

# **Linee guida cinesi sul trattamento con Agopuntura e Moxibustione nella gestione dei sintomi nel paziente con COVID-19 (seconda edizione)**

Il COVID-19 è una sindrome respiratoria acuta, altamente infettiva e facilmente trasmissibile, che rappresenta una minaccia seria alla vita e alla salute delle persone. È stata inserita fra le malattie infettive di classe B, così come indicato in Law of the People's Republic of China on Prevention and Treatment of Infectious Diseases, e viene trattata come le malattie infettive di classe A. Nella medicina tradizionale cinese, il COVID-19 appartiene alla categoria delle malattie 'epidemiche'. Per migliaia di anni, la medicina tradizionale cinese ha acquisito un'ampia esperienza rispetto a come combattere dal punto di vista medico e nel lungo periodo le epidemie. L'agopuntura-moxibustione rappresenta una parte importante della medicina tradizionale cinese e, in quanto tale, ha delle caratteristiche specifiche, offre vantaggi uniche e ha dato contributi importanti nella lotta contro le epidemie nella storia della Cina.

Nella letteratura classica della MTC ci sono contributi in merito che riguardano l'utilizzo dell'agopuntura e della moxibustione per la prevenzione dell'epidemia e il relativo trattamento. Ad esempio, Sun Si miao, medico della dinastia Tang, nel suo libro *Beiji Qian jin Yao Fang* (Prescription Worth a Thousand in Gold for Every Emergency), suggerì quanto segue: "Coloro che viaggiano in zone colpite da malattie infettive hanno spesso bisogno della moxibustione, così non verranno infettati dalla malaria e dalla malaria nelle fase calda." Nel suo *Compendium of Materia Medica*, Li Shizhen, medico della dinastia Ming, affermò quanto segue: "La moxibustione con *artemisia argyi* può contribuire alla pervietà dei canali, curare centinaia di malattie e guarire persone che soffrono di malattie croniche." Secondo entrambi i libri l'agopuntura può prevenire e trattare le malattie infettive.

Studi clinici e sperimentali attuali dimostrano che l'agopuntura-moxibustione può regolare la funzione immunitaria dell'individuo e agire sulla risposta anti-infiammatoria e anti-infettiva. L'agopuntura-moxibustione gioca un ruolo attivo nella prevenzione e nel trattamento delle malattie infettive.

Affrontando il COVID-19, la terapia cinese con agopuntura e moxibustione ha partecipato attivamente alla prevenzione e al controllo, e ha ottenuto dei buoni risultati. Mentre aumenta la comprensione del COVID-19 e cresce l'esperienza clinica rispetto alla terapia con agopuntura e moxibustione, abbiamo messo a punto le *Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19 (second edition)* (Linee guida sull'Intervento con Agopuntura e Moxibustione per il COVID-19 seconda edizione) per i medici che praticano l'agopuntura e seguono i pazienti a casa; tutto questo in conformità ai documenti *Diagnosis and Treatment Plan for COVID-19 (trial version sixth)*-Piano di Diagnosi e Trattamento per il COVID-19 (versione trial n. 6) e *Suggestions on TCM rehabilitation during convalescence of COVID-19 (trial version)*-Indicazioni sulla riabilitazione con la MTC durante la convalescenza dal COVID-19 (versione trial) emanati dall'Ufficio Generale della Commissione Nazionale della Salute e dall'Ufficio Generale dell'Amministrazione Nazionale della Medicina Tradizionale Cinese.

## **I. Principi di intervento con Agopuntura**

i. Durante l'epidemia, il lavoro di intervento con agopuntura dovrebbe essere subordinato alla situazione generale e condotto metodicamente sotto la guida delle istituzioni mediche a tutti i livelli. Durante il trattamento con agopuntura, le sedute devono essere effettuate in rigorosa conformità ai requisiti della quarantena e della disinfezione. L'agopuntura nei casi confermati e nei casi in fase di guarigione può essere effettuata su più pazienti in un'unica sala; al contrario, nei casi sospetti, ogni

paziente dovrebbe essere trattato in una stanza separata. In corso di supporto respiratorio con ossigeno terapia, lamoxibustione può essere utilizzata nel rispetto delle norme di sicurezza.

ii. La diagnosi clinica, la stadiazione, la classificazione e la differenziazione della sindrome secondo la Medicina Tradizionale Cinese (TCM) per il COVID-19 devono seguire il piano per la diagnosi e il trattamento COVID-19 emesso dall'Ufficio Generale della Commissione Nazionale della Salute e dall'Ufficio Generale dell'Amministrazione Nazionale della Medicina Tradizionale Cinese. Allo stesso tempo, le caratteristiche della metodica agopuntura devono essere attentamente considerate, al fine di rendere il trattamento con agopuntura il più idoneo possibile. Il COVID-19 rappresenta una delle "cinque epidemie" ed è comunemente contraibile. "Tutti possono essere facilmente infettati, indipendentemente dall'età, e i sintomi sono simili". Il virus penetra nel corpo umano attraverso il naso e la bocca e, nella maggior parte dei casi, invade per primo il polmone, poi la milza, lo stomaco e il grosso intestino, con danni relativamente lievi; in una piccola percentuale dei casi, interessa il pericardio, il fegato e il rene diventando così una malattia grave e critica. La malattia muta rapidamente e mostra una chiara evoluzione della patogenesi principale e della sindrome. L'agopuntura agirà stimolando gli agopunti sugli arti, che sono collegati attraverso i canali ai visceri interni ed esternamente ai rami collaterali, e andrà direttamente a esercitare la sua azione sul focolaio dell'infezione stimolando e rinforzando i visceri interni e il loro Qi, e questo al fine di separare e poi espellere il patogeno del virus. L'agopuntura è utile anche a stimolare il Qi, migliorando l'auto protezione dei visceri e riducendo il danno agli organi causato dal virus.

iii. L'intervento di agopuntura, secondo l'evoluzione della patogenesi, sarà suddiviso in tre fasi: fase di osservazione, fase di trattamento clinico e fase di convalescenza. Attraverso la differenziazione delle sindromi degli organi e canali, il trattamento si applicherà principalmente su agopunti principali in associazione ad altri agopunti in base ai sintomi clinici, nel rispetto del principio "less is more". Il trattamento con agopuntura e moxibustione sarà considerato come appropriato in base a condizioni specifiche, secondo il principio di convenienza, semplicità, sicurezza ed efficacia. Dovremo creare le condizioni idonee e impegnarci duramente per far sì che il trattamento con agopuntura abbia un ruolo in tutte le fasi cliniche. L'agopuntura può essere utilizzata, a scopo sinergico nella fase di trattamento clinico, insieme alla fitoterapia. Nel trattamento dei pazienti in fase di guarigione l'agopuntura dovrebbe avere il ruolo principale. Abbiamo suggerito di organizzare nuove cliniche di riabilitazione basate sull'agopuntura per i pazienti COVID-19.

iv. La scelta degli agopunti e delle metodiche si basa sull'evidenza fornita dalla letteratura antica, da moderne ricerche cliniche e da ricerche di base; sono raggruppati i risultati delle ricerche sull'agopuntura ottenuti da precedenti studi e che dimostrano il miglioramento della funzione polmonare, la regolazione dell'immunità innata, i fattori antinfiammatori e pro-infiammatori, l'attivazione della via antinfiammatoria vagale-colinergica, la regolazione del sistema respiratorio e il superamento del danno infiammatorio polmonare.

v. Sotto la guida di agopuntori professionisti, i pazienti dovrebbero essere incoraggiati a eseguire lamoxibustione, l'applicazione di punti di agopuntura, il massaggio di punti di agopuntura, ecc., utilizzando Internet, i terminali mobili e le relative APP, WeChat, ecc., questo per ottenere il trattamento dei disturbi collaterali e promuovere la riabilitazione mentale. È necessario prestare attenzione alla comunicazione medico-paziente e al follow-up, nonché alla raccolta, al riepilogo e all'analisi dei dati di diagnosi e trattamento in un ordine completo e tempestivo.

## **II. Metodi di intervento con agopuntura e moxibustione**

i. Intervento con agopuntura e moxibustione durante la fase di osservazione medica (casi sospetti)

Obiettivo: stimolare il Qi vitale e le funzioni di polmone e milza, supportandoli nella fase di dispersione, separazione e rimozione degli agenti patogeni allo scopo di sostenere le funzioni difensive dei visceri contro di essi.  
Punti principali: (1) Fengmen (BL12), Feishu (BL13), Pishu (BL20); (2) Hegu (LI4), Quchi (LI11), Chize (LU5), Yuji (LU10); (3) Qihai (CV6), Zusanli (ST36), Sanyinjiao (SP6); selezionare ad ogni seduta 1-2 agopunti da ognuno dei tre gruppi citati.  
Punti associati: in caso di febbre, gola secca, tosse secca, aggiungere Dazhui (GV14), Tiantu (CV22), Kongzui (LU6); se tra i sintomi c'è nausea e vomito, feci molli, patina linguale spessa e grassa, polso molle, aggiungere Zhongwan (CV12), Tianshu (ST25), Fenglong (ST40); se si associa fatigue, debolezza e inappetenza, aggiungere Zhongwan (CV12), i quattro punti attorno all'ombelico (1 cun di distanza dall'ombelico sulle quattro direzioni), Pishu (BL20); se tra i sintomi c'è naso che cola, dolenzia di spalle e schiena, lingua pallida con patina bianca, polso lento, aggiungere Tianshu (BL10), Fengmen (BL12), Dazhui (GV14).

#### ii. Agopuntura e moxibustione durante la fase di trattamento (casi confermati)

Obiettivi: stimolare il Qi vitale di polmoni e milza, proteggendo i visceri e riducendo il danno, per disperdere i patogeni penetrati e “rinforzare la terra per generare il metallo”, al fine di bloccare la progressione della malattia, migliorare l'umore e fornire una speranza di guarigione.  
Punti principali: (1) Hegu (LI4), Taichong (LR3), Tiantu (CV22), Chize (LU5), Kongzui (LU6), Zusanli (ST36), Sanyinjiao (SP6); (2) Dazhu (BL11), Fengmen (BL12), Feishu (BL13), Xinshu (BL15), Geshu (BL17); (3) Zhongfu (LU1), Danzhong (CV17), Qihai (CV6), Guanyuan (CV4), Zhongwan (CV12); per trattare casi lievi o come trattamento generico selezionare ogni volta 2-3 punti principali del gruppo (1) e (2); per trattare casi severi selezionare 2-3 punti principali dal gruppo (3).  
Punti associati: in caso di febbre che persiste da lungo tempo, aggiungere Dazhui (GV14), Quchi (LI11); oppure il sanguinamento dell'apice dell'orecchio e della punta delle dita; se si associa oppressione al torace e respiro aggiungere Neiguan (PC6), Lieque (LU7); oppure la sequenza Juque (CV14), Qimen (LR14), Zhaohai (KI6); se c'è tosse catarrale, aggiungere Lieque (LU7), Fenglong (ST40), Dingchuan (EXB1); se c'è diarrea, feci molli aggiungere Tianshu (ST25), Shangjuxu (ST37); se c'è tosse catarrale con espettorazione di catarro giallo appiccicoso, stipsi aggiungere Tiantu (CV22), Zhigou (TE6), Tianshu (ST25), Fenglong (ST40); se c'è febbre, iperpiressia lieve o assenza di febbre, vomito, feci molli, lingua pallida o pallido-rosata con patina bianca appiccicosa, Feishu (BL13), Tianshu (ST25), Fujie (SP14), Neiguan (PC6).

I

#### ii. Agopuntura e moxibustione durante la convalescenza

Obiettivi: per rimuovere il virus residuo, ristabilire la vitalità, riparare la funzione degli organi tra cui polmoni e milza.

Punti principali: Neiguan (PC6), Zusanli (ST36), Zhongwan (CV12), Tianshu (ST25), Qihai (CV6).

1. *Deficit di Qi di polmoni e milza*: si manifesta con sintomi come respiro corto, astenia, inappetenza e vomito, gonfiore addominale, dischezia, feci molli, lingua con patina vischiosa bianca. Per i sintomi toracici descritti utilizzare Danzhong (CV17), Feishu (BL13), Zhongfu (LU1). Per i sintomi gastrointestinali utilizzare Shangwan (CV13), Yinlingquan (SP9).

2. *Deficit di Qi e Yin*: si manifesta con sintomi come debolezza, bocca secca, sete, palpitazioni, sudorazione eccessiva, inappetenza, febbre o assenza di febbre, tosse secca con poco catarro, lingua asciutta con poca salivazione, polso sottile o debole. Per i sintomi di debolezza e respiro corto utilizzare Danzhong (CV17), Shenque (CV8). Per i sintomi di bocca secca e sete Taixi (KI3), Yangchi (TE4). Per palpitazioni aggiungere Xinshu (BL15), Jueyinshu (BL14). Per sudorazione eccessiva utilizzare Hegu (LI4), Fuli (KI7), Zusanli (ST36). Per insonnia Shenmen (HT7), Yintang (GV29), Anmian (EX), Yongquan (KI1).

3. *Deficit di polmoni e milza, ristagno di flegma nei canali*: sintomi come oppressione al torace, respiro corto, rifiuto di parlare, sudorazione al minimo sforzo, tosse con catarro, catarro bloccato, pelle secca che si desquama, astenia mentale, inappetenza, ecc. Utilizzare Feishu (BL13), Pishu

(BL20), Xinshu (BL15), Geshu (BL17), Shenshu (BL23), Zhongfu (LU1), Danzhong (CV17). Se c'è tanto catarro ostruito aggiungere Fenglong (ST40) and Dingchuan (EXB1).

Trattamento con agopuntura e moxibustione: scegliere la modalità più appropriata in base all'ambiente nel quale si interviene e alle necessità di trattamento.

Si raccomanda, sulla base delle suddivisioni descritte sopra, di scegliere se utilizzare solo agopuntura o moxibustione, combinarle entrambe oppure aggiungere tecniche quali l'auricolopuntura, la chimiopuntura, il massaggio, il massaggio pediatrico etc., sulla base della singola condizione. Utilizzare l'agopuntura con tecniche di manipolazione di lieve tonificazione e dispersione. Gli aghi vanno lasciati 20-30 minuti, mentre la moxa va effettuata per 10-15 minuti su ogni punto. Il trattamento andrebbe ripetuto una volta al giorno. (Nel caso di trattamenti specifici, occorre fare riferimento agli standard nazionali previsti da Standardized Manipulations of Acupuncture and Moxibustion e all'esperienza clinica).

### **III. Intervento di Agopuntura e Moxibustione a domicilio sotto la guida di medici**

Per aiutare a prevenire e controllare l'epidemia di COVID-19, mentre si procede riducendo le uscite, evitando l'infezione crociata, bloccando la sorgente di infezione e garantendo la sicurezza, i pazienti che si trovano in quarantena domiciliare e che sono stati dimessi dall'ospedale, possono eseguire interventi di agopuntura-moxibustione attraverso indicazioni e norme comportamentali prodotte on line da professionisti.

Terapia con moxibustione: applicare la moxibustione su se stessi su Zusanli (ST36), Neiguan (PC6), Hegu (LI4), Qihai (CV6), Guanyuan (CV4), Sanyinjiao (SP6). L'applicazione su ogni punto deve durare circa 10 minuti.

Terapia con cerotti medicati: applicare cerotti riscaldanti a base di moxa o la crema riscaldante a base di moxa su punti come Zusanli (ST36), Neiguan (PC6), Qihai (CV6), Guanyuan (CV4), Feishu (BL13), Fengmen (BL12), Pishu (BL20), Dazhui (GV14).

Massaggio dei canali: utilizzare metodi quali impastare, premere, sfregare, battere, picchiare sui canali del polmone e del cuore dell'arto superiore, e sui canali della milza e dello stomaco nei loro tragitti sotto il ginocchio. La stimolazione deve durare 15-20 minuti per ogni canale ed è opportuno provocare una sensazione dolorosa nella zona soggetta a trattamento.

Esercizi tradizionali: scegliere esercizi tradizionali appropriati, come YiJinJing (Classico della Trasformazione dei Tendini e dei Muscoli), Tai Chi, Ba Duan Jin (Otto Pezzi di Broccato), WuQinXi (Gioco dei Cinque Animali), ecc., in base al proprio stato di salute. Praticare una volta al giorno per la durata di 15-30 minuti.

Salute mentale: regolare le proprie emozioni. Possono essere utili la stimolazione dei punti auricolari, la moxibustione, il massaggio, la dieta medicata, le tisane, il bagno alle erbe, la musica e altri metodi per rilassarsi sia fisicamente che mentalmente, per alleviare l'ansia o per favorire il sonno.

Questa guida è stata formulata dal gruppo di esperti dell'Associazione Cinese di Agopuntura-Moxibustione.

Consulenti:

Shi Xuemin, Tong Xiaolin, Sun Guojie  
Responsabili del gruppo di esperti: Liu Baoyan, Wang Hua

Membri del gruppo di esperti: Xiaochun Yu, Wu Huanyu, Gao Shuzhong, Wang Linpeng, Fang Jianqiao, Yu Shuguang, Liang Fanrong, Ji Laixi, Jing Xianghong, Zhou Zhongyu, Ma Jun, Chang Xiaorong, Zhang Wei, Yang Jun, Chen Rixin, Zhao Jiping, Zhao Hong, Zhao Baixiao, Wang Fuchun, Liang Fengxia, Li Xiaodong, Yang Yi, Liu Weihong, Wen Biling

Tradotto dal cinese all'inglese dal Segretariato della Federazione Mondiale delle Società di Agopuntura-Moxibustione (WFAS)

Tradotto dall'inglese all'italiano dalla Federazione Italiana delle Società di Agopuntura (FISA)