



Le Sindromi Bi

Valutazione e trattamento di un caso



Candidato
Barbara Peroni

Relatore
Lidia Crespi

Correlatore
Attilio Bernini

Indice

Indice	Pag. 1
Introduzione	pag. 2
Le Sindromi BI	pag. 4
Eziologia	pag. 4
Classificazione	pag. 5
Caratteristiche dei SAN BI	pag. 6
Feng Bi	
Han Bi	
Shi Bi	
Evoluzioni delle Sindromi Bi	pag. 9
Bi calore	
Bi cronico osseo	
Valutazione del dolore	pag. 10
Meridiani Tendino Muscolari: esame motorio	pag. 11
Protocollo di trattamento del Tuina	pag. 13
Tecniche complementari	pag. 15
Manovre di Tuina	pag. 18
Punti che trattano il dolore:	pag. 18
punti ad azione sulle zone, punti di sblocco, Punti Xi degli yang, Shu-Yuan, punti Hui, Mirror Point.	
Trattamento di un caso	pag. 22
Conclusioni	pag. 30
Bibliografia	pag. 31

Introduzione

Il dolore articolare è un sintomo che accomuna molte persone al di là del sesso e dell'età e spesso la sua natura rientra in una patologia chiamata Sindrome Bi. Il sintomo più comune in assoluto è riferire un torcicollo dopo essere stati esposti a una corrente d'aria oppure accusare dolori articolari dopo aver ripetutamente mantenuto a lungo una postura errata o ancora risentire di dolori che riguardano vecchie ferite o vecchi traumi e così via. Molti sono i disturbi che possono rientrare in questo tipo di sindrome dolorosa.

Anch'io fin da adolescente ho sofferto molto di dolori alla schiena e alle ginocchia e mi sono trovata spesso a dover gestire traumi fisici, a trovare strategie per non sovraccaricare la struttura e a notare che ogni qualvolta prendo freddo o mi trovo in situazioni climatiche non favorevoli i dolori alle ginocchia si fanno sentire e inevitabilmente la schiena si blocca. Non è un bel vivere e soprattutto il dolore pone dei limiti all'agire.

Per introdurre un caso trattato con il tuina si cercherà di fornire quegli elementi per comprendere meglio l'origine di questa sindrome, il modo per prevenirla o perlomeno contenerla. Partendo da una panoramica che spiega cosa sono le sindromi bi si cercherà di mettere in luce le loro caratteristiche, cioè che cosa accade all'organismo quando viene a contatto con il fattore patogeno in oggetto e per quale ragione, il tipo di sintomatologia correlata ad alcuni tipi di classificazione e le evoluzioni più comuni della sindrome ostruttiva dolorosa. Nell'espone questi aspetti della sindrome si accennerà ai principi di trattamento corrispondenti con qualche indicazione sulla scelta dei punti e inoltre, si cercherà di delineare gli strumenti che permettono di fare una valutazione energetica corretta durante la raccolta dei dati per poter meglio indirizzare il

trattamento: valutazione del dolore alla luce degli otto principi e l'esame motorio sulla base dell'azione dei Meridiani Tendino Muscolari. Di conseguenza, si illustrerà qual è il protocollo previsto dalla Medicina Tradizionale Cinese per agire su questi meridiani, quali sono le tecniche e i punti che trattano il dolore a seconda del livello di trattabilità della persona che abbiamo di fronte.

Nel portare l'esperienza del caso trattato si racconterà via via come il trattamento si è strutturato in relazione alla risposta della persona, sulla base delle conoscenze precedentemente esposte, mettendo in evidenza le possibilità tecniche che il tuina ha a disposizione per poter arrivare ad una risoluzione o perlomeno ad un miglioramento della qualità di vita della persona che presenta una sindrome ostruttiva dolorosa.

Le Sindromi Bi

Sotto questo nome si raggruppano tutte le sindromi dolorose articolari che presentano un'ostruzione dove l'energia non circola: Bi = Blocco, Ostruzione. Vi fanno parte non solo le malattie reumatiche degenerative ma anche quelle autoimmuni come l'artrite reumatoide, il LES, le malattie metaboliche come la gotta, le malattie dermatologiche come la sclerodermia, le nevralgie del trigemino, la sciatica, le malattie vascolari quali il morbo di Burgher, i dolori post traumatici sensibili al clima, alcune forme di Bi toracico come l'angina pectoris.

Le sindromi bi sono dovute ad un attacco di energie perverse, le xie qi, come il vento - feng, il freddo - han, l'umidità - shi, che in qualità di fattore patogeno esterno penetrano all'interno del corpo e mettono in difficoltà l'organismo provocando dolore, indolenzimento, pesantezza e disturbi funzionali degli arti e delle articolazioni. Ciò che impedisce la circolazione dell'energia non si colloca negli strati energetici superficiali del tai yang, dello shao yang e nemmeno in profondità negli zang fu ma si trova in un livello intermedio, nell'articolazione.

Eziologia

Come per tutte le altre sindromi si riconoscono fattori esterni e fattori interni per cui si asserisce che il fattore patogeno per potersi instaurare deve trovare un terreno favorevole, che presenti una sorta di deficit di base. Il meccanismo delle sindromi bi è che c'è un deficit di qualche sostanza, di energia - qi, di sangue - xue, di yang, che permette a un fattore patogeno – xie qi, a una stasi di qi e xue di provocare un blocco con dolore. Anche i traumi e microtraumi ripetuti possono determinare debolezza

dell'articolazione e debolezza delle sostanze, le stesse posture errate che si assumono nelle azioni quotidiane o lavorative possono creare zone di minore resistenza dove il deficit del corpo e i fattori patogeni possono creare una sindrome bi.

La penetrazione delle xie qi avviene attraverso la pelle, i pori, nei punti shu – yuan e una zheng qi o energia corretta debole ne favorisce l'insediamento, la stagnazione, la formazione di catarri nei meridiani che penetrando in profondità raggiungono le articolazioni dando luogo nel tempo a deformazioni ossee. Le articolazioni, definite guan jie ovvero porta o nodo di bambù, vengono colpite perchè sono appunto come delle porte che quando sono chiuse impediscono al patogeno di approfondirsi e di raggiungere l'organo interno - zang. La xie qi rimanendo bloccata fa ristagnare qi e xue e provoca dolore.

Classificazione

Ci sono due tipi di classificazioni delle sindromi bi che ci permettono di organizzare le informazioni o in relazione alle caratteristiche del dolore e del fattore patogeno in causa, San Bi, o rispetto ai tessuti colpiti, Wu Bi.

I San Bi sono una classificazione in base ai fattori patogeni ovvero secondo i tre tipi di ostruzione prodotti dal Vento, dal Freddo e dall'Umidità. Esiste anche una sindrome Bi Calore ma come vedremo non viene inquadrata come fattore patogeno esterno ma come evoluzione delle altre sindromi. Questo punto di vista porta ad esaminare le caratteristiche delle manifestazioni dolorose in relazione alla xie qi che si comporta esattamente come in natura: il vento dà dolori migranti, il freddo blocca e provoca un dolore acuto e trafittivo, l'umidità dà un dolore fisso e gravativo che ristagna

e intorpidisce. L'identificazione del fattore patogeno in causa da eliminare indica contemporaneamente il tipo di carenza da colmare, e su quale sostanza indirizzare l'azione: una sindrome bi da freddo è in relazione a una carenza di yang che ha permesso al freddo di penetrare, il vento è in relazione a un deficit di yin e xue mentre l'umidità è in relazione a un deficit di qi.

La classificazione secondo i Wu Bi invece indica quale dei 5 tessuti del corpo è stato colpito dal fattore patogeno: cutaneo, muscolare, osseo, tendineo, dei vasi. Ogni tessuto è in relazione ad un organo interno, a uno zang, per cui l'azione successiva all'eliminazione del patogeno sarà quella di tonificare il qi o la sostanza dell'organo che governa il tessuto del corpo coinvolto. Quindi in un Bi cutaneo (Pi Bi) mi rivolgo al sistema dell'organo Polmone, in un Bi muscolare (Rou Bi) alla Milza, in un Bi osseo (Gu Bi) al Rene, in un Bi tendineo (Jin Bi) al Fegato, in un Bi vasale (Mai Bi) al Cuore e al sistema del sangue.

Caratteristiche dei SAN BI

BI Vento – feng

Il vento è considerato all'origine delle 100 malattie, perchè è quello che si associa più facilmente agli altri fattori patogeni ed amplifica gli effetti delle altre energie perverse. Se ci sono 5° con umidità all'80% si può avere un disagio termico ma se c'è vento questo disagio aumenta in maniera esponenziale perchè fa venire a contatto con l'organismo una maggiore quantità di Freddo Umidità.

Il movimento e la qualità del vento è quella di essere erratico, per cui la patologia è migrante e intermittente, può andare anche nell'arco della stessa giornata da

un'articolazione all'altra e nel migrare lasciare indenne l'articolazione precedente. Tendenzialmente colpisce in alto, collo e spalle, determinando sensibilità agli sbalzi climatici perché il vento spazza via la wei qi – energia di difesa - e scopre l'organismo indebolendolo. Ci sono persone che stanno male il giorno prima di un cambiamento climatico, come dei barometri sensibili al vento, perché essendo deboli ne percepiscono il movimento, l'arrivo della perturbazione. Sono tipiche anche le contratture e le parestesie perché il Vento è in relazione con l'elemento legno e l'organo fegato che a sua volta è in relazione con il sangue. La sua natura yang, come anche quella del calore, per poter trovare accesso deve trovare una carenza delle componenti yin dell'organismo e ciò fa pensare a un possibile deficit di sangue.

In questi casi la lingua non manifesta grandi cambiamenti, la patina è bianca, sottile, a causa del freddo e del patogeno che rallenta la funzionalità dello stomaco di diffusione dei liquidi e diviene responsabile della formazione della patina. Il polso è superficiale.

Principio di trattamento: espellere il vento, calmare il dolore, disostruire l'articolazione, drenare i meridiani. Per curare la radice è necessario nutrire il sangue di fegato.

Bi freddo – han

Sindrome dolorosa dove il freddo blocca con dolori, spasmi e determina la stagnazione di qi e xue dando luogo a dolori puntorei, acuti, simili a coltellate. Generalmente vengono colpite le estremità dove il qi arriva con più fatica: mani, polsi, caviglie, piedi, collo e testa. Il freddo penetrando nei canali produce rigidità, difficoltà

alla flessione-estensione, la muscolatura non si muove come dovrebbe e l'immobilità della notte fa peggiorare. Anche la presenza del fattore patogeno nell'ambiente può scatenare il dolore che invece migliora con il movimento e con il calore, elementi yang che scacciano lo yin in eccesso. Il polso è Jin superficiale e teso per il freddo. La lingua è con patina bianca.

Principio di Trattamento: disperdere il freddo, calmare il dolore, disostruire l'articolazione. Attivare lo yang.

Bi Umidità - shi

E' il fattore patogeno prevalente che più frequentemente si associa agli altri. Quando penetra in una articolazione si manifesta con un dolore sordo, fisso, continuo, con sensazione di pesantezza, tendente ad aggravare nelle giornate umide e piovose. Generalmente colpisce la regione inferiore del corpo, anche, ginocchia e caviglie. E' un patogeno yin con una natura torbida, collosa, stagnante che rallenta la circolazione di qi e xue. E' un patogeno esterno ma può anche essere dato dalla stagnazione patologica dei liquidi organici, jin ye o dalla separazione della componente yin del sangue che ristagna e si deposita nell'articolazione rendendo sensibili ai cambiamenti climatici. Il sistema Milza nella sua funzione di trasporto e trasformazione ne è direttamente coinvolto poiché se il qi è sufficiente l'umidità viene fisiologicamente trasformata altrimenti concorre alla formazione di edemi, catarri e tan. L'umidità comporta un polso molle, rallentato, scivoloso e una lingua con patina spessa.

Principio di Trattamento: drenare l'umidità, calmare il dolore, disostruire i canali interessati. Tonificare il qi.

Evoluzione delle Sindromi Bi

Bi Calore – re

Il Bi Calore non è stato menzionato tra i San Bi come fattore patogeno esterno perchè rappresenta un'evoluzione della sindrome bi stessa come conseguenza della stasi del qi che nel tempo porta allo sviluppo di calore. Quando il fattore patogeno penetra occupa uno spazio che non gli compete e deve condividere quello stesso spazio con le sostanze quali qi e xue. L'immagine che si viene a creare è quella di un sovraffollamento dove il movimento è impedito e questo blocco dà luogo a una stasi. Quando il qi circola in modo uniforme mantiene una temperatura costante del corpo, ma se rallenta la sua circolazione in una determinata zona, la sua azione termica aumenta generando uno stato infiammatorio o una sindrome bi calda. La zona diviene dolente, rossa, calda e gonfia, il dolore è bruciante, violento, espansivo, pulsante. Si attenua di giorno perchè il movimento può alleviare la stasi e aumenta di notte perchè dormendo o nell'immobilità la stasi si aggrava.

E' il caso di dire però che la sindrome bi da calore sopraggiunge in persone che hanno già una qualche forma di calore, un deficit di yin o una precedente stasi di qi in atto nell'articolazione.

Principio di Trattamento: purificare il calore, eliminare vento umidità, calmare il dolore, disostruire l'articolazione. Tonificare il qi.

Sindrome Bi cronica ossea

Oltre alla sindrome bi calore, una delle sindromi più frequenti e più complesse che coinvolge più sistemi energetici è quella della sindrome cronica ossea dove il

meccanismo più rilevante è quello del ristagno dei liquidi. Avviene che quando i prodotti del ricambio energetico, sanguigno e metabolico invece di essere eliminati con il sudore e le urine si fermano in una zona di ristagno, si depositano nell'articolazione sotto forma di sali di calcio, l'osso perde il suo profilo e si deforma. I liquidi che ristagnano, innescano la patologia dei liquidi organici cioè la loro trasformazione in tan, passando attraverso l'umidità calore prodotta dal ristagno stesso. E' una sindrome complessa perchè qui rientrano i tre san bi e due delle wu bi, ossa e tendini. Inoltre, vi è l'accumulo del prodotto del ricambio con la trasformazione in tan. Gli organi che consentono l'apparizione di questa patologia sono il fegato, la milza e il rene. Il rene e il fegato controllano rispettivamente le ossa e le articolazioni attraverso l'effetto di pompaggio dei tendini nella contrazione muscolare, la milza dovrebbe trasformare l'umidità, ma se è in deficit fa accumulare i liquidi torbidi e permette la formazione dei tan.

Principio di Trattamento: dissolvere o trasformare i tan, muovere qi e xue, riequilibrare ossa e tendini. Tonificare rene e milza.

Valutazione del dolore

Nel valutare la qualità del dolore, oltre ad osservare le caratteristiche dei San Bi che rivelano il tipo di patogeno presente o l'organo coinvolto nella patogenesi del dolore, si può sottoporre l'esame del sintomo alla luce delle otto regole diagnostiche per una migliore comprensione dei dati, specialmente nei casi in cui i sintomi non sono chiari o appaiono contraddittori. Le otto regole sono: yin/yang, interno/esterno, caldo/freddo, vuoto/pieno.

Ne risulta che i dolori Yang sono più violenti, pulsanti, hanno caratteristiche di bruciore, possono migliorare con il freddo e peggiorare con il massaggio o il movimento passivo. I dolori Yin invece, hanno un'insorgenza graduale, sono fissi, gravativi, migliorano con il calore, con il movimento passivo, con il massaggio, con il riposo.

Un dolore da cause esterne ha un'insorgenza rapida e acuta con lievi o assenti alterazioni della lingua mentre un dolore da cause interne ha un'insorgenza progressiva, tende a cronicizzare, persistere o a essere recidivo e presenta alterazioni della lingua consistenti.

Un dolore che migliora con il freddo indica un eccesso di calore e un dolore che migliora con il calore rivela presenza di freddo esterno o di un freddo da deficit delle sostanze.

In presenza di un dolore da pieno applicando una pressione, il dolore peggiora, a volte migliora con il massaggio e il movimento perchè entrambe dinamizzano, sbloccano. La caratteristica principale del dolore da pieno è che applicando una pressione e quindi un pieno ulteriore il dolore si aggrava. Al contrario, nel dolore da vuoto il comprimere fa migliorare mentre il muovere fa peggiorare perchè disperde ancor di più la poca energia rimasta per muovere il sangue o se si tratta di un vuoto di sangue l'azione del comprimere richiama sangue accentuando il vuoto locale.

I Meridiani Tendino Muscolari

Lo studio da un punto di vista muscolo scheletrico della relazione tra meridiani coinvolti e movimento rappresenta, oltre agli otto principi, un metodo di indagine che

aiuta a comprendere il livello energetico interessato dal dolore. I Meridiani Tendino Muscolari sono i canali che vengono principalmente colpiti quando il fattore patogeno si insedia nello couli, lo spazio tra la pelle e i muscoli che si apre in presenza di una wei qi – energia difensiva - e ying qi – energia nutritiva - deboli. Il fattore patogeno o xie qi, attraverso i punti shu e yuan dei Meridiani Principali yang e attraverso i punti vento penetra nello couli e compromette il libero fluire dell'energia dei Meridiani Tendino Muscolari. Lungo questi canali scorre la wei qi ovvero l'energia esterna o superficiale, inconscia, spontanea, istintiva. Sono canali che si relazionano con l'esterno, con l'aspetto muscolo scheletrico, con la postura, l'andatura, i riflessi inconsci che compaiono alla nascita e si strutturano durante la vita. Per questa loro peculiarità rivelano, a seconda della limitazione funzionale in atto, a quale livello energetico si colloca il disturbo.

I dolori che compaiono nel muoversi avanzando sono collegati al Tai Yang (SI/BL) poiché nel procedere tutta la muscolatura è partecipe e in particolare quella della postura eretta. Nel ruotare, mutare o scegliere una direzione si coinvolge il meridiano cerniera dei fianchi, lo Shao Yang (TE/GB), nell'arrestarsi i dolori si collegano allo Yang Ming (LI/ST) poiché coinvolgono i muscoli del quadricipite e la zona anteriore.

La valutazione del dolore si differenzia inoltre, tra il movimento ad arto esteso che coinvolge i meridiani yang e quello ad arto flessione che interessa gli yin.

Nell'arto inferiore il dolore Tai Yang si ha all'inizio del movimento e nel camminare, il dolore Shao Yang si ha nella rotazione con arto esteso e nello stare in piedi, il dolore Yang Ming si ha all'arresto o al momento di alzarsi, che è tipico degli anziani poiché coinvolge le ginocchia e la zona laterale e anteriore della coscia. Nel Tai

Yin (LU/SP) il dolore compare all'atto del sedersi, lo Jue Yin (LR/PC) peggiora nel restare seduti e migliora col movimento ed è legato al sistema del fegato. Lo Shao Yin (HT/KI) duole alla rotazione stando seduti e prevalentemente interessa la zona lombare.

Il dolore a livello del Tai Yang nell'arto superiore si manifesta nell'estendere il braccio e nella zona scapolare, se ruotando il braccio esteso indietro verso l'esterno il dolore è più posteriore, interessa lo Shao Yang, quando si avverte un dolore alla spalla anteriore afferrando qualcosa di pesante si tratta lo Yang Ming. Il dolore Tai Yin si avverte nell'adduzione e flessione verso l'interno, verso la zona del petto sotto la clavicola, il dolore Jue Yin dopo essere stati a lungo fermi o in qualunque movimento ad arto flesso e Shao Yin invece nella rotazione sempre ad arto flesso.

Di seguito uno schema di riferimento che compendia alcuni aspetti di cui si è parlato sopra:

JINGJIN	STILE DI VITA	TENSIONE MUSCOLARE	CONSUMO SCARPE	POSIZIONE SUL LETTINO
Taiyang	Va sempre avanti, mai in riposo, iperattivo	Muscoli paravertebrali e lombari	Parte esterna e sul tallone	Piedi aperti verso l'esterno
Shaoyang	Procede in un senso, poi nell'altro	Fasce muscolari laterali	Diverso nei due piedi	Un piede diritto, l'altro in fuori
Yangming	Esitante, procede ma con dubbi	Muscoli addominali (17CV-8CV)	Parte interna	Piedi chiusi verso l'interno

Protocollo di trattamento del tuina

In Agopuntura il trattamento delle sindromi bi di base prevede un'azione a livello dei Meridiani Tendino Muscolari e una volta individuato il meridiano interessato dal patogeno, il protocollo indica i seguenti punti da stimolare:

i punti Ashi lungo il meridiano

il punto jing distale del meridiano dolente
il punto shu per evitare l'approfondimento del disturbo
il punto di riunione per evitare che il disturbo si propaghi agli altri meridiani della triade tendino-muscolare.

Per il Tuina la stimolazione dei Meridiani Tendino Muscolari avviene obbligatoriamente in qualsiasi tipo di trattamento perchè ogni qualvolta si agisce con una manovra si va a trattare questo livello energetico superficiale in tutta la sua completezza, non solo attraverso la stimolazione di un singolo punto ma nell'estensione della sua fascia di pertinenza. Quindi, per un tuinaista il protocollo di trattamento non si può ridurre alla stimolazione di soli punti, anche perchè non si sortirebbe lo stesso effetto dato dall'ago, ma deve seguire un altro tipo di logica che non sottovaluti le sue potenzialità date dal contatto, dall'utilizzo delle manovre e dall'uso delle tecniche complementari. Infatti, focalizzarsi in tecniche di manipolazione come il qia fa sul punto jing distale risulterebbe molto doloroso oltre che relativamente efficace e dannoso per la relazione con la persona che lo subisce, cosa non di poca importanza ai fini dell'esito del trattamento. L'aspetto prioritario nell'affrontare una sindrome bi è risolvere il dolore ed eliminare il patogeno e non quello di evitare che si approfondisca e si propaghi agli altri livelli energetici come indica la logica dell'agopuntura. Nell'economia del tempo i primi trattamenti devono avere questo obiettivo e poi successivamente si orienteranno all'aspetto sistemico che mira a rafforzare il deficit di base.

Nell'organizzazione della sequenza si può oscillare tra l'utilizzo delle tecniche complementari, l'utilizzo delle manovre per rilassare la muscolatura e il lavoro sui punti e sulle linee. La variabile che determina la scelta del tipo di tecnica, manovra o punto è il considerare se la persona è trattabile o non trattabile localmente, nella zona del dolore. La persona è trattabile quando la manipolazione non peggiora il sintomo perchè se ciò accadesse agire localmente sarebbe poco rispettoso.

Le sindromi bi sono una pienezza per cui la zona della sede della sindrome si tratta in dispersione e nel caso di una persona trattabile localmente tutte le tecniche si focalizzano nell'espellere il patogeno dalla zona dolente, portandolo in superficie e, con un azione successiva, verso le estremità. Al contrario, se la persona non è trattabile, si partirà con la stimolazione dei punti di sblocco della zona interessata fino a quando non

si potrà andare ad agire localmente. In genere la tecnica distale si pratica in omolaterale, perchè l'applicazione controlaterale è più una tecnica di agopuntura. In tutti i casi, una volta consolidata la nostra azione, si alterna il lavoro sulla muscolatura, sui punti e sulle linee cercando di muovere, far circolare per poi dare una direzione verso l'esterno.

Risolta la pienezza, in presenza di un deficit di base, si trattano in tonificazione quei canali che sono in relazione con i fattori patogeni per cui per il freddo si tratta il tai yang, tonificando il qi del rene attraverso i punti shu del dorso – BL23/Shenshu – e, per attivare lo yang, si tratta il vaso governatore nei punti GV4/Mingmen – GV14/Dazhui – GV20/Baihui. Se prevale l'umidità ci si rivolge al sistema milza nei punti SP3/Taibai – SP6/Sanyinjiao - SP9/Yinlingquan e BL20/Pishu. Se prevale il vento oltre che agire sui punti vento quali GB20/Fengchi – GB31/Fengshi - BL12/Fengmen si deve nutrire e muovere il sangue attraverso i punti BL17/Geshu e SP10/Xuehai. Di conseguenza anche la direzione del trattamento muta perchè per nutrire gli organi si sfrutta la dinamica che va dallo yang allo yin, da prona a supina, e dall'estremità al centro.

Le tecniche complementari : coppettazione, moxa, martelletti e guasha

Le tecniche complementari sono indispensabili al trattamento dei fattori patogeni e delle stasi che determinano nel loro permanere all'interno del corpo. Anche se vi sono manovre che hanno un' azione equiparabile, la loro forza è notevole nel soddisfare la prima parte dei principi di trattamento cioè eliminare i fattori patogeni. Le tecniche più comunemente usate sono le coppette, la moxa, il guasha, il martelletto a fior di pruno e il martelletto di gomma.

La coppettazione si può utilizzare sempre, non vi sono controindicazioni particolari se non fare attenzione alla fragilità dei capillari. Questa tecnica ha una forte azione revulsiva, cioè porta all'esterno, superficializza. Tra i diversi tipi di coppette che esistono sul mercato la tecnica utilizzata è quella della coppetta di vetro con l'uso del fuoco per eliminare l'ossigeno interno, al fine di permettere il risucchio che fa aderire la coppetta alla superficie corporea determinando un'azione revulsiva e al tempo stesso rilassante per la presenza del calore che contribuisce all'obiettivo del nostro trattamento.

Ci sono tre diverse modalità d'uso di questo tipo di coppette:

- **la coppetta fissa** si utilizza nelle stasi profonde. Ha la tendenza a riproporre sopra quello che sta sotto perchè produce un ematoma e quindi una stasi di sangue che è comunque una situazione migliore perchè viene portata in superficie e ha una maggiore possibilità di risoluzione. Il suo uso, però, presuppone che poi non si possa più agire con altre tecniche sulla stessa zona, nella stessa seduta;
- **la coppetta strisciata** è più dinamica ed ha valenza diagnostica perchè superficializza la stasi anche in zone a prescindere dal punto dolente, rivelando altre zone dove bisogna insistere con l'azione energetica. Può essere molto dolorosa ma permette di agire successivamente sulla zona con moderata intensità;
- **la coppetta intermittente** è consigliata nella sindrome bi con presenza di vento perchè ha una gestualità affine ad un fattore patogeno yang, non lascia segni, non è dolorosa, lascia la persona trattabile e si può utilizzare laddove non si riesce ad agire con le manovre perchè c'è troppo dolore. E' una tecnica che apre la strada perchè aumenta lo spazio tra i tessuti, provoca uno scollamento che permette l'arrivo di qi e xue e porta in superficie la stasi e il patogeno eliminando la pienezza con una azione contraria alla pressione del massaggio.

La scelta del tipo di coppettazione da utilizzare dipende dalla trattabilità della zona, dal tipo di fattore patogeno e di dolore in atto, in tutti i casi si utilizzano o all'inizio o nella zona centrale del trattamento.

Per quanto riguarda la **moxa** la sua funzione primaria è quella di espellere il freddo. Il materiale usato per praticare la moxa è l'Artemisia Vulgaris (assenzio), pianta molto diffusa in Estremo Oriente ed in gran parte dell'Europa. Le foglie seccate vengono macerate, trasformate in una specie di lana e usate a forma di sigaro o di coni. La sua azione è riscaldante, brucia mantenendo una temperatura elevata e costante ed è indicata per i disturbi generati dal freddo e dall'umidità. La moxibustione può essere diretta oppure indiretta quando si utilizza un isolante tra la fonte di calore e la cute e, i materiali più usati in questo secondo caso sono: aglio, zenzero, sale. A seconda dell'intensità con cui si utilizza si determina una qualità dell'azione che diviene disperdente o tonificante.

In una situazione di freddo pieno accusato di recente che ha determinato blocco del movimento e dolori trafittivi, l'azione per espellere il patogeno deve essere energica ed

intensa. In questo caso, per espellere il freddo, si utilizza la moxa all'inizio del trattamento, per un tempo sufficientemente lungo, con tecnica a becco di uccello, cioè ci si avvicina molto e poi si allontana in modo da creare una sinergia tra il calore e l'energia richiamata dei Meridiani Tendino Muscolari. Al contrario, in una situazione di dolore cronico la cui origine è stato il freddo, dove il dolore è altalenante, migliora e peggiora, la moxa si pratica alla fine e si dilaziona nel tempo con una tecnica più statica di diffusione piacevole del calore.

Oltre ad espellere il freddo la moxibustione migliora la circolazione di qi e xue e se applicata in determinati punti che sono in relazione al qi stimola e nutre l'energia yang del corpo. In molti casi può essere utile a sostituire la mancanza di una lampada a raggi infrarossi il cui calore aiuta a rilassare e a riattivare la circolazione nella zona interessata dal freddo. Le uniche controindicazioni all'utilizzo della moxa sono il palese deficit di yin della persona, i bambini molto piccoli, le donne in gravidanza, eccetto che per fare girare il feto, alcune aree del corpo come il viso o zone con presenza di vene varicose o vicino ad organi interni sensibili al calore.

Oltre alle coppette e alla moxa, il martelletto a fior di pruno e il martelletto di gomma svolgono un'azione sia revulsiva sia utile in quei casi in cui la cronicità ha preso il sopravvento e la loro azione mira a risolvere la stasi che si è venuta a creare. Il **martelletto a fior di pruno** si utilizza direttamente sulla cute per produrre un'iperemia della zona trattata con lo scopo di richiamare e regolare qi e xue producendo il drenaggio dei canali e collaterali e il riequilibrio dell'intero organismo. Il **martelletto di gomma** chiamato anche 'martelletto della salute' si utilizza a sua volta per attivare la circolazione di qi e xue in modo da eliminare blocchi, stasi e ostruzioni e ristabilire l'equilibrio armonico yin e yang dell'organismo. La tecnica si basa sulla percussione ritmica e costante dei punti lungo i meridiani dando luogo ad un'onda, una vibrazione che entra in risonanza attraverso il punto con l'intero organismo e induce al rilassamento rendendo il trattamento successivo più efficace.

Anche il **guasha** è uno strumento importante per superficializzare le stasi di xue e per disperdere i fattori patogeni compreso il calore. Si tratta di una antica tecnica di sfregamento energetico unilaterale della zona riferita di dolore, con uno strumento rigido dal bordo arrotondato. Lo sfregamento può produrre ecchimosi e dolenzia.

Manovre del Tuina

Le manovre del tuina sono molteplici ed ognuna di esse ha una azione elettiva sulle sostanze, sulla struttura, sul dolore, sui patogeni e anche sullo shen. Nel trattamento delle sindromi bi tutte le manovre possono trovare una loro funzione ma quelle comunemente usate che mirano a calmare il dolore, ad espellere il patogeno e a liberare la stasi si possono ridurre a tre gruppi: quelle che permettono di rilassare la muscolatura, quelle che consentono di lavorare sui punti e sulle articolazioni e le manovre la cui azione superficializza la stasi e rimuove il patogeno.

Nel primo gruppo rientrano Gun Fa o rotolamento ulnare, Bo Fa o pizzicare la corda, Fen Tui Fa o spinta divergente, Tui Fa o spinta lineare e Na Fa o presa. Al secondo gruppo appartengono An Fa o pressione graduale, Yi Zhi Chan o oscillazione del pollice con tutte le sue varianti con spinta o frizione, Rou Fa frizione circolare, Qia Fa pressione ungueale e la Yao Fa o mobilizzazione articolare. Nel terzo gruppo si inquadrano tutte le manovre di percussione come Pai Fa o mani a coppa, Zhuo Fa o becco d'uccello, Pi Fa o taglio della mano, Chiu Fa o pugno vuoto e altre manovre come Nie Fa o scollamento, Nao Fa o raschiare con i polpastrelli, Li Fa o presa con scorrimento prossimo distale e Ca Fa o frizione avanti e indietro. Alcune manovre possono condividere più funzioni e chiaramente, questa divisione è solo indicativa di una funzione principale.

Punti che trattano il dolore

Una delle cose importanti da prendere in considerazione quando si affronta un trattamento è verificare se la persona è trattabile o non trattabile nella zona del dolore. Quando non è trattabile, bisogna agire distalmente in modo da alleviare il dolore sulla zona per renderla disponibile al trattamento. L'azione distale è indicata anche nel caso di una rigidità articolare per sbloccare un'articolazione. Ci sono varie possibilità di azione sui punti che si trovano lontano dalla zona in causa e sono suddivisi in diversi gruppi: punti ad azione sulle zone, punti esperienziali di sblocco, punti Xi, punti Shu Yuan, punti Hui e Mirror point. Generalmente questi punti si trattano con il tuina con manovre

di pressione quali an fa, yi zhi chan, an rou fa e se posti in prossimità di un' articolazione vengono abbinate a una mobilitazione dell'arto o yao fa. Si utilizzano principalmente per dolori recenti e acuti in aggiunta al punto locale doloroso scelto sul tragitto del Meridiano interessato.

Punti ad azione sulle zone

- LI4/Hegu per il viso;
- LU7/Lieque (relazione con l'esterno), SI3/Houxi (movimenti bruschi) per la nuca;
- TE5/Waiguan (problemi esterni) o TE6/Zhigou (problemi interni) per la testa;
- BL67/Zhiyin per la sommità della testa;
- LI7/Wenliu per l'arto superiore, parte radiale;
- TE7/Huizong per l'arto superiore, parte dorsale;
- SI6/Yanglao per l'arto superiore, parte ulnare;
- ST34/Liangqiu per l'arto inferiore, parte anteriore;
- GB36/Waiqiu per l'arto inferiore, parte esterna;
- BL63/Jinmen per l'arto inferiore, parte posteriore;
- SP6/Sanyinjiao per l'arto inferiore, parte mediale.

Alcuni punti esperienziali di sblocco

- ST38/Tiaokou per la spalla;
- BL60/Luozhen per il collo;
- SI3/Houxi per la nuca;
- BL57/Chengshan per il dorso;
- BL40/Yatong per i lombi;
- LI11/Quchi per il ginocchio.

Punti Xi dei meridiani Yang

I punti XI o fessura, muovono molto il qi e trattano i dolori acuti importanti dovuti al ristagno di qi, che generalmente interessa anche organi e visceri, sbloccandoli. I punti

Xi dei meridiani yin sono maggiormente correlati all'effetto che hanno sul sangue che è duplice, emostatico e mobilizzante. Quindi nei meridiani yin il qi si utilizza per attivare il sangue e nei meridiani yang si utilizza il qi per muovere il qi.

- LI7 Wenliu
- TE7 Huizong
- SI6 YanglaoPunti
- BL63 Jinmen
- ST34 Lianqiu
- GB36 Waiqiu

Punti Shu-Yuan

I punti Shu dei meridiani yang si utilizzano per espellere la pesantezza del corpo e i dolori articolari. La loro funzione è quella di drenare e di portare all'esterno.

- LI3 Sanjian
- ST43 Xiangu
- BL65 Shugu
- GB41 Linqi
- TE3 Zhongzhu
- SI3 Houxi

Tra i meridiani yin l'unico punto che ha questa funzione è il 3SP Taibai perchè appartenendo al sistema milza trasforma l'umidità.

I meridiani yang hanno un punto shu e un punto yuan diverso mentre nei meridiani yin coincidono perchè è un punto che va all'interno e va a nutrire, a tonificare le sostanze o le funzioni che appartengono al sistema di quel meridiano e di quell'organo.

- PC7 Daling
- LU9Taiyuan
- SP3 Taibai
- KI3 Taixi

- LR3 Taichong
- HT7 Shenmen

Punti HUI riunione

Sono punti dove si forma in abbondanza il qi di certi organi e questo ha un effetto importante sui tessuti legati a quegli organi:

- BL11/Dazhu - ossa
- LU9/Taiyuan - vasi
- GB34/Yanglingquan - tendini
- GB39/Xuanzhong - midolli
- BL17/Geshu - sangue
- LR13/Zhangmen - organi
- VC12/Zhongwan - visceri
- VC17/Shanzhong - qi

Mirror point

Questi punti mettono in corrispondenza le articolazioni tra loro in una relazione alto-basso: il polso con la caviglia, il gomito con il ginocchio, le spalle con le anche, relazione che nel Taiji viene chiamata delle tre armonie esterne. Si trattano le zone controlaterali o omolaterali e generalmente si rispetta il livello energetico corrispondente alla zona del dolore: se il dolore è al polso sinistro su LI5/Yangxi, si tratta ST41/Jiexi, sulla caviglia dx o sx e nel frattempo si cerca di far muovere l'articolazione dolente.

Come dimostrano i punti esperienziali di sblocco questa logica si applica anche ai dolori alla schiena poiché immaginando la persona flessa in avanti con la testa verso i piedi ne risulta che per i problemi del tratto cervicale applico una pressione su BL60/Luozhen, per problemi al tratto dorsale lavoro BL57/Chengshan, per la zona lombare agisco su BL40/Yatong e su BL37/Yinmen per i dolori alla zona del sacro.

Trattamento di un caso

Passare dalla teoria alla pratica non è così immediato poiché l'elaborazione teorica è già scremata dalle infinite variabili di cui ogni singola persona è portatrice e la prima difficoltà che si deve affrontare è la selezione degli aspetti prioritari che emergono dalla raccolta dei dati. In un secondo tempo, a percorso avviato, la competenza sta nel cogliere i cambiamenti significativi e nel modificare il tipo di intervento pur mantenendo saldo il principio di trattamento emerso dalla valutazione energetica. Di seguito si cercherà di illustrare come si è svolta l'azione del caso seguito.

Quando una persona si rivolge per un trattamento è necessario acquisire delle informazioni precise che riguardano il motivo della consultazione e successivamente raccogliere indicazioni più specifiche per chiarire il quadro della situazione complessiva e arrivare ad una valutazione energetica corretta. Quindi, il primo passo è la compilazione della scheda di valutazione.

Scheda di valutazione

Maschio, 42 anni, di professione infermiere turnista.

Motivo della consultazione: presenta dolori molto forti alla schiena a livello dorso lombare e rigidità al collo. Dal '93 riferisce un'ernia a livello di L5/S1 e da sei mesi un'ernia a livello di L4/L5 che gli ha procurato una sciatalgia fino al piede destro, con torpore dal quinto dito all'alluce, risolta con trattamento di agopuntura. Ha avuto vari incidenti in moto con contusioni a spalle, ginocchia, procurandosi una costola incrinata. Ha tendenza a sviluppare tensione muscolare. Da sempre presenta il dorso rigido e ha sempre fatto molto sport. I dolori alle ginocchia li ha avuti sia per traumi sia per disallineamento posturale post intervento di varicocele con lacerazione dei muscoli addominali, curato con la chiropratica.

Al mattino si alza con fatica, è molto rigido e deve sostenersi sul lavandino per chinarsi a lavare il viso, migliora con il movimento ma alla sera la schiena è dolente. Il dolore a livello lombare si presenta come una fitta tagliente continua, con un senso di torpore come se avesse tanti aghi infissi, mentre a livello dorsale è più simile a una contrattura e con il calore migliora. Il dolore si accentua in movimenti di torsione e

sollevamento, come mettere la spesa nel carrello.

Al mattino ha spesso mal di testa, almeno tre volte la settimana causato, secondo il suo parere, da una rigidità al collo. Il mal di testa si localizza sulla fronte, ma sale dalla nuca: il dolore è forte al mattino, si irradia e poi durante il giorno diminuisce e passa.

E' un Motociclista, si muove quasi sempre in moto, è atleta di arti marziali e pratica anche pugilato. Inoltre sta ristrutturando casa e quindi oltre a fare l'infermiere svolge lavori pesanti di muratura.

Altri disturbi: per anni ha sofferto di otiti recidivanti ma da quando fa settimanalmente dei lavaggi con l'acqua borica ha risolto il problema. In un incidente ha rotto il vestibolo dell'orecchio dx e per tre anni ha avuto problemi di equilibrio.

Sudorazione - abbondante al mattino, inodore. Quando smonta dai turni di notte in ospedale suda di più e con odore più intenso.

Appetito – abbondante, gli piace mangiare e non ha problemi digestivi a parte un po' di sonnolenza postprandiale. Spesso mangia di notte durante i turni di lavoro.

Sonno - leggero, disturbato dai turni di lavoro. Riesce a dormire 4 -5 ore di fila. Non sogna.

Sensibilità freddo caldo – d'estate soffre il caldo perchè suda molto ma negli ultimi anni quando smonta dal lavoro soffre il freddo e spesso anche quando va a dormire. Ha sempre i piedi freddi.

Feci – una volta al giorno, compatte, di odore più intenso quando mangia in modo sregolato.

Urine – si alza di notte 2 o 3 volte, minzioni abbondanti ma inodori.

Sete - qualche volta di notte ha la bocca secca.

Lingua - patina sottile, corpo della lingua un po' scuro, bordi un po' arrossati, venule sublinguali ingrossate e bluastre.

Polso - profondo al pollice sinistro, lento e intermedio nelle altre posizioni

Palpazione delle zone - zona lombare fredda e piedi freddi

Valutazione energetica

Sindrome Bi da Vento Freddo con Stasi di Qi e Xue a livello di Tai Yang e Shao Yang nella zona dorso lombare e cervicale.

Deficit di qi del rene

Principio di Trattamento: eliminare il freddo e calmare il dolore, rimuovere la stasi, disostruire i meridiani.

Tonificare il qi del rene

Successivamente alla raccolta dei dati, nella prima seduta, si esegue un trattamento che segna l'inizio di un percorso e sulla base della valutazione energetica si crea uno schema che abbina manovre, azioni sui punti e tecniche specifiche legate alla problematica in atto, in base ai sintomi più importanti. Nel caso in argomento, la sindrome, pur avendo una cronicità datata nel tempo che ha determinato una rilevante stasi, presenta un'acuzie legata al freddo e pertanto l'azione di espellere il freddo diventa importante.

Di seguito vengono riportati i trattamenti eseguiti.

1° trattamento

Scheda trattamento tuina						
Descrizione caso	Dorso lombalgia cronica in esiti traumatici con presenza di ernie discali a livello di L5-S1 e L4-L5, dolore alla torsione e alla flessione in avanti. Mal di testa al mattino per rigidità al collo.					
Valutazione energetica	Sindrome Bi da Vento Freddo con Stasi di qi e xue a livello di Tai Yang e Shao Yang nella zona dorso lombare e cervicale. Deficit di qi di rene					
Principi di trattamento	Eliminare il freddo e calmare il dolore, rimuovere la stasi, disostruire i meridiani. Tonicare il qi del rene.					
Punti scelti	BL23-40-57-59-60 – GV14 – KI3 – GB30-34					
Altre osservazioni	Al mattino è rigido, migliora con il movimento e il calore. Alla sera è distrutto.					
Operatore tuina	Barbara Peroni					
Fase	Tempo minuti	Modalità di lavoro	Dove	Esecuzione in	Tecniche consigliate	
Apertura Prono		Rilassamento	Schiena	Leggera dispersione	Mo fa, Rou fa	
Centrale	5	Muscolatura	Schiena	Dispersione	Tui fa, Fen Tui fa, Bo fa, Gun fa	
	10	Linee	BL-GB	Dispersione	Tui fa, Gun fa, Na fa	
	15	Punti	BL23/ Shenshu GV14/Dazhui	Dispersione	Moxa	
	20	Punti	GB30/Huantiao-34/Yanglingquan BL40/Weizhong-57/Chengshan	Dispersione	An fa, Gun fa	
	25		BL59/Fuyang-60/Kunlun			
	30	Linee	BL-SI-GB-TE	Dispersione	Tui fa, Li fa, gun fa	
	35	Linee	Dorso del piede linee yang KI2/Rangu a KI7/Fuliu	Dispersione Tonificazione	Tui fa Tui fa	
	40	Punti	KI3/Taixi	Tonificazione	Rou fa	
	Chiusura	45	Zona	zona lombare gambe	Tonificazione Leggera dispersione	Ca Fa Pai fa
		50				
55						
60						

Il cliente a una prima palpazione si è dimostrato trattabile nella zona dolente e quindi trattandosi del primo trattamento è stato seguito uno schema di lavoro sulla schiena andando dall'alto verso il basso secondo la circolazione dei meridiani yang del dorso ma applicando una buona intensità nell'esecuzione delle manovre per produrre un effetto disperdente. Anche la moxa è stata applicata con una modalità disperdente con l'obiettivo di eliminare il freddo, facendo sentire il calore intensamente, avvicinando il cono di moxa alla pelle e poi allontanandolo con una azione ripetuta per un tempo limitato.

Alla fine del trattamento è importante avere un feed back sia attraverso l'osservazione sia mediante le esternazioni del cliente e il risultato è stato che era molto

rilassato, con un pò di rigidità a livello lombare nell'alzarsi che poi è subito svanita e in generale si è sentito molto sciolto.

Il cliente si è dichiarato soddisfatto di questo primo trattamento e quindi si è concordato di avviare un percorso da sei a nove sedute con almeno un incontro settimanale considerata l'impossibilità del cliente di organizzarsi per incontri più frequenti.

Al **secondo trattamento** dopo circa una decina di giorni il cliente riferisce che con la schiena va meglio ma permane il dolore al dorso, il senso di contrattura e rigidità. Inoltre, ha avuto grandi arrabbiature e ha avuto difficoltà a dormire.

2° trattamento

Fase	Tempo minuti	Modalità di lavoro	Dove	Esecuzione in	Tecniche consigliate
Apertura Prono		Rilassamento	Schiena	Leggera dispersione	Mo fa, Fen Tui fa
Centrale	5	Muscolatura	Schiena	Dispersione	Tui fa, Bo fa, An rou fa Gun fa, Pai fa
	10		Dorso	Dispersione	Coppettazione intermittente e strisciata
	15				
	20	Linee	Gambe BL/GB	Dispersione	Tui fa, Gun fa, Na fa
	25	Zone e Punti	Lombi e sacro GB30-34, BL40-60 BL23 – KI3	Leggera dispersione	Fen tui fa, Gun fa
				Dispersione	An fa, An rou fa Rou fa, Ca fa
Supino	30	Linee e punti	Dorso del piede	Dispersione	Fen tui fa
			Linee yang LR3/Taichong – LI4/Hegu controlaterale		Tui fa, An fa
	35	Zone e Punti	Fronte, YinTang, Tai yang	Leggera dispersione	Fen tui fa, Tui fa, Rou fa
	40	Muscolatura	Collo- spalle da GB20/Fengchi a 21/Jianjing	Leggera dispersione	Tui fa, Na fa
		Linee	Braccia mani SI/TE	Dispersione	Li fa
Chiusura	45	Punti	SI3/ Houxi – TE5/Waiguan	Dispersione	Nie fa, An rou fa
	50	Zona e punti	Pancia - CV6/Qihai	Tonificazione	Mo fa, Rou fa, Zhen fa
	55				
	60				

Lo schema del secondo trattamento è variato perchè la reazione del cliente dopo il primo trattamento ha fatto emergere l'importanza, oltre che di eliminare il freddo, di andare a rimuovere la stasi del qi che si manifesta con tensione muscolare e sbalzi d'umore. E' stato quindi deciso di partire in posizione prona da una forte dispersione, prima con un'azione delle manovre sulla muscolatura della schiena e poi con l'utilizzo delle coppette intermittenti e strisciate che hanno prodotto una bella reazione cutanea rosso violacea in tutto il percorso del dorso. Poi si è proseguito con le manovre di tuina sulle linee di tai yang e shao yang modulando il tipo di dispersione in base alla zona e ai

punti. Si è cercato di sviluppare un percorso dall'alto verso il basso, dal centro alla periferia per avere un effetto disperdente ma considerando il deficit di base si è ricondotto il trattamento dallo yang allo yin per poi terminare al centro nella zona corrispondente al sistema in deficit. Al fine di calmare il dolore, rimuovere la stasi e disostruire i meridiani, sono stati scelti i punti lungo i livelli energetici interessati per favorire lo scorrimento dell'energia nelle zone di rigidità muscolo scheletrica, quali la nuca, il dorso e la zona lombare. La combinazione dei punti i Quattro Cancelli è stata scelta per l'efficacia riconosciuta nel trattamento delle sindromi dolorose che si manifestano con dolori e spasmi, grazie alla loro capacità di attivare e rendere fluida la circolazione di qi e xue. Altri punti sono stati scelti con l'obiettivo di andare a sostenere il qi del sistema del rene.

Questo schema è stato ripetuto anche nel **terzo trattamento** perché il cliente ha riferito che a causa di una caduta durante l'attività sportiva si era riacutizzata la contrattura a livello del dorso e il dolore alla zona lombare. Era comunque molto contento perché si era sentito rilassato e la qualità del sonno era migliorata.

Alla **quarta seduta** il cliente riferisce che il dolore alla schiena e la qualità del sonno continuano a migliorare, si alza una volta sola la notte per urinare ed è più tranquillo. Nel valutare che la necessità di espellere il patogeno è diminuita si decide di introdurre una piccola variante allo schema, utilizzando al posto delle coppette il martelletto di gomma, per avere un'azione più incisiva sui canali energetici attraverso la stimolazione dei punti. Il martelletto di gomma viene manovrato con ritmicità e media intensità lungo i percorsi scelti ma con intensità leggera nella zona lombare. La stimolazione è avvenuta lungo i punti Huatuo Jiaji della colonna e il ramo interno di Vescica Urinaria a scendere e a risalire lungo il Vaso Governatore per finire sul retro della gamba lungo le linee di Vescica Urinaria e Vescica Biliare.

La tecnica è stata gradita ed è stata ripetuta anche nel **trattamento successivo** con il risultato che il cliente si sente sempre meglio: la qualità del sonno è migliorata, il dolore alla torsione è sparito, il mal di testa non si è più verificato e continua ad alzarsi una sola volta di notte per urinare.

Nel **sesto trattamento** è stato deciso di abbandonare le tecniche complementari e di concentrarsi, nella fase iniziale della muscolatura, più sulla zona lombare e sul

sacro con leggera dispersione utilizzando oltre al fen tui fa, manovre come gun fa e nieji fa.

Al **settimo trattamento** il feed back continua ad essere positivo anzi, è cambiata la sensibilità a livello lombare nel senso che se nei trattamenti precedenti in questa zona sentiva un intorpidimento, come se avesse infissi tanti 'aggetti', ora la sensazione è divenuta di piacevole scioltezza. In questa occasione ha rivelato che da circa un anno soffre di una leggera irritazione al glande con puntini rossi e talvolta un leggero bruciore alla minzione. Ha fatto indagini e visite urologiche dalle quali non risulta alcuna patologia. Ora si è attenuato ma è sempre latente. Acquisendo questa ulteriore informazione si decide di verificare se c'è un cambiamento significativo a livello di lingua e polso:

Lingua: patina sottile biancastra, corpo un po' pallido e leggermente violaceo ai bordi

Polso: dx forte, intermedio e lento nelle tre posizioni
 sx profondo nelle 3 posizioni

Rispetto alla valutazione iniziale la lingua mostra come la stasi si sia quasi completamente risolta restando solo una tonalità violacea ai bordi mentre il corpo della lingua e il polso mostrano la necessità di andare a tonificare in modo più intenso il qi.

Ottavo Trattamento

Fase	Tempo	Modalità di lavoro	Dove	Esecuzione in	Tecniche consigliate
	minuti				
Apertura Prono		Rilassamento	Schiena	Leggera dispersione	Mo fa, Fen Tui fa
Centrale	5	Muscolatura	Schiena dorsale lombare	Leggera dispersione	Tui fa, Fen tui fa, An rou fa, Gun fa
	10	Linee	Braccia SI + PC avambraccio Schiena HTJJ e BL	Leggera dispersione	Gun fa YZC tui fa
	15	Muscolatura	lombo sacrale	Leggera dispersione	Fen tui fa, Gun fa
		Linee	Gambe BL/GB	Dispersione	Tui fa, Gun fa, Na fa
	20	Punti	BL17/Geshu – 23/Shenshu BL17 - 23 + 3KI/Taixi	Tonificazione Tonificazione	Rou fa Moxa
	25				
	30				
Supino		Linee e punti	Dorso del piede Linee yang	Leggera dispersione	Fen tui fa Tui fa
	35		LR2/Xingjian + LR5/Ligou	Dispersione	An fa
	40	Linee	Yin e yang delle gambe CV4/Guanyuan	armonizzazione Tonificazione	Tui fa Rou fa, ji fa
Chiusura	45	Zona	Ventre	Tonificazione	Mo fa, zhen fa
	50				
	55				
	60				

Visto che buona parte dei problemi iniziali si sono attenuati o sono scomparsi si decide di passare a una fase di tonificazione più intensa del sistema del qi del rene mediante l'utilizzo della moxa in modalità tonificante sui punti bei shu e yuan del rene e bei shu del sangue equivalente alla zona iniziale di dolore nella torsione del dorso. Si mantiene comunque una lieve dispersione per quanto riguarda la muscolatura perchè è una persona che non si risparmia con i lavori pesanti e nell'attività marziale e quindi tende a sviluppare facilmente tensione muscolare. Tutti i punti relativi al qi del rene vengono trattati con manovre in tonificazione. Inoltre, si aggiungono alcuni punti del Meridiano del Fegato, in particolare LR5/Ligou, per lavorare sulla dispersione del calore presente a livello dei genitali esterni.

Il trattamento prosegue per **altre due sedute** e il cliente riferisce di sentirsi meglio, più rilassato, più energico, meno stanco la sera e la schiena manifesta solo sporadicamente un lieve dolore a livello lombare. Nel complesso molti sintomi sono stati risolti: la rigidità al collo e il mal di testa non si sono più ripresentati, non ha più avuto dolori alla torsione a livello dorsale, non ha più i piedi freddi, non si alza più di notte per urinare e anche l'umore, essendo migliorata la qualità del sonno, si è modificato in senso positivo. Per quanto riguarda il problema ai genitali, c'è stato un lieve miglioramento con l'attenuazione del rossore, ma rimane una sensazione di irritazione latente. Si è preso l'impegno di regolare l'alimentazione nella quantità, nella qualità e negli orari, cercando di evitare di mangiare la notte, per influire positivamente anche mediante questa pratica fondamentale per la nostra salute.

Conclusioni

Grazie alle molteplici potenzialità che la medicina cinese offre nel saper interpretare segni e sintomi nelle loro diverse sfaccettature e agli svariati strumenti che il tuina ha a disposizione per svolgere un'azione energetica, questa esperienza particolare di trattamento di un soggetto con sindrome bi ha avuto un esito soddisfacente. In un primo tempo si è agito contrastando quelli che sono i fattori patogeni che hanno posto in disequilibrio il sistema energetico della persona, un sistema che presentava diverse zone di minore resistenza date dagli innumerevoli traumi accusati nel tempo e quindi più vulnerabile agli agenti atmosferici.

Sono state utilizzate moxa e coppette intermittenti e strisciate oltre alle manovre di tuina per poter produrre l'effetto di dispersione del vento freddo che aveva causato contratture e rigidità su un terreno già predisposto alla stasi di qi e xue. Il martelletto di gomma ha contribuito a produrre un ulteriore effetto di dispersione e mobilizzazione lungo i canali oltre all'utilizzo di manovre sui punti dedicati ad attivare vigorosamente qi e xue per assicurarne la libera e fluida circolazione in tutto il corpo. Successivamente si è cercato di sostenere il qi del sistema in deficit, quello del rene, al fine di aumentare la zheng qi o energia corretta e produrre una maggiore resistenza agli attacchi dei patogeni esterni oltre che a mantenere scorrevole la circolazione di qi e xue nei canali e collaterali.

E' noto che un dolore dovuto anche a una lesione organica e non solo ad un attacco dei fattori patogeni esterni può richiedere un decorso molto più lungo di trattamento e soprattutto un cambiamento nelle abitudini di vita che non sempre si è disposti a fare nonostante il disagio che esso provoca. Quindi, mediante il trattamento di tuina non si può avere la pretesa di arrivare a risolvere una lesione organica ma attraverso la sua azione energetica si può dare sollievo, risolvere anche altri aspetti o effetti collaterali di un disequilibrio e portare la persona a migliorare complessivamente la qualità della propria vita.

Bibliografia

“Basi di Medicina Cinese e Clinica di Tuina”, F. Cracolici, V. Marino, E. Rossi, S. Scarsella, L. Sotte, T. Hong, 2004, Casa Editrice Ambrosiana

“Manuale di Tuina – fondamenti e strategie di trattamento”, L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino, 2011, Casa Editrice Ambrosiana

“Manuale di agopuntura”, P. Deadman, M. Al-Khafaji, K. Baker, 2000, Casa Editrice Ambrosiana

“Medicina Tradizionale Cinese per lo Shatzu e il Tuina”, M. Corradin, C. Di Stanislao, M. Parini, 2001, Vol. 1 e Vol. 2, Casa Editrice Ambrosiana

“Massaggio Cinese – una pratica antica per la salute di oggi”, G. Bottaro, Fu Bao Tian, 1996, Meb

“ Manuale pratico di Moxa”, Y. Réquéna, 2003, Red

“I fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese”, G. Maciocia, 1996, Casa Editrice Ambrosiana

“I tre poteri segreti del Taiji Quan: corpo-mente-energia”, F. Daniele, 2001, Luni Editrice

Appunti alle lezioni di:

Dr.ssa Lidia Crespi

Paolo Ercoli

Dr. Camillo Luppini

Dr. Vito Marino

Dr. Massimo Muccioli

Ing. Roberto Scordato