

## AGOPUNTURA

### Cosa è

L'**agopuntura** ha origine 3000 anni fa in Cina ed è una metodica terapeutica della Medicina Cinese che consiste nell'infissione di aghi molto sottili in punti del corpo (agopunti) a scopo terapeutico, per ristabilire il benessere di corpo e mente di un individuo regolarizzando il flusso di energia vitale che percorre negli organi, visceri e organi di senso. Gli agopunti vengono selezionati dopo aver eseguito una anamnesi (raccolta di informazioni) scrupolosa ed effettuata una diagnosi.

Il punto di agopuntura, oltre che con l'infissione dell'ago, può essere stimolato termicamente con sigari di artemisia (*Arthemisia vulgaris*) con la **moxibustione** (calore applicato al punto), oppure applicando all'ago una stimolazione elettrica (**elettroagopuntura**). In casi selezionati viene utilizzata l'**auricoloterapia**, trattamento di riflessologia applicata all'orecchio mediante l'uso di aghi sottilissimi e/o l'applicazione di semi di vaccaria (piccoli semini sferici adesi ad un cerotto) in punti selezionati dell'orecchio.

L'agopuntura è un atto medico ed è inserita nel **Sistema Nazionale Linee Guida** (SNLG) approvate dal **CNEC- Centro Nazionale per l'Eccellenza Clinica Qualità e Sicurezza delle Cure dell'Istituto Superiore di Sanità** (ISS). L'agopuntura ha un effetto terapeutico riconosciuto **dall'Organizzazione Mondiale della Sanità** (World Health Organization, WHO), su molte patologie sia acute che croniche.

### Ambiti di applicazione clinica

- **Oncologia:** nausea, vomito, fatica, dolore neuropatico e insonnia indotti dalla chemioterapia, anemia e leucopenia post chemioterapia, vampate di calore nelle donne sottoposte a terapia ormonale, xerostomia (secchezza delle fauci) e afte dopo radioterapia, astenia;
- **Gastroenterologia:** nausea e vomito, singhiozzo, spasmo esofageo, reflusso esofageo, ernia iatale, gastrite, ulcera gastroduodenale, dispepsia, sindrome del colon irritabile, stitichezza, diarrea, emorroidi;
- **Neurologia:** cefalea vascolare e tensiva, emicrania, nevralgia del trigemino, paralisi faciale "a frigore", emiplegia (sequele di ictus e post-traumatica), paralisi del nervo faciale, neuropatie periferiche, dolore herpetico;
- **Urologia:** coliche renali, vescica instabile, cistite, disuria, enuresi notturna;
- **Pneumologia:** asma, bronchite cronica, broncopatia cronica ostruttiva (BPCO);
- **Ortopedia:** patologie dolorose su base artrosica, artrosi temporo-mandibolare, rizartriosi del pollice discopatie ed ernie discali, cervico-brachialgie, periartrite scapolo-omerale, epicondilite, artralgie della mano, lombosciatalgia, periartrite dell'anca, coxartrosi, gonartrosi, tendinopatie e distrazioni muscolari, talalgie (dolore al tallone e calcagno), metatarsalgie (dolore alle ossa del piede);
- **Otorinolaringoiatria:** sinusite, rinite vasomotoria, faringite cronica, disfonia, ipoacusia, acufeni, catarro tubarico, vertigini;

- **Allergologia:** oculorinite e asma allergica;
- **Dermatologia:** orticaria, rush cutanei, prurito, psoriasi;
- **Endocrinologia:** iper e ipotiroidismo;
- **Psichiatria:** sindrome ansioso-depressiva, insonnia, attacco di panico;
- **Ginecologia/Ostetricia:** irregolarità del ciclo, amenorrea, dismenorrea, sindrome premestruale, menopausa e disturbi correlati, infertilità, leucorrea, infezioni genito-urinarie recidivanti, impotenza, in associazione alla FIVET, iperemesi gravidica;
- **Disassuefazione dal fumo di sigarette;**

### Meccanismi di azione

- La sperimentazione scientifica ha dimostrato che l'agopuntura ha, tra gli altri, i seguenti effetti:
- antinfiammatorio e di regolazione del sistema immunitario;
- antidolorifico attraverso la secrezione di neuromediatori (dinorfine, enkefaline, catecolamine, endorfine);
- decontratturante-antispastico (provoca il rilasciamento della muscolatura somatica e viscerale);
- ansiolitico-antidepressivo attraverso la regolazione della secrezione di numerosi neuromediatori (endorfine, serotonina, GABA etc.) implicati nei processi cerebrali;
- regola la circolazione sanguigna nei diversi distretti corporei e ristabilisce il trofismo tissutale.

### Vantaggi dell'agopuntura

- **Riduzione dell'uso di farmaci e degli effetti collaterali ad esso associati;**
- **Miglioramento della qualità di vita;**
- **Riduzione del periodo di malattia e dell'ospedalizzazione.**

### Sicurezza, effetti collaterali e controindicazioni

L'agopuntura è un atto medico ed è un trattamento sicuro. Non interferisce con le terapie farmacologiche tradizionali e gli effetti collaterali riportate nelle casistiche internazionali sono rari: piccoli ematomi nella sede d'infissione dell'ago che si risolvono spontaneamente, sudorazione e senso di mancamento (0.004%) nel corso del trattamento di agopuntura causata solitamente da labilità emotiva del soggetto o da paura degli aghi, pneumotorace (0.0003%), danno ai nervi o organi addominali (0.0001%). È controindicata a chi presenta allergie ai metalli e in caso di epilessia non controllata dai farmaci. La seduta di agopuntura non si può effettuare i primi due giorni del ciclo mestruale. Il rischio di formazione di ematomi aumenta nei pazienti affetti da emofilia e in terapia con farmaci antiaggreganti o anticoagulanti.

### Quante sedute sono necessarie

Il numero di sedute di agopuntura varia in base al tipo di patologia da trattare, dalla sua gravità e dalla sua durata (acuta o cronica). Un ciclo di agopuntura di solito è composto da 6-10 sedute: 4 sedute nelle prime due settimane (fase acuta di trattamento) e le successive a cadenza settimanale. I cicli di terapia possono essere effettuati anche più volte nel corso dell'anno in base alle indicazioni cliniche e alle patologie. Nel trattamento di patologie croniche (o

nel caso di pazienti oncologici) potrebbe essere necessario effettuare, dopo il primo ciclo di trattamento, una terapia di mantenimento con sedute mensili.