

Cosa significa curarsi con l'Agopuntura?

una breve introduzione a cura del

Dr. Ralf W. Zahn, Medico Chirurgo, Omeopata e Agopuntore

Cenno storico

Le origini dell'agopuntura sono lontane e ci portano nel regno dei miti: secondo una leggenda, accadde un giorno che un guerriero sofferente di un atroce dolore sciatico, durante una battuta di caccia, venne ferito ad un piede da una freccia scagliata per errore da un compagno. Il dolore al momento fu terribile, ma il dolore sciatico cessò immediatamente, o con la concezione di male di allora, lo spirito malvagio che torturava i nervi del nostro guerriero, se ne andò. La leggenda prosegue narrando come, attraverso successive esperienze, tredici furono i *demoni*, secondo le antiche credenze cinesi, che fu possibile sconfiggere grazie alla puntura di tredici diversi punti del corpo. Molto approssimativamente si può far risalire il periodo della formulazione della teoria della cacciata dei *Tredici Demoni* al Neolitico (8000 – 5000 a.C.). In questo periodo i punti di agopuntura erano probabilmente stimolati con schegge di pietra appuntite o con altri materiali facilmente reperibili quali schegge di ossa, di bambù, ecc.

Cosa significa Agopuntura e come funziona?

L'agopuntura consiste nell'infissione di aghi metallici in determinati punti. Ogni punto di agopuntura ha varie azioni che si possono esprimere sia a livello fisico che a livello psichico. I vari punti di agopuntura si trovano sui *meridiani*. I 12 *meridiani principali* che corrispondono ad altrettanti organi e visceri sono un collegamento dei medesimi verso l'esterno; infatti ogni *meridiano principale* ha inizio a livelli della punta di un dito della mano o del piede e finisce a livello del rispettivo organo o viscere. In base ai disturbi riferiti dal paziente il medico agopuntore sceglie i punti più adatti per riportare il paziente nuovamente in uno stato di equilibrio. Anche se il preciso meccanismo d'azione degli aghi è tuttora oggetto di studio, sono state avanzate varie ipotesi che spiegano ad esempio l'azione antalgica dell'agopuntura. Per quanto riguarda i disturbi osteoarticolari e muscolari l'agopuntura esercita varie azioni tra cui quella antidolorifica, antinfiammatoria e decontratturante della muscolatura. In più favorisce l'irrorazione sanguigna dei distretti colpiti favorendo la guarigione e il ripristino delle funzioni. Più in generale l'agopuntura permette di riequilibrare l'organismo umano agendo in tale maniera sia sulla componente fisica che psichica. L'agopuntura è una medicina energetica che ci dà la possibilità di rifornire energia al paziente dopo aver subito dei cali energetici in conseguenza a situazioni stressanti (sovraccarico di lavoro, preoccupazioni, traumi psichici o fisici, malattie croniche, interventi chirurgici, ecc.) o semplicemente per motivi fisiologici (gravidanza, vecchiaia, ecc.) che spesso si manifestano con sintomi come depressione, ansia, agitazione, irritabilità, insonnia e astenia.

Agopuntura: medicina individualizzata

L'agopuntura è una medicina *globale*, cioè nessun disturbo che un paziente presenta può essere visto come fenomeno isolato ma sempre nel contesto della totalità dell'individuo. Con altre parole, una gastrite in chiave di lettura cinese non sarà mai interpretata come un fenomeno isolato dello stomaco ma come una manifestazione patologica dello stomaco all'interno di un organismo che non si trova più in equilibrio. Per comprendere meglio questo tipo di approccio, basti pensare che qualsiasi manifestazione patologica spesso sia accompagnata da altri fenomeni o disturbi. Il paziente con la gastrite potrà ad esempio accusare una maggiore irritabilità in generale e difficoltà di prendere sonno. Nell'agopuntura tutti questi sintomi, insieme alla palpazione dei polsi, che ha un significato completamente diverso dalla nostra medicina, e al colorito e indurimento della lingua fanno parte di un quadro completo che indirizza verso una terapia adeguata e individualizzata. Nella medicina occidentale gli "epifenomeni" della gastrite (insonnia, irritabilità) non servono per completare il quadro. Al massimo saranno trattati farmacologicamente come fenomeni a se stanti oltre alla terapia per la patologia "di base". Per questo motivo si può spesso osservare che un'entità

nosologica (come la gastrite) riscontrata in individui diversi con epifenomeni diversi viene trattata in maniera standard in occidente e in maniera individualizzata in oriente. Vale lo stesso principio che vale anche per l'omeopatia e, in generale, per le medicine olistiche: occorre curare il malato e non la malattia.

Agopuntura: medicina preventiva

Leggiamo nel Libro dei Mutamenti o *Yi Jing* (VIII sec. a.C.): “L'uomo superiore pensa sempre in anticipo alle malattie e prende misure adeguate per prevenirle”, e nell'*Huang Di Nei Jing* o *Classico di Medicina dell'Imperatore Giallo* (475-221 a.C.): “Il saggio non cura gli uomini quando essi sono già ammalati, ma in modo di prevenire la comparsa delle malattie. È sempre troppo tardi somministrare farmaci dopo che la malattia si sia manifestata. Non è forse come scavare un pozzo quando si è in preda alla sete o sopprimere una rivolta quando sia esplosa?”.

L'agopuntura è certamente una medicina curativa ma prima ancora è una vera medicina preventiva. Ogni fenomeno morboso che si manifesta con dei disturbi funzionali o organici è preceduto da squilibri energetici all'interno dell'organismo anche in assenza di segni o sintomi percepibili da parte del paziente. Compito del medico è, attraverso la palpazione dei polsi, l'ispezione della lingua e l'osservazione del paziente scoprire eventuali squilibri energetici e, mediante una terapia adeguata, correggerli. Si può constatare che l'agopuntura nei confronti della medicina occidentale interviene più a monte del processo patologico, cioè quando si trova ancora a un livello *funzionale*. Questo offre il grande vantaggio di intervenire tramite le giuste misure terapeutiche prima ancora che si sia instaurato un danno organico vero e proprio. Al contrario la medicina occidentale spesso pone diagnosi solo nel momento in cui è morfologicamente rilevabile un danno tissutale o *organico*. Grazie a tecniche strumentali sempre più sofisticate è possibile porre diagnosi in stati più precoci della malattia, ma concettualmente non cambia nulla, l'obiettivo rimane sempre rilevare un'alterazione morfologica mentre l'agopuntura punta a rilevare lo squilibrio energetico (alterazione funzionale) che precede l'alterazione strutturale.

Quali patologie si possono curare con l'Agopuntura?

Praticamente non esistono limiti all'impiego dell'agopuntura, se si escludono patologie che hanno una stretta indicazione chirurgica. Si può comunque affermare che il campo più favorevole per l'agopuntura sono le patologie di carattere funzionale, patologie cioè che non hanno ancora creato delle alterazioni a livello degli organi. Questo non esclude comunque l'uso dell'agopuntura in tali patologie, come ad esempio l'artrosi. Le varie azioni dell'agopuntura come quella antidolorifica, antinfiammatoria e decontratturante della muscolatura possono contribuire a un sensibile aumento della qualità di vita diminuendo il dolore e ripristinando la funzionalità degli organi colpiti, anche senza portare a una guarigione completa. L'agopuntura si adatta in modo particolare alla cura di malattie che comportano dolore e che riguardano l'apparato muscolo-scheletrico. Riequilibrando l'organismo e rifornendo energia al medesimo l'agopuntura può essere potenzialmente utilizzato in qualsiasi condizione di malattia. L'agopuntura come medicina tradizionale è riconosciuta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). Di seguito un piccolo elenco, necessariamente incompleto, delle malattie più comunemente affrontate con l'agopuntura:

Patologie dell'apparato muscolo-scheletrico

Cervicalgia, lombalgia, lombosciatalgia, sciatalgia, periartrite della spalla, epicondilite, sindrome del tunnel carpale, osteoartrosi, colpo di frusta, distorsioni, tendiniti

Patologie neuropsichiatriche

Mal di testa, vertigini, nevralgia del trigemino, disturbi del sonno, stati di tensione, disturbi d'ansia, stati depressivi, astenia

Patologie cardiocircolatorie

Ipotensione, ipertensione arteriosa, palpitazioni

Patologie respiratorie

Rinite allergica stagionale e non, asma allergico, bronchite

Problemi digestivi e patologie gastrointestinali

Disturbi della digestione come sonnolenza postprandiale, acidità dello stomaco, gonfiore postprandiale, digestione lenta, ecc., gastrite, colite, stitichezza cronica, sindrome dell'intestino irritabile

Patologie ginecologiche, ostetriche e urinarie

Disturbi mestruali (irregolarità mestruali, dolori mestruali, ecc.), cistite, prostatite, perdita involontaria delle urine, disturbi in gravidanza (nausea, digestione difficoltosa, stitichezza, turbe dell'umore, debolezza, ecc.), malposizione del feto, infertilità, disturbi della menopausa (vampate di calore, insonnia, depressione, ecc.)

Patologie dermatologiche

Acne, dermatite allergica