

# Medicina tradizionale cinese

## Scheda informativa

La Medicina Tradizionale Cinese (MTC) è uno dei sistemi medici più antichi. Il Huang-di Nei-jing, il Classico Interno dell'Imperatore Giallo, riporta tutta la teoria medica cinese. Redatto tra il 300 e il 100 a.C. espone e ordina una vasta mole di esperienze cliniche. Sebbene antica di millenni, è in costante evoluzione e di attuale applicazione e riconoscimento scientifico, come attestato dalle innumerevoli pubblicazioni presenti in letteratura.

## Cenni storici

Le origini della MTC si sviluppano in un contesto culturale molto diverso dal nostro. Il pensiero cinese ha un **approccio di tipo olistico** alla realtà: lo studio del particolare viene riportato sempre al quadro di insieme e i risultati dell'analisi servono a comprendere il fenomeno nella sua complessità e unicità. La medicina occidentale si occupa di agenti patogeni da identificare, isolare e contrastare: parte da un sintomo e ne indaga il meccanismo patogenetico. **La MTC al contrario considera il paziente nella sua totalità psicofisica.** Tutte le valutazioni cliniche sono tese a costituire un quadro di disarmonia che descriva lo squilibrio che si è verificato e riconoscere le relazioni tra gli eventi per poter agire riportando l'equilibrio. Rispetto al modello manicheo occidentale, che tende a dividere le cose in due categorie nettamente contrapposte, ( bene-male, inizio-fine, cielo-terra...) la filosofia taoista esprime un concetto di complementarietà, di inscindibilità, di reciproco controllo e di continuo divenire. Questi concetti semplici sono alla base del pensiero cinese e quindi anche alla base della MTC.

## Fondamenti metodologici

Il simbolo della cultura cinese che esprime in una sintesi efficacissima questi principi è il Taiji anche noto come **Yin-Yang** nel quale un cerchio, che rappresenta la totalità, è suddiviso in due sinusoidi uguali e simmetriche, una bianca, Yang, e una nera, Yin che accolgono nella loro porzione più espansa un piccolo cerchio del colore opposto a rappresentare la presenza in nuce dell'una nell'altra. In questo modo ricorda il continuo divenire ciclico: quando un fenomeno raggiunge il culmine, ne segue uno opposto e complementare, così come il giorno inizierà il declino verso il tramonto e la notte (piccolo cerchio nero in campo bianco), così la notte dovrà cedere il passo alle prime luci dell'alba (piccolo cerchio chiaro in campo nero). Lo Yin rappresenta per analogia i concetti di notte, buio, femminile, interno, freddo, acqua, basso, passività, mentre lo Yang i concetti di giorno, sole, caldo, maschile, esterno, alto, azione. Altro elemento fondamentale è l'intuizione che **tutto ciò che esiste sia costituito da Qi**. Non esiste un termine occidentale che possa esprimerne adeguatamente il significato. Il più utilizzato è senz'altro **"energia"**: si tratta infatti di un fenomeno generale che ha svariate funzioni e aspetti ed è allo stesso tempo materiale e immateriale. Un terzo concetto cardine su cui si basa la MTC è la **teoria dei Wu Xing, i cinque movimenti: Acqua, Fuoco, Legno, Terra, Metallo**, secondo la quale ciascun elemento è sia la cosa che rappresenta, sia il simbolo di una forza che agisce sulla natura. La traduzione "movimenti" indica l'esistenza di due cicli: uno di generazione, Sheng, e uno di controllo, Ke, di un elemento sull'altro: nel ciclo Sheng il Legno produce il Fuoco che a sua volta genera la Terra la quale accoglie il Metallo che, fondendo, genera l'Acqua che a sua volta nutre il Legno. Nel ciclo Ke di controllo, il Legno ricopre la Terra che argina l'Acqua, che può spegnere il Fuoco che può fondere il Metallo che a sua volta può tagliare il Legno. Seguendo il principio delle analogie, all'elemento Legno è associato l'organo Fegato, al Fuoco è associato l'organo Cuore, alla Terra la Milza, al Metallo il Polmone, all'Acqua il Rene. L'interdipendenza e il reciproco controllo fra gli elementi/organi garantisce un equilibrio dinamico che permette l'evoluzione ciclica dei fenomeni. **Quando questo equilibrio si rompe avvengono le calamità naturali o, relativamente alla salute umana, compaiono le patologie.** L'essere umano, che è parte dell'universo, è assoggettato alle stesse regole. È quindi compito del

medico consigliare i pazienti circa le misure igienico-sanitarie che possono aiutarlo a mantenere l'equilibrio e la salute, intervenendo solo quando è necessario per ristabilirli. Per godere di buona salute l'uomo deve quindi assecondare l'andamento delle stagioni riparandosi dagli sbalzi climatici, adeguando l'alimentazione alle necessità ed evitando eccessi sia fisici che psichici. Poiché la **MTC è soprattutto una medicina preventiva**, dispone di più risorse per preservare o ripristinare l'equilibrio: oltre la dietetica, si avvale dell'agopuntura, del massaggio (Tuina), della ginnastica (Qi gong e Tai chi chuan) e della farmacopea. L'ideogramma che rappresenta la MTC è infatti composto da un'anfora che contiene medicinali e da una mano ritratta nell'atto di compiere un gesto rapido che richiama quello eseguito nell'infiggere l'ago (Agopuntura). Nel corpo umano la MTC riconosce alcune Sostanze Fondamentali:

- **Qi** è definito Qi Normale o Corretto. I cinesi identificano tre fonti del Qi Normale: il Qi Originario (Yuan Qi) che viene trasmesso dai genitori ai figli, è responsabile delle caratteristiche ereditarie ed è immagazzinato nei reni che lo custodiscono e amministrano; il Qi dei Cereali, (Gu Qi) che rappresenta il contingente energetico che traiamo dagli alimenti e il Qi dell'Aria (Kong Qi) che i polmoni estraggono dall'aria e trasmettono a tutti gli organi
- **Xue**, il Sangue ha caratteristiche e funzioni più ampie rispetto alla nostra fisiologia ma sostanzialmente sovrapponibili
- **Jing** comunemente tradotto come "Essenza": descrive un principio che sostiene la vita biologica, è la sostanza organica che permette nascita, riproduzione e sviluppo
- **Shen** rappresenta il complesso delle facoltà mentali, la consapevolezza (tipica della coscienza di sé e del libero arbitrio), ma anche tutta la sfera emozionale, mentale e spirituale
- **Jin-Ye** indica i Fluidi, cioè tutte le sostanze che permeano il corpo e lo lubrificano

**Per la MTC gli organi non sono solo entità anatomiche definite, ma piuttosto un insieme di funzioni anche psichiche.** L'organo fegato, per esempio, è molto diverso dal fegato dell'anatomia accademica; esso accumula il Sangue e inoltre, armonizzando la distribuzione del Qi, la sua attività è assimilabile a quella del sistema nervoso autonomo. Influenza anche il trofismo di muscoli e tendini e, dal punto di vista psichico, è sede dello Hun che potremmo definire come "emotività". È perciò scontato e inevitabile che una patologia organica comporti un disagio psichico e viceversa. La MTC riconosce:

- **cinque organi Zang, "pieni" con funzione di elaborazione e sintesi, quindi fondamentali per la vita, nonché sedi dei vari aspetti psichici:** polmoni, cuore, milza, fegato e reni
- **sei organi Fu, "cavi" con funzioni di trasformazione, transito e coordinazione:** stomaco, intestino tenue, intestino crasso, vescica, cistifellea, triplice riscaldatore).
- **sistema dei Meridiani**, costituito dai canali in cui scorre il Qi. Hanno un tragitto profondo tra gli organi e uno più superficiale su cui si trovano i punti di agopuntura, attraverso i quali è possibile intervenire con l'infissione degli aghi, la digitopressione o la moxa per influenzare il flusso energetico e correggerne gli squilibri. Tecnica di rara raffinatezza concettuale e dalle infinite applicazioni cliniche, soprattutto là dove la medicina accademica è più carente di risorse.

La semeiotica cinese si avvale dell'esame della lingua, dei polsi, dello stato di coscienza e di tutti i parametri utili, unitamente a una raccolta anamnestica dettagliata, per giungere alla formulazione di una diagnosi esattamente come avviene per la Medicina Accademica; i dati raccolti, però, sono letti alla luce delle strette interdipendenze energetiche tra gli organi e riportati all'unicità dell'organismo in accordo con la visione olistica della MTC. Anche se spesso la terminologia cinese è di difficile interpretazione e traduzione e l'approccio complessivo filosofico-scientifico molto diverso da quello occidentale, il corpus della MTC offre l'opportunità di migliorare i criteri diagnostici e terapeutici della Medicina Accademica.

## Bibliografia

- Maciocia G. - "I fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese" Ediz. CEA, Milano - 2007
- Kaptchuk T.J. - "Medicina Cinese Fondamenti e Metodo" Red Ed. Como - 2003
- Quirico P.E. "Punti e meridiani di Agopuntura" Casa editrice Ambrosiana, 2013