



Medicina " *Kanpô* "

Alcune note del Dott. Emanuele Paltrinieri

Il sistema kanpô, assieme ad agopuntura, moxabustione e massaggi, è una delle grandi branche della medicina orientale tradizionale.

Tutta la *Medicina Kanpô* si basa sui vecchi insegnamenti dei canoni classici della medicina cinese. La sua applicazione giornaliera fatta dai medici kanpô giapponesi differisce, però, da quella dei medici cinesi. Mentre questi ultimi preferiscono un alto dosaggio delle sostanze tipiche della medicina in questione, i nipponici preferiscono, invece, un dosaggio piuttosto basso.

Il sistema medico giapponese fu inizialmente influenzato dalla disciplina cinese attraverso la Corea. All'inizio del 7° secolo l'influenza dei coreani fu rimarchevole, ma dopo un certo periodo si stabilì una connessione diretta tra Giappone e Cina.

Fino al periodo della Restaurazione Meiji (1868) il sistema kanpô fu la medicina ufficiale praticata in tutto il Giappone. Durante il periodo Meiji, però, vennero introdotte, dai tedeschi, tecniche di medicina occidentale che presero piede rapidamente e, per la fine della seconda guerra mondiale, la pratica kanpô era stata abbandonata e le sue conoscenze dimenticate.

Dopo la guerra, vennero fatti diversi tentativi per ristabilire la medicina kanpô e nel 1976 finalmente il sistema kanpô con le sue formule mediche fu ufficialmente reintegrato all'interno del sistema sanitario nazionale giapponese.

Le statistiche mostrano che, nel 1983, il 42% dei clinici giapponesi utilizzava le formule della medicina kanpô nella propria pratica giornaliera, sia come terapia singola che come abbinamento ai moderni farmaci.



La medicina kanpô nel Giappone di oggi

Lo sviluppo dei servizi sanitari pubblici e l'uso di antibiotici eccellenti hanno eradicato infezioni fatali in Giappone. Adesso, però, sussistono condizioni patologiche non specifiche, costituzionali o psicosomatiche, che stanno “pressando” la medicina: arteriosclerosi, malattie da autoimmunità, patologie allergiche, neoplasie maligne e malattie neurodegenerative.

Tutte queste malattie sono il risultato dell'interazione di molti fattori, alcuni dei quali tutt'oggi sconosciuti. Questa situazione ha comportato diversi problemi alla medicina moderna, dal momento che è basata sull'ipotesi secondo cui *ogni singola patologia dipende da un singolo fattore*.

La disillusione che n'è seguita ha portato a conoscere i danni di varie sostanze farmaceutiche sintetiche (come il Talidomide); si sono anche verificate morti inaspettate durante procedure cliniche.

Inoltre la politica del piano assicurativo sanitario nazionale ha causato reazioni di malcontento circa la pratica medica corrente. Questo da quando, in pratica, i costi dei trattamenti sanitari sono stati depauperati in base alla regola basata sulle indicazioni diagnostiche, effettuate dai clinici, per ogni singolo paziente. Tali medici, spesso, hanno un margine di profitto ricavato dalla prescrizione dei farmaci. Risulta evidente che un tale sistema porta ad un eccesso nella somministrazione di questi ultimi.

È nato così, nella popolazione giapponese, il desiderio generalizzato di migliorare gli standard di salute. Purtroppo, però, la medicina moderna non è basata su concetti di benessere individuale. La medicina kanpô, invece, come tutte le medicine tradizionali, è capace di presentare alcune basi del concetto di “KI” com'energia vitale ed entità per raggiungere la salute; una condizione positiva che può essere mantenuta utilizzando sia un corretto stile di vita, sia impiegando in modo appropriato le medicine naturali.

La medicina occidentale è lontana da tali presupposti: essa si basa su un'idea “negativa” di salute: questa si realizza con l'assenza d'apparenti malattie.



Nel sistema medico kanpô, come l'agopuntura ed altri sistemi medici tradizionali, ogni persona è *considerata un universo in miniatura*; i sintomi ed i segni patologici portati dal paziente sono inter-relazionati nel concetto di Yin e Yang.

La medicina kanpô consente al medico di adattare un trattamento in accordo alle specifiche condizioni d'ogni singolo paziente. Durante il corso delle patologie, il trattamento in questione è adattato in ogni nuova fase, divenendo caratteristica di una medicina che può essere altamente individualizzata ed applicata in modo creativo.

Come risultato dell'accettazione della medicina kanpô in Giappone, il ministero della salute e welfare ha approvato la copertura economica delle prescrizioni di tale medicina, sempre tramite il piano assicurativo sanitario nazionale. Sin dal 1976 circa 120 "preparazioni" kanpô, estratte da poche erbe, sono divenute disponibili in Giappone.

L'approvazione finale è poi divenuta evidente con la stimolazione della ricerca in tale settore.

Con l'avanzamento della farmacologia moderna e della chimica negli ultimi 20 anni, le proprietà delle sostanze che costituiscono i fondamenti della medicina kanpô sono state quasi completamente svelate. Ora numerose informazioni sono disponibili.

Questo ha portato molti medici, prima scettici e non pratici di tale disciplina, ad avvicinarsi alla stessa ed a renderla molto più accettabile per molti.

Al dipartimento della medicina giapponese orientale (kanpô) presso la Medical and Pharmaceutical University Toyama, si visitano in media 90 pazienti al giorno di cui la maggioranza ha ricevuto cure mediche moderne. Tali pazienti possono essere classificati in due gruppi.



1. I pazienti per cui nessuna cura moderna efficace è disponibile a causa di:
 - difficoltà nel formulare una diagnosi, per esempio la *gastralgia* di difficile origine il cui unico sintomo è la piroisi;
 - diminuzione di peso senza causa apparente;
 - stanchezza od astenia;
 - difficoltà di curare efficacemente il paziente (per esempio, patologie degenerative del sistema nervoso –sia periferiche che centrali-);
 - cirrosi epatica;
 - insufficienza renale cronica;
 - patologia bronchiale ostruttiva, acuta e cronica.

2. I pazienti che hanno trovato difficoltoso l'impiego della medicina moderna a causa di:
 - allergia ai farmaci, epatotossicità e nefrotossicità elevate del farmaco necessario per una determinata patologia.
 - disturbi multifocali o multisistemici nei quali il trattamento di un organo aumenta la disfunzione in altri;
 - sfiducia nei farmaci moderni o preferenza per la medicina tradizionale kanpô;
 - disturbi associati "psicosomatici".

Nel campo dei servizi primari della sanità in Giappone, la medicina kanpô gioca un ruolo importante. Formulazioni kanpô sono applicate in un ruolo di supporto per malattie come ipertensione, malattie da raffreddamento, cefalea, artriti (malattie del connettivo), nevralgia, asma bronchiale, malattie del collagene, epatite cronica, diabete mellito, glomerulonefrite cronica ed altre.

Ci sono circa 170 mila medici praticanti in Giappone. Tra questi vi sono solo circa 100 specialisti in medicina kanpô. Questi professionisti impiegano solo prescrizioni kanpô nella pratica giornaliera. In aggiunta, altri medici usano formule kanpô solo per casi estremamente particolari come l'epatite cronica.



Secondo un sondaggio recente, circa il 68 % (nel 1989) dei medici in Giappone fa uso di formule kanpô durante il lavoro quotidiano.

Diversamente dalla Cina e dalla Corea, ove sono in vigore programmi addestrativi separati per medici che utilizzano la medicina occidentale e per quelli che impiegano la medicina tradizionale, in Giappone il permesso di praticare la medicina è dato esclusivamente a coloro che hanno seguito una scuola universitaria basata sul sistema medico occidentale. Come conseguenza, la pratica medica è strettamente regolamentata circa le procedure cliniche e i trattamenti terapeutici. In tal modo l'uso abbinato di farmaci sintetici e prescrizioni kanpô è possibile solo sotto la guida stabilita dal piano nazionale assicurativo sanitario.

Alcune informazioni di base

Il processo di diagnosi e terapia nel sistema tradizionale della medicina kanpô si compone di quattro fasi.

Fase 1: il medico ottiene le informazioni necessarie dal paziente (ispezioni, ascolto, palpazioni...).

Fase 2: si fanno l'analisi e la valutazione delle informazioni ottenute nella fase 1.

Fase 3: si fa la diagnosi delle condizioni del paziente sulla base dei sintomi riscontrati ed analizzati.

Fase 4: si sceglie la prescrizione adatta.

Le fasi 2 e 3 conducono al concetto "SHO". Il concetto di SHO enuncia la condizione dell'essere umano nella sua globalità al momento dell'esame ed è la base della diagnosi finale e della scelta della prescrizione kanpô corrispondente.

La figura 1 spiega la posizione della condizione di squilibrio di un paziente.

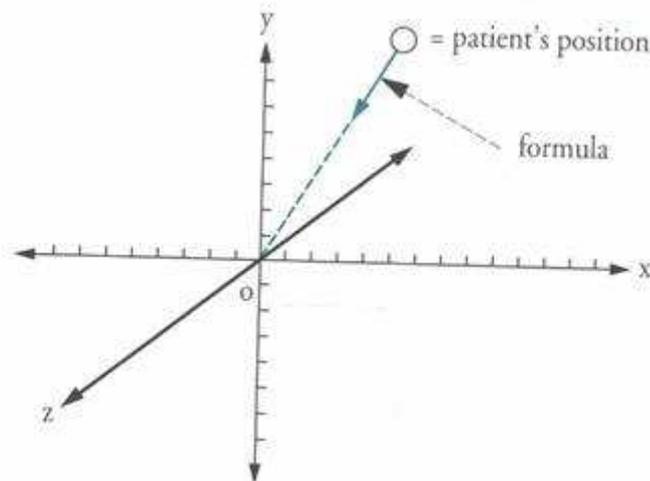


Figura 1

Il vettore (freccia) indica la formula kanpô corrispondente in grado di riportare il paziente nel proprio "centro d'equilibrio". Ogni formula kanpô possiede un certo potenziale dinamico per influenzare la condizione del paziente in maniera positiva o negativa, a seconda della sua posizione prima del trattamento. È indispensabile, perciò, determinare la condizione del paziente nel modo più accurato possibile.

Nella figura 2 il potenziale dinamico della formula è rappresentato, anche qui, da un vettore (freccia).

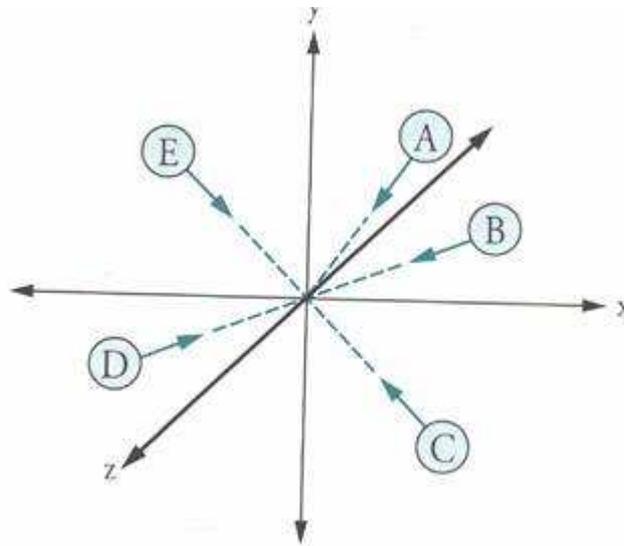


Figura 2

Durante il percorso clinico, la condizione di un paziente subisce alcuni cambiamenti. Si fa evidente la necessità di impiegare la formula appropriata per ogni nuova condizione, modificando le dosi o la prescrizione stessa.

Equilibrio dell'individuo in medicina kanpô

Possiamo esaminare e riassumere brevemente l'equilibrio di una persona con il metodo della medicina kanpô, tramite alcune nozioni basilari. Considerando che *Yin* à *Sangue* e *Yang* à *Ki*, se esiste equilibrio tra di loro, la persona è sana. Il *ki*, il sangue e l'acqua sono i tre elementi che, in un paziente sano, scorrono; se, viceversa, si fermano o mancano, subentra uno stato di malattia.

Si possono elencare anche altri concetti di base che il medico deve tenere sempre ben presenti:

1. Il caldo sale e l'acqua scende.
2. Dove c'è qualcosa che manca, questo deve essere aggiunto, dove è in eccesso va tolto, dove è fermo va fatto scorrere.

Per esempio, se il *ki* non scorre bene, la persona è più nervosa e può soffrire d'insonnia. Nella medicina kanpô è importante il concetto di *oketsu*: "sangue fermo". Infatti, la parte



inferiore del corpo tende a raffreddarsi maggiormente e la parte superiore a diventare troppo calda. L'acqua tende a scendere ed a raffreddare la parte bassa del corpo. Il calore tende a salire ed a scaldare la testa. In queste condizioni di raffreddamento della parte inferiore del corpo, il sangue è fermo e l'organo che si ammala maggiormente nella donna è l'apparato genitale femminile.

L'importanza dell'alimentazione

Pur utilizzando diversi metodi di cura appresi in Giappone, una delle cose fondamentali che ho imparato e che la nostra medicina ha totalmente dimenticato è il presupposto, necessario, per cui deve esistere necessariamente *un equilibrio nei cibi di cui ci nutriamo in base sia alla nostra necessità energetica, sia alla stagione dell'anno in cui ci si trova*. Il cibo deve mantenere una temperatura giusta, fisiologica ed equilibrata in tutto il nostro corpo.

Non dobbiamo mangiare cibi che ci raffreddano eccessivamente (soprattutto nella stagione invernale), né cibi che danno troppo calore (soprattutto nella stagione estiva). Quest'equilibrio tra caldo e freddo apporta benessere al il nostro corpo.

Una delle prime volte che sono stato in Giappone ed ho avuto l'occasione di parlare con alcuni medici, ho imparato che l'intelligenza di una madre si rivela dal fatto che, per avere un bambino sano, comprende la necessità di essere in buona salute. Programma alcuni anni della sua vita per riuscire ad evitare tanti errori cui, una volta avvenuta la nascita del bambino, è difficile porre rimedio.

Ci sono, quindi, delle regole importanti da seguire.

L'uomo è un essere onnivoro, ma in prevalenza e sin dalla sua origine è vegetariano. Durante il secolo scorso abbiamo cominciato a nutrirci in eccesso di carne: per anni i pediatri hanno continuato ad affermare che i bambini, al fine di ottenere uno sviluppo ottimale, debbono alimentarsi di una buona dose di carne. Ma sappiamo anche che quest'ultima è sempre più spesso prodotta da animali allevati in modo artificiale, non più in ambienti naturali. Essi non mangiano più foraggi naturali ma miscele concentrate.



Tutto è in eccesso: sia per l'animale che si nutre di queste miscele che per l'uomo che si nutre di questi animali.

Sembra quasi che la nostra specie, dalla propria storia, non abbia imparato nulla per viver meglio. Anche il Giappone si sta orientando sempre di più verso un'alimentazione ricca di proteine, dimenticando ciò che la tradizione gli ha sempre insegnato. Esiste un cibo "per dar calorie" e un cibo per dare "sostanza". Il primo deve essere costituito essenzialmente di grano, riso e granturco e, fattore importante, essi devono essere integrali. Tenendo conto, naturalmente, che una parte della popolazione, anche in Giappone, soffre di ulcera, non sopportando riso integrale, si potrà dare riso bianco e crusca di riso.

Nella tradizione di tutti i popoli, specialmente di quelli che si sono nutriti sempre di poca carne (come i giapponesi), si è sempre pensato alla natura, con le sue piante e radici e le verdure che crescono nelle varie stagioni, come al modo migliore per alimentarsi, con un apporto di nutrimento corretto e sufficiente.

Faccio un esempio: tutte le verdure che crescono in estate, devono portare ad un raffreddamento del corpo. Sono verdure a foglia larga, fresche, ricche di clorofilla, mentre in inverno si utilizzano verdure che crescono sotto terra perché esse hanno una maggiore proprietà di difenderci dal freddo ed hanno caratteristiche estremamente utili per l'uomo.

Il popolo giapponese si nutre molto di pesce ed alghe, soprattutto distingue i pesci e i molluschi che vivono sotto costa, in acque poco profonde, che presentano proprietà più vicine agli animali terrestri ed un ciclo vitale più corto, dai pesci che vivono in acque profonde (in alto mare), come ad esempio il tonno, che sono meno adatti a noi per il loro grado di acidità e per il contenuto in grassi. Risultano, quindi, maggiormente adatti a popolazioni nordiche.

I molluschi ed i crostacei sono importanti nella nostra dieta perché ricchi di calcio, minerale utilissimo per la nostra vita; dei molluschi si utilizza anche il guscio per produrre degli integratori alimentari.



Naturalmente il cibo è importante non solo per la vita quotidiana nelle persone sane, ma risulta fondamentale, in un corretto dosaggio, per riuscire a ristabilire un equilibrio nelle persone ammalate. Mangiare male significa soffrire di insonnia, di ipertensione, di diabete, di malattie cardiovascolari e fare una vita più stressata.

È importante anche considerare il cibo in relazione non solo alla nostra età, ma anche al fatto di essere maschio o femmina . Tener conto delle stagioni e delle attività che svolgiamo aiuta a prevenire future malattie.

Si parlava dell'importanza di una madre sana: essa sicuramente avrà maggiori possibilità di far nascere sano suo figlio e avrà maggiori speranze di educarlo a mangiare e a vivere in modo più equilibrato. Parliamo tanto di longevità, ma ci stiamo accorgendo che una buona parte della popolazione, pur vivendo più a lungo, non solo soffre di patologie a cui si è accennato sopra, ma soffre pure di patologie regressive come l'Alzheimer e l'aterosclerosi.

Se la madre è carente o deficitaria in un organo, il figlio non solo si ammalerà, ma avrà pure un invecchiamento precoce. Da genitori vecchi spesso nascono bambini che invecchiano precocemente. Da genitori sani nascono bambini che apparentemente sembrano più lenti nel loro sviluppo che poi, invece, si rivela regolare.

Bambini che nascono molto grossi si ammalano più facilmente di diabete, di malattie di organi quali fegato e reni, per esempio, e di precoci patologie circolatorie.

Quando i nostri piccoli si ammalano facilmente di malattie da raffreddamento (come influenza e raffreddore), dobbiamo essere consci che questo denota una carenza delle loro difese immunitarie: sarà facile, successivamente, andare incontro a patologie più gravi.

Nella medicina giapponese, una delle tante malattie curata con la medicina kanpô è l'**asma**. Questa ha varie cause: debolezza del muscolo diaframma, acidità del sangue, cattivo funzionamento del pancreas, sinusiti e tonsilliti ricorrenti ed una certa ereditarietà.

L'**asma infantile** può essere determinato da patologie congenite dei polmoni o dei reni oppure da grossi errori alimentari, tra cui l'assunzione di bevande fredde ed un'alimentazione troppo ricca di zuccheri.



La prima cosa da fare, allora, è l'eliminazione dello zucchero. Bisogna, quindi, alimentare il bimbo con riso integrale, con passati a base di patate e fagioli e, possibilmente, utilizzare le alghe "mascherandole" nei cibi. Tra queste vanno ricordate le alghe *kombu*, *wakame* e *iziki*. Bisogna pure integrare, secondo necessità, il calcio.

La dieta va corretta in modo drastico, diminuendo le carni, nutrendo il piccolo soprattutto di proteine vegetali. Anche l'uso eccessivo della frutta (che ha il potere di raffreddare il corpo) va limitato dando eventualmente succo di mela.

Occorre poi cambiare, nell'alimentazione, l'uso dell'olio impiegato in modo scorretto nella nostra cucina, utilizzando maggiormente l'olio di sesamo e l'olio di lino.

In un'altra occasione, mi riprometto di descrivere alcuni casi interessanti che ho avuto modo di curare come ortopedico. Infatti, ho avuto la possibilità di curare con ottimi risultati le patologie del rachide (tra cui ernie del disco). Pazienti anziani affetti da gonartrosi e pazienti, più o meno giovani, venuti nel mio studio per traumi da lavoro o da attività sportive, che hanno comunque interessato le strutture articolari hanno potuto ricevere benefici rimarchevoli.

Dott. Emanuele Paltrinieri