

Sowen CSSA
SEMINARIO DI IV ANNO
Anno Accademico 1999-2000
TURBE PSICHICHE (YU ZHENG)
A cura di
Carlo Di Stanislao

GENERALITA'

Attualmente la nosografia tradizionale differenzia quattro principali categorie sindromiche nel campo delle affezioni psichiche. Si afferma che le variazioni emozionali e le frustrazioni alterano le emozioni e lo Shen, provocando dapprima ogni sorta di stasi (di qi, sangue, cibo, unmidità, catarro e fuoco) e successivamente consumando l'energia nutritiva (yong) ed il sangue (xue) (1-3). Le quattro categorie (riferite alla clinica occidentale) sono:

- | |
|---|
| • YU ZHENG (SINDROME ANSIOSO-DEPRESSIVA) |
| • YI BING (ISTERIA) |
| • ZANG ZAO (AGITAZIONE, ERETISMO, IPOCONDRIA) |
| • DIAN-KUANG (PSICOSI, MANIA, FOLLIA) |

Le condizioni cliniche vedono più spesso interessati il Fegato, la Milza ed il Cuore, ma anche il Rene ed alcuni visceri (fu) possono essere coinvolti (Stomaco, Intestino Tenue, Vescica Biliare) (4).

I quadri più frequenti ed il relativo trattamento dietologico saranno analizzati di seguito, ricordando che molti AA (1,5) inseriscono in questi schemi anche l'inquadramento generale dell'insonnia (bu mei).

Il termine "yu zheng" designa, letteralmente, gli stati depressivi, ma a ben vedere questa categoria comprende le sindromi sia ansiose che depressive come le intendiamo in medicina accademica.

Secondo i più recenti dizionari medici cinesi la sindrome si deve a:

- difficoltà dei sentimenti e della volontà a realizzarsi (qing zhi bu shu);
- stasi del qi e dei suoi meccanismi (yu zhi qi).

Essa si manifesta con i seguenti sintomi:

- | |
|--|
| • Tristezza, depressione (xin qing yi yu); |
| • Instabilità emotiva (qing xu bu ning); |
| • Oppressione toracica (xiong bu ma men); |
| • Distensione dolorosa dei fianchi (she tong); |
| • Accessi frequenti di collera (nu); |

- | |
|--|
| • Tendenza al pianto; |
| • Insonnia (bu mei) |
| • Sensazione di corpo estraneo nella gola (mei he qi). |

Il cap. 71 del Sowen ci parla dei cinque yu: uno per ciascun movimento, mentre il testo Dan Xi Xin Fa ci parla dei sei yu: del qi, del sangue, dell'umidità, del calore, dei catarri e degli alimenti. Lo Jing Yue Quan Shu ricorda che ciascun sentimento esasperato provoca yuzheng, mentre il Chi Shui Xuan Zhu afferma che la stasi (yu) riguarda ognuno dei cinque organi, ma quella del Fegato è la più frequente.

I testi cinesi attuali affermano che la stasi ed il blocco del qi (yu jie) si traducono soprattutto in sindromi di pienezza che, più tardi, danno luogo a delle forme più gravi da vuoto.

All'inizio compaiono tre differenti forme sindromiche:

- A) Stasi di qi di Fegato.
- B) La stasi si trasforma in fuoco
- C) Sviluppo di catarri (tan).

Tutte le Scuole Tradizionali sia della Cina Popolare che di Taiwan considerano questa progressione etiopatogenetica:

- Tutti i sentimenti in eccesso causano stasi di qi, tuttavia, nel testo Jing Yue Quan Shu (1624), Zhang Jie Bin ci ricorda che principalmente la collera (nu), il pensiero (si) e l'afflizione (you) giocano un ruolo essenziale nelle forme yu zheng. Yu Tuan nella sua opera Yi Xue Zheng Zuan, del 1515, afferma che "quando i sentimenti sono repressi (hi) ed il freddo ed il calore attaccano simultaneamente si può assistere a quadri diversi (hou) di stasi (yu) dei nove soffi.

Nello sviluppo storico delle sindromi yu zheng si può notare che, partendo dal Nei Jing e dal Jin Kui Yao Lue, dapprima si ascrivono alle forme yu sia le aggressioni esterne (wai shang) sia le turbe interne dei sette sentimenti (qin zhi). Dall'epoca Jin Yuan si afferma che sono soprattutto i sette sentimenti a causare yuzheng, mentre dopo l'epoca Ming ci si orienta principalmente verso una turba delle cinque volontà (zhi) con una impossibilità a realizzare un sentimento o una emozione (qing zhi bu shu).

La gravità dei quadri dipende dalla durata della perturbazione e dal terreno, in definitiva dalla perturbazione del jing shen.

Nel testo Za Bing Yuan Liu Xi Zhu (pubblicato nel 1773) si afferma:

- dapprima vi è stasi di qi (con instabilità emotiva, gonfiore ai fianchi ed al torace, polso a corda);
- poi stasi del sangue (con dolori piccotti e fissi dei fianchi e del torace, petecchie sulla lingua o lingua violacea e scura, polso rugoso);

- indi stasi del fuoco (con nervosismo, irritabilita', piroso acido, borborigmi, costipazione, bocca amara e secca, indurimento linguale giallo, polso teso e rapido);
- poi ancora stasi degli alimenti (gonfiore epigastrico, piroso, anoressia, alito fetido, lingua subvirale, polso scivoloso);
- in seguito stasi dell'umidita' (corpo pesante, pienezza epigastrica ed addominale, eutazione, feci liquidi, sensazione di grasso in bocca);
- da ultimo stasi dei catarrhi (con i sintomi visti prima piu' la sensazione di corpo estraneo nella gola).

Nelle situazioni croniche, secondo lo Zhen Zhu Hui Bu, si creano forme da vuoto:

- vuoto e perdita di yin del Cuore (xin yin kui xu): palpitazioni, insonnia, turbe mnemoniche recenti, incubi, calore ai cinque centri, traspirazione notturna, gola e bocca secca, lingua secca e rossa, polso fine e rapido;
- vuoto di qi di Milza e sangue di Cuore (xin pi lian xu): ossessioni, nevrosi compulsive, eccesso di fantasia ed immaginazione, vertigini, affaticamento, insomniac, turbe mnemoniche, perdita dell'appetito, facies pallida e poco luminosa, lingua pallida, indurimento sottile e bianco, polso fine.
- vuoto e perdita di yin del Fegato (gan yin kui xu): vertigini, ronzii auricolari, occhi secchi, fotofobia, visione confusa, cefalea, occhi rossi, viso rosso, nervosismo, collera, parestesie dei quattro arti, tremore muscolare, lingua secca e rossa, polso a corda, fine e rapido;
- confusione dello spirito (xin shen huo luan o anche you yu shang shen): ciclotimia, disforia, eccesso di immaginazione, agitazione, insulti, riso immotivato, lingua pallida, polso teso a corda.

Nel libro Yi Lin Gai Cuo (1830) Wang Qingren appunta la sua attenzione su alcuni quadri peculiari legati alla "stasi del sangue" (yu zhi xue). Si definiscono tre differenti condizioni:

- mao men: paziente ansioso e depresso che non riesce a risolvere piccoli problemi;
- ji zao: persona normalmente calma che improvvisamente si infuria quando e' ammalata;
- gan qi bing: individuo che scatta e s'innervosisce per un nonnulla.

In questi casi occorre vivificare il sangue (huo xue) e trasformare la stasi (hua) yu (ad esempio con i punti xuehai, sanyinjiao, geshu, daling, gaohuang, e con la formula Chai Hu Su gan Tang piu' Angelica chinensis, Codonopsis pilosula e Carthamus tinctorius).

DIAGNOSI DIFFERENZIALE

Importanti sono le diagnosi differenziali.

Nelle sindromi mai he qi (nocciolo di pruno nella gola) occorre differenziare questa affezione da un bi della gola in un contesto di vuoto di yin. Nelle forme yu zheng si tratta soprattutto di donne di media eta' ed il quadro si aggrava quando il sogetto non lavora, quando e' piu' depressa (xing qing yi yu) e quando pensa alla sua gola.

Il bi della gola con vuoto di yin riguardo soprattutto uomini giovani o di media eta', dopo influenza o abuso di alcool o tabacco, ovvero per consumo eccessivo di alimenti acidi o piccanti (che nuocciono allo yin ed ai liquidi). Si ha secchezza, prurito, calore, bruciore alla gola, con espettorazione di catarro denso, colloso e spesso. Il quadro e' indipendente dalle situazioni emotive e si aggrava con lo sforzo fisico ed i perversi esterni.

La sindrome va differenziata anche dalle disfagie (ye ge). Nel testo Zheng Yin Mai Zhi si ricorda che le disfagie riguardano uomini di eta' avanzata, si associano a dolore retrosternale, con impossibilita' ad ingoiare. Il paziente si aggrava un giorno dopo l'altro con alterazione dello stato generale.

Un'altra importante diagnosi differenziale riguarda i quadri zang zao (agitazione degli organi) e le follie dian kuang. Nel testo Zhang Shi Yi Tong (1695) di Zhang Lu, al capitolo Shen zhi (turbe psichiche), il paragrafo "le tristezze" (you) ci ricorda che trattare alcune forme di tristezza come forme dian kuang (impiegando rimedi minerali) e' un errore. Le forme zang zao sono momenti di agitazione per eccitazione del jing shen, che colpiscono giovani donne del tutto normali fra una crisi e l'altra. Durante le crisi vi saranno accessi di riso e stato confusionale (jing shen huang hu). Le forme dian kuang sono croniche, continue, si manifestano in soggetti giovani senza distinzione di sesso. Ricordiamo che la follia calma si evidenzia con una riduzione del fuoco del Cuore e quella agitata con eccesso di fuoco del Cuore, ma in entrambi i casi il jing shen presenta perturbazioni continue. Spesso si ha alternanza fra dian e kuang o periodi depressivi in cui il paziente e' muto e triste, come instupidito (yu, Ricci 5908) e si comporta come un idiota (chi, Ricci 895). Sono soprattutto le forme da vuoto (di Milza e Cuore o di yin di Cuore e Rene) a dare manifestazioni di agitazione (zang zao) simili alle follie (dian kuang xian).

TERAPIA

I principali punti di agopuntura sono: neiguan (MC-P6), shenmen (C-H7), jiuque (VC-CV14). Alcuni impiegano la coppia neiguan e zusanli (E-St36) che fa

circolare sangue ed energia e tonifica la jing-qi oltre ad abbassare il fuoco. Se vi e' grave perdita di relazione con il centro (erranza ed anarchia della circolazione energetica, depressione fino alla non voglia di vivere) si moxa (con zenzero) shenjue (VC-CV8).

Attualmente in Cina si pone l'accento sulla farmacoterapia che si avvale di rimedi e formule diversi nelle diverse sindromi. Tuttavia sono state proposte formule per cosi' dire ad ampio spettro, che rifacendosi a testi antichi (Lin Zheng Zi Nan Yi An, di Ye Tianshi, pubblicato nel 1764, durante la dinastia Qing) sono in grado di drenare il Fegato, armonizzare il qi, abbassare il fuoco, calmare il vento, tonificare la Milza ed armonizzare lo stomaco, vivicare il sangue e sbloccare i luo, trasformare i tan ed eliminare il flegma, tonificare il qi e nutrire lo yin. Lo Shanghai Collge of Traditional Chinese Medicine (prof. Zhang Enqin, direttore del Dipartimento di Ricerca dello Shandong College of TCM) impiega i seguenti prodotti pronti: Anshen Buxin Wan (Pillole per Calmare la Mente e Nutrire il Cuore), Baizi Yanxin Wan (Pillole a base di semen Biotae che Nutrono il Cuore e Calmano la Mente), Jianao Bushen Wan (Pillole per Nutrire il Cervello e Tonificare i Reni), Ciwujia Pian (Pillole a base di Acanthopanax radix), Buxhe Ningshen Pian (Tavolette per Nutrire il Sangue e Tranquillizzare la Mente), Jiannao Chongji (Infuso per Rinforzare il Cervello), etc. In fitoterapia occidentale si impiegano cp. con mix essiccati a base di Valeriana, Biancospino, Camomilla matricaria o tisane o infusi di fiori d'Arantium varieta' amra, pianta intera fiorita di Escholtia californica, fiori femminili di Humulus lupulus e parti aeree fiorite di Avena sativa.

Comunque solo una differenziazione delle sindromi puo' dare i risultati migliori e piu' duraturi.

A) STASI DI QI DI FEGATO: I punti da usare possono essere: taichong ((F-LR3), zongdu (F-LR6), tonggu (Rn-K20), ganshu (V-BL18). In caso di disarmonia fra Fegato e Milza sono utili zhongwan (VC-CV12), pishu (V-BL20), sanyinjiao (Rt-M6), gongsun (Rt-M4). In farmacoterapia si usa la formula Chai Hu Su Gan Tang che parte dalla polvere classica Si Ni San. Il Blupeurum (chai hu), il Cyperus rotundus (xiang fu), il Citrus aurantium (zhi ke), il pericarpium Citri reticulatae (chen pi) disperdono (shu) il Fegato e sbloccano la stasi, armonizzano il qi e favoriscono il riscaldatore medio. Invece il Ligusticum wallichii (chuan xiong), la Paeonia lactiflora (shao yao) e la Glycyrrhiza uralensis (gan cao) vivificano il sangue, ralassano cio' che e' compresso e sottomettono il Fegato. In caso di pienezza e dolore ai fianchi per forte stasi di qi si aggiungono Curcuma aromatica (yu jin), Citrus reticulatae (qing pi) e Citrus medica varieta' sarcodactylis (fu shou). In caso di attacco trasversale sullo stomaco (con eruttazioni, dolori gastrici e toracici) si aggiungono Inula japonica (xuan fu hua), ematite (tai zhu shi, rimedio minerale), Perillia frutescente (shu geng) Perillia ternata (Banxia, lievemente tossica se a forte dosi). In caso di stasi di alimenti e

ballonamento addominale si aggiungono *Masssa medica fermentata* (shen qu), *Hordeum vulgare* (mai ya), *Crataegus pinnatifida* (shan za), *Gallus gallus* (ji nei jin, rimedio animale). Nel caso di attacco sulla Milza (dolore e ballonamento, anoressia, diarrea) si aggiungono *Atractylodes lancea* (cang zhu), *Poria cocos* (fu ling), *Lindera strychnifolia* (wu yao, pianta pericolosa), *Alpinia katsumadai* (ku ren) che tonificano la Milza, eliminano l'umidita', riscaldano i meridiani. Nel caso in cui la stasi di qi si associa a stasi del sangue (dolore pungitivo al torace ed ai fianchi, petecchie linguali) si aggiungono *Angelica sinensis* (dang gui), *Codonopsis pilosula* (dang shen), *Carthamus tinctorius* (hong hua) che vivificano il sangue e sopprimano la stasi. Un preparato pronto molto in uso e' *Yu Qu wan*, che contiene anche *Gardenia jasminoides* (zhi zi) che elimina il fuoco. Nel caso, invece, di severe ripercussioni sul TR-medio (Milza e stomaco) sara' prescritta la formula *Liu Yu Tang*, o da sola o associata a *Jie Gan Zheng*.

In fitoterapia energetica con principi occidentali *Carduus* (*Sylibum*) *marianus*, *Cynara scolimus*, *Chelidonium maius*.

In dietetica evitare i cibi acidi e riscaldanti e le cotture arrosto. Masticare lentamente e dare alimenti lievemente dolci.

Il porro, la rapa, la quaglia, la carpa, il granchio e le uova di gallina saranno gli alimenti da consigliare.

B) LA STASI DI QI SI TRASFORMA IN FUOCO: In agopuntura si trattano xingjiang (F-LR2), fengchi (VB-GB20), baihui (VG-GV20), sizhikong (TR-T23), quchi (GI-LI11). La prescrizione principale e' *Dan Zhi Xia Yao San*, che Deriva da *Xiao Yao San* (capace di drenare il Fegato ed armonizzare la Milza) con l'aggiunta di *Paeonia suffruticosa* (mu dan pi) e *Gardenia jasminoides* (zhi zi) che purificano il Fegato ed eminicano il calore. Quando l'eccesso di calore disturba lo stomaco (bocca amara, pirosi, eruttazioni, vomito) si aggiungono *Coptis chinensis* (huang lian) ed *Evodia rutaecarpa* (wu yu), se invece il fuoco si eleva con cefalea ed occhi arrossati, aggiungere *Crysanthemum morifolium* (ju huan), *Uncaria rynchophylla* (gou teng) e *Tribolus terrestris* (ci ji li). Se l'eccesso di calore distrugge lo yin (lingua rossa con scarso induido, polso fine e rapido) bisogna eliminare dalla formula *Angelica chinensis* (dang gui), *Atractylodes macrocephala* (bai zhu) e *Zinziber officinalis* (sheng jiang) che sono tiepide e disseccanti ed aggiungere *Rehmannia glutinosa* (sheng di huan), *Ophiopogon japonicus* (mai men dong) e *Dioscorea opposita* (san yao) che umidificano lo yin e tonificano la Milza.

Nei casi di spiccata ansietà (fan re) si usa la decozione *Hua Gan Zhen* che cura il dolore ai fianchi, lo stato ansioso, la pirosi, i borborigmi, la bocca secca ed amara. Come prodotto pronto si usa molto *Zuo Jin Wan*, per disperdere il Fegato ed armonizzare lo stomaco. In fitoterapia occidentale si impiegano *Crataegus oxyacantha*, *Salix alba* e *Lavandula officinalis*.

In dietetica sano utili l'amaro ed il fresco e vanno eliminate il caldo, il piccante ed il dolce. Granchio, carne di maiale ed uva vanno preferiti.

C) STASI DEL SANGUE: In agopuntura si impiegano taichong, qimen (F-LR14), sanyinjiao, geshu (V-BL17), gaohuang (V-BL43). In farmacoterapia per vivificare il sangue, trasformare la stasi, sbloccare ed armonizzare il qi si usano, assieme, la decozione Xue Fu Yu tang (Decotto che Cancella la Stasi del Sangue), la polvere Si Ni Tang (che drena il Fegato e libera la stagnazione) ed il decotto Dao Hong Xi Wu Tang (che vivifica il sangue e ne trasforma la stasi). In questa formulazione complessa l'insieme di *Platycodon grandiflorum* (jie geng) e *Achyranthes bidentata* (niu xi) armonizzano il qi, vivificano il sangue e regolarizzano la salita e la discesa. Nel stasi in cui la stasi del sangue (xue xing yu zhi) si associa a sindromi di freddo (per vuoto di yang) si passa al decotto Tong yu Zheng; invece nel caso di dolori trafittivi del torace e dei fianchi, inappetenza, polso a corda e rugoso, si usa Xue Yu Tang. In fitoterapia occidentale *Angelica archangelica*, *Berberis vulgaris*, *Urtica urens*, *Salvia officinalis*. In dietetica utile il piccante e da evitare il salato. Unitile le cotture in umido ed a bagno maria e le carni rosse, i mitili, le cozze, le seppie, gli spinaci, le alghe, la noce, il tuorlo d'uovo.

D) ACCUMULO DI CATARRI: In agopuntura si usano soprattutto: taichong, fenglong (E-St40), zhongwan. Il decotto di base e' Banxia Houpo Tang (pericoloso se in dose elevate e per lunghi periodi), molto efficace nelle ripiene toraciche (xion bu ma men) con nodo alla gola (mai he qi), in grado di sbloccare e sciogliere il qi, combattere il reflusso e trasformare i catarrhi. Se l'accumulo di catarro e' molto avanzato (oppressione toracica ed epigastrica, eruttazione, indumento grasso abbondante) si possono aggiungere *Cyperus* (xiang fu) *Citrus medica* varietà *sarcodactyles* (fu shou) ed *Atractylodes lancea* (cang zhu) che armonizzano il qi ed eliminano l'umidità. Quando la stasi di catarro (tan yu) si trasforma in calore (hua re) (nervosismo, lingua rossa, indumento grasso e giallo) aggiungere *Phyllostachys nigra* (zhu ru), *Trichosanthes kirilowii* (gua lou), *Scutellaria baicalensis* (huang qin) e *Coptis* (huang lian). Se la forma e' cronica e si associa a stasi del sangue (dolori pongitivi, lingua violacea, polso rugoso) aggiungere *Curcuma aromatica* (yu jin), *Sanvia melthiorrhiza* (dan shen), *Curcuma longa* (jiang huang) e *Dalbergia odorifera* (jiang xiang), che vivificano il sangue e trasformano la stasi. In fitoterapia occidentale utile il *Crysanthellum americanum*, *Fumaria officinalis*, *Carum carvi*. In dietetica evitare latte e latticini, sughi forti, cibi lipidici e dare grano, formaggio di soia, alghe, asparagi, pera e the.

E) VUOTO DI YIN DI CUORE: In agopuntura xinshu (V-BL15), geshu, pishu, quze (MC-P3), shaofu (C-H8). In caso di vuoto di yin di Rene aggiungere taixi (K-R3) e zaohai (R-K6). In farmacoterapia si usa Tian Wang Bu Xin Dan che tonifica lo yin di Cuore e Rene, nutre il sangue e calma lo shen. Si tratta di un

preparato molto attivo che va usato solo nei casi piu' severi di vuoto di yin di Rene e Cuore. Nei casi meno pronunciati (solo vuoto di yin di Cuore) si usa Er Yin Zheng. Come prodotto pronto e' utile Jiao Tai Wan che calma il Cuore, nutre il Rene, fa comunicare Cuore e Rene. Nelle forme piu' gravi (agitazione a tipo zangzao) in Cina si usano le pillole Zhusha Anshen, ma contenendo solforo di mercurio sono pericolose (idrargismo acuto e cronico) e da proibire da noi. In fitoterapia occidentale Passiflora incarnata, Meliloto officinalis, Urtica urens. Nelle forme piu' gravi Valeriana rossa, Crataegus oxiacantha e Matricaria flos. In dietetica dare latte vaccino, grano, mais, carne di pecora, uova, miele giuggiola.

F) VUOTO DI MILZA E CUORE: Si usano, soprattutto, i punti beishu (pishu, xinshu) di Milza e Cuore, i punti sangue (geshu e sanyinjiao xuehai-Rt-M10-) e baihui. In farmacoterapia si usa Gui Pi Tang in cui dangshen (Codonopsis pilosula), fuling (Poria cocos), baizhu (Atractylodes macrocephala), cancao (Glycyrrhiza uralensis), huangqi (Astragalus membranaceus, danggui (Angelica chinensis) longyanrou (Euphoria longan) sono utili al qi, tonificano la Milza e giovano al sangue. Zaoren (Ziziphus jujuba), yuanzi (Polygala tenuifolia) e fuling (Poria cocos) nutrono il Cuore e calmano lo spirito. Infine muxiang (Sussurea lappa) armonizza il qi e stimola la Milza. Quando si ha una forte sensazione di oppressione intratoracica (con segni di grave compromissione dello spirito: jing shen bu shu) si aggiungono: Curcuma aromatica (yujin) e Citrus medica var. sarcodactyles (fo shou pian). Nel caso di cefalea (ansiogena e tensiva) si aggiungono Ligusticum wallichii (chuan xiong) e Angelica dahurica (baizhi) che vivificano il sangue, scacciano il vento e combattono la cefalea. Si puo' anche usare la decozione Qi Fu Yin, mentre si vi e' aspetto emaciato, sudurazione spontanea, non voglia di parlare, si puo' usare Ba Zheng Tang o Renshen Yang Ying Tang. Secondo vari autori nelle forme croniche ed inveterate dare Sheng Yang Li Lao Tang che nutre il qi e scalda lo yang. In fitoterapia energetica occidentale sono indicati Eleutherococcus, Vinca minor, Stellaria media, Fumaria, Agrimonia eupatoria. In dietetica riso, orzo, soja, patata, zucca, arachide, litchi, giuggiola, noce, latte di pecora, ostriche, carni rosse, miele.

F) VUOTO DI YIN DI FEGATO: In agopuntura tonificare lo yin con i punti taichong, taixi, zhongji (VC-CV3), qugu (VC-CV-2) ed aggiungere lab tecnica shu-mo (ganshu/qimen) ed i punti fengchi e baihui. Le prescrizioni principali sono due: Ji Gu Di Huang Wan o Zhi Shui Qin Gan Yin (che deriva da Liu Wei Di Huang Wan e dan Zhi Xiao Yao San), onde tonificare lo yin, far circolare il qi ed abbassare il fuoco. In caso di flussi mestruali scarsi si aggiungono Cyperus rotundus (xiangfu), Lycopodium lucidus (zelan) e Leonurus heterophyllus (yimucuo), che tonificano e vivificano il sangue, regolizzando i cicli mestruali. In fitoterapia occidentale la Lavanda, la Cynara e la Pulsatilla vulgaris saranno i principi di elezione. In dietetica si daranno granchio, uva, carne di maiale.

F) OSTRUZIONE E CONFUSIONE DELLO SHEN (XIN SHEN HUA LUAN): si usano punti che sostengono il qi del Cuore e calmano il mentale. I punti shaoshang (11LU-P),, laogong (8P-MC) e renzhong (26GV-VG) sono i piu' impiegati anche perche' disperdono il calore. Nel caso di segni di vuoto di sangue (anoressia, magrezza, pallore, lingua pallida, polso fine, ecc.) utili i punti xuehai (10MP-Rt), daling (7P-MC) e sanyinjiao (6MP-Rt). L'attivazione dello YinWeiMai (secondo il Dacheng) apre gli orifizi del Cuore: pungere zhubin (9K, Rn) e neiguan (6P-MC). L'associazione empirica sanyinjiao (6MP-RT) houxi (3SI, IT) e' molto efficace. In caso di tremori e spasmi muscolari degli arti superiori e della testa associare hegu (4LI-GI), mentre per spasmi e contratture degli arti inferiori yanglingquan (34GB-VB) e kunlun (60BL-V). In caso di dispnea si usa tanzhong (17CV-VC). La formula piu' usata (sia in Cina Popolare che a Taiwan) e' Gan mai da zao tang, con Glycyrrhizza uralensix radix (gancao) che che addolcisce ed umidifica e rallenta cio' che e' serrato, Triticum aestivum (xiaomai) dolce e fresco che tonifica (bu9 il qi di Cuore ed infine Ziziphus jujuba fructus (dazao) che e' utile alla Milza ed al sangue. Secondo Zuo yang Fu (Nanjing College of Tradizional Chinese Medicine) una tonificazione troppo energica esalta il fuoco di Cuore con deliri e gravi forme isteroidi (yi bing). A Gan mai da zao tang (decotto a base di liquirizia, frumento e dattero) si aggiungono danggui (Angelica chinensis), shendi (Rehmannia glutinosa radix preparata) zhen zhu mu (Concha margaritifera) e gou teng (Uncaria rhynchophylla cum uncus) in caso di vuoto di sangue e liberazione di vento (con agitazione, spasmi e tremori). In caso di forte eretismo con estrema agitazione ed insonnia tenace si aggiungono semen Ziziphus jujuba (zaoren), Biota orientalis (baiziren), Poria cocos (fushen) e Polygonum multiflorum (shouwu) che nutrono il Cuore e calmano lo spirito. In caso di sensazione di dispnea o fame d'aria aggiungere le pillole Wu mo yin che aprono la stagnazione, disperdono gli accumuli, armonizzano il qi ed abbassano il reflusso. In fitoterapia occidentale utili Passiflora, Valeriana rossa, Crataegus oxyacantha, Meliloto. E' sempre prudente associare la psicoterapia. Bisogna evitare emozioni e sforzi fisici e mentali. Bisogna sostenere lo yin ed il sangue del Cuore con grano, mais, miele, giuggiole, uova, carne di pecora, latte vaccino ed ostriche. Per ridurre il fuoco del Cuore la pera e' molto indicata. infine ruta e lumache sono necessari per aprire gli orifici del Cuore (huoxin).

Alcuni AA (Ecole Europeenne d'Acupuncture, Association Francaise d'Acupuncture, College des Acupuncteurs de Paris de l'OEDA, Associazione Medica per lo Studio dell'Agopuntura) propongono schemi che tengono conto delle turbe dei sette sentimenti (qi qing). Sono soprattutto la collera (nu), l'inquietudine (you) e la preoccupazione (si) ad essere in causa.

a) COLLERA (NU): determina un movimento di reflusso (ni9 del qi del Fegato, impoveriscono lo yin e facendo risalire lo yang (C. despeux a commento del

testo di Sun Simiao del VII secolo e del cap. 77 del Sowen). Lo Zhen Ju Jia Yi Jing ci ricorda che la continua collera lede lo Zhi e crea melanconia. Il polso tipico e' teso (xian) e rapido (shuo).

La terapia deve: far circolare il qi e combatterne il reflusso, rtonificare lo yin ed abbassare il fuoco, disostruire i meridiani, tonificare lo spirito Zhi, fissare lo Shen, tonificare il qi ed i 5 organi. In agopuntura utili i punti xingjiang (2LR-F), zhongdu (6LR-F) xuanzhong (39GB-VB), ganshu (18BL-V), neiguan (6P-MC), baihui (20GV-VG), zhongji (3CV-VC) e Qugu (2VC-CV). In farmacoterapia *Blupearum*, *Cyperus*, *Poncitrus trifoliata*, per far circolare il qi, rhizoma *Acori graminei*, rhizoma *Paeonia lactiflora* per lo yin. In fitoterapia utile il *Chelidonium majus*, la *Cynara scolimus*, il *Taraxacum dems leonis* e l'*Urtica urens*. Utili gli infusi di menta e camomilla. In dietetica utili gli alimenti amari e freschi, piccole quantita' di salato e di acido (per lo yin di Rene e Fegato). Eliminare, invece, gli alimenti piccanti e caldi ed i cibi troppo saporiti, elaborati o molto conditi. Cautela va riservata all'uso del dolce che, di solito, i collerici desiderano molto. Si impiegano piselli, carne di maiale, ostriche, pere cotte, uva.

B) INQUETUDINE (YOU): determina stagnazione del qi che si trasforma in fuoco e lede lo yin soprattutto del polmone. Anche il Cuore puo' risultare colpito e cosi' si ltera la coppia del TR-superiore (Lingshu par. 4,8,66). Alcuni AA affermano che nei dizionari scientifici cinesi si trova che l'inquietudine fa stagnare il qi, nuoce al polmone, ferisce lo yin e lede lo Hun. poiche' nei classici del polso si afferma he in corso di inquietudine il polso e' rugoso (se), questo vuol dire che tale sentimento nuoce al sangue. In terapia bisogna far circolare il qi, nutrire lo yin e tonificare il qi del polmone, abbassare il falso fuoco e favorire il TR-superiore. Per giovare al qi, farlo circolare e tonificare lo yin del polmone feishu (13BL-V) e taiyuan (9LU-P). Per il Tr-superiore tianzhong (17CV-VC) e neiguan (6MC). Per abbassare il fuoco shendao (11GV-VG). Per agire attraverso il Fegato sulla circolazione di qi e sangue ligou (5LR-F). In farmacoterapia utili *radix Sussurreae*, *pericarpium Citri reticulatae*, *Citri arantium fructus*, rhizoma *Cyperus rotundus*, *Pinellia ternata*, *Perilla*, *Magnolia*, zenzero fresco. In fitoterapia occidentale *Lavandula off.*, *Vinca minor* e *Melolotus off.* In dietetica utili gli alimenti dolci e piccanti che armonizzano e fanno muovere il qi. La natura tiepida e' da preferire. Quando il ristagno e' piu' evidente e compaiono segni di fuoco (agitazione, polso rapido, lingua rossa, sete, ecc.) utili gli alimenti amari e di natura fresca. poiche' vi e' vuoto di yin e' utile una piccola quantita di salato (azione sullo yin del Rene). Cetrioli, aglio, miele, carni rosse e pesce sono da preferire. Molto utile il the' verde cinese.

C) PREOCCUPAZIONE (SI): determina una stasi di qi soprattutto a livello del Milza che, non potendo assicurare la funzione di trasporto-trasformazione, determina umidita', flegma e catarri. Naturalmente, a lungo andare, lede il Cuore e lo Shen. In modo riassuntivo (da Nguyen Van Nghi, Di Concetto e Guillaume)

possiamo affermare che questo sentimento annoda il qi del centro, ferisce Cuore e shen, nuoce allo yang della Milza ed allo spirito Yi.

Secondo alcuni testi il polso tipico e' l'annodato (jie), secondo altri e' lento, debole ed irregolare (vuoto di yang di Cuore e Milza). Il principio terapeutico consiste nel tonificare il qi del centro, nutrire lo yang di Milza e lo Yi, stabilizzare lo Shen e mobilitare il qi del Cuore. In agopuntura trattare pishu (20BL-V) ed yishe (49BL-V) che agiscono sulla Milza e sullo Yi, trattare il TR-medio ed il centro con lieque (7LU-P) e zhongwan (12CV-VC) (aggiungendo eventualmente weishu-21BL/V-), disperdere i tan con fenglong (40St-E) e yinlianquan (9MP-Rt), sbloccare il cervello (dalle idee ossessive) con tighui (2GB-VB) e fengfu (16GV-VG). In farmacoterapia usare *Acarus graminei*, *Zyzyphus jujuba*, *Atractylodes*, *Poria cocos*. In caso di vuoto di yang dare *Astragalus membranaceus*. In caso di forte sviluppo di tan Er Chen Tang o Banxia Hou Po Tang. Se il catarro ostruisce il Cuore (istupidimento, difficoltà di concentrazione) *Dryobalanopsis aromatica*. In fitoterapia occidentale *Trigonella*, *foenum graecum*, *Cyanthellum americanum*, *Agrimonia eupatoria*, *Gentiana lutea*. In dietetica se domina il vuoto di qi e di yang di Milza dare alimenti dolci, in caso di tan alimenti amari. In tutti i casi sono da evitare le nature tiepide che nuocciono alla Milza (S.W., 22).

Si eviteranno le cotture in umido, il latte, i formaggi, gli amidi, gli alcoolici ed i faculenti. Si usano riso, orzo, soia, formaggio di soia, fagioli, carne di manzo, melone e basilico.

Se consideriamo altri trattamenti agopunturistici di tipo sintomatico occorre rifarsi al testo *Zi Sheng Jing* del 1220 (scritto da Wang Zhizhong), con vari schemi terapeutici considerati da Guillaume e Mach-Chieu rapidamente efficaci.

A) CONFUSIONE E DISORIENTAMENTO DEL CUORE (XIN HUANG HU): se vi e' instabilità dello spirito (ciclotimia) e del pensiero (shen si bu ding) si trattano xinshu (15BL-V), tianjing (10T-TR), shendao (11GV-VG). Se si associa paurosità fare delle moxe su zuyangming. Se la confusione rasenta la follia (kuang dian huang hu) moxe su naohu (17GV-VG). Se si hanno confusione e propositi incoerenti (kuang yan huang hu) moxe su tianshu (25St-E). Se vi e' un vuoto di yin con polsi vuoti ai piedi (confusione, perdita di memoria, visione confusa, ipoacusia, vertigini, ronzii auricolari) pungere lo zushaoyin. In caso di semplice confusione (huang hu) trattare baihui (20GV-VG) e zhubin o yindu (9K, Rn). Se vi e' confusione ed incapacità a riconoscere le persone pungere juque (14CV-VC).

B) PAUROSITÀ (XIN JING KONG): wuli (13LI-GI) tratta la paura, yinxi (6H-C), jianshi (5P-MC), erjian (2LI-GI) e lidui (45St-E) trattano la paurosità. Se la paura e' associata a dolori al Cuore quze (3P-MC) e yuji (10LU-P), con palpitazioni e fiato corto shenmen (7H-C), ligou (5LR-F), juque (14CV-VC). Se associata a tristezza (bei) lingdao (4H-C) e shaochong (9H-C). Se improvvisa xialian (8LI-

GI), se invece associata a paura delle persone shaofu (8H-C) e dazhong (4K-Rn). Se associata solo a palpitazione (xing fang) shangwan (13CV-VC) e jiangshi (5P-MC), se associata a mastodinia liangqiu (34St-E). Paura, palpitazioni ed insonnia shenting (24GV-VG), paura ed impossibilita' di dormire qihai (6CV-VC), yinjiao (7CV-VC) e daju (27St-E), se l'insonnia si riconduce a paura dei fantasmi yinqiao col punto zhaohai (6K-Rn). Nei bambini gli attacchi di terrore (xiao er jing kong) si trattano con qimai (18T-TR).

C) RISO IMMOTIVATO (XIN XI XIAO): shenmen (7H-C), yanggu (5IT-IG), laogong (8P-MC), daling (7P-MC), shuigu (26GV-VG) e lieque (7LU-P). Se si associano parole sconnesse e deliri o allucinazioni yangxi (5LI-GI). Se il riso smodato si associa a collera fuliu (7K-Rn), laogong (8P-MC), yuji (10LU-P), ganshu (18BL-V), shenzhu (12GV-VG). In caso di riso incontrollato, collera, insulti ed aggressivita' (la forme di definisce "vento-calore dello yang": yang-re yang-feng) fare delle moxe sulle commessure labiali.

D) PERDITA DI MEMORIA, PERDITA DI FORZA DEL CUORE E DI VOLONTA' (XIN QI WU XIN LI: xinshu (15BL-V), baihui (20GV-VG), shendao (11GV-VG), youmen (21K-Rn), lieque (7LU-P), gaohuang (43BL-V), tianfu (3LU-P), quze (3P-MC). Se la perdita di memoria persiste pungere zushaoyin, se vi e' anche inquietudine (xin fan bu an) trattare tonggu (66BL-V). Se l'amnesia si associa ad angoscia (xin zhong) e perdita di energia (shaoli) fare 50 moxe su da heng (15MP-Rt). Se vi e' vistosa perdita di volonta' trattare zhongfeng (4LR-F) e neiguan (6P-MC). Negli insuccessi trattare xinshu (15BL-V), juwei (15CV-VC) e fare delle moxe su baihui (20GV-VG).

D) TRISTEZZA E TENDENZA AL PIANTO (XIN YOU BEI KU QI): lougu (7MP-Rt), shangqiu (5MP-Rt), lingdao (4C-H), shendao (11GV-VG), tianjing (10T-TR), xinshu (15BL-V). La tristezza nelle donne risponde a zhaohai (6K-Rn) e nei bambini a baihui (20GV-VG). Se la tristezza si associa a paura moxare juegu (39GB-VB).

E) SOSPIRI (TAN QI): sono segno di pieno al torace. Se associati a distensione e pienezza toracica (fan man), tristezza e paura (bei jing) e vuoto di qi (xuqi) trattare shaochong (9H-C). Se vi e' anche difficolta' a sospirare xingjiang (2LR-F). Se vi e' anche vomito gongsun (4MP-Rt) e i punti jing distali. Invece se vi si associa depressione e tristezza shangqiu (5MP-Rt) e riyue (24GB-VB). Se forte tensione ai fianchi, al torace ed agli ipocondri aggiungere qiuxi (40GB-VB).

F) OPPRESSIONE TORACICA, OSTRUZIONE DEL CUORE DA VENTO-CALORE DELLA VESCICA BILIARE (XIN FAN MEN XIN BI DAN FANG RE): ca calore interno (nei fan) da sindrome vuoto o pienezza. Si ha oppressione toracica (xin xiong fan men o xin zhong fan men), perturbazione psichica (fan luan) e melanconia (men bu). I punti da trattare sono shenmen (7H-C), shangwan (13CV-VC), yindu (19K,Rn), juque (14CV-VC), yutang (19CV-VC). Se compare anche cefalea (di tipo shaoyang) trattare jixi (45St-E), zhiyin

(67BL-V), yuji (10LU-P), lieque (11LU-P), gongsun (4MP-Rt) e wangu (4SI, IT). Se vi e' oppressione toracica ed ipocondrica con inquietudine trattare youmen (21K, Rn).

G) VUOTO DELLA VESCICA BILIARE, CALORE DELLA VESCICA BILIARE (DAN XU, DAN RE): la vb e' viscere mediano in contatto con il Cuore e con lo Shen. In questi casi compaiono vomito e sensazione di risalita dell'energia (piu' indecisione o decisioni affrettate). Il trattamento prevede zhongfu (1LU-P) e sanyinjiao (6MP-Rt).

H) SONNOLENZA, IPERSONNIA (ZHU AI): trattare xinhui (22GV-VG), baihui (20GV-VG), sanyinjiao (6MP-Rt) e shenshu (23BL-V). Nel caso di individuo che si corica spesso e dorme molto erjian (2LI-GI) e sanjian (3LI-GI). Il Qian Jin inoltre ci ricorda che spesso ci troviamo di fronte a turbe della Milza-pancreas. Il soggetto che mangia molto e dimagrisce presenta una sindrome detta shi hui e va trattato sui punto pishu (20MP-Rt) e zhangmen (13LR-F) (tecnica shu-mo). Nel caso, invece, di inappetenza e corpo pesante e gonfio trattare waigan (5T-TR) e zhongwan (12CV-VC), piu' il decotto Tian Zhong Tang e le pillole Ping Wei Wan. In caso di sonnolenza spiccata dopo i pasti e fatica si ha un grave vuoto di Milza (pi kun) che si tratta con zhongwan (12CV-VC) e gaohuang (43BL-V).

I) INSONNIA (BU AI): trattare shenting (24GV-VG), qicong (30St-E), zhangmen (13LR-F), qimen (14LR-F) e taiyuan (9LU-P). In caso di insuccesso yinbai (1MP-Rt), tianfu (3LU-P) yinlingquan (9MP-Rt). Se si ha paura ed insonnia qihai (6VC-CV) yinjiao (7CV-VC) e daju (27St-E). Nelle insonnia ostinate utili le pillole Zhen xin dan (del maestro Shu Sanzhen) a base di Ziziphus jujuba leggermente arrostita.

L) INCUBI (MEMG YAN): shangqiu (5MP-Rt) e' il punto piu' attivo. Il Qian jin ricorda che e' utile anche tianyou (16T-TR). Spesso si ha un vuoto al piede di destra, egno di turba del Rene. In questi casi occorre trattare zutaiyang. Se gli incubi sono spaventosi e quasi terrorizzano o paralizzano l'individuo fare delle moxe (da 21 a 30) sui "tre peli" degli alluci. Ting Zi Wan e' una formulazione molto attiva.

Una condizione indermedia fra le turbe dei "qi qing" (7 sentimenti) e quelle degli zang/fu è relativa alla patologie delle cosiddette 5 volontà (wu zhi). Sun Simiao nel cap 4 del suo trattato (14) sembra accennare a questa possibilità peraltro sottolineata anche da AA moderni (4,15) in riferimento al cap. VIII del Lingshu. Le volontà sono le tensioni e gli orientamenti che i vari shen (benshen) dettrminano negli organi. Esse rappresentano da un lato le virtù fondamentali e le relazioni immutabili, dall'altra il modo individuale di reagire ad eventi stressanti. Pertanto parlare di turbe delle 5 volontà equivale, in chiave moderna, ad indicare i fattori di rischio o di adattamento ad eventi esterni di tipo

squilibrante (stressor) (16-18). Rubricheremo di seguito i benshen le virtù che determinano e lo squilibrio a cui possono condurre.

HUN	⇒ Umanità, Gioia	⇒	Cinismo
ZHI	⇒ Saggezza	⇒	Avversione, Tristezza
YI	⇒ Riflessione, Schiettezza	⇒	Imbecillità, Idiozia, Mancanza di garbo
SHEN	⇒ Creanza, Bontà	⇒	Paura, Cattiveria
PO	⇒ Giustizia	⇒	Cupidigia

Gli studi di Corradin (5,7) consentono una dietetica differenziata per turbe dei benshen:

- TURBA DELLO ZHI: Mancanza di forza, di carattere, imprudenza, scarsa saggezza. Grano, porro, sedano, carne di anitra e pecora, rosso d'uovo (Zhishi: Dimora della Volontà, BL 52)..
- TURBA DELLO SHEN: Timidezza, paurosi, introversione, mancanza di tatto. Frumento, carota, lattuga, luppolo (Shentang: Palazzo dello Spirito, 44 BL).
- TURBA DELLO HUN: Egoismo, indecisione, mancanza assoluta di scrupoli e di umanità. Ostriche, origano e rosmarino (Hunmen: Porta dell'anima Hun, 47 BL).
- TURBA DELLO YI: Preoccupabilità, ossessione, imbecillità, manie di persecuzione. Carota, carruba, orzo, melanzana, arancia (Yishe: Dimora dello Yi, BL49).
- TURBA DEL PO: Cupidigia, disordine mentale. Pepe, peperoncino, borragine (Pohu: Porta del Po, BL42).

Va infine ricordato che il Linshu fra i sei tipi umani inserisce i nervosi (o instabili) yin e yang e che questi si prestano a trattamenti dietetici differenziati (13).

Il nervoso yin (chiuso, apatico, introverso, depresso, melanconico) presenta un disturbo di shaoyang (sanjiao) ed abbisogna di alimenti che producano energia e calore: legumi, cereali, carne di cinghiale, quaglia, castrato, ecc.

Il nervoso yang (ansioso, tachicardico, ipereccitabile, insonne) invece presente disturbi di jueyin (Ministro del Cuore) e gli si adattano alimenti freddi e rinfrescanti (alghe, funghi, verdure, latticini).

BIBLOGRAFIA

- AAVV: A practical English Chinese Library of TCM, Voll I-XV, Publishin House College of TCM, Beijing, 1980.
- AAVV: Zhong guo yi ji dian, Ed. Scientifique et Technique de Jianxi, Shanghai, 1989.
- AAVV: Nuovi Schemi di Terapia in Agopuntura, policopie, Ed. A.M.S.A., Roma, 1996.
- Andres G., Horny M.T.: La tristesse, Riv. fr. d'Acupunct., 26:7-16, 1981.
- Andres G.: Maladies mentales, EMN, tome I, Ed. Techniques, Paris, 1989.
- Auteroche B., Auteroche M., Demont M.: Matierie Medicale Chinoise, Ed. Maloine, Paris, 1992.
- Borsarello J.F.: Sfigmologie Chinoise, Ed. Masson, Paris, 1992.
- Bossy J., Guevin J., Yasui H.: Nosologie Traditionnelle Chinoise et Acupunture, Ed. Masson, Paris, 1992.
- Bueno-Cortes M.: Fitoterapia y patologia psicosomatica, Fitoterapia, 2-3, 1991.
- Cai Jing Feng: La dietetica cinese (ed. italiana a cura di E. Minelli), Ed. Joca Book, Milano, 1995.
- Cantoni G., Maiola M.: Aspetti clinici della depressione senile, Riv. it. D'Agopunt., 83:53-60, 1995.
- Chen Song Yu, Li Fei: A Clinial Guide To Chinese Herbs and Formulae, Ed. Churchill-Livingstone, Edimburg, 1993.
- Corradin M. et al.: Dietetica Cinese (con elementi di farmacologia), policopie, Ed. Centro Tao, Limone sul Garda, 1992.
- Corradin M., Di Stanislao C. (eds): Lo Psicismo in Medicina Energetica, Ed. A.M.S.A., L'Aquila, 1995.
- De Berardinis D. et al.: Organi e Visceri in Medicina Cinese, Ed. San-Li/Bimar, Roma, 1992.
- Di Stanislao C., Paoluzzi L.: Phytos (1), Ed. MeNaBi, Terni, 1992.
- Du Bois R.: Ling Shou VIII, pivot d'une theorie psychosomathique moderne, Mer., 106:31-44, 1996.
- Eyssalet J.M., Guillaume G., Mach-Chie: Dietetique et Medicine Traditionnelle Chinoise, Ed. Presence, Paris, 1984.
- Gatto R.: Seminari AFAC, IV, Le Formule, Ed. AFAC, Milano, policopie, 1993.
- Geng Junyng, Huang Wenquan, Ren Tianchi and Ma Xiufeng: Practical Traditional Chinese Medicine & Pharmacology. Herbal Formulas, New World Press, Beijing, 1991.

- Guillaume G., Mach-Chieu: Pharmacopée et Médecine Traditionnelle Chinoise, Ed. Presence, Parsis, 1987.
- Guillaume G., Mach-Chieu: Les états de tristesse yu zheng, Riv. fr. d'Acupuncture., 82-84, 1995.
- Guillaume G., Mach-Chieu: Dictionnaire des points d'acupuncture, voll I-II, Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1995.
- Larre Cl., Rochat De La Vallée E.: Dal Huangdi Neijing Lingshu. La Psiche nella Tradizione Cinese, Joca Book, Milano, 1994.
- Leung Kwok-Po: Lezioni di Agopuntura (a cura di G.P. Lucarini), policopie, Ed. Scuola Italo-Cinese di Agopuntura, Roma-Bologna, 1993.
- Li Shi Shan: Formules magistrales en acupuncture traditionnelle, Ed. Institut Yin Yang, Paris, 1983.
- Lomuscio A., Valentino G.: La dietetica in medicina cinese, Riv. it. D'Agopunt., 84:5-28, 1995.
- Matsumoto K., Birsch S.: Five elements and ten stems, Ed. Paradigm, Brookline, 1986.
- Matsumoto K., Birch S.: Hara diagnosis, reflection of the sea, Ed. Paradigm, Brookline, 1988.
- Mingqin Zhu and Dale Chow King: A Handbook for treatment of Acute Syndromes by using Acupuncture and Moxibustion, Dragon Publishing House, Hong Kong, 1992.
- Mollard-Brusini Y.: La dietetica cinese, Ed. Red, Milano, 1984.
- Mollard-Brusini Y.: Propriété physiologique des points d'Agopuntura, Ed. Sowa, Milano, 1987.
- Mollard Y., Maiola M.: L'uomo prima della nascita. Embriologia Energetica, Ed. Joca Book, Milano, 1996.
- Morandotti R.: Le sindromi ansioso-depressive (yu zheng), Congresso Congiunto ALMA-AFAC, Milano, Atti, 30 novembre 1996.
- Mussat M.: Su Nu King. La Via della felicità sessuale nella Cina Antica (trad. dal cinese di Leung Kwok-po), Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 1991.
- Ou Ming: Chinese-English Dictionary of TCM, Hai Feng Publishing House, Hong Kong, 1989.
- Requena Y.: Acupuncture et Phytothérapie, Ed. Maloine, Paris, 1985.
- Requena Y.: Agopuntura e psicologia, Nuova Ipsa, Palermo, 1990. - Rochat De La Vallée E., Larre Cl.: Les mouvements du cœur, Ed. Dangles, Paris, 1993.
- Ross J.: Zang-fu the Organ system of TCM, Ed. Churchill-Livingstone, Edimbourg, 1983.
- Unschuld P.: Forgotten Traditions of Ancient Chinese Medicine, Ed. Paradigm Publication, Brookline, 1990.

- Yang Jizhou: Zhen Jiu Da Cheng, trad. Leung kwok-po, Ed. Darras, Paris, 1983.
- Yang Jizhou: Zhen Jiu Da Cheng, trad. Nguyen Vanghi, Ed. Socidem. Marseille, 1990.
- Zhang Dazhao, Wu Xiaolong: Diagnosis and Treatment of Common Diseases in Traditional Chinese Medicine, Hai Feng Pubishin Co., Hong Kong, 1992.
- Zhan Enqin (ed): Hugly Efficacious Chinese Patent Medicines, Ed. Publishing House Shanghai College of Traditional Chinese Medicine, 1990.

-