

Lombalgia

...

Il dolore lombare è strettamente associato alle sindromi del Rene, poiché la zona lombare è la sede dei Reni.

Distingueremo le seguenti cinque sindromi:

- *Lombalgie da deficit del qi del Rene*
- *Lombalgie da deficit dello yin del Rene*
- *Lombalgie da deficit dello yang del Rene*
- *Lombalgia da stiramento o contusione*
- *Lombalgie da invasione di Freddo e Umidità patogeni*

Lombalgie da deficit del qi del Rene

Da eccesso di attività sessuale, sovraccarico e stress che consumano il qi e anche il jing, con deficit di nutrimento dei meridiani della zona lombare: GV, BL, KI.

Dolore cronico ad insorgenza progressiva, debolezza e facile stancabilità degli arti inferiori, aggravamento con la stanchezza e miglioramento con il riposo a letto, polso debole.

Trattare i canali di Du Mai e Vescica, del Rene, dell'Intestino Tenue. Digitopressione su BL23/Shenshu, GV3/Yaoyangguan, BL40/Weizhong, ST36/Zusanli, CV4/Guanyuan, KI3/Taixi.

Lombalgie da deficit dello yang del Rene

Da eccesso di attività sessuale, sovraccarico e stress che consumano il qi e il jing, con deficit di nutrimento dei meridiani della zona lombare.

Crampi addominali, pallore, arti freddi, aggravamento con il freddo e la fatica, lingua pallida, polso profondo e lento.

Trattare i canali di Du Mai e Vescica, del Rene, dell'Intestino Tenue. Digitopressione su BL23/Shenshu, GV3/Yaoyangguan, BL40/Weizhong, più GV4/Mingmen, KI3/Taixi.

Lombalgie da deficit dello yin del Rene

Da eccesso di attività sessuale, sovraccarico e stress che consumano il qi e il jing, con deficit di nutrimento dei meridiani della zona lombare.

Irritabilità, insonnia, rossore del viso, bocca e gola asciutte, "calore ai cinque centri", lingua rossa con patina scarsa o assente, polso sottile, debole e rapido.

Trattare i canali di Du Mai e Vescica, del Rene, dell'Intestino Tenue, l'addome.

BL23/Shenshu, GV3/Yaoyangguan, BL40/Weizhong, GB39/Xuanzhong, KI7/Fuliu.

Lombalgia da trauma

Il trauma danneggia la circolazione di Qi e Sangue nei meridiani e provoca il dolore lombare.

Nell'anamnesi è presente un episodio di stiramento o contusione della regione lombare; rigidità e dolore lombosacrale aggravati dalla pressione e dalla rotazione del tronco, lingua rosea o violacea, polso rugoso o a corda di violino.

Trattare i meridiani di Du Mai e Vescica, dell'Intestino Tenue.

BL23/Shenshu, GV3/Yaoyangguan, BL40/Weizhong, più BL60/Kunlun, Yintang o VG26/Renzhong.

Lombalgia da invasione di Freddo e Umidità patogeni

La lombalgia è dovuta all'ostruzione della circolazione del qi nei meridiani; i fattori che provocano la sindrome possono essere il vivere in posti freddi e umidi, esporsi alla pioggia, sudare molto.

Dolore in seguito ad esposizione al freddo umido, aggravamento nei giorni piovosi, sensazione di pesantezza e rigidità muscolare dorso-lombare, limitazione della flessione della colonna, il dolore si può irradiare ai glutei e agli arti inferiori, sensazione di freddo locale, lingua con patina bianca e vischiosa, polso lento e scivoloso.

Trattare i meridiani di Du Mai e Vescica, dell'Intestino Tenue. Digitopressione su BL23/Shenshu, GV3/Yaoyangguan, BL40/Weizhong, BL12/Fengmen.

Punti di “sblocco”. GV24/Shenting, BL2/Zhuanzhu, EX1/Yintang, SI3/Houxi, EX18/Yaotong + mobilizzazione lombare.

NB. Nel caso di lombalgia in relazione ad alterazioni anatomiche delle vertebre lombari, il trattamento principale è quello dei punti Extra Huatuojiaji, che corrispondono nello shiatsu alla branca interna della Vescica sulla schiena.

DIGITOPRESSIONE - Dianxue

METODI DI LOCALIZZAZIONE DEGLI AGOPUNTI

La maggiore o minore accuratezza nella localizzazione degli agopunti condiziona il risultato terapeutico. Grande importanza perciò è attribuita alla precisa localizzazione degli agopunti.

Tre sono i metodi di localizzazione degli agopunti comunemente usati: le "misure proporzionali", o "*cun*", i punti di repere anatomici, e le dita come unità di misura.

1. Misure proporzionali (*cun*)

La larghezza e la lunghezza delle varie porzioni del corpo umano sono divise in definite parti di unità uguali, che vengono chiamate *cun*, "pollice" in cinese.

2. Punti di repere Anatomici

Vari punti di repere anatomici sulla superficie del corpo sono usati come riferimento per la localizzazione dei punti.

3. Misurazioni con le dita

La lunghezza e la larghezza delle dita del paziente sono prese come riferimento per localizzare i punti. I tre metodi seguenti sono i più comunemente usati.

1) Misura del dito medio Quando il dito medio del paziente è flesso, la distanza tra le due estremità mediali delle pieghe delle articolazioni interfalangee è presa come un *cun*.

2) Misura del pollice La larghezza dell'articolazione interfalangea del pollice del paziente è presa come un *cun*.

3) Misura di quattro dita La larghezza delle quattro dita (indice, medio, anulare e mignolo) unite insieme a livello della piega dorsale dell'articolazione interfalangea prossimale del dito medio è presa come tre *cun*.

DIGITOPRESSIONE

...

Metodi (“fa”) principali di digitopressione

...

- **Roufa: Manipolazione di Impastamento**

...

- **Yi zhi chan Tui Fa** (metodo di spinta della meditazione con un dito)

...

- **Anfa – Premere – Pushing**

...

- **Koufa o Zhuofa – Battere ritmicamente o Beccare – Pointing o Knocking**

...