

Convegno nazionale FISTQ. Firenze 26-27 settembre 2009

Strategie di Tuina nelle manifestazioni dolorose da deficit e da eccesso



Relatori:

Lidia Crespi

Paolo Ercoli

 www.paoloercoli.org

Indice

- Il dolore in Medicina cinese
- Come costruire un trattamento tuina
- Esempi
- Domande e risposte

Principali cause di dolore

- Turbe degli Zang-Fu
 - Emozioni
 - Stile di vita (alimentazione, attività sessuale, lavoro fisico e mentale...)
- Invasione di Xieqi
- Traumi

Definizione

"Bu tong zhi tong, tong zhi bu tong"

Non passa quindi c'è dolore,
passa quindi non c'è dolore

- Il dolore in MTC è causato da una "non circolazione" o da una "non nutrizione".

Le cause da deficit e quelle da eccesso

- E' importante stabilire con chiarezza se il dolore è dovuto ad una situazione di deficit o di eccesso perché questo modifica sostanzialmente l'impostazione del trattamento ed i suoi risultati
- La causa può essere una pienezza con un deficit sottostante

I quadri da deficit

- Vuoto di Qi
- Vuoto di Sangue
- Vuoto di Yang
- Vuoto di Yin

I quadri da eccesso

- Stasi di Qi
- Blocco di Xue
- Xieqi:
 - Invasione di Xieqi, e presenza di una Sindrome Bi
 - Presenza di Xieqi nel sistema degli Zang/Fu

Quadri da deficit

	Deficit
Intensità	Debole
Qualità	Sordo
Evoluzione nel tempo	Continuo nei casi cronici, non necessariamente continuo se recente
Localizzazione	Fissa
Come peggiora	Con il consumo della Sostanza in deficit
Come migliora	Con il riposo, con il calore moderato, con la pressione

Quadri da eccesso

	Stasi di Qi	Blocco Xue
Intensità	Intenso	Forte
Qualità	Distensivo	Trafittivo
Evoluzione nel tempo	Cambia	Continuo
Localizzazione	Può essere fissa	Puntiforme
Come peggiora	Con l'assenza di "movimento"	Pressione e movimento
Come migliora	Con il movimento e con il calore	Non migliora spontaneamente

Quadri da eccesso (Xieqi)

	Freddo	Calore	Umidità	Vento
Intensità	Forte	Forte	Può essere forte	Non definibile
Qualità	Blocco, dolore trafittivo	Bruciare e arrossamento	Gonfiore e indolenzimento	Tremori, contratture spasmi
Evoluzione nel tempo	Continuo	Continuo	Continuo	Non necessariamente continuo
Localizzazione	Fissa	Fissa	Fissa	Migrante
Come peggiora	Con il freddo e la pressione	Con il Calore	Con l'Umidità	Con il Vento
Come migliora	Con il calore	Con il fresco, espellendo il patogeno	Espellendo il patogeno	Espellendo il patogeno

Come impostare il trattamento Tuina?

- Routine di trattamento o “costruire le sequenze”?
- Un **metodo** per impostare il trattamento, nato dalla necessità didattica di “spiegare il perché”
- Dai principi di trattamento e le combinazioni di Punti al trattamento Tuina

Gli ingredienti del metodo

- L'azione energetica delle manovre
- Tonificare e disperdere, l'esecuzione in tonificazione ed in dispersione
- Le “sei modalità di lavoro”
- La struttura temporale del trattamento: “le tre fasi”

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

L'azione delle manovre, un esempio:

滚法 **Gunfa**

indicazione Rilassa e decontrae profondamente la muscolatura

azioni: Qi	Fa circolare
Struttura	Rilassa la muscolatura
Struttura	Scioglie le contratture
effetti: Xue	Fa circolare, rimuove il blocco
Dolore	Allevia
Struttura	Apri e rilassa i tessuti
Meridiani	Scalda
Meridiani	Apri, rimuove l'ostruzione

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

Tonificare e disperdere

- **Tonificare significa stimolare una o più funzioni del Qi che è diminuita;** ci sono metodi (come le tecniche ausiliarie), manovre e modalità di eseguirle che ripristinano quella funzione tramite l'azione sui Punti e sul sistema dei Canali.
- Il TuiNa è una tecnica molto importante nella tonificazione, insieme all'alimentazione, la moxa e la fitoterapia.

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

L'esecuzione in tonificazione

- Una manovra viene **eseguita** in tonificazione quando la sua **azione** deve essere quella di: tonificare, nutrire, umidificare, riscaldare, sollevare.
- Sono eseguite in tonificazione le manovre in cui:
 - la stimolazione è delicata
 - il movimento è lento
 - si segue la direzione energetica del Meridiano
 - la direzione è in senso orario
 - si asseconda il respiro

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

- **Disperdere** significa intervenire sull'eccesso di energia locale di una zona o di un sistema. Per esempio potrebbe essere una stasi di Qi e/o Xue oppure la presenza di Fattori patogeni.
- Una manovra viene **eseguita** in dispersione in tutti gli altri casi rispetto a quelli definiti prima, ad esempio quando la sua **azione** deve essere quella di:

eliminare il Vento (esterno o interno), purificare il Fuoco o il Calore, eliminare il Freddo, dissolvere l'Umidità, dissolvere il Flegma, aprire gli orifizi, stimolare la rianimazione, bloccare il dolore, regolare il Qi o il Sangue, rimuovere le ostruzioni dai Meridiani, far circolare, muovere la stasi, rimuovere il blocco di Sangue, sottomettere il Qi o lo Yang, alleviare il dolore, promuovere la circolazione, aprire e attivare i Meridiani, drenare il Qi disperdere la pienezza o la stasi, liberare i canali, alleviare lo spasmo, rilassare i tessuti, rilasciare i tendini...

Tratto da "Manuale di Tuina" (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

L'esecuzione in dispersione

- Sono eseguite in dispersione le manovre in cui:
- la stimolazione è energica
- il movimento è rapido
- si tratta in direzione opposta a quella del Meridiano
- la direzione è in senso antiorario
- si oppone al respiro

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

Che significa “energica”?

A rendere una manovra più o meno energica contribuiscono principalmente tre parametri:

- la natura della manovra
- l'intensità
- la durata

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

Le Sei Modalità di lavoro

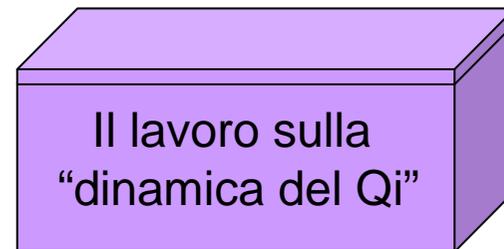
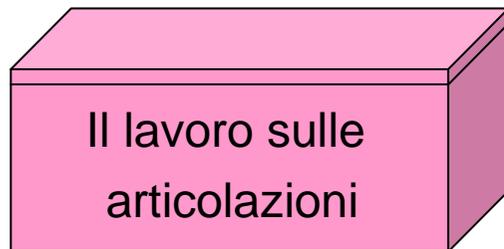
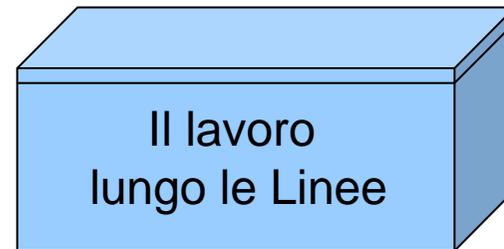
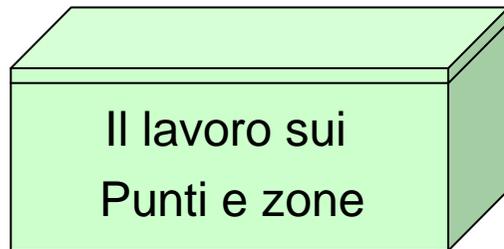
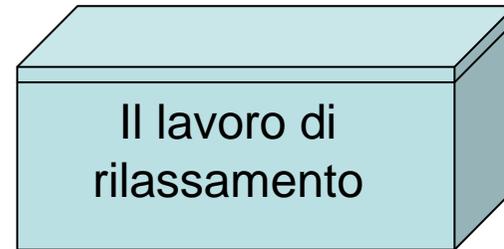
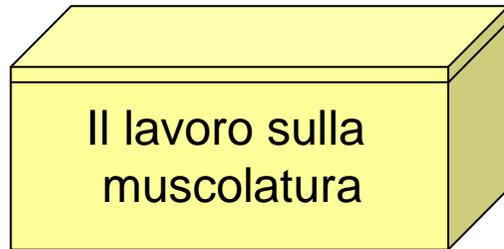
Sono degli **obiettivi parziali**, che possiamo immaginare come dei “contenitori” in cui sono racchiuse delle manovre eseguite con delle caratteristiche coerenti con l’obiettivo stesso.

- Il lavoro di rilassamento (distensione)
- Il lavoro sulla muscolatura
- Il lavoro sui Punti e zone
- Il lavoro lungo le Linee (Canali)
- Il lavoro sulle articolazioni
- Il lavoro sulla “dinamica del Qi”

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

Riempiamo i contenitori ...

Anfa
Anroufa
Bashenfa
Bofa
Cafa
Chuifa
Cuofa
Doufa
Fentuifa
Gunfa
Hetuifa
Jifa
Leifa
Lifa
Mofa
Nafa
Naofa
Nawu Jingfa
Nianfa
Niefa
NieJifa
Paifa
Pifa
Qiafa
Roufa
Rounafa
Saosanfa
Tuifa
Yaofa
Yizhichan
Zhenfa
Zhuofa



Teniamo presente che...

- Non è detto che in un trattamento siano presenti tutte e sei le modalità di lavoro o che abbiamo sempre lo stesso peso, importanza o durata.
- **Un trattamento si può individualizzare rispetto ad una situazione specifica e ad una persona solo se si è capaci di stabilire correttamente la presenza, l'importanza, la durata, l'esecuzione e la posizione reciproca delle varie modalità all'interno della sequenza.**

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

La ricetta: le tre fasi del trattamento e la sequenza temporale

- **La fase di apertura**
 - 1) Lavoro di rilassamento
 - 2) Lavoro sui Punti di sblocco
 - 3) Lavoro sulla Dinamica del Qi
- **La fase centrale del trattamento**
 - Lavoro sulle linee
 - Lavoro sulla muscolatura
 - Lavoro sui Punti e Zone
 - Lavoro sulle articolazioni
- **La fase di chiusura**
 - 1) Lavoro sui Punti o zone
 - 2) Lavoro sulle Linee
 - 3) Lavoro sulla Dinamica del Qi

Mettiamo tutto insieme ...

- Avere ben chiari i principi di trattamento
- **Concentrarsi sulla fase centrale del trattamento, stabilire quale modalità di lavoro è prioritaria in questa fase ed assegnargli un tempo ragionevole per poterlo effettuare.**
- Decidere quali modalità ausiliarie ci occorrono per dare maggiore efficacia a questa fase, ad es.:
 - Il lavoro sui Punti è successivo al lavoro sulla muscolatura
 - Il lavoro sulle articolazioni è successivo al lavoro sulla muscolatura
 - Il lavoro di dispersione precede quello di tonificazione
- Definiti i metodi di lavoro delle diverse fasi, definire la modalità di esecuzione, in tonificazione o dispersione.
- Scegliere una modalità di apertura e di chiusura
- Scegliere le manovre più opportune in funzione delle loro azioni.

Semplificando ...

- Le condizioni di deficit
 - Trattamento “in loco” in tonificazione
 - Importante il lavoro sui Punti
- Le condizioni di dolore da eccesso trattabili localmente
 - Trattamento prossimo-distale
 - Importante il lavoro sulla muscolatura
- Le condizioni di eccesso non trattabili localmente o i casi acuti di blocco
 - Importante il lavoro sui Punti distali

Alcuni Punti distali

- Punti ad azione sulle zone
- Punti esperienziali di sblocco
- Punti Shu antichi
- Mirror point
- Punti Xi e Punti Shu Yuan
- Punti sui meridiani

Punti ad azione sulle zone

Tecnica valida per dolori recenti, acuti. Al Punto locale doloroso, scelto sul tragitto del Meridiano interessato, aggiungeremo:

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

Alcuni Punti esperienziali di sblocco

- Spalla: ST38
- Collo: BL60 - Luozhen
- Nuca: SI3
- Dorso: BL57
- Lombi: BL40 -Yatong
- Ginocchio: LI11
- Punti A-shi e adiacenti

Punti Shu antichi (Wu Shu)

- Punti Jing Pozzo importanti nel calore, lo disperdono insieme ai patogeni
- Punti Ying Ruscello drenano gli eccessi, soprattutto il calore

Mirror point e Punti Xi-Yuan

- Mirror point
 - Ad esempio polso dx-caviglia dx
- Punti Xi nei Meridiani Yang
- Punti Shu-Yuan nei meridiani Yin

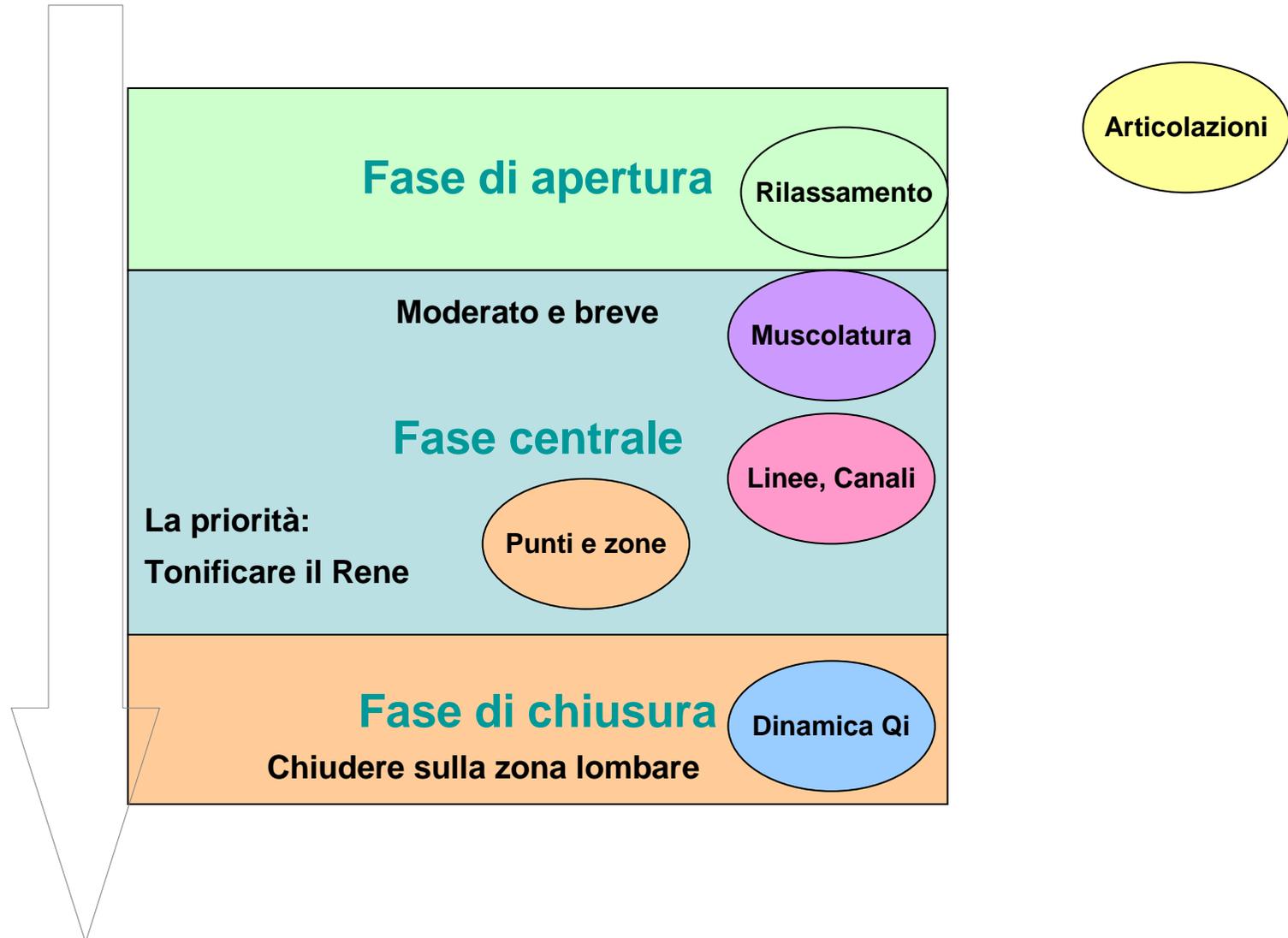
Punti sui meridiani

In base alla regola dell'”estremo opposto”:

- Sullo stesso meridiano e lato
- Sul meridiano accoppiato per livello energetico, sullo stesso lato
- Sul meridiano accoppiato per livello energetico, ma sull'articolazione controlaterale opposta.

Un esempio

Dolore lombare da Deficit del Qi del Rene



Fase	Tempo minuti	Modalità di lavoro	Dove	Modalità	Tecniche consigliate
Apertura (posizione prona)	5	Rilassamento	Schiena	Leggera dispersione	Mofa, TuiFa, Roufa su BL e GV
Centrale	10	Muscolatura	Schiena	Leggera dispersione	Gunfa, Anroufa, YiZhichan sui HTJJ
	20	Linee	Gv, Bl, Ki	Tonificazione	Tuifa, Naroufa, Roufa
		Zone	Lombare	Tonificazione	Mofa, Roufa
	30	Punti	Bl23, Ki3, Gv4	Tonificazione	Anfa, Anroufa
Chiusura	40	Linee	Gambe	Tonificazione	Tuifa, Naofa, Lifa
		Zone / Dinamica Qi	Lombare	Tonificazione	Mofa

Tratto da “Manuale di Tuina” (titolo provvisorio) Casa Editrice Ambrosiana di prossima pubblicazione. L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino

Grazie per la vostra partecipazione
e attenzione!



Lidia Crespi

Paolo Ercoli

 www.paoloercoli.org