

### **Che cosa è l'agopuntura?**

L'agopuntura è una forma di terapia medica, che si avvale della stimolazione di determinate zone cutanee per mezzo di sottili aghi metallici, con lo scopo di ripristinare un equilibrio alterato da qualsiasi causa.

### **L'Agopuntura è atto medico?**

In Italia l'esercizio dell'agopuntura è riservato ai Medici chirurghi ed odontoiatri in possesso dell'abilitazione alla professione (**Sentenza 154696 II Sezione penale Corte di cassazione del 19 luglio 1982 - Ministero della Sanità - Circolare n° 17 del 28 febbraio 1984**). Nel maggio 2002 la Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici ha ribadito che l'Agopuntura e la Medicina cinese sono atto medico in quanto solo il medico abilitato, secondo scienza e coscienza e sotto la propria responsabilità, è in grado di istituire una diagnosi, formulare una prognosi e prescrivere una terapia, valutandone rischi e benefici, comparandoli con quelli di altre metodiche terapeutiche della Medicina occidentale. *Chi pratici l'agopuntura essendo sprovvisto dell'autorizzazione all'esercizio professionale commette il reato di esercizio abusivo della professione medica di cui all'art. 348 c.p.*

### **Quali sono le indicazioni dell'agopuntura?**

Ogni anno vengono pubblicate centinaia di sperimentazioni cliniche che indagano l'efficacia dell'Agopuntura in un numero crescente di patologie.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, le patologie trattabili con l'Agopuntura sono numerose:

- a) malattie interne: asma, diabete, colite funzionale, ulcera duodenale, diarrea, stipsi, emorroidi, dispepsia, ipertensione arteriosa lieve;
- b) malattie dell'apparato genito-urinario: impotenza, infertilità, dismenorrea, sindrome premestruale, vaginite;
- c) malattie muscolo-scheletriche e neurologiche: artrosi, artrite, borsiti, sciatica, tendiniti, cefalea, emicrania, nevralgia del trigemino, postumi di ictus cerebrale;
- d) malattie dell'orecchio/naso/gola: cali dell'udito, vertigini, acufeni, sinusite, faringite cronica;
- e) malattie infettive: bronchite, raffreddore comune, rinite allergica, epatite;
- f) malattie cutanee: acne, eczema, herpes simplex e zoster;
- g) malattie mentali ed emozionali: ansia, stress, depressione, insonnia.

Qui di seguito riportiamo il link al documento dell'Organizzazione Mondiale della Sanità "[Acupuncture Review and Analysis of Reports on Controlled Clinical Trials](#)" ed una [traduzione](#) di alcuni passi salienti dello stesso ed una traduzione.

La lista è molto lunga e riportarla per intero è forse inutile, in quanto tutte le affezioni sono suscettibili di miglioramenti, alcune fino alla guarigione. Esiste però una notevole differenza tra curare e guarire: tutto ciò è vero per qualunque terapia medica e l'agopuntura non si sottrae alla regola. Facciamo una distinzione tra malattie funzionali e malattie organiche: nelle prime è alterata una funzione, nelle seconde assistiamo alla comparsa di alterazioni anatomiche spesso irreversibili. Mentre nel primo caso l'agopuntura da sola manifesterà un'azione positiva fino alla guarigione in un'ampia percentuale, nelle seconde l'efficacia terapeutica sarà minore, le alterazioni irreversibili non subiranno mutamenti, ma potremo comunque ottenere un buon effetto sintomatico.

### **Quali sono i rischi o gli effetti collaterali dell'agopuntura?**

La pericolosità intrinseca dell'Agopuntura effettuata da personale medico esperto è senz'altro modesta, come riconosciuto dai National Institutes of Health statunitensi, ma non irrilevante. Secondo un'indagine del British Acupuncture Council su 34.407 trattamenti effettuati da 574 agopuntori nel Regno Unito (dove l'esercizio dell'agopuntura non richiede la laurea in Medicina e Chirurgia) si sono registrate:

- a) reazioni avverse maggiori (morte, inabilità permanente, ospedalizzazioni, ricorso a pronto soccorso): nessuna;
- b) reazioni avverse minori: 43 (0,13%) tra le quali nausea intensa o collasso 12, aggravamento dei sintomi 7, dolori intensi o ematomi cospicui 5, reazioni emotive 4;
- c) reazioni avverse transitorie: 5.136 (15%) tra le quali aggravamento dei sintomi (2,8%), ematomi modesti (1,7%), dolori (1,2%), sanguinamento (0,4%);
- d) reazioni transitorie: sensazione di rilassamento (11,9%), sensazione di maggior energia (6,6%).

### **Gli aghi sono sterili?**

Gli aghi utilizzati sono rigorosamente sterili e monouso.

### **Quante sedute dovrò effettuare?**

L'agopuntura, di norma, viene erogata a cicli. Il numero delle sedute di un ciclo varia in funzione della patologia e della sua durata. Le patologie acute richiedono, generalmente, meno sedute, le affezioni croniche un numero maggiore. In Cina si tende a prescrivere cicli di 10 - 15 sedute, eventualmente ripetibili una o due volte, se la terapia è inefficace. In genere, anche di fronte a patologie croniche, non si effettuano più di 6 - 8 sedute in mancanza di cambiamenti nel quadro sintomatologico.

### **Dopo quante sedute vedrò un effetto?**

La rapidità di comparsa del risultato terapeutico varia da paziente a paziente, in funzione della patologia e della sua durata: in una minoranza di casi i risultati si apprezzano fin dalle prime sedute, nella maggioranza durante il ciclo, in un'altra minoranza dopo la conclusione del ciclo.

### **Quanto dura l'effetto di una terapia di agopuntura?**

Molto dipende dalla patologia della quale il paziente è portatore. Spesso le affezioni croniche richiedono sedute di richiamo periodiche. In genere, dopo il periodo iniziale di attacco, con terapie bisettimanali o settimanali, si tende a distanziare le sedute, che si fanno mensili ed infine trimestrali. L'aspetto preventivo è molto importante nella Medicina cinese e le sedute di richiamo, effettuate ai cambiamenti di stagione, in genere valgono a mantenere il paziente nelle migliori condizioni psico-fisiche.

### **Come si svolge una visita di agopuntura?**

Al pari di quanto accade in una visita di Medicina occidentale, il medico agopuntore vi porrà delle domande rispetto ai vostri familiari, al vostro sviluppo, alle malattie delle quali avete sofferto, alle vostre abitudini di vita e, chiaramente, al motivo per il quale vi siete rivolti a lui. Non stupitevi se vi verrà richiesto di portare i risultati degli esami di laboratorio, o di effettuare ulteriori indagini diagnostiche, perché il medico agopuntore è anche un medico occidentale ed utilizza ambedue le medicine per ciò che di meglio possono offrire.

L'interrogatorio di cui sopra richiederà un'ora circa e sarà minuzioso: regolarità del ritmo cardiaco, disturbi respiratori, appetito, digestione, problemi urinari, mestruali, dolori in genere, ma anche qualità del sonno, sogni, predilezione per un sapore, avversione per un altro, climi preferiti o sgraditi, se sudate facilmente, se

siete freddolosi, se bevete molti o pochi liquidi e a che temperatura li gradite, se preferite essere in movimento o restare quieti, qual è lo stato d'animo in voi prevalente (la tristezza, la rabbia, la paura, la rimuginazione) e molto altro ancora.

La medicina cinese si è sviluppata senza l'ausilio di indagini strumentali e l'interrogatorio del paziente riveste la massima importanza. Nel frattempo il medico vi osserva, esamina il vostro aspetto generale, la postura, i vostri gesti, apprezza la tonalità della vostra voce, l'intensità dello sguardo. Il medico sta tentando di inquadrare il vostro disturbo all'interno della vostra costituzione, sta cercando di capire qual è l'origine della vostra affezione, di distinguere tra i sintomi secondari (magari quelli che vi hanno condotto nel suo studio) e quelli primari (l'origine profonda della malattia), di decidere se sia più utile dedicarsi inizialmente ai primi, oppure concentrarsi fin dal principio sui secondi. Si dedicherà ad un esame medico occidentale, ma cercherà anche dei punti dolenti al tatto sulla superficie corporea, palperà l'addome, esaminerà attentamente la vostra lingua, gli occhi, ed apprezzerà il battito cardiaco al polso radiale, prendendolo sia a destra che a sinistra, esercitando dapprima una pressione lieve, poi più profonda in sei posizioni, tre a destra, tre a sinistra, tre in superficie, tre in profondità, per un totale di 12. Così facendo otterrà informazioni circa il vostro stato energetico generale, apprezzando la regolarità del battito cardiaco, la prevalenza dei polsi superficiali rispetto a quelli profondi, di quelli di destra rispetto a quelli di sinistra, le singole posizioni, che stanno ad indicare lo stato energetico dei vari organi.

Dopo di che il medico sarà in grado di presentarvi un quadro delle possibilità della medicina cinese nel vostro caso specifico, le probabilità di successo della terapia, a base di aghi, preparati fitoterapici, norme dietetiche e di vita. Vi dirà se la medicina cinese è in grado, da sola, di fornirvi l'aiuto richiesto, o se dovrete associare terapie occidentali.

In genere il rapporto medico-paziente con i medici agopuntori è molto soddisfacente e qualcuno insinua che sia alla base di molti successi dell'agopuntura (ricordiamoci però che questa tecnica funziona egregiamente anche in campo veterinario). Può essere vero, perché dedicare tempo ad un paziente, ascoltarlo attentamente, cercare di capire i suoi problemi (di salute, ma anche esistenziali) costituisce già parte della terapia. Questo è valido per qualunque medicina. Ponete domande al vostro agopuntore: anche queste gli saranno utili per comprendervi maggiormente, per cercare di dipanare insieme il gomitolo dei vostri problemi.

### **Come si svolge una seduta di agopuntura?**

Una volta deciso che l'agopuntura può essere utile al vostro caso, l'agopuntore procederà alla seduta vera e propria. In genere utilizzerà tra i 6 ed i 12 aghi, alcuni posti simmetricamente, altri no. L'esperienza cinese ci dice che l'ago dovrebbe essere manipolato fino "all'arrivo del Qi", consistente in una sensazione di tensione cutanea o pesantezza. Molti agopuntori manipolano scarsamente l'ago, senza suscitare questa sensazione e, ciononostante, ottengono ottimi risultati. La seduta può durare, a seconda dei punti utilizzati e delle finalità terapeutiche, da pochi secondi fino a 45 minuti. In genere gli aghi vengono rimossi dopo 20 – 30 minuti. Spesso l'agopuntore vi prescriverà dei preparati della farmacologia cinese (che, all'interno della medicina cinese, ha una parte importante almeno quanto l'agopuntura).

### **Le sedute sono dolorose?**

L'infissione dell'ago è essenzialmente indolore. Può causare un leggero fastidio nelle zone più infiammate, innervate o dotate di minor tessuto sottocutaneo. Se l'ago provocasse dolore, informatene l'agopuntore, poiché anche un leggero spostamento dell'ago lo eliminerà. Per i bambini e per i pazienti più timorosi, si può ricorrere alla stimolazione dei punti di agopuntura con luce laser. Tale metodica è del tutto indolore.

### **Posso associare l'agopuntura ad altre terapie?**

L'agopuntura, in quanto non prevede l'assunzione o l'iniezione di sostanze farmacologiche, è associabile a qualunque terapia fisica o farmacologia.

### **Quali sono i meccanismi di azione dell'agopuntura?**

Secondo il pensiero medico cinese tradizionale, tutto nell'universo è Energia (come del resto afferma la fisica moderna), dalle forme più sostanziali a quelle più sottili, in un moto di trasformazione e circolazione incessante, nel quale la trasformazione stessa garantisce l'equilibrio. Per quanto riguarda l'essere umano, esso è soggetto alle stesse leggi che governano l'universo. Anche l'essere umano è Energia, dalle forme più sostanziali (le ossa, la carne, ecc.) a quelle più sottili (il pensiero). L'Energia dell'essere umano deriva dai genitori (il patrimonio genetico) e da ciò che mangiamo e respiriamo. Questa Energia circola in tutto l'organismo, in particolare lungo delle vie di scorrimento preferenziali, denominate Meridiani o Canali, che mettono in comunicazione gli organi interni, dove l'energia viene prodotta, con qualunque parte del corpo. Lungo i Meridiani sono scaglionati i punti di agopuntura, luogo di affioramento dell'Energia trasportata dai Meridiani stessi, dove il qi può essere manipolato, tonificandolo quando è in difetto, disperdendolo quando è in eccesso. Intervenendo quindi sulla superficie (il punto cutaneo di agopuntura) si può influire sull'interno, ristabilendo la normale circolazione energetica per ripristinare un equilibrio la cui alterazione è considerata alla base di qualunque malattia. Esistono dodici Meridiani Principali ed un gran numero di Meridiani Secondari, lungo i quali sono distribuiti i punti di agopuntura, a formare qualcosa di simile ad un sistema di irrigazione fatto di bacini di riserva, di canali, di ruscelli e di chiuse, nel quale l'Energia può essere incanalata e convogliata laddove ce n'è bisogno.

In questa visione unitaria dell'Energia e dell'essere umano non esiste un dualismo tra materia (il corpo) ed Energia (la psiche), ed ogni punto può essere utilizzato efficacemente per intervenire sia sulla sfera organica che su quella psichica. L'agopuntura si rivela efficace sia nelle affezioni organiche che in quelle psicologiche, non solo quindi, come spesso si crede, nella terapia del dolore.

Circa il meccanismo di azione dell'agopuntura in termini occidentali si sono fatte numerose ipotesi. Per quanto riguarda il dolore, la stimolazione dei punti di agopuntura favorirebbe la produzione di endorfine, sostanze simili alla morfina, prodotte dall'organismo e capaci di deprimere la trasmissione del dolore a livello del sistema nervoso periferico e centrale. L'effetto antinfiammatorio sarebbe da ricondurre, a livello generale, ad un aumento del cortisone prodotto dall'organismo e, a livello locale, ad una capacità di diminuire la liberazione dei composti chimici che sono alla base dell'infiammazione. Non siamo però in grado, anche ai giorni nostri, di spiegare compiutamente come l'agopuntura possa esplicare un'azione di sedazione sul sistema nervoso centrale, come possa aumentare il numero dei leucociti circolanti, come sia in grado di normalizzare la peristalsi dell'intestino, l'acidità gastrica, la pressione arteriosa, il ritmo cardiaco, come possa esplicare un effetto antiasmatico o regolarizzare un ciclo mestruale. In altri termini, i risultati clinici sono verificabili e ripetibili, ma ci manca una spiegazione accettabile in termini scientifici occidentali. Fortunatamente il modello tradizionale cinese, benché frutto di un pensiero pre-scientifico e profondamente permeato di accenti filosofici, è un modello funzionante, che ci permette di interpretare il paziente nella sua individualità, nella sua patologia, e, soprattutto, di istituire una terapia efficace.

### **L'agopuntura è rimborsata dalla mia assicurazione privata?**

Un numero crescente di assicurazioni rimborsa le sedute di agopuntura. Si consiglia di consultare preventivamente la propria assicurazione.

### **La parcella sanitaria per prestazioni di agopuntura è ducibile ai fini fiscali?**

Sì.