

HERPES ZOSTER, ovvero come spegnere il fuoco con la Medicina Cinese

I dati biomedici

L'herpes zoster, comunemente chiamato “fuoco di Sant'Antonio” (o addirittura “fiamme di Satana”), è una malattia virale a carico della cute e delle terminazioni nervose, causata da una riattivazione a livello dei gangli nervosi dorsali (ma non solo) del virus della varicella infantile (**varicella-zoster** o **Human herpesvirus 3**, un virus con genoma a DNA appartenente all'ordine Herpesvirales.)

Tuttavia, la frequenza della sua manifestazione tende ad aumentare con l'età delle persone. Il tasso di incidenza di herpes zoster va da 1,2 a 3,4 per 1.000 persone-anno tra gli individui sani, aumentando da 3,9 a 11,8 per 1.000 persone-anno tra quelli di più di 65 anni.

La mia esperienza ambulatoriale, conferma questa tendenza alla maggiore incidenza negli ultra50enni.

Esordisce con un nevralgia dolorosa progressiva, si manifesta con eruzioni di gruppi di vescicole in un'area di forte rossore, accompagnate da intenso dolore, lungo i percorsi **metamerici** dei nervi spinali. Colpisce, più comunemente, i distretti toracici, del dorso, dell'addome e dei lombi, in un solo emicorpo. Talvolta, si manifesta al viso e all'occhio, con rischi invalidanti per le funzioni visive, a causa di una possibile cheratite ulcerativa. Le manifestazioni al viso, caratterizzate da iperestesia e dolore urente, possono coinvolgere qualsiasi branca del 5° nervo cranico, ed in particolare quella oftalmica.

Immagini di un caso clinico



La guarigione avviene in un tempo variabile, in media 10-20 gg.

La complicanza più frequente, la cui incidenza aumenta col crescere dell'età del paziente, è la neurite post-herpetica, una forma algica invalidante, caratterizzata anche dopo la risoluzione delle lesioni, da intensi dolori nevralgici che possono persistere da 6 mesi a un anno.

Nell'interessamento dei nervi cranici, in particolare del nervo trigemino, le complicanze più temibili possono essere la cheratite, l'uveite e la lesione delle palpebre.

Il trattamento biomedico si avvale di analgesici e antivirali. Nelle complicanze neuritiche utilizza antidepressivi a basso dosaggio (amitriptilina e simili) per innalzare la soglia del dolore e antiepilettici (carbamazepina e simili).

In MC, l'HZ viene inquadrato con i termini che sono patrimonio comune delle culture popolari: calore intenso, fuoco. Ed in effetti i sintomi e le manifestazioni, se analizzati alla luce dei criteri diagnostici della scienza medica cinese (*ba zhen duan* 八 診斷), risultano essere un fenomeno intensamente yang, come il fuoco che brucia e altera intimamente la struttura della materia *yin*.

L'aspetto enfatizzato in biomedicina, legato alla componente virale, non viene preso in considerazione, in quanto la virologia moderna non era conosciuta nella tradizione antica.

Tuttavia questa lacuna non impediva, agli antichi medici cinesi, di fare diagnosi e terapia con una alta efficacia.

Anzi, alla luce della mia esperienza di medicina integrata, i risultati sono più rapidi, stabili e risolutivi con l'agopuntura che lo la terapia antivirale. Inoltre, fatto non secondario, un intervento precoce con la MC, riduce significativamente l'incidenza di neurite post-erpetica e le sue croniche sequele dolorose. Quest'ultimo beneficio nasce dal semplice assioma "prima spengo l'incendio, meno danni ho alla struttura (nervi sensitivi) della casa".

Fisiopatologia

Diamo uno sguardo alla fisiopatologia del fenomeno: la localizzazione laterale che coinvolge più spesso il costato e il dorso, aree di pertinenza del livello energetico *shaoyang* (ossia vescicola biliare-triplice riscaldatore) indicano un meccanismo di superficializzazione del calore-fuoco.

In presenza di forte umidità, sostanza collosa e pesante, questa imbriglia il calore che a sua volta le conferisce una spinta espulsiva nella direzione naturale del fuoco, ossia verso l'esterno, sulla pelle.

Da qui, nascono gli agglomerati di vescicole punteggianti le aree eritematose e il dolore urente sulla linea metamerica (ossia le aree cutanee innervate da un certa radice)

Nella relazione organi e visceri, gli organi, zone di concentrazione di energie e sostanze preziose (*jing, jin-ye, xue*) per l'organismo in toto, tendono a preservarsi dai fattori patogeni scaricando l'eccesso sul viscere collegato.

Dunque, il fegato, se sviluppa calore (spesso causato da ristagno), tende a scaricarlo nel sistema della vescicola biliare, che a sua volta tende a metabolizzarlo e a eliminarlo per varie vie (feci, urine, zone laterali del capo).

Il dolore è molto intenso, ingravescente nelle fasi iniziali ed urente (sintomo indicatore di calore-fuoco). Presente di giorno, si accentua la notte per fenomeni di ristagno tipici della fase di riposo, che aggravano l'ostruzione del *qi* nei canali coinvolti.

Ricordo che il dolore in MC è sempre frutto di un'ostruzione del libero fluire del *qi* e del sangue nei canali energetici. Nell'HZ il calore che secca i liquidi e agita il lento e regolare fluire del *qi/xue*, crea una condizione di ostruzione che viene percepita come intenso dolore urente.

Terapia

Il principio terapeutico nel caso dell'HZ è, dunque, purificare il calore dal sistema del fegato e drenare il calore-umidità dalla vescica biliare (livello *shaoyang*), che si è superficializzato coinvolgendo i nervi sensitivi e la cute, di alcune zone specifiche (con più frequenza, il costato e le zone laterali del corpo)

Gli strumenti terapeutici tipici della MC sono vari, ma come un buon team di vigili del fuoco mirano ad un unico obiettivo: estinguere il fuoco prima che nel suo divampare provochi danni permanenti (nel nostro caso si tratta di prevenire lesioni ai nervi sensitivi che se troppo a lungo esposti alla *nox*a patogena hanno come esito la temibile nevralgia post-herpetica).

Agopuntura

Si utilizzano punti locali e generali con l'obiettivo di disperdere e disostruire, tramite tecniche manipolatorie degli aghi appropriate. A tal fine in questo caso è possibile utilizzare l'elettrostimolazione a frequenze medio-basse da 4-30Hz.

Le frequenze più adatte a dare una analgesia di più lunga durata sono quelle intorno ai 4-5Hz, implementando la potenza fino ai limiti soggettivi di tolleranza.

Gli aghi possono essere lasciati a dimora anche per tempi più lunghi del solito, tra 30-45 minuti, sempre per favorire la dispersione. Il trattamento è quotidiano per almeno quattro volte a settimana.

Tra i punti generali citiamo:

I punti *ying*, degli *shu* antichi, che nella polarità *yin* sia in quella *yang*, purificano il calore tramite l'attivazione del *qi*.

LR-2 *xingjian*, GB-43 *xiaxi*, TE-2 *yemen*, TE-3 *zhongzhu*

Il punto TE-6 *zhigou*, purifica il calore, lo conduce in basso e tratta il dolore alla regione costale. In trasfissione si può raggiungere anche PC-5 *jianshi*, per trattare dolori profondi all'addome da stasi di *xue* (nelle infezioni herpetiche più datate)

Punti che disperdono il calore sulla pelle: LI-11, BL-40 (anche in microsanguinamento)

Punti che disperdono l'umidità-calore:

GB-34 *yanglingqian*, GB-41 *zulingqi*, BL-35 *huiyang*

Tra i punti locali, citiamo quelli che vanno da GB-22 *yuanye* a GB-26 *daimai*, per interessamento ascellare, costale, ipocondriaco.

In caso di interessamento del viso, citiamo M-HN-9 *taiyang*, punto spartiacque per interessamento sovraorbitale e mascellare. Utile il suo delicato sanguinamento con ago triangolare.

Si usano i punti coinvolti dalle lesioni, da GB-1 *tongziliao*, GB-14, *yangbai*, ai punti sopraccigliari, TE-23 *sizhukong*, M-HN-6 *yuyao*, BL-2 *zanzhu*, ai punti di stomaco (ST-2 *sibai*, ST-3 *juliao*, ST-4 *dicang* ecc.).

Nell'interessamento degli arti inferiori (indice di una componente umidità più marcata, in un contesto comunque dominato dal fuoco), utili sono punti di milza e fegato. In particolare il SP-10 *xuehai*, SP-11 *jimen*, SP-12 *chongmen* drenano l'umidità calore al *jiao* inf., SP-13 *fushe*. LR-11 *yinlian*, LR-12 *jimai* che alleviano il dolore della coscia

Partendo dall'acquisizione moderna che la patologia coinvolge le radici afferenti dei nervi sensitivi, in genere trovo utile pungere e disperdere in elettrostimolazione i punti *huatuojiaji* (M-BW-35) dei metameri nervosi corrispondenti.

Efficaci anche il cerchiaggio delle lesioni (v. figure).



Farmacologia e dietetica:

Trovandoci in un contesto di calore-fuoco-umidità, farmacologia e dietetica a braccetto possono fare la differenza nella prognosi e rapidità della guarigione.

La formula classica calzante in questa sindrome è: LONG DAN XIE GAN TANG, decotto di genziana per disperdere il fegato. Contiene erbe fredde, amare, drenanti che hanno lo scopo di purificare il calore dal sistema LR/GB ed eliminarlo con la diuresi. Può essere prescritta come formula magistrale, oppure più agilmente in pillole in commercio in Italia come integratore alimentare (LONG DAN WAN – ditta QIUTIAN). Il dosaggio va da 6 a 9 cp al dì a stomaco pieno per evitare disturbi digestivi (si tratta di erbe fredde e potenzialmente lesive, del qi di stomaco, se usate troppo a lungo).

Coerentemente al quadro anche la dieta deve comportare l'eliminazione di tutti i cibi riscaldanti o che generano fuoco: in primis il caffè e tutte le bevande e cibi tostati, che essendo stati a contatto col fuoco rilasciano tale energia nell'organismo durante la digestione. Quindi anche caffè d'orzo, di cicoria, pane tostato, cibi cotti in forno o alla piastra (la pizza ad es.).

Poi, tutti i cibi conservati (salumi specie se affumicati, formaggi stagionati), scatolame e cibi con aggiunta di conservanti ed esaltatori di sapore (patatine, snack, ecc.), frutta secca specie se salata, cibi speziati con peperoncino, pepe, paprika, ecc.), dolci fatti con grassi e saccarosio, cioccolato, alcolici.

Dal l'altro lato, è possibile, contrastare il fuoco che divampa con cibi di natura fresca da mangiare per lo più cotti in acqua o al vapore, per favorirne l'assimilazione.

Tra questi si possono prediligere di natura fresca o neutra:

tra i **cereali**: grano, grano saraceno, orzo decorticato o mondo, miglio, amaranto

tra i **legumi**: soia, tofu, fagiolo mung, ceci, germogli di soia, piselli

tra le **carni**: anatra, oca, coniglio, lumaca

tra altri **alimenti proteici**: uova, yogurt (anche di soia), burro, burro ghee

tra i **pesci**: vongola, chiocciola di mare, granchio, polipo, rana

tra i **vegetali**: tutte le alghe marine, agar agar, germogli di soia e bambù, cavolo cinese, borragine, cicoria selvatica, insalata belga, scarola, lattuga, spinaci, tarassaco, ruta, cetriolo, funghi champignons, crescione, melanzana, pomodori, germogli alfa alfa, carciofo, carote crude, bietole, catalogna, cavoli, radicchio, cime di rapa, olive, rucola, sedano, valeriana, luffa, zucchini

tra la **frutta**: ribes nero, mirtillo, mora, prugna, avocado, pera.

Tra i **condimenti**: maggiorana, origano, menta, limone, olio di grano, di oliva e di sesamo

Tra le **bevande**: tè verde, menta, camomilla, verbena, centrifugati di sedano e pomodoro, karkadè.

In conclusione, è possibile affermare che il trattamento dell'Herpes Zoster con il modello della MC, offre numerosi vantaggi, in rapporto al trattamento tradizionale basato su farmaci antivirali.

- Elevata efficacia. I pazienti migliorano più rapidamente che con la terapia antivirale
- Ridotto rischio di complicanze (in primis nevralgia post-herpetica e danni alla vista per interessamento del nervo ottico)
- Basso costo

Tale modello di trattamento necessiterebbe maggiori validazioni scientifiche tradizionali, con studi ad es. caso-controllo. Tali studi potrebbero essere messi a regime senza grandi difficoltà organizzative e burocratiche (ad es. potrebbero tranquillamente superare il vaglio dei Comitati Etici).

Sulla biblioteca online PUbMed, ho trovato 95 articoli su studi di agopuntura ed Herpez Z.

La maggioranza, oltre a mettere in rilievo i vantaggi del trattamento in agopuntura, auspica la realizzazione di una maggior quantità di studi rigorosi per dare una definitiva risposta sulla supremazia terapeutica dell'agopuntura nel trattamento di questa malattia.

Il Dr. Camillo Luppini è medico geriatra. Pratica la medicina cinese dal 1992 (Agopuntura e Farmacologia).

Cofondatore di ScuolaTao in Italia e in Canton Ticino. Ha insegnato come professore a contratto presso Master sull'integrazione tra biomedicina e medicina cinese presso varie università italiane tra il 2006 e il 2015. Esercita la libera professione a Piacenza