

# **Sistema immunitario e malattie infettive: integrazione tra la Medicina Tradizionale Cinese moderna e la visione della antica Medicina Classica Cinese, nell'interpretazione della patologia COVID-19**

**di Rosa Brotzu e Carlo Di Stanislao**

## **Autori**

**Rosa Brotzu**, Presidente Xin Shu APS (rbrotzu@gmail.com)

**Carlo Di Stanislao**, Presidente Onorario Xin Shu APS (carlo.distanislao@gmail.com)

xinshuacademy.com, agopuntura.org

**Abstract:** l'attenzione di tutto il mondo in questo periodo è rivolta alla preoccupante pandemia dovuta al contagio del COVID-19. Lo studio si propone di dare un contributo mettendo a confronto le strategie adottate in Cina dall'Accademia Cinese Moderna (TCM) che hanno dimostrato una grande efficacia e i metodi terapeutici consigliati nell'antica Cina, secondo la Medicina Classica Cinese (MCC). Lo scopo del lavoro è quello di dare diverse possibilità di trattamento per equilibrare il sistema immunitario, aiutare la prevenzione della malattia e affiancare la medicina occidentale nel trattamento della malattia in modo efficace e sinergico.

**Parole chiave:** COVID-19, *qi*, Medicina Cinese, malattie infettive.

**Abstract:** The attention of the whole world in this period is turned to the worrying pandemic due to the contagion of COVID-19. The study aims to make a contribution by comparing the strategies adopted in China by the Modern Chinese Academy (TCM) that have shown great efficacy and the recommended therapeutic methods in ancient China, according to Classical Chinese Medicine (MCC). The aim of the work is to give different treatment possibilities to balance the immune system, to help prevent disease and to support western medicine in the treatment of the disease in an effective and synergistic way.

**Key words:** COVID-19, *qi*, Chinese Medicine, infectious diseases.

## Introduzione

A seguito della recente pubblicazione dell'Accademia Cinese di Agopuntura e moxibustione del documento "Linee guida sull'uso dell'agopuntura e della moxibustione per il trattamento di COVID-19 (seconda edizione)", l'associazione cinese di agopuntura e moxibustione W.F.A.S (World Federation of Acupuncture and Moxibustion Societies) ha proposto la traduzione del testo in diverse lingue, ma non in italiano, e al fine di sostenere l'azione globale contro l'epidemia.

Ci proponiamo quindi di rendere partecipe anche l'Italia a questa preziosa iniziativa, traducendo i preziosi contenuti del testo.

Le indicazioni terapeutiche suggerite dell'Accademia Cinese attuale utilizzano erbe e aghi fanno riferimento alla moderna Medicina Tradizionale Cinese (MTC). Ci proponiamo di ampliare la visione terapeutica della Medicina Cinese analizzando le indicazioni suggerite dai testi antichi per le patologie infettive acute epidemiche, in particolare il Neijing, il Nanjing, i testi di Sun Simiao e lo *Shanghanlun* e la Scuola dell'Accademia Imperiale del periodo Song. Daremo quindi la visione della Medicina Classica Cinese seguendo gli insegnamenti che negli anni abbiamo ricevuto direttamente dal Maestro Jeffrey C. Yuen.

Abbiamo trattato sulle modalità terapeutiche suggerite dall'antica Medicina Cinese, la Medicina Classica Cinese sperando ampliare la possibilità di prevenzione e trattamento dell'infezione dovuta a COVID-19 in sinergia con le altre modalità terapeutiche proposte dalla medicina occidentale e dalla moderna Medicina Tradizionale Cinese.

## La Medicina Classica Cinese e le patologie acute, *Shanghanlun* e Sun Simiao

### Note storiche

Tra i testi classici della medicina cinese lo *Shanghanlung* è sicuramente tra i testi più noti e commentati insieme al *Nanjing*. Nella Cina contemporanea non è un libro studiato nel corso di laurea di Medicina Cinese, ma, insieme ad altri testi classici, fa parte di un corso di specializzazione post-laurea.

L'autore dello *Shanghanlun* è Zhang Zhongjing (150-219 d.C.), vissuto durante la dinastia Han orientale (150-289 d.C.). La traduzione dello *Shanghanlun* è "classico delle malattie da freddo", e viene ritenuto il testo di riferimento per trattare le epidemie, che nel periodo della dinastia Han erano molto diffuse. Interessante è notare che una delle definizioni di epidemia è "Shang Han", mentre il termine "Lun" vuol dire "discorso su" e indica che il testo rappresenta la sistematizzazione scritta di antichi saperi tramandati secondo una tradizione orale.

Zhang Zhongjing conosceva in modo approfondito il *Neijing* e il *Nanjing* (testi che risalgono al 5° secolo a.C.), quindi la tradizione classica della Medicina Cinese, ed era interessato in particolare a comprendere come la malattia progredisce all'interno del corpo in seguito alla penetrazione conseguente ad aggressione da parte di fattori patogeni climatici esterni.

Zhang Zhongjing iniziò gli studi di medicina tardivamente, all'età di circa 20 anni, dopo che nella sua città scoppiò una terribile pestilenza che provocò centinaia di morti, tra i quali i suoi genitori. Questo triste evento gli diede la spinta, la motivazione, per intraprendere gli studi di medicina al fine di cercare le cure per trattare le epidemie.

La tradizione dello *Shanghanlung* continua nei secoli successivi alla sua stesura e subisce numerosi rimaneggiamenti e integrazioni, attualmente si riconoscono almeno 41 stili diversi, con circa mille edizioni a cui si aggiungono 500 versioni giapponesi. Nel periodo della dinastia Song lo *Shanghanlun* viene riorganizzato dall'Accademia Imperiale di medicina e la versione definitiva che risale al 1.156 d.C. fu redatta da Cheng Wuji, appartenente alla scuola dell'armonizzazione, ed è attualmente conservata in Giappone.

Durante l'ultima dinastia cinese, la dinastia Qing (1.644 – 1.912), la tradizione dello *Shanghanlun* rifiorisce ed influenza la moderna Medicina Tradizionale Cinese.

Il testo è stato oggetto di grande attenzione e studio soprattutto durante il periodo della dinastia Han (206 a.C. – 220 d.C.) e della dinastia Tang (618 – 907 d.C.). L'autore più rilevante vissuto durante il periodo della dinastia Han è stato Sun Simiao (581 – 682 d.C.). Sun Simiao è considerato il riferimento fondante della Medicina Classica Cinese e, per sua ammissione, nella propria lunga carriera di medico clinico, non si è mai considerato come un autore originale, ma come un esperto di testi di Medicina Classica a cui fa sempre costante riferimento. Era un medico imperiale, ragione per cui aveva libero accesso alle biblioteche con la possibilità di leggere e studiare i testi antichi.

Sun Simiao fu un medico molto attivo in ambito clinico, ritenuto tra i medici più umani e votato ad aiutare il prossimo senza mai risparmiarsi con estrema generosità e dedizione. Viene attribuita a lui la formalizzazione dei principi etici medici della medicina cinese, che vedono il malato al primo posto per attenzione e cure da parte del medico. Sun Simiao è stato un medico di tradizione taoista appartenente alla scuola Shang Qing (purezza di giada o suprema purezza) di cui fa parte anche il Maestro Jeffrey C. Yuen. È stato un grande esperto di fitoterapia e agopuntura, moxibustione, *tuina* (massaggio), studio dei polsi, oltre che di tecniche meditative e pratiche fisiche per il nutrimento del principio vitale *yangshen* (*daoyin* ora chiamato *qigong* e pratiche sessuali).

Sun Simiao è stato definito "*yao wang*" "il re della medicina", per alcuni è addirittura considerato alla stregua di un santo. Scrisse il suo primo libro all'età di 71 anni (652 d.C.) dopo un lungo periodo di devozione e pratica alla medicina e alla cura dei pazienti, il titolo del testo è: "Beiji Qianjin Yaofang", tradotto come: "formule essenziali che valgono mille pezzi d'oro per le

emergenze". Il secondo libro lo scrisse all'età di 90 anni (671 d.C.), il titolo del testo è: "*Beiji Qianjin Yifang*", tradotto come: "ricette supplementari che valgono mille pezzi d'oro per le emergenze".

Tra i vari argomenti trattati in modo approfondito ed esaustivo in questo difficile periodo di epidemia dovuta al COVID-19 risalta "il trattamento delle condizioni difficili" che riguarda le cure di patologie epidemiche come la malaria e la peste.

## **Le patologie infettive acute epidemiche. La visione secondo i testi antichi: *Shanghanlun* e Sun Simiao**

### **1. Etiologia**

Nello *Shanghanlun* è interessante e particolare l'idea che una determinata patologia possa trasformarsi in una patologia diversa, con svariati segni clinici in corso di trasmissione.

Secondo lo *Shanghanlun* tutte le patologie sono legate alla azione dell'energia patogena "freddo" che può essere associata al "vento".

Il freddo è considerata un'energia di natura *yin* che rallenta, irrigidisce, contrae il fisiologico flusso energetico vitale. In senso metaforico, considerando che il normale fluire della vita sia legato alla trasformazione e al cambiamento, il freddo può essere considerato come contrapposto alla vitalità e benessere dell'individuo. Questa visione e interpretazione era molto considerata nel periodo della dinastia Han, periodo in cui è vissuto Sun Simiao, e a questa faremo riferimento per l'esposizione delle strategie terapeutiche per trattare le malattie epidemiche descritte dallo *Shanghanlun*. Ritroviamo l'idea dell'importanza del cambiamento per la vitalità ed il benessere sia nella tradizione taoista che in quella confuciana, che spesso fanno riferimento a tutte le possibilità di cambiamento descritte nel canone dei mutamenti "Yijing", caposaldo dell'antica cultura cinese.

Il freddo è visto quindi come primo momento etiologico della patologia. Se nell'organismo esiste la presenza di freddo endogeno, il freddo patogeno esterno (*xie-han*) penetrerà più facilmente, attaccherà l'organismo causando la malattia, determinando ciò che in termini di medicina cinese viene definita "stasi". La stasi è quindi conseguente ad un rallentamento della circolazione del *qi* lungo i meridiani ed è secondaria alla formazione di freddo endogeno che origina, secondo l'interpretazione dei classici, dall'incapacità di fronteggiare dei cambiamenti nella vita. Il blocco al cambiamento è quindi conseguente a disagi emotivi determinati da contrarietà, conflitti, collegati all'ambiente in cui vive. Ciò può essere riassunto dalla massima: "l'acqua che scorre non imputridisce".

La risposta del corpo alla presenza di freddo che ha prodotto stasi può essere di due tipi:

- 1) *yang* - calore manifestazione reattiva
- 2) *yin* -freddo manifestazione con scarsa reattività

La considerazione che una patologia sia determinata dal freddo e nel tempo possa produrre calore nel corpo è fondamentale per capire la progressione della malattia, e corrisponde a quello che noi possiamo definire come "il periodo di incubazione". Il calore, è una trasformazione del freddo che ristagna, lo *yin* bloccato genera *yang*. Questo concetto lo troviamo descritto nel *Suwen* al capitolo 31 intitolato "Ren Lun" "trattato sul calore".

Nello *Shanghanlun* si afferma che quando si è esposti al vento e al freddo i pori della pelle si contraggono determinando stasi di *weiqi* che, essendo un *qi yang*, si manifesta come calore. Nella progressione, considerando che nella cute vi sono anche i liquidi, il freddo determinerà anche calore-umidità quando i liquidi, oltre al *qi*, ristagnano.

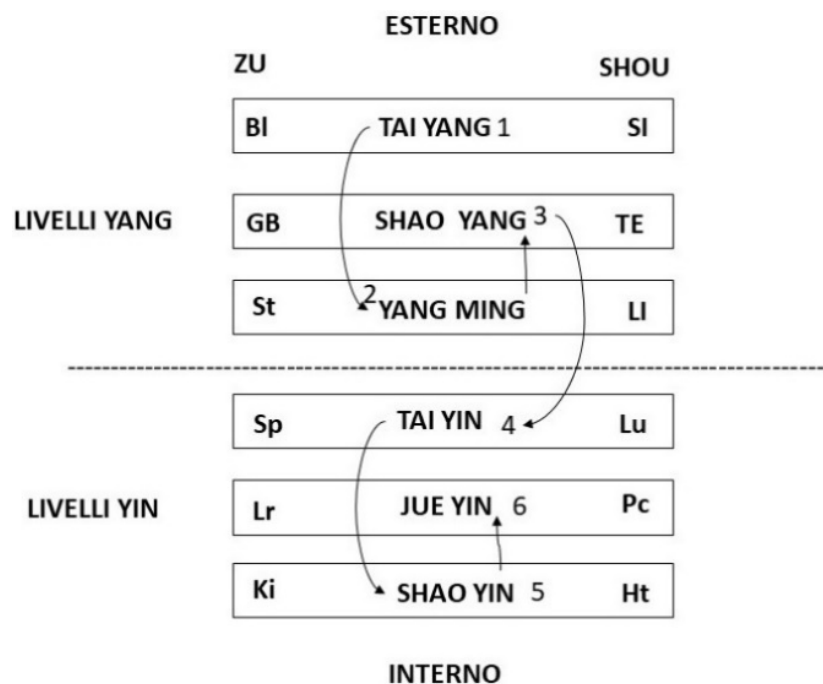
Il vento può essere considerato come una metafora del cambiamento, il freddo come una metafora della costrizione. Le ragioni profonde della patologia, da questo punto di vista, sono dovute all'inabilità a cambiare per rimanere ancorati alle proprie consuetudini di vita.

## 2. Progressione della patologia

La progressione della patologia viene indicata in modo preciso e si riferisce ad una stadiazione che considera la penetrazione del patogeno freddo dall'esterno verso l'interno del corpo attraverso i meridiani verso gli organi e visceri *zang-fu*. L'organismo metterà in atto delle strategie per salvaguardare gli organi interni e mantenere il patogeno all'esterno. Questa capacità sarà determinata dalle energie del corpo, in particolare dalle energie di difesa *weiqi*, ma anche *yingqi* e *yuanqi* che possono sostenere *weiqi* in caso di deficit di questo.

Lo *Shanghanlun*, riprendendo gli insegnamenti dettati dal *Suwen*, descrive in modo puntuale i meridiani, che riunisce in coppia in base al livello energetico di appartenenza, in base alla loro stratificazione esterno-interno per comprendere come il freddo penetra nell'organismo e considerando i diversi livelli energetici come degli strati di protezione dell'organismo. Troviamo la descrizione nel capitolo 31 del *Suwen* che tratta della penetrazione del patogeno in relazione temporale prevedendo, in senso metaforico, 6 giorni che descrivono il percorso del patogeno dall'esterno all'interno dell'organismo.

La progressione descritta prevede, andando dall'esterno verso l'interno la seguente stratificazione:



1) Il freddo penetra nel livello *taiyang* (*zu taiyang*-Bl, *shou taiyang* -Si)

Sintomatologia: rigidità e dolore della testa, tensione nella parte posteriore del collo e della regione lombare, rigidità e dolore lungo la colonna vertebrale, avversione per il freddo. Polso galleggiante e teso.

2) Il freddo bloccato si trasforma in calore livello *yangming* (*zu yangming*-St, *shou yangming*-Li)

Sintomatologia: febbre, aversione al caldo, sudorazione profusa, dolore agli occhi, secchezza del naso, *weiqi* si dirige dalla parte posteriore verso gli orifizi. Dal punto GV14 va verso il punto 20GB, punto vento, che si collega al punto 1Bl che anticamente si chiamava *mingmen* (attualmente il nome è *jingming*). Dal punto 1Bl la progressione è al punto 20LI con secchezza della mucosa nasale e difficoltà di respirazione con il naso. Si manifesta sinusite, rinite, anche reazioni allergiche. Il blocco di *weiqi* alla testa genera innalzamento della temperatura con febbre non elevata e senso di calore alla testa. Polso rapido, straripante.

3) Coinvolgimento del livello *shaoyang* (*zu shaoyang*-GB, *shou shaoyang*-TE)

Sintomatologia: acufeni, alternanza caldo-freddo, dolore al torace e ai fianchi, *weiqi* si dirige dal naso verso le orecchie determinando dolore, senso di pressione e acufeni. Da qui *weiqi* va verso il torace (percorso del meridiano *zu shaoyang*) provocando dolori intercostali. Questa progressione indica che la patologia si sta approfondendo sempre più andando dalla testa (zona *yang*) verso il torace (zona *yin*). La zona di raccolta di *weiqi* a livello del torace è chiamata *zongqi*. Il torace rappresenta il luogo di mediazione tra lo *yang* e lo *yin*, la sintomatologia sarà dolore al petto e infezioni alle vie respiratorie inferiori. Polso a corda.

4) Interessamento del livello *taiyin* (*zu taiyin*-Sp, *shou taiyin*-Lu)

Sintomatologia: secchezza della gola, sensazione di pienezza a livello epigastrico, inappetenza, astenia. Polso debole.

*Weiqi* si dirige verso la zona intestinale. *Taiyin* è il primo livello *yin* della progressione, indica il passaggio dai livelli *yang* a quelli *yin*, è la zona in cui viene prodotto il *qi* di difesa, *weiqi*, il territorio dello Stomaco, dove sono prodotti i liquidi che sono poi diffusi dal Polmone. La tensione epigastrica descritta è legata alla esaltazione della funzione di distribuzione dei liquidi nelle altre parti del corpo che iper-stimola l'epigastrio. Se i liquidi scarseggiano si produrrà secchezza che può colpire gli orifizi dell'alto, soprattutto la mucosa della bocca. In questi casi in termini di agopuntura si può ricorrere al trattamento dei punti detti "finestra del Cielo" che regolano i passaggi di *qi* dalla testa al torace e viceversa e trattano gli orifizi. I punti finestra del Cielo sono: 10Bl, 17Sl, 9St, 16Sl, 16TE, 18LI, 16GV, 22CV, 3Lu, 1Pc.

Oltre ai sintomi respiratori possono manifestarsi gastrite e tiroidite.

5) Interessamento del livello *shaoyin* (*zu shaoyin*-Ki, *shou shaoyin*-Ht)

Sintomatologia: secchezza della bocca, della lingua, delle labbra con sete. Il corpo soffre la secchezza per esaurimento dei liquidi, sonnolenza. Polso soffice e debole (Ki) o rapido (Ht).

*Weiqi*, prodotta dai *fluidijin-ye* dello Stomaco, si sta esaurendo. Estrema secchezza delle mucose (es. sindrome di Sjogren)

6) Interessamento del livello *jueyin* (*zu jueyin*-Lr, *shou jueyin*-Pc)

Sintomatologia: agitazione, retrazione dello scroto, menopausa precoce. *Yingqi* non sostiene più lo *yang* e *weiqi*. I fluidi-*jìn-ye* sono densi e deteriorati, il Sangue è danneggiato per cui compaiono sintomi di alterazione dello *shen* come agitazione e disturbi psichici. L'interessamento dei liquidi *ye* (degli ormoni) determina la retrazione dello scroto e della menopausa precoce. Polso debole e sottile.

Zhang Zhongjin nello *Shanghanlun* sottolinea che i segni e i sintomi, come la secchezza, già descritti nel *Suwen* e nel *Nanjing* sembrerebbero essere sintomi da eccesso, ma in realtà

manifestano conseguentemente a deficit di liquidi *jing-ye*, di Sangue e di *weiqi*. Zhang Zhongjin sottolinea che non vanno trattati i sintomi per lo stadio in cui si manifestano, ma per lo stadio da cui hanno avuto origine, da cui provengono. Trattare il paziente senza tener conto del giusto livello coinvolto può determinare un'evoluzione della malattia verso un approfondimento e aggravamento della stessa per il passaggio allo stadio successivo. Nello *Shanghanlun* si raccomanda di cercare l'origine della malattia perché solo in questo modo, con il giusto trattamento, si riesce a "superficializzare" il patogeno dirigendolo verso la via di eliminazione.

### 3. Indicazioni terapeutiche

Lo *Shanghanlun*, tenendo in considerazione le indicazioni riportate nei capitoli 3 e 14 del *Suwen*, considera la fitoterapia e la dietetica il più valido metodo per trattare le patologie da freddo. Successivamente Sun Simiao integra al trattamento con "i 5 sapori" (dietetica e fitoterapia) l'agopuntura descrivendo dei protocolli tuttora validi.

Sun Simiao considera due modalità di trattamento in base al fatto che siano coinvolti i livelli *yang* o i livelli *yin*.

- A.** Per trattare le patologie che coinvolgono i livelli energetici *yang* è consigliato disperdere i punti *jing*-pozzo e i punti *shu*-ruscello dei meridiani *yang* coinvolti. I punti *shu*-ruscello rappresentano l'intermediazione tra l'esterno (punti *jing*-pozzo) e l'interno (punti *he*-mare).

Punti *jing*-pozzo dei meridiani *yang*:

<i>zu taiyang</i> 67Bl	<i>shou taiyang</i> 1Sl
<i>zu yangming</i> 45St	<i>shou yangming</i> 1LI
<i>zu shaoyang</i> 44GB	<i>shou shaoyang</i> 1TE

Punti *shu*-ruscello dei meridiani *yang*:

<i>zu taiyang</i> 65Bl	<i>shou taiyang</i> 3Sl
<i>zu yangming</i> 43St	<i>shou yangming</i> 3LI
<i>zu shaoyang</i> 41GB	<i>shou shaoyang</i> 3TE

Se il patogeno ha raggiunto il livello *yangming* e i visceri bisogna disperdere i punti *jing*-fiume e i punti *he*-mare.

Punti *jing*-fiume dei meridiani *yang*

<i>zu taiyang</i> 60Bl	<i>shou taiyang</i> 5Sl
<i>zu yangming</i> 41St	<i>shou yangming</i> 5LI
<i>zu shaoyang</i> 38GB	<i>shou shaoyang</i> 6TE

Punti *he*-mare dei meridiani *yang*

<i>zu taiyang</i> 40Bl	<i>shou taiyang</i> 8Sl
<i>zu yangming</i> 36St	<i>shou yangming</i> 11LI
<i>zu shaoyang</i> 34GB	<i>shou shaoyang</i> 10TE

È inoltre consigliato utilizzare i punti che permettono di dirigere la patologia verso il livello precedente a quello di origine della penetrazione da parte del patogeno:

per ritornare al livello *taiyang*: 57Bl

per ritornare al livello *shaoyang* 5TE o 6 TE

per ritornare al livello *yangming*: 8LI o 9LI

Va tenuto presente che il livello *taiyang* è il primo livello ad essere coinvolto in quanto è quello che si trova più a contatto con l'ambiente esterno. Abbiamo affermato che quando il patogeno si trova a questo livello bisogna trattare il punto *jing*-pozzo (67Bl e 1Sl) a cui si possono aggiungere, per rafforzare questa azione, i punti per trattare il "vento" suggeriti dal *Suwen* al capitolo 60 e anche dallo *Shanghanlun*. I punti consigliati sono: 41Bl e 45Bl, tra i punti vento il 20GB e 12Bl.

Per proteggere e rafforzare il livello successivo, più interno, rispetto a quello coinvolto direttamente lo *Shanghanlun* suggerisce di trattare i punti *yuan* del livello successivo a quello interessato dal patogeno.

Punti *yuan* dei meridiani *yang*:

*zu taiyang* 64Bl  
*shou taiyang* 4Sl  
*zu shaoyang* 40GB  
*shou shaoyang* 4TE  
*zu yangming* 42St  
*shou yangming* 4Ll

**B.** Per trattare le patologie che coinvolgono i livelli energetici *yin* è consigliato tonificare i punti *yuan* e i punti *he*-mare dei meridiani *yin* coinvolti.

Punti *yuan* dei meridiani *yin*:

*zu taiyin* 3Sp  
*shou taiyin* 9Lu  
*zu shaoyin* 3Ki  
*shou shaoyin* 7Ht  
*zu jueyin* 3Lr  
*shou jueyin* 7Pc

Punti *he*-mare dei meridiani *yin*:

*zu taiyin* 9Sp  
*shou taiyin* 5Lu  
*zu shaoyin* 10Ki  
*shou shaoyin* 3Ht  
*zu jueyin* 8Lr  
*shou jueyin* 3Pc

Quando sono coinvolti i livelli *yin* è inoltre consigliato di trattare in dispersione i punti *mu* corrispondenti allo stadio della manifestazione per disperdere la stasi, a cui si possono aggiungere i punti *shu* del dorso trattati in tonificazione e moxa per proteggere gli organi-*zang*.

Punti *mu* degli organi-*zang* dei meridiani *yin*:

*zu taiyin* 13Lr  
*shou taiyin* 1Lu  
*zu shaoyin* 25GB  
*shou shaoyin* 14CV  
*zu jueyin* 14Lr  
*shou jueyin* 17CV



Punti *shu* del dorso degli organi-*zang* dei meridiani *yin*:

*zu taiyin* 20Bl  
*shou taiyin* 13Bl  
*zu shaoyin* 23Bl  
*shou shaoyin* 15Bl  
*zu jueyin* 18Bl  
*shou jueyin* 14Bl

Se la sintomatologia non è grave si parla di una condizione dovuta al vento-*feng* e si trattano solo i meridiani *zu*, cioè i meridiani delle gambe.

Se invece la sintomatologia è grave si tratta di penetrazione di freddo-*han* ed è consigliato di trattare contemporaneamente sia i meridiani *zu* delle gambe che i meridiani *shou* delle braccia.

Quando il patogeno si dirige dai livelli *yang*, esterni, verso i livelli *yin*, interni, si possono utilizzare i punti *luo* per tonificare e muovere il Sangue al fine di respingere la malattia.

Punti *luo*:

meridiani *yang*  
*zu taiyang* 58Bl  
*shou taiyang* 7Si  
*zu shaoyang* 37GB  
*shou shaoyang* 5TE  
*zu yangming* 40St  
*shou yangming* 6LI

Meridiani *yin*:

*zu taiyin* 4Sp  
*shou taiyin* 7Lu  
*zu shaoyin* 4Ki  
*shou shaoyin* 5Ht  
*zu jueyin* 5Lr  
*shou jueyin* 6Pc

lo *Shanghanlun* suggerisce di valutare un sintomo fondamentale per definire la gravità della situazione patologica che si va a trattare. Il sintomo è il desiderio o l'avversione al calore da parte del paziente. Se sono coinvolti i livelli *yang* il paziente desidera il calore e le bevande calde; quando invece c'è avversione per il calore questo indica che il patogeno ha raggiunto i livelli *yin* e la patologia ha una maggiore gravità perché i fluidi-*jin-ye* e *weiqi* si stanno esaurendo.

Interessante è anche la considerazione del numero di punti che si utilizzano. Se il numero di punti utilizzato è dispari è considerato più mobilizzante e tratta lo *yang*, mentre per trattare lo *yin* si rafforza l'azione terapeutica trattando un numero di punti pari che hanno una funzione più nutritiva e armonizzante.

#### 4. Le piante, gli oli essenziali, l'alimentazione che sostengono il *qi*

Quando il patogeno si trova nei livelli *yang* è consigliato sostenere *yingqi* con l'utilizzo dei datteri *dazao*, anche in decotto o semplicemente mangiati. Per sostenere invece *weiqi* si raccomanda l'assunzione di zenzero fresco *jiang*.

Gli oli essenziali che hanno la capacità di eliminare il freddo sono: O.E. di *Gaultheria procumbens* (wintergreen americano), betulla, foglia di cannella, pino, rosmarino.

Gli oli essenziali che aiutano l'eliminazione del calore e bilanciano *weiqi* sono O.E. di menta piperita, menta romana, eucalipto, lavanda.

Per supportare *yingqi* è utile utilizzare l'olio essenziale di ylang ylang e di lavanda, origano, alloro, anice stellato, cardamomo e basilico.

Per supportare la comunicazione e il bilanciamento tra *yingqi* e *weiqi* si può introdurre la liquerizia *gancao*, il punto che svolge questa funzione è *Waiguan* 5TE.

Per trattare il livello *taiyang* ed espellere il patogeno o anche per la prevenzione, sono consigliati l'utilizzo del rosmarino, della cannella, del timo anche sotto forma di oli essenziali da diffondere nell'ambiente o da porre in corrispondenza dei punti di agopuntura che si intendono attivare.

Se invece il patogeno interessa i livelli *yin* bisogna sostenere *yuanqi* e *jing* scegliendo frutta e verdura di stagione, germogli freschi, uova fecondate e semi oleosi.

Gli oli essenziali che sostengono *yuanqi* sono: legno di sandalo, mirra, incenso e rosa.

#### 5. Considerazioni finali sui trattamenti indicati dallo *Shanghanlun*

Il livello di intervento auspicabile con i trattamenti dettati dallo *Sahnghanlun* risiede nella possibilità di dare un inquadramento clinico esatto valutando il livello energetico coinvolto nella malattia in base ai sintomi descritti precedentemente.

A scopo preventivo si può considerare di trattare il primo livello *yang*, il *taiyang* per favorire la protezione del corpo agli agenti patogeni esterni e bilanciare *weiqi*, cioè il *qi* difensivo. Ciò è possibile sia con il trattamento dei punti che con l'utilizzo di oli essenziali.

Per effettuare un trattamento efficace lo *Shanghanlun* bisogna ricordare di trattare non solo il livello energetico interessato, ma anche di proteggere il livello successivo della progressione e rimandare il patogeno verso il livello precedente, più superficiale a quello interessato.

Esempio di trattamento di un livello *yang*: livello *shaoyang*:

- disperdere i punti *jing*-pozzo e *shu*-ruscello del livello interessato: 44GB + 41GB, se patologia grave aggiungere i punti del meridiano *shaoyang* della mano: 1TE + 3TE.
- se il patogeno ha raggiunto il livello *yangming*-visceri: punti *jing*-fiume e *he*-mare: 38GB, 34GB, se patologia grave aggiungere i punti del meridiano *shaoyang* della mano: 6TE, 10TE.
- trattare il punto per far tornare il patogeno allo stadio precedente: 57Bl
- evitare l'approfondimento tonificando i punti *yuan* del livello successivo *taiyin*: 9Lu, 3Sp.

Esempio di trattamento di un livello *yin*: *taiyin*:

- tonificare i punti *yuan* e *he*-mare del livello interessato: 9Lu, 3Sp + 5Lu, 9Sp.
- trattare la stasi con i punti *mu* in dispersione: 1Lu, 13Lr.
- tonificare il punto *shu* del dorso dell'organo-*zang* corrispondente al meridiano interessato: 12Bl, 20Bl.

## 6. Le indicazioni della Scuola dell'Accademia Imperiale della dinastia Song per le patologie infettive di origine esterna.

Nel periodo della dinastia Song (969-1.279 d.C.) nasce l'Accademia Imperiale di Medicina con lo scopo di verificare e omologare delle modalità terapeutiche basate sulle funzioni intrinseche dei punti di agopuntura attraverso lo studio dei principi funzionali dei singoli meridiani. Inoltre l'Accademia Imperiale del periodo Song mette formalizza delle "regole terapeutiche" per trattare tutte le patologie comprese quelle dovute ai patogeni esterni.

Per le malattie respiratorie acute, come nell'infezione da COVID-19, dovute alla penetrazione nel corpo fattori climatici esterni la strategia di trattamento consiste nel bilanciare le funzioni del Polmone che è l'organo-*zang* più a contatto con l'esterno e quindi quello più facilmente aggredibile.

- 1) La prima regola è **jie-rilasciare** che viene utilizzata per rilasciare i fattori patogeni all'esterno, intendendo in particolare rilasciare il vento patogeno dal Polmone e dal livello *taiyang*. In questo caso il polso è galleggiante

I punti sul livello *taiyang* ritenuti efficaci per questo scopo sono: 12Bl (punto vento), 45Bl, 58Bl e 14SI, mentre sul meridiano del Polmone è consigliato il trattamento dei punti: 1Lu, 7Lu, 8Lu. A questi punti si possono associare i punti di comando degli organi.

- 2) La seconda regola è **xuan-diffondere** il *qi* del Polmone per rilasciare l'esterno. In questo caso il polso è teso.

I punti da considerare per la diffusione del Polmone sono: 1LU, 7LU, 8Lu.

La funzione di diffusione del Polmone può essere ostacolata da un blocco del diaframma o dello Stomaco. In questo caso ai punti descritti precedentemente vanno associati i punti che trattano il diaframma e lo Stomaco: 13CV (Stomaco), 17CV e/o 17Bl (diaframma).

- 3) Terza regola **han-sudorazione**

I punti efficaci per promuovere e regolare la sudorazione sono: 4LI, 6LI, 6HT, 7Ki, 21St.

- 4) Altre regole di aiuto in caso di **polmonite con catarro**, sono quelle proposte per trattare il flegma. Ci sono 3 modalità per ottenere questo:
  - o **espellere-zhu**, funzione del Polmone attivata dal punto 9LU;
  - o **trasformare-hua**, funzione della Milza attivata dal punto 5Sp;
  - o **dissipare-san**, funzione del Rene attivata dal punto 7Ki;
  - o altri punti utili per trattare il flegma: 5Sp, 16Sp, 13LI.

- 5) La regola **stabilizzare-ding** si utilizza in caso di dispnea e difficoltà respiratorie per far scendere i fluidi al Rene, i punti utili sono: 4Lu, 5Lu, da associare ai punti 15-17-21-22CV.

- 6) La regola **discendere-ping e jiang** si utilizza in caso di tosse e asma: 5Lu, 8Lu.

- 7) La regola per **rinforzare l'esteriore-gubiao**.

I punti sono utili anche per prevenire i contagi e bilanciare *weiqi*: 14GV e 11Bl da trattare con la moxa.

Il punto per riequilibrare il rapporto tra *yingqi* e *weiqi*: 5TE da trattare con la moxa.

- 8) La regola **rilasciare, liberare-kuan** tratta il blocco del *qi* che opprime il torace, aiutando l'apertura del torace. In questo caso il polso è teso.

I punti consigliati sono: 4Lu, per aprire il torace, 6Lu per far espandere il Polmone.

Questi punti possono essere associati ai punti 6Pc, 7Pc, 2Pc.

Durante il periodo Song si afferma che in tutte le patologie è indispensabile trattare il diaframma con il punto 17Bl perché permette, sbloccando il diaframma di bilanciare *qi*, *shen* e Sangue.

## **Le patologie infettive acute epidemiche, COVID-19 indicazioni dell'Accademia Cinese Attuale (Medicina Tradizionale Cinese)**

COVID-19 è una malattia respiratoria acuta altamente contagiosa, altamente infettiva, che rappresenta una grave minaccia per la vita e la salute umana. È stata inclusa tra le malattie infettive di classe B prescritte nella "Legge della Repubblica popolare cinese sulla prevenzione e il trattamento delle malattie infettive" e deve essere gestita conformemente alle malattie infettive di classe A.

Secondo la medicina tradizionale cinese COVID-19 rientra nella categoria delle malattie "epidemiche". Per migliaia di anni, la medicina tradizionale cinese ha accumulato una ricca esperienza nella pratica medica a lungo termine nella lotta alle epidemie. Come parte importante della medicina tradizionale cinese, l'agopuntura e la moxibustione hanno una serie di caratteristiche distintive e vantaggi rispetto ad altre terapie, e ha dato importanti contributi nella lotta contro le epidemie in Cina.

Esistono vari scritti di agopuntura e moxibustione per la prevenzione e il trattamento delle epidemie negli scritti classici della medicina tradizionale cinese. Ad esempio, Sun Simiao, un medico della dinastia Tang, sottolinea nel suo libro "Beiji *qianjin* Yao Fang" (preziose ricette in caso di emergenza): "Coloro che viaggiano in aree ad alto rischio di malattie infettive hanno bisogno della moxibustione e della moxibustione purulenta, non saranno infettati dalla malaria o dalla malaria calda".

Nel "Compendio di Materia Medica", Li Shizhen, un medico della dinastia Ming, spiegò: "Artemisia ... La moxibustione può rilasciare la permeabilità del meridiano, curare centinaia di malattie e trattare le persone con malattie a lungo termine ". Questi due lavori mostrano che l'agopuntura può prevenire e curare le malattie infettive. I moderni studi clinici e sperimentali mostrano che la moxibustione dell'agopuntura possono anche regolare il sistema immunitario e agire contro l'infiammazione e l'infezione.

Secondo l'Accademia cinese contemporanea l'agopuntura-moxibustione svolge un ruolo attivo nella prevenzione e nel trattamento delle malattie infettive. Rispetto a COVID-19, l'agopuntura e la terapia della moxibustione hanno contribuito attivamente alla prevenzione e al controllo della malattia con buoni risultati. Con una maggiore comprensione di COVID-19 ed esperienza clinica nell'agopuntura e nella terapia della moxibustione e in conformità con il piano diagnostico e terapeutico per COVID-19 (sesta versione di prova) e indicazioni sulla riabilitazione con la medicina tradizionale cinese durante Convocazione COVID-19 (versione di prova) emessa dall'Ufficio Generale della National Health Commission e dall'Ufficio Generale dell'Amministrazione Nazionale della Medicina Tradizionale Cinese, sono state sviluppate le "Linee guida sull'uso di agopuntura e moxibustione per COVID -19 (seconda edizione)", come riferimento per il personale medico nell'attuazione dell'agopuntura e nell'orientamento dei pazienti a casa.

Riportiamo per intero le indicazioni riportate dall'Accademia cinese attuale.

## I. Principi di applicazione dell'agopuntura

- (1) Durante la stagione epidemica, l'applicazione dell'agopuntura dovrebbe essere subordinata alla situazione generale e dovrebbe essere effettuata metodicamente sotto la direzione delle istituzioni mediche a tutti i livelli. Durante il trattamento di agopuntura, deve essere implementato rigorosamente in conformità con i requisiti di quarantena e disinfezione. Nel caso del trattamento di agopuntura per i casi confermati e in via di guarigione, diversi pazienti possono essere trattati nella stessa stanza. Quando si tratta di casi sospetti di contagio, i pazienti devono essere trattati in stanze separate. La moxibustione può essere utilizzata in sicurezza durante l'applicazione dell'ossigenoterapia a supporto respiratorio.
- (2) La diagnosi clinica, le fasi, la classificazione e la differenziazione della sindrome utilizzando la medicina tradizionale cinese per COVID-19 dovrebbero seguire il piano di diagnosi e trattamento COV1D19 emesso dall'Ufficio Generale della National Health Commission e dall'Ufficio Generale dell'amministrazione nazionale della medicina tradizionale cinese. Allo stesso modo, le caratteristiche dell'agopuntura devono essere considerate in modo che l'applicazione sia più appropriata. COVID-19 è una delle "cinque epidemie" ed è facilmente contagiosa, anche se "tutti sono facilmente infetti, indipendentemente dall'età, e i sintomi sono simili". L'epidemia penetra nel corpo umano attraverso la bocca e il naso e nella maggior dei casi invade prima il Polmone, quindi la Milza, lo Stomaco e l'Intestino Crasso e le lesioni sono relativamente lievi; una piccola parte di essi passa nel pericardio, nel Fegato e nei Reni e la malattia diventa grave. La malattia cambia rapidamente e ha una chiara patogenesi centrale e un'evoluzione della sindrome. L'agopuntura stimolerà i punti di agopuntura alle estremità attraverso i meridiani e i rami collaterali esterni gli organi-visceri interni e attaccherà direttamente il luogo in cui si trova il virus, stimolando e rafforzando gli organi-visceri e il *qi*, isolando ed eliminando l'epidemia. L'agopuntura viene anche applicata per stimolare il *qi* migliorando al contempo la protezione degli organi-visceri e riducendo il danno d'organo causato dall'epidemia.
- (3) L'applicazione dell'agopuntura è divisa in tre fasi a seconda dell'evoluzione della patogenesi: osservazione medica, trattamento clinico e convalescenza. Differenziando i sintomi presentati dagli organi e dai meridiani, il trattamento sarà applicato principalmente ai punti di agopuntura che coincidono con altri punti di agopuntura in base ai sintomi clinici stessi, seguendo il principio di "stimolare meno punti ma in modo più preciso". L'applicazione dell'agopuntura o della moxibustione dipenderà dalle condizioni specifiche di ciascun caso, seguendo i principi di convenienza, semplicità, sicurezza ed efficienza. Creeremo le condizioni appropriate e verrà fatto ogni sforzo per applicare l'agopuntura durante tutte le fasi cliniche. L'agopuntura può essere utilizzata in combinazione con la fitoterapia nella fase di trattamento clinico per sviluppare il ruolo della sinergia con l'agopuntura. Il trattamento dei pazienti in fase di recupero dovrebbe concentrarsi sull'agopuntura, pertanto si raccomanda di aprire nuove cliniche di riabilitazione di agopuntura per il trattamento di COVID-19.
- (4) La selezione dei punti di agopuntura e il modo di applicazione si basa sulle prove raccolte in testi antichi, in studi clinici e in studi di base attualmente condotti, e incorpora i risultati degli studi di agopuntura mostrati in studi precedenti. Migliorare la funzione polmonare, regolare l'immunità innata, i fattori antinfiammatori e pro-infiammatori, attivare la via colinergica antinfiammatoria e regolare il sistema respiratorio, superando così il danno causato dall'infiammazione polmonare.
- (5) I pazienti dovrebbero essere incoraggiati a eseguire la moxibustione, applicare pressione e massaggio sui punti di agopuntura, ecc.. Sotto la guida di professionisti dell'agopuntura, attraverso l'uso di Internet, terminali mobili e applicazioni mobili come WeChat o altri per

ottenere un trattamento ausiliario della malattia e stimolare il recupero fisico e mentale. È necessario prestare attenzione alla comunicazione e al follow-up tra medico e paziente, nonché alla raccolta, al riepilogo, all'analisi dei dati diagnostici e terapeutici in modo tempestivo e completo.

## II. Metodi di applicazione di agopuntura e moxibustione

### (1) Applicazione di agopuntura e moxibustione durante la fase di osservazione medica (casi sospetti di contagio)

Obiettivo: stimolare il *qi* vitale e le funzioni del Polmone e della Milza e scaricare, separare ed eliminare i patogeni per migliorare la capacità di difesa degli organi-visceri contro i patogeni.

Punti principali: (1) Fengmen (Bl12), Feishu (V13), Pishu (Bl20); (2) Hegu (Ll4 (Intestino Crasso), Quchi (11Ll Intestino crasso), Chize (Lu5), Yuji (Lu10); (3) *qihai* (Renmai6), Zusanli (St36), Sanyinjiao (Sp6). In ogni applicazione selezionare 1 o 2 punti in ciascun gruppo di punti di agopuntura.

Punti di combinazione: sintomi articolari di febbre, gola secca, tosse secca, si combinano con Dazhui (Dumai14), Tiantu (Renmai22), Kongzui (Lu6); sintomi articolari di nausea e vomito, feci molli, indurimento grasso della lingua, polso morbido (mole), combinati con Zhongwan (Renmai12), Tianshu (St25), Fenglong (St40); sintomi articolari di affaticamento, debolezza e perdita di appetito, combinati con Zhongwan (Renmai12), i 4 punti attorno all'ombelico (1 pollice su ciascun lato dell'ombelico), Pishu (Bl20); sintomi articolari di naso che cola chiaro, dolore alla spalla e alla schiena, lingua bianca pallida, polso lento, combinati con Tianzhu (Bl10), Fengmen (Bl12), Dazhui (Dumai14).

### (2) Applicazione di agopuntura e moxibustione durante la fase di trattamento clinico (casi confermati).

Obiettivo: stimolare il *qi* vitale del Polmone e della Milza, proteggere l'intestino e ridurre i danni causati, dissipare l'azione dei patogeni e "rafforzare la terra per generare metallo / oro", al fine di fermare la tendenza della malattia, migliorare l'umore e la fiducia per superare la malattia. Punti principali di agopuntura:

- (1) Hegu (Ll4 Intestino Crasso), Taichong (Lr3), Tiantu (Renmai22), Chize (Lu5), Kongzui (Lu6), Zusanli (St36), Sanyinjiao (Sp6);
- (2) Dazhu (Bl11), Fengmen (Bl12), Feishu (Bl13), Xinshu (Bl15), Geshu (Bl17);
- (3) Zhongfu (Lu1), Danzhong (Renmai17), *qihai* (Renmai6), Guanyuan (Renmai4), Zhongwan (Renmai12);

Per trattare casi gravi e generali, per ogni volta, selezionare da 2 a 3 punti principali nel gruppo (1) e (2). Per trattare i casi gravi, selezionare 2 o 3 punti principali nel gruppo (3).

Punti di combinazione: sintomi articolari con febbre prolungata, combinazione con Dazhui (GV14), Quchi (Ll11); o sanguinare il lobo dell'orecchio e la punta del dito; sintomi articolari di oppressione toracica, respiro corto, coincidenza con Neiguan (Pc6), Lieque (Lu7); o Juque (CV14), *qimen* (Lr14), Zhaohai (Ki6); sintomi articolari di tosse con catarro, coincidenza con Lieque (Lu7), Fenglong (ST40), Dingchuan (EXB1); sintomi articolari di diarrea, feci molli, coincidenza con Tianshu (St25), Shangjuxu (St37); sintomi articolari di tosse con catarro appiccicoso e / o giallo, costipazione, coincidenza con Tiantu (CV22), Zhigou (TE6), Tianshu (St25), Fenglong (St40); sintomi articolari di febbre bassa, febbre nascosta o addirittura priva

di febbre, vomito, feci molli, lingua pallida o rosa pallido con rivestimento grasso bianco, aggiungere Feishu (Bl13), Tianshu (St25), Fujie (Sp14) e Neiguan (Pc6).

### **(3) Applicazione di agopuntura e moxibustione durante la fase di convalescenza**

Obiettivo: rimuovere il virus residuo, ripristinare la vitalità e riparare le funzioni degli organi, come il Polmone e la Milza.

Punti principali: Neiguan (Pc6), Zusanli (St36), Zhongwan (CV12), Tianshu (St25), *qihai* (CV6).

*qi* debolezza del Polmone e della Milza: sintomi come mancanza di respiro, affaticamento, scarso appetito e vomito, gonfiore, mancanza di forza per defecare, feci molli, lingua leggermente oleosa con rivestimento bianco grasso. Per i pazienti con sintomi molto chiari, come oppressione toracica, respiro corto, combinare con Danzhong (CV17), Feishu (Bl13) e Zhongfu (Lu1). Per i pazienti con chiari sintomi nella Milza e nello Stomaco, come indigestione e diarrea, combinare con Shangwan (CV13) e *yinlingquan* (Sp9).

Carenza di *qi* e *yin*: sintomi come debolezza, secchezza delle fauci, sete, palpitazioni, sudorazione eccessiva, mancanza di appetito, febbre bassa o assente, tosse secca con flemma, lingua secca con meno saliva, polso sottile o debole. Per i pazienti con evidente debolezza e mancanza di respiro, combinare con Danzhong (CV17), Shenque (CV8). Per quelli con la bocca secca e sete, combinare con Taixi (Ki3), Yangchi (TE4). Per quelli con palpitazioni, combinare con Xinshu (Dl15) e Jueyinshu (Bl14). Per i pazienti con eccessiva sudorazione, combinare con Hegu (LI4), Fuliu (Ki7) e Zusanli (St36). Per i pazienti con insonnia, combinare con Shenmen (Ht7), Yintang (GV29), Anmian (EX) e Yongquan (Ki1).

Carenza polmonare e Milza: stasi della flemma che causa blocco dei meridiani: sintomi come senso di oppressione toracica, mancanza di respiro, respiro corto, affaticamento, sudorazione durante lo spostamento, tosse con catarro, catarro bloccato, pelle screpolata secca, affaticamento mentale, mancanza di appetito, ecc., si combinano con Feishu (Bl13), Pishu (Bl20), Xinshu (Bl15), Geshu (Bl17), Shenshu (Bl23), Zhongfu (Lu1) e Danzhong (CV17). Per quelli con catarro bloccato, combinare con Fenglong (St40) e Dingchuan (EXB1).

### **(4) Metodo di applicazione di agopuntura e moxibustione.**

Scegliere quello migliore in base all'ambiente di distribuzione e ai requisiti di amministrazione. Durante le fasi precedenti, si consiglia di optare per l'uso individuale di agopuntura o moxibustione, combinare entrambi o combinarli con l'applicazione di punti di agopuntura, agopuntura auricolare, puntura di punti di agopuntura, strofinamento (*Guasha*), massaggio pediatrico, digitopressione, ecc., a seconda della situazione particolare. L'agopuntura verrà eseguita con un leggero metodo di rinforzo e riduzione. Gli aghi devono essere lasciati in ciascun punto per 20-30 minuti. Applicare la moxibustione in ciascun punto per 10-15 minuti. Il trattamento verrà applicato una volta al giorno. Per applicazioni specifiche, fare riferimento a "National Acupuncture and Moxibustion Application Standard" e ai relativi dati clinici.

## **III. Intervento domiciliare con agopuntura e moxibustione sotto controllo medico**

Per aiutare a prevenire e controllare l'epidemia di COVID-19, oltre a ridurre i deflussi, prevenire l'infezione crociata, bloccare la fonte dell'infezione e garantire la sicurezza dei pazienti in quarantena domestica e di quelli dimessi dall'ospedale, È possibile eseguire interventi di moxibustione di agopuntura attraverso cliniche online, orientamento e divulgazione ed educazione scientifica, sempre sotto la guida di professionisti.

Terapia della moxibustione: applica la moxibustione a Zusanli (St36), Neiguan (Pc6), Hegu (LI4), qihai (CV6), Guanyuan (CV4) e Sanyinjiao (Sp6). ogni applicazione di moxibustione durerà circa 10 minuti.

Terapia applicativa: applicare la pasta di moxibustione calda o la crema di moxibustione calda in punti come Zusanli (St36), Neiguan (Pc6), qihai (CV6), Guanyuan (CV4), Feishu (Bl13), Fengmen (Bl12), Pishu (Bl20 ) e Dazhui (GV14).

Massaggio meridiano: utilizzare metodi come impastare, premere, sfregare, colpire, picchiare i meridiani del Cuore e del Polmone degli arti superiori e il meridiano della Milza e dello Stomaco sotto il ginocchio. 15-20 minuti per ogni operazione. È normale provare disagio nella parte in cui viene applicato il massaggio.

**Esercizi tradizionali:** pratica appropriati esercizi tradizionali in base al tuo stato di recupero, come Yi Jin Jing (esercizi meridiani Tendino / Muscolari), Tai Chi, Ba Duan Jin (otto pezzi di broccato), Wu Qin Xi (esercizio dei 5 animali), ecc. Fai pratica una volta al giorno, da 15 a 30 minuti ogni volta.

**Salute mentale:** regola le emozioni. Può essere fatto con punti per le orecchie, moxibustione, massaggio, dieta medicata, tisana, bagno alle erbe, musica e altri metodi per rilassare sia fisicamente che mentalmente, alleviare l'ansia o aiutare ad addormentarsi.

**Pediluvio:** preparare il bagno con erbe medicinali cinesi che hanno la funzione di espellere il vento e il calore, eliminando i patogeni. Prendi 15 grammi di nepeta, assenzio, menta, pianta di camaleonte, foglia di erba pastello, eupatorium fortunei, acorus tatarinowii, polygonum flaccidum, radix curcumae, chiodi di garofano, insieme a 3 grammi di borneolo (canfora) e porta a ebollizione. Versa il liquido in una bacinella, aggiungi un po 'd'acqua tiepida, attendi che si raffreddi a circa 38 - 45 ° C e immergi i piedi per circa 30 minuti.

*Questa guida è stata prodotta dal gruppo di esperti dell'Associazione Cinese di Agopuntura e Moxibustione.*

*Consiglieri:* Shi Xuemin, Tong Xiaolin, Sun Guojie.

*Direttore del gruppo di esperti:* Liu Baoyan, Wang Hua.

*Membri del gruppo di esperti:* Xiaochun Yu, Wu Huanyu, Gao Shuzhong, Wang Linpeng, Fang Jianqiao, Yu Shuguang, Liang Fanrong, Ji Laixi, Jing Xianghong, Zhou Zhongyu, Ma Jun, Chang Xiaorong, Zhang Wei, Yang Jun, Chen Rixin, Zhao Jiping, Zhao Hong, Zhao Baixiao, Wang Fuchun, Liang Fengxia, Li Xiaodong, Yang Yi, Liu Weihong e Wen Biling.

*(Contenuti dall'account WeChat ufficiale WFAS)*



Riportiamo il documento originale pubblicato:



**世界针灸学会联合会**  
**WORLD FEDERATION OF ACUPUNCTURE AND**  
**MOXIBUSTION SOCIETIES (WFAS)**  
NGO IN OFFICIAL RELATIONS WITH WHO  
A-LIASON ORGANIZATION OF ISO/TC249

---

**中英西法文版**  
**《新型冠状病毒肺炎针灸干预的指导意见**  
**(第二版)》**

在抗击新冠疫情的过程中，随着对疾病的认识不断加深，为进一步做好新型冠状病毒肺炎预防诊断和医疗救治工作，世界针灸学会联合会团体会员中国针灸学会“防控新型冠状病毒肺炎专家组”制定并印发了《新型冠状病毒肺炎针灸干预的指导意见（第二版）》。

世界针灸学会联合会将发布的《新型冠状病毒肺炎针灸干预的指导意见（第二版）》，推荐给全球团体会员。自秘书处发布英文版后，西班牙和法国的团体会员专家自发将指导意见翻译成了西班牙文和法文。请各国中医针灸专家，根据所在国情况在抗击新型冠状病毒肺炎中参照使用。

附件：

- 1 《新型冠状病毒肺炎针灸干预的指导意见（第二版）》
- 2 Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition)
- 3 Pautas sobre el uso de acupuntura y moxibustión para tratar

---

电话(Tel): +861064011210. +861087194973 传真(Fax): +861087194952 网址(Web): [www.wfas.org.cn](http://www.wfas.org.cn)  
地址: 中国北京东城区广渠门内夕照寺街东玖大厦 B 座 7 层 邮编: 100061  
Addr: B-7, Dongjiu Mansion, Xizhaosijie, Dongcheng District, Beijing, 100061, China



世界针灸学会联合会  
WORLD FEDERATION OF ACUPUNCTURE AND  
MOXIBUSTION SOCIETIES (WFAS)  
NGO IN OFFICIAL RELATIONS WITH WHO  
A-LIASON ORGANIZATION OF ISO/TC249

---

el COVID-19 (segunda edición)

4 Recommandations sur l'utilisation de l'acupuncture et de la  
moxibustion dans le traitement du COVID-19 (deuxième édition)



世界针灸学会联合会  
二〇二〇年三月二日

---

电话(Tel): +861064011210. +861087194973 传真(Fax): +861087194952 网址(Web): [www.wfas.org.cn](http://www.wfas.org.cn)  
地址: 中国北京东城区广渠门内夕照寺街东玖大厦 B 座 7 层 邮编: 100061  
Addr: B-7, Dongjiu Mansion, Xizhaosijie, Dongcheng District, Beijing, 100061, China



世界针灸学会联合会  
WORLD FEDERATION OF ACUPUNCTURE AND  
MOXIBUSTION SOCIETIES (WFAS)  
NGO IN OFFICIAL RELATIONS WITH WHO  
A-LIASON ORGANIZATION OF ISO/TC249

***The Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for  
COVID-19 (second edition)  
(Chinese/English/Spanish/French version)***

March 2, 2020

In fighting against the COVID-19, as the understanding of disease continues to deepen, China Association of Acupuncture-Moxibustion (CAAM), as a group member of the World Federation of Acupuncture-Moxibustion Societies (WFAS) has organized acupuncture and moxibustion experts to edit and published the *Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition)*.

Hereby the World Federation of Acupuncture-Moxibustion Societies publishes the *Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition)* for all group members. Since the English version was released by the Secretariat, group members and experts from Spain and France have spontaneously translated the guidelines into Spanish and French. Acupuncture-moxibustion experts from all countries and regions are invited to use it as reference in the fight against the COVID-19 according to the local situation.

World Federation of Acupuncture-Moxibustion Societies



电话(Tel): +861064011210. +861087194973 传真(Fax): +861087194952 网址(Web): [www.wfas.org.cn](http://www.wfas.org.cn)  
地址: 中国北京东城区广渠门内夕照寺街东玖大厦B座7层 邮编: 100061  
Addr: B-7, Dongjiu Mansion, Xizhaosijie, Dongcheng District, Beijing, 100061, China



**世界针灸学会联合会**  
**WORLD FEDERATION OF ACUPUNCTURE AND**  
**MOXIBUSTION SOCIETIES (WFAS)**  
NGO IN OFFICIAL RELATIONS WITH WHO  
A-LIASON ORGANIZATION OF ISO/TC249

---

Attachment:

1. Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition) - Chinese
2. Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition) – English
3. Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition) – Spanish
4. Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition) – French

---

电话(Tel): +861064011210. +861087194973 传真(Fax): +861087194952 网址(Web): [www.wfas.org.cn](http://www.wfas.org.cn)  
地址: 中国北京东城区广渠门内夕照寺街东玖大厦 B 座 7 层 邮编: 100061  
Addr: B-7, Dongjiu Mansion, Xizhaosijie, Dongcheng District, Beijing, 100061, China

## 7. Conclusioni

La medicina cinese, secondo le prescrizioni dettate dall'Accademia Cinese attuale e utilizzate in Cina in occasione della malattia da COVID-19, ha dimostrato di essere un valido ausilio, assieme alla medicina occidentale, per trattare la patologia da contagio di COVID-19. Abbiamo voluto dare un contributo alle possibilità di prevenzione e trattamento di questa preoccupante pandemia volgendo lo sguardo ai consigli terapeutici dati dalla Medicina Classica Cinese. Ci siamo rivolti alle indicazioni suggerite dal medico Sun Simiao che ha elaborato e formalizzato le prescrizioni adottate dallo *Shanghanlun*, "classico delle malattie da freddo".

Abbiamo ampliato il discorso riportando i trattamenti delle patologie polmonari acute secondo la Scuola Imperiale della dinastia Song.

Ci auguriamo che questo scritto possa essere utile non solo per trattare la patologia conclamata, ma anche per sostenere i medici e gli operatori sanitari, che in questo periodo di trovano in prima linea con turni di lavoro stremanti. Le semplici misure e trattamenti di prevenzione di cui abbiamo trattato equilibrano il sistema immunitario, rafforzano l'organismo e possono aiutare ad impedire il propagarsi della malattia.

## Bibliografia

- a cura di: P. Brici, S. Garzanti, G. Leardini: "Oli Essenziali, traduzione e rielaborazione di una conferenza tenuta il 7 gennaio 1996 da Jeffrey C. Yuen" ed. Arcangea settembre 2011.
- insegnamento orale diretto del Maestro Jeffrey C. Yuen in occasione dei seminari tenuti a Roma organizzati dalla scuola Xin Shu:
- lo studio delle regole terapeutiche secondo la Scuola Imperiale del periodo Song (anno 2004).
- lo studio dei testi classici: *Shanghanlun* (anno 2015).
- lo studio dei testi classici: Sun Simiao (anno 2018).

## Websites

- <http://wfas.org.cn/site/index.html>
- <http://39.96.5.68:8080/uploads/20200303/202003032241238046.pdf>
- <http://www.agopuntura.org>
- <http://www.xinshuacademy.com>