

L'agopuntura sconfigge il dolore

È efficace per fastidi osteo-articolari, cefalea, insonnia, nausea, allergie... Senza dolore né effetti collaterali. All'agopuntura, ormai riconosciuta ufficialmente come terapia alternativa, si rivolgono sempre più pazienti.



Sono sempre di più gli italiani che desiderano rivolgersi a questa terapia che è in grado di risolvere numerosi disturbi. La Medicina Tradizionale Cinese, infatti, può curare disturbi quali dolori osteo-articolari, cefalea, insonnia, nausea, reflusso gastroesofageo, colon irritabile, fenomeni allergici. Senza indagini invasive, senza dolore né controindicazioni. Questa metodica inoltre è stata riconosciuta ufficialmente dalla Regione Lombardia come pratica di medicina alternativa. Ne parliamo con la [dott.ssa Roberta Monzani](#), responsabile dell'ambulatorio di agopuntura di Humanitas e diplomata in Medicina Tradizionale Cinese presso il Centro Studi So-Wen di Milano, dove attualmente insegna.

Una medicina antichissima

“La Medicina Tradizionale Cinese – spiega la dott.ssa Monzani – è una pratica antichissima che secondo alcuni studi storici risale addirittura al 2000 avanti Cristo. Furono i Gesuiti a portarla in Occidente, dove nacque la necessità di fornire una dimostrazione scientifica ai risultati dell'agopuntura, che devono essere dimostrabili e riproducibili. I punti di agopuntura sono così stati dimostrati dal punto di vista elettrico e fisiologico: è possibile rilevare una differenza di potenziale elettrico rispetto alla zona circostante.

Sono numerosi gli studi, sia in Oriente che in Occidente, che hanno dimostrato la validità scientifica di questa antica pratica, che è considerata a tutti gli effetti una terapia.

Nell'ambito dell'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) c'è stato un riconoscimento ufficiale per il trattamento di alcuni disturbi, ad esempio la nausea e il vomito e il controllo del dolore post-operatorio.

Nel nostro paese esiste una Società Italiana di Agopuntura a cui i pazienti possono

rivolgersi per sapere quali sono i medici agopuntori che operano sul territorio nazionale (www.sia-mtc.it)”

I punti energetici

“Il concetto base dell’agopuntura è che il corpo umano è costituito da un’unica energia, che si manifesta in modo diverso, ad esempio le lacrime, il sudore, il sangue, l’urina. Nel momento in cui nasciamo, possediamo un bagaglio energetico che ci viene tramandato dai genitori e una quota che viene chiamata energia ancestrale, assimilabile in parte al nostro concetto genetico. Il nostro stile di vita e le nostre abitudini alimentari influenzano il consumo di questa energia e agiscono sul suo risparmio o sulla sua dispersione.

L’agopuntura rientra in un concetto di approccio olistico, non sempre facile da comprendere e da rispettare per noi occidentali, che prevede ad esempio la comunione e l’equilibrio con il mondo che ci circonda, dove l’uomo è un microcosmo in un macrocosmo.

Ci si ammala nel momento in cui l’equilibrio energetico viene meno: l’agopuntura riequilibra la circolazione energetica dell’individuo. Il corpo è percorso da meridiani dove sono identificabili punti principali e punti secondari. Ogni meridiano corrisponde a un organo: il cuore, il polmone, lo stomaco, eccetera. A seconda dell’anamnesi raccolta, l’agopuntore è in grado di arrivare a una diagnosi e di approntare così la corretta e personale terapia”.

Un’anamnesi curiosa

“La Medicina Tradizionale Cinese si avvale di un’anamnesi diversa rispetto a quella della medicina occidentale e non comprende l’utilizzo di esami diagnostici, ma indaga su aspetti curiosi quali i colori e i sapori che il paziente preferisce in quel momento, la stagione in cui si sente meglio, se preferisce la luce o il buio, qual è l’orario della giornata in cui sta meglio. L’agopuntore, in base a queste informazioni, riesce a diagnosticare qual è o quali sono i meridiani dove in quel momento l’energia non circola correttamente, causando una carenza, un esubero o un ristagno di energia. Lo specialista si avvale anche dell’esame dei polsi e della lingua del paziente, che può confermare la diagnosi”.

Un campo di applicazione molto vasto

“Per noi agopuntori, il campo di applicazione più comune è il trattamento del dolore osteo-articolare, dove sono gli stessi pazienti a richiedere questa terapia antalgica per risolvere

disturbi quali il colpo della strega, la cervicalgia e dolori alla schiena. In realtà con l'agopuntura si può curare qualunque tipo di patologia, tranne i tumori. I disturbi su cui l'agopuntura può agire in modo efficace sono anche la cefalea, la nausea e il vomito (post-operatori, in seguito a chemioterapia, in gravidanza), il reflusso gastroesofageo, il colon irritabile, la sterilità femminile, l'insonnia.

Questa tecnica può trovare applicazione anche in campo anestesiológico, dove può essere utilizzata l'elettroagopuntura. Si utilizzano alcuni punti di agopuntura per incrementare la produzione di endorfine, amplificando la nostra fisiologica capacità di rispondere allo stimolo doloroso e tutelarci da esso. La produzione di endorfine endogene, infatti, innalza la soglia del dolore e aiuta l'organismo a gestire lo stimolo doloroso. Si può effettuare un'elettroanalgesia che toglie la sensibilità dolorosa ma mantiene integra l'attività muscolare: gli aghi vengono collegati a un elettrostimolatore che mantiene costante la stimolazione e l'amplificazione dell'effetto. L'elettrostimolazione inizia 45 minuti prima dell'intervento chirurgico e continua per tutta la sua durata. Questo tipo di analgesia potrebbe essere utilizzata in situazioni e per pazienti particolari. Interessante, ad esempio, è il suo utilizzo come analgesia durante il travaglio del parto”.

Una terapia non dolorosa

“Malgrado l'agopuntura si basi sull'inserimento di aghi in punti ben precisi, si tratta di una terapia pressoché indolore e priva di controindicazioni o effetti collaterali. Si può riscontrare, in soggetti predisposti, quello che viene chiamato il 'mal d'agopuntura', quando cioè il paziente non sopporta gli aghi e va incontro a ipotensione, sudorazione, a volte svenimento. In questo caso è sufficiente rimuovere gli aghi per eliminare i disturbi. Gli aghi vengono inseriti nei punti di agopuntura e lasciati in loco per circa 20 minuti. L'ago può anche essere manipolato manualmente, elettrostimolato (tramite il collegamento a un elettrostimolatore, che ne amplifica l'effetto) o riscaldato.

I punti di agopuntura possono anche essere scaldati, utilizzando la moxa, una specie di sigaro di artemisia, un'erba che ha la caratteristica di bruciare a temperatura costante e di non fare brace. Questi punti possono anche essere semplicemente massaggiati, come avviene nello shiatzu.

Le patologie acute, ad esempio il colpo della strega, possono essere risolte anche in

un'unica seduta, soprattutto se si riesce a intervenire tempestivamente. Per le patologie croniche può essere invece necessaria una terapia di mantenimento".