapporto eziopatogenetico tra stressors emozionali ed insorgenza di malattie somatiche provocate da disfunzioni del sistema immunitario.

Abbiamo già visto una depressione immunitaria inseguito a reazione ortosimpatica allo stress sia con riduzioni delle cellule immunocompetenti sia senza una riduzione numerica ma soltanto funzionale.

Addirittura la prolungata esposizione a intensi stimoli sonori è in grado di aumentare i livelli di interferon.

In altri casi l' esposizione ad eventi stressanti ha significato una riduzione dell' attività fagocitaria dei leucociti, così come del numero dei polimorfonucleati a volte accompagnati - ma non sempre - da elevati livelli plasmatici di adrenalina, cortisolo e tiroxina.

E' stato ripetutamente provato che elevati tassi di cortisolo producono un' immunodepressione evidente.

Come anche, invece, bassi livelli di GH produrrebbero lo stesso effetto; con il risultato di postulare un bilanciamento di ACTH e GH sul sistema immunitario.

Legato alla efficacia del sistema immunitario si situa tutto il vasto problema oncologico, per il quale – formula questa ancora da dimostrare a pieno – lo sviluppo del tumore viene visto come una competizione tra proliferazione delle cellule tumorali e linfociti immuni destinate a neutralizzarle.

Nel complesso la reattività del sistema immunitario agli stressors emozionali è più lenta e mediata di quella degli altri sistemi.

Affinchè uno stressor produca modificazioni patologiche dipende da varie condizioni :

- caratteristica dello stressor
- modificazioni biologiche
- caratteristiche dell' agente patogeno
- condizioni generali dell' organismo
- rapporti temporali

Indubbiamente la parte più eterogenea di questa esposizione riguarda proprio il singolo evento stressante in quanto una vasta soggettività impedisce di indicarne con sicurezza un elenco.

D' altra parte il peso degli avvenimenti stimolo deve essere considerato secondo almeno due categorie.

Un peso assoluto o sociale ed uno relativo individuale.

Sulla base di dati ricavati da individuo normale sembra che l' evento a maggior contenuto stressante sul piano del peso sociale sia la morte del coniuge, seguito dal divorzio e dalla separazione.

Cercheremo ora di fornire qualche interpretazione dello stress e delle sue implicazioni cliniche nell' ottica della medicina tradizionale cinese.

La definizione di stress come tentativo fisiologico di adattamento psicofisico a perturbazioni acute o croniche finisce per essere estremamente funzionale alla medicina tradizionale cinese.

L' aspetto epistemologico più interessante della mtc è la formulazione della teoria dei meridiani, strutture che veicolano energia e sangue consentendo di fatto la vita.

Una suddivisione didattica ci imporrebbe di suddividerli in principali e secondari in cui questi ultimi non sono affatto meno importanti o contingenti anzi forse più specifici ed in qualche modo strutturali.

Ci occupiamo in questo momento però dei principali con una natura più schiettamente omnicomprensiva.

In molti punti del so wen (s.w.) e del ling shu (l.s.) si parla spessissimo delle loro varie funzioni finendo in alcuni capitoli per parlare non più, ad esempio, di tae yang della mano o del piede ma più semplicemente in questo caso di tae yang arrivando a definire oltre la natura e la ratio dei 12 meridiani principali, l' attività dei sei livelli tae yang , shao yang, yang ming, tae yin ,shao yin , jue yin.

Insomma ognuno di questi sei livelli avrebbe una sua peculiarità, percorsa e specificata nei rispettivi meridiani shou e zu, e capillarmente incarnata in ognuno dei punti specifici che compongono la risonanza.

In una visione chiaramente a posteriori i sei livelli prospettano una specifica risposta dell' organismo (meglio), dell' individuo agli stressor; ma sono anche modelli con caratteristiche psicofisiche e comportamentali ma di questi ultimi ce ne occuperemo il seguito.

Il numero 6 (liu) ha nell' ideogramma la divisione, qualcosa che si divide sotto il cielo; simboleggia il divenire e la molteplicità (3 x 2) luogo in cui il anche il dispari diventa pari e quindi divisibile.

E' l' orientamento della vita, la scelta del nostro muoverci nel mondo.

Il tae yang rappresenta l' alto, la regola, il padre; i soffi del cielo che indirizzano la vita.

Che cosa succede se di fronte allo stress salta il livello tae Yang ?

Ci saranno segni di sregolazione e di incoerenza nei gesti, nei comportamenti, nelle abitudini di vita come l' orario dei pasti, della sveglia, del sonno.

Ci si accorge della perturbazione del livello tae Yang quando di fronte agli stressors abdichiamo le nostre regole.

Purtroppo le continue delusioni vissute sul piano inconsolante della frustrazione impattano negativamente il livello tae yang nel contesto di una meta (già regola) non raggiungibile.

Risente enormemente di esperienze giovanili in cui è mancata una guida, un indirizzo, tipo la morte del padre.

Ci sarà il riscontro di diversi disturbi a carico della colonna vertebrale, patologie neurologiche degenerative.

Il livello tae yang dicevamo rappresentare la regola.

Secondo il classico delle malattie da freddo questo livello è il primo ad essere interessato in corso di malattie da attacco di freddo ed il freddo in m.t.c. è l' incapacità al cambiamento.

Ecco allora evidenziarsi che in corso di stress cronico che richiede all' individuo un cambiamento all' interno di un processo adattativo e terapeutico il pz finirà per subire al minimo attacco di vento freddo faringo-tonsilliti

recidivanti.

Questo stesso concetto può essere esportato anche nei meridiani tendino-muscolari che permeati di wei qi (l' energia yang per eccellenza e quindi tae yang) evidenzieranno tensioni muscolari nei singoli distretti di pertinenza dei m. t.m. interessati.

Il livello shao yang rappresenta l' erranza quasi fosse simbolo stesso dell' adattamento,indica il perno che l' individuo sceglie per far girare la propria vita.

L' alterazione del livello shao yang rende impossibile il meccanismo di cerniera tra l' individuo ed il mondo finendo per essere molto stimolati o troppo poco stimolati; soffrono il vento, metafora della necessaria variabilità, e sono atterriti dalla ripetitività delle cose.

Ne vediamo tanti al giorno d' oggi di segni e sintomi shao yang in cui le dolenzie fibromialgiche sono un corteo ormai frequentissimo.assieme alla sensazione di avere le gambe tagliate.

Risultano fortemente colpiti da comportamenti del tipo :” non so mai come debbo comportarmi,non riesco mai a sapere se in quell' ambiente posso o non posso esprimermi “

Ma ,messaggi fortemente ambivalenti possono produrre sia comportamenti paralizzanti che (per incapacità di scelta) crisi psicotiche.

Il livello yang ming rappresenta la protezione ; di fronte ad ogni evento stressante questo livello ci ricorda e ci permette di proteggerci, di interiorizzare risposte ed attenzioni.

Risente nello specifico di situazioni che inducono prioritariamente una continua attivazione e/o esteriorizzazione con tendenza alla superficializzazione fino a processi di negazione.

L' ansia da protezione spinge alla fobia,e a comportamenti anoressizzanti .

Troveremo,tra le altre, dermatiti e psoriasi,cefalee,dispepsie,gastrite come manifestazioni correlate.

Il livello tae yin rappresenta l' apertura,permette l' espressività delle vicende interiori;risente dello stress indotto o prodotto da ambienti molto coercitivi che tendono a impedire le genuine verbalizzazioni.

Il pz tenderà a sviluppare patologie da mancata esteriorizzazione come la patologia depressiva con smaccati segni di disturbi relazionali,in specie sul piano della sessualità dove non si realizza il gioco binomio polmone-milza (nuvole – terra) impedendo di fatto l' accoglienza.

Il livello shao yin rappresenta la femminilità come momento essenziale di dar vita alla vita dalle ragioni del cuore.

E' la fragranza esistenziale più florida;quel continuo scommettere sulle più semplici ed alte note dell' esistenza anche di fronte a grossi stress.

Nello specifico il pz tenderà a sviluppare anedoni a, abulì a, depressione con grosse turbe del centro sorgente fino ad un franco disorientamento dove l' acqua non dice più fuoco.

Il livello jue yin è il più taoista e (a Roma) il più importante di tutti.

E' l' accettazione che un ciclo,spesso temporale, debba compiersi; è la pazienza, è il chinarsi di fronte all' arrivo della tempesta.

Soffre il plagio e la sopraffazione, concomitano emotività irrequietezza, irritabilità, ipertensione.

Come sempre in mtc accanto ai sintomi psichici ci sono segni fisici in questo caso legati ai meridiani di risonanza ed alla rispettiva quantità di energia e sangue presente nel livello energetico.

Abbiamo illustrato una ipotesi di sovrapposizione della teoria dei livelli energetici alla sindrome di adattamento in cui in luogo delle modificazioni neuroendocrine si sviluppano le peculiarità dei sei livelli.

Avevamo accantonato i meridiani secondari dopo averli presentati come più specifici dei principali.

Parliamo dei meridiani tendino-muscolari,per gli amici t.m.,per i cinesi jing jin , permeati di wei qi energia yang per eccellenza a cui è stata data volgarmente una natura difensiva.

Ho scritto “ volgarmente” perché sottovalutiamo l' arte della difesa,non le riconosciamo la giusta dignità procedurale; non credo che possa esistere una vita decente senza una buona capacità difensiva, che non deve essere eccessiva (fobie),ma nemmeno all' acqua di rose; insomma il giusto mezzo fatta cioè di una affidabile prima linea meglio stronza che molliccia,una buona intelligence di supporto che sappia lavorare in silenzio e senza dare nell' occhio e dei quadri direttivi che all' occorrenza non facciano sconti a chicchessì a.

I t. m. sono la nostra prima linea, aqisce un po' come alcuni reparti d' avanguardia dell' esercito israeliano.

Quei reparti che sapevano sempre cosa fare e se per caso restavano staccati dalle posizioni dei loro ufficiali erano sempre in grado di prendere un' iniziativa opportuna senza starsene con il moschetto in mano ad aspettare gli ordini di qualche colonnello.

Questi sono i t. m.

Tu ti alzi la mattina, ti lavi, ti vesti ed esci di casa, prendi l' ascensore scendi a fare colazione,vai in ufficio eccetera.

Ecco devi sapere che i tuoi t. m. hanno costantemente vigilato per te in tutto questo tempo governando ogni millimetro della pelle e tutte le catene muscolari specie quelle che riguardano la mimica e tu non ti sei accorto di nulla perché in qualche modo il loro modo istintivo di lavorare ti ha esonerato dal controllo capillare di ogni tuo atto.

Capisci allora che per lo stress quotidiano i tuoi t.m. si sforzano di trattenere oltre la superficie del tuo corpo gli stressors senza che in qualche modo debba essere interessata una intelligence superiore o più critica.

La wei qi è l' energia della classica reazione causa-effetto senza nessuna mediazione abbastanza simile per tutti gli individui.

Ma se l' elemento stressante comincia ad avere una efficacia maggiore o una azione più protratta nel tempo, ecco allora che il meridiano tendino-muscolare dimostrerà la sua inefficacia producendo e procurando tensioni su distretti muscolari specifici.

Il tae yang rappresenta l' azione ,l' andare avanti in maniera inconscia legato al meridiano della vescica; se continuamente sollecitati la nostra schiena ne risulterà colpita specie al livello del 4 e 14 vg punti indicati a frenare l' ipercinesia.

Il meridiano shao yang rappresenta la scelta, le opzioni a disposizione; così le tensioni sulle parti laterali del corpo indicano un conflitto sul meridiano t.m. shao yang di uno stress cronico che inizia a disturbarci.

Lo yang ming è legato alla capacità di arrestarsi, ma se stress continui a carattere deludente non saranno arginati ci procureranno una postura raccolta con patologie degli sfinteri.

Tutto ciò per non avere la consapevolezza dell' accaduto, continuiamo a rispondere agli stressors in maniera inconscia senza renderci conto che iniziamo a fare schifo.

Sembra poco ma non lo è; infatti la parziale compromissione della wei qi induce la ying qi a rimpiazzarla ; quest' ultima è l' energia nutritiva , yin rispetto alla wei qi , risulta modificabile con l' alimentazione, lo stile di vita , le esperienze individuale .

E' quindi intimamente connessa con l' acquisito e laddove la wei qi rivelava la sua natura inconscia la ying qi esprime solo materiale del conscio.

I veicoli della ying qi sono i meridiani distinti, i principali, ed i luo .

I meridiani luo sono strutture di collegamento tra l' interno e l' esterno; in effetti se ipotizziamo che un fattore stressante esterno non è fronteggiabile efficacemente dalla wei qi allora, come su detto, la ying qi cercherà di sostenerla fino a quando il fattore patogeno non entri nell' organismo all' altezza del petto dove si trasforma in calore che tenterà di salire per esteriorizzarsi verso i quattro arti (irrequietezza) in caso contrario il calore guadagnerà i visceri fino a dare irritabilità.

In questi casi i meridiani luo possono essere trattati sui punti luo con sanguinamento ed eliminazione del patogeno con il martelletto a fiore di prugno e/o con la tecnica del gua sha.

L' evidenza di angiectasie superficiali è indice di un fattore esterno che è arrivato fino ai meridiani luo che hanno difficoltà a contenere il sangue in pieno pur tentando di scaricarlo nei meridiani principali.

Il dolore alle estremità ci conferma della progressione del perverso; e per rafforzare l' azione di eliminazione dei principali oltre la sanguinificazione dei punti luo si utilizzano i punti yuan.

Ma una lettura più articolata ci ha permesso di aprire altri rivoluzionari scenari nell' inquadramento dei luo come strategia adattativa.

Avevamo scritto all' inizio di questo lavoro che di fronte allo stress cerchiamo di opporre prima un' azione aspecifica di tipo inconscio, successivamente di tipo emotivo e solo alla fine di tipo intellettuale.

Ora abbiamo parlato dei meridiani t.m., e poi dei luo che essendo elettivamente apparentati col sangue, forniscono all' individuo una energia che è stata integrata dalle esperienze contingenti arrivando a prospettare un modello terapeutico.

Prendendo in considerazione la sequenza meridianica (polmone , intestino crasso, stomaco, milza, cuore , intestino tenue, vescica, rene, ministro del cuore, triplice riscaldatore, vescica biliare e fegato) è stato estrapolato un percorso di crescita individuale .

Sono stati evidenziati tre livelli :

un primo livello, formato da polmone grosso intestino stomaco milza, che rappresenta la sopravvivenza emotiva fondamentale.

Prevalgono in questa sede caratteristiche che permettono lo sviluppo corretto di una relazione inconscia corretta.

IL luo del polmone esprime la capacità dell' individuo di toccare, di avere un contatto o meglio di avere interesse a toccare o ad essere toccato.

In caso di vuoto il pz sbadiglia continuamente non trovando nulla di eccitante e di stimolante all' esterno

condizione a volte finale in uno stato di stress cronico, perdita, lutti, o separazioni.

Il luo del grosso intestino fornisce una prima sommaria elaborazione, del tipo masticare la pappa o respirare l'aria o vedere la luce.

In caso di vuoto il pz ingoia senza masticare, incapace di trarre informazioni né di saper elaborare un dato.

Il luo dello stomaco ci dà una polarità della sensazione a tipo mi piace-non mi piace legata essenzialmente all'emozione.

In caso di pieno si attua quella che è definita come momentanea incapacità di intendere e di volere con sopravvento di una emozione sulla ragione.

In caso di vuoto il pz è incapace di agire su queste emozioni, situazione presente in molte condizioni stressanti.

Il luo della milza introduce questo giudizio nella memoria.

In caso di pieno ci sono troppe informazioni che entrano in memoria togliendo lucidità all'attenzione.

Il secondo livello formato dal luo di cuore intestino tenue vescica e rene rappresenta le abilità sociali, l'intelligenza.

Con il luo del cuore dalle emozioni si passa alla loro verbalizzazione, permette all'individuo di definire quel che sta provando e di illustrarlo.

È uno dei meccanismi maggiormente implicati in molte condizioni cliniche da stress nei nostri ambulatori.

In caso di vuoto il pz non trova le parole perdendo la capacità di capire il mondo facendo funzionare l'intelligenza.

In caso di pieno il pz ha un peso sul petto che esprime saturazione per l'enorme mole di esigenze ed aspettative su cui gravano.

Il luo dell'intestino tenue separa il puro dall'impuro secondo un processo intellettuale che tiene conto dell'ambiente e delle deduzioni socialmente consolidate, introduce il concetto di critica.

In caso di pieno ci sarà testardaggine, severità ed eccessivo rigore nel comportamento.

In caso di vuoto ci sarà insicurezza, amnesie, tentennamenti.

La speranza e la possibilità di cambiare grazie alle critiche sono un dono del cuore; rappresentano la presa di coscienza che l'evento stressante può essere superato modificando se stessi, introducendo di fatto il concetto di responsabilità.

Il luo della vescica e del rene vanno quasi sempre accoppiati e rappresentano la capacità di non accettare una critica in eterno; sono il nostro campanello di allarme.

In caso di pieno sono presenti attacchi di panico e congestioni nasali che per diversi aspetti indicano che il campanello d'allarme è sempre acceso condizione classica dell'incapacità di adattamento allo stress.

In caso di vuoto il campanello non suona più, il pz non avverte più dolore, stanchezza, condizione che può condurre fino all'emaciazione con serie difficoltà di guarigione.

È interessante notare come elevati livelli di glucocorticoidi prolungati nel tempo producono un'atrofia selettiva dei neuroni dell'ippocampo e deficit della memoria a breve e a lungo termine.

Il terzo livello rappresenta la personalità ed il suo consolidamento tramite trasformazioni che hanno come substrato le basi emotive (primo livello), e le funzioni intellettive, – secondo livello –.

Comprende il luo del ministro del cuore, del triplice riscaldatore, della vescica biliare e del fegato.

Il luo del ministro del cuore consente di scegliere diversi meccanismi di interpretazione della realtà in senso, diremo, conformista o confuciano; adeguando le risposte all'aspetto sociale.

È un tentativo poco spettacolare ma molto saggio di proteggere l'espressività del cuore.

Il luo del triplice riscaldatore è la personalità, la tipologia.

Il luo della vescica biliare è la possibilità di vivere se stessi con l'opzione anche del cambiamento più repentino purché sia presente uno scopo.

In caso di vuoto ci saranno idee suicidarie perché questi pz non hanno più un posto dove poter andare nella vita che gli ha dato un sostegno aiutando la crescita.

Il luo del fegato ci dà la possibilità di filtrare e depurarci dall'esterno ma anche di non fissarci sulla nostra personalità e di avere l'opportunità addirittura di essere altro, altro da noi.

Da questa interpretazione risulta evidente come il complesso meccanismo dei meridiani luo ci riporti alla mente il sistema adattativo più volte sollecitato in apertura di lavoro.

Si può scegliere il luo aderente per ogni evento stressante nella prospettiva che il trattamento della ying qi e del sangue induca la necessaria consapevolezza per offrire validi rimedi all'evento stressante.

Il risultato di una buona risposta allo stress può e deve avvenire se l'intero meccanismo sia stato soddisfatto.

La reazione emotiva, inconscia, se inefficace è dovuta all'incapacità di una delle primitive funzioni circoscritte nel primo livello.

Sono gli inghippi più profondi e primitivi, identico scenario dell' analisi freudiana dove la patologia è spiegata dalla presenza di un inconscio ingombrante e conflittuale.

Se la risposta all' evento stressante pecca di una maldestra efficienza delle funzioni intellettive in questo caso è indiziato il secondo livello dei meridiani luo.

Questo piano appare sovrapponibile a quello illustrato dalla psicologia cognitivista e relazionale per le quali le cattive risposte allo stress sono figlie di cattive opzioni logiche scriteriatamente assorbite come valide da un problematiche relazioni sociali o familiari.

Se invece i processi adattativi allo stress risultano sterili, inconcludenti e per questo patologici in virtù di una deficitaria strutturazione della nostra personalità che dovrebbe, in ultima analisi, andare oltre se stessa, è coinvolto il terzo livello.

E' il livello che ci spinge a cercare all' interno della nostra personalità la peculiarità più nostra, quella che elettivamente risuona sulle nostre corde i cui le emozioni dopo aver provocato modificazioni bio-umoral sono battezzate dal cuore come sentimenti e promossi in un contesto che ci dice il valore delle cose, e che cosa sia valido per me.

Questa funzione fortemente razionale nonostante declami i sentimenti schiude alla rappresentazione dell' io archetipo in cui emozione, sentimento e personalità non dicano le stesse cose ma hanno l' identico linguaggio dell' io nella psicoterapia junghiana.

Prima di analizzare le ripercussioni del fallimento adattativo operato dai meridiani t. m. o dai meridiani luo parliamo delle singole costituzioni e della loro specifica vulnerabilità a specifici stressors.

Il soggetto legno, stenico, ben proporzionato entusiasta e creativo; ha la tendenza a strafare e ad essere frequentemente impulsivo, soffre soprattutto situazioni di immobilismo, espressamente coercitive e routinarie.

Il soggetto fuoco è destinato ad essere generoso ed idealista, saggio ma passionale e fiducioso; soffre i naturali momenti apparentemente spenti e grigi dell' esistenza, inoltre i tradimenti, i raggiri ed i tramonti di un ideale sociale o personale insomma il crollo di un sogno anzi " del muro " .

Il soggetto terra è riflessivo, concreto, affidabile, pratico soffre gli improvvisi cambiamenti, gli stati di incertezza l' irrisoluzione di un problema.

Il soggetto metallo è animato da purezza e spirito di giustizia, rigido ed intransigente; soffre le ingiustizie, lo stress che altera i ritmi quotidiani sonno – veglia, quelli dei tempi alimentari, e del rapporto ordine-disordine.

Il soggetto acqua è diplomatico, persuasivo, intuitivo, misurato, calmo e volitivo; soffre la sua stessa natura che finisce per caricarlo di responsabilità estreme con forti cariche di aspettative.

E' questa la quintessenza, la radice di tutte le forme senza avere forma, cioè amorfa,

Di provenienza duplice si riconduce ad un jing ancestrale accumulato nei reni, distribuito tramite la yuan qi, ed un jing acquisito che prendiamo dalla respirazione, dai cibi, più specificatamente dai loro sapori, e dai colori della luce.

Ogni organo conserva un jing innato ed acquisito, dando origine tramite la yuan qi al qi dello stesso organo continuamente nutrito come detto da diverse fonti:

stomaco (mare degli alimenti), cervello (mare dei midolli), chong mai (mare dei meridiani e mare del sangue).

Oggi lo stress rappresenta il più interessante fattore eziopatogenetico alle patologie da deficit di jing generalmente caratterizzate da stanchezza, sovraffaticamento, preoccupazioni croniche, rancorosità, senescenza precoce.

Il vuoto di jing di un organo è sempre legato alla causa della malattia, non alla costituzione.

In caso del vuoto di jing di fegato avremo una sintomatologia che comprende nello specifico cefalea tensiva, astenia, sospiri, risvegli notturni peggiorati dal lavoro, epicondiliti, sindrome del tunnel carpale, tendiniti da sforzo, debolezza muscolare con aumento di cpk al minimo sforzo, onicofagia.

La terapia si rivolge alla scelta di quale dei quattro mari non ha fornito il rispettivo jing all' organo :

mare degli alimenti : 10 VC

mare dei midolli : 47 V

mare dei meridiani: 1 F, 4 F + (11 V, 37 ST, 39 ST)

mare del sangue : 21 R

Nello stress che colpisce e riduce il jing di milza avremo una specifica sintomatologia comprendente fatica fisica, diminuzione della resistenza intellettuale e fisica, persone con molta voglia di fare ma senza tanta forza, cefalea nucale, disappetenza, disturbi digestivi, bruciore e gonfiore epigastrico e addominale, feci molli con le seguenti opzioni di trattamento :

mare degli alimenti : 16 M

mare dei midolli : 49 V

mare dei meridiani : 1 M, 5 M

mare del sangue : 17 R

Nello stress che colpisce svuotando il jing di rene avremo una sintomatologia specifica caratterizzata da fatica sessuale, ridotto desiderio sessuale, vertigini, fatica intellettuale, testa vuota, depressione irritabilità, calore al palmo delle mani ed alla pianta dei piedi, vampate di calore, vaginiti ricorrenti, ipertensione da stress, insonnia proporzionale alla stanchezza con le seguenti opzioni terapeutiche:

mare degli alimenti 14 M

mare dei midolli 52 V

mare dei meridiani 1 R, 7 R

mare del sangue 13 R

Nello stress che provoca il vuoto di jing di polmone avremo una sintomatologia specifica contrassegnata da astenia, insonni, risvegli, abulia, cefalea, bulimia, non amano la propria forma corporea con le seguenti opzioni terapeutiche :

mare degli alimenti : 18 M

mare dei midolli : 42 V

mare dei meridiani: 1 P, 8 P

mare del sangue : 22 R

Esse rappresentano le più recenti esperienze in nostro possesso circa l' inquadramento e il trattamento dello stress.

Sono frutto dell' ingegno del dott. de Berardinis cui questo lavoro è dedicato insieme a tutti gli altri docenti della scuola Carlo di Stanislao in testa insieme al quale trascino un nome con un destino beffardo.

Il dottor de Berardinis ha la barba nera, rossa invece quella del dottor Domenico Autizi da cui tacendo ho appreso e che irrimediabilmente mi ricorda quanto i pazienti migliorino nonostante le nostre cure.

Un caro ricordo a colei che , aldilà dell' appennino , in altri momenti ha sempre scommesso su di me e dalla quale tutta questa storia è partita.

Il ringraziamento al relatore che non ha né barba né baffi ma solo (fino a poco tempo fa) una segretaria di nome barbara ed una incontinente fiducia su di me ;

e a tutti i docenti : che il vostro dio vi conservi a lungo (ma non troppo) da farvi vittime dell' implacabile rivincita della prostata.

- AAVV : “ Encyclopedie des mèdecine traditionnelle chinoise” , Techniques, Paris, 1989
- AAVV: “ lezioni di agopuntura tradizionale” ,policopie, AMSA, Roma, 1999
- AAVV: Dispense del Corso di Agopuntura Tradizionale Cinese, policopie, Ed. Scuola Italo-Cinese di Agopuntura, Roma, 1999.
- Andres Gilles :” principes de la mèdecine selon la tradition” , Dervy-Livres, Paris, 1988
- Anonimo: *Huangdi Neijing Suewen*, trad. Husson, Ed. A.S.M.A.F, 1973.
- Anonimo: *Ling Shu*. Trad Wong M., Ed. Masson, 1987.
- Austoni M., Federspil G.: Principi di Metodologia clinica, Ed. CEDAM, Padova, 1975.
- .Bellavite P., Andrighetto G. e Zatti M.: Omeostasi, Complessità e Caos, Ed. Franco Angeli, Milano, 1995.
- Biondi M.La psicosomatica nella pratica medica PSE Roma 1992
- Boschi G.: Medicina Cinese. La radice e i fiori, Ed. Erga, Genova, 1997.
- Bottalo F. : Manuale di Qi Shu, Ed Xenia, 2001.
- Bottalo F., Brotzu R.: Fondamenti di Medicina Tradizionale Cinese., Ed. Xenia, 1999.
- Brotzu R., et al: La depressione post-gravidica, XI Congresso AMAB, Bologna, Atti, Ed. AMAB (policopie), 1998
- Brulet-Rueff C.: Le Arti Mediche Sacre, Ed. Sperling & Kupfer, Milano, 1994
- Capra F.: Il Tao della Fisica, Ed. Adelphi, Milano, 1975.
- Corradin M. Di Stanislao C (a cura di) : “ lo psichismo in medicina energetica” , AMSA, Roma, 1995
- Corradin M., Di Stanislao C., Parini M. (a cura di): Medicina Cinese per il Massaggio Shiatsu e Tuina, Ed. Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2.000
- Corradin M, Di Stanislao C., Fusaro P.: *I Sette Sentimenti e le Cinque Volontà*.
(policopie),Ed. Centro Shen, Scuola Italo-Cinese di Agopuntura, Gruppo San-Li, 1994.
- De Berardinis D., Di Stanislao C., Montanari R., Corradin C. : “ il punto di agopuntura: la caverna luogo della trasformazione” Rivista It. di agopuntura,n.87, 1996
- De Berardinis D., Di Stanislao C., Corradin M., Brotzu R.: Organi e Visceri in Medicina Cinese, Ed. Sanli/Bimar, Roma, 1992
- Di Stanislao C.: *A proposito dello Yang Oe' secondario*, TMA, 10, 5-10, 1991.
- Di Stanislao C.: *Alcune riflessioni sull' invecchiamento in M.T.C.*, Riv. It. D' Agopuntura, 81, 67-107, 1994.
- Di Stanislao C. ,Legge A.: *Energia e sangue; fisiologia e accenni patologici*. Comunicazione al convegno A.M.A. sul tema : “ La sessualità in Medicina Tradizionale Cinese” , 30/11 e 1/12 -1985.
- Di Stanislao C., Corradin M., Fusaro P.: “ L' estetica ed il simbolismo in Medicina Cinese” , Rivista It. di agopuntura,n.78,1993.
- Di Stanislao C.: analogie e differenze nel concetto di salute e di malattia fra medicina scientifica e medicina tradizionale cinese, XV Incontro di Medicina Estetica, Ortona, 26-28 maggio 2.000, Atti, in corso di pubblicazione su Fogli di Estetica.
- Di Stanislao C: Le depressioni in MTC, Yi Dao Za Zhi, 1999, 11: 6-8.

Granet M, Mauss M.: “ il linguaggio dei sentimenti” , Adelphi, Milano, 1975

Granet M.: *Il pensiero cinese.*, Ed. Adelphi, 1971.

Jaspers K.: *Psicopatologia generale.*, Ed. Il pensiero scientifico, 1982.

Jeffrey Y. : *I meridiani Luo*, policopie A.M.S.A., Maggio 2000.

Jung C.G.: *Opera Omnia, La dinamica dell' inconscio (vol. VIII)*, Ed. Boringhieri, Torino, 1976.

Kespi J.M.: *L'Acupuncture*, Ed. Maissonneuve, Moulin les-Metz, 1982

Kespi J.M.: *Le tre strutture*, trad. it. a cura di J. Brusini, policopie, d. Sopen, Milano, 1976.

Nguyen Van Nghi et al.: *Ling Shu, vol I*, Ed. N.V.N., Marseille, 1992.

Pancheri P. *Stress emozioni malattia Mondatori Milano 1989*

SIA: *Libro Bianco sull'agopuntura e le altre terapie energetiche estremo-orientali*, Ed. SIA/CEA, Milano, 2.000.