

Si allunga la lista dell' efficacia degli aghi

Agopuntura Dagli Usa aggiornamento delle indicazioni

L' agopuntura incassa consensi. Dall' inizio dell' anno sono usciti diversi studi che ne dimostrano l' efficacia in varie situazioni: da una revisione di ricerche condotte su oltre tremila donne arriva un verdetto positivo per l' impiego contro i crampi mestruali; una ricerca su Rheumatology depone a favore di un effetto antidolorifico nella fibromialgia, per marzo è prevista l' uscita di uno studio su Obstetrics and Gynecology secondo cui gli aghi riducono i sintomi della depressione post-gravidanza. E così, mentre è di questi giorni l' annuncio che l' ospedale pediatrico della Rush University, negli Stati Uniti, comincerà a trattare con l' agopuntura anche i bambini, i National Institutes of Health statunitensi la approvano per una lunga serie di condizioni, dal mal di testa all' artrosi, dal mal di schiena alla nausea. L' ente statunitense si è pronunciato a favore dell' agopuntura già alla fine del 1998 e da allora le evidenze scientifiche vengono aggiornate dal National Center for Complementary and Alternative Medicine per tener conto di tutti i nuovi studi. Anche l' Organizzazione mondiale della sanità, già nel 2003, ha dato alle stampe l' elenco delle patologie in cui è possibile intervenire con gli aghi. «L' agopuntura vive alti e bassi nella considerazione della scienza ufficiale - osserva Paolo Evangelista, responsabile del Comitato scientifico della società italiana di agopuntura -. Il problema principale è che le sperimentazioni classiche "ingessano" l' agopuntura, che a differenza di molti farmaci e terapie tradizionali va invece adattata a ogni singolo caso. A maggio, durante il nostro congresso nazionale, presenteremo indicazioni per condurre gli studi in modo da avvicinarci ai metodi della medicina ufficiale senza snaturare la tecnica: ad esempio, riferire la tipologia di agopuntura adottata fra le tante possibili e usare gli aghi retrattili di Clark come placebo. Il confronto con un placebo è infatti uno degli ostacoli principali nella valutazione degli effetti dell' agopuntura». Ma la medicina "ufficiale" italiana crede all' agopuntura? «Sì: ogni anno nel mio centro la scegliamo per circa il 20% dei pazienti - risponde Gianni Colini Baldeschi, responsabile del Servizio di terapia del dolore al San Giovanni di Roma -. Nei primi gradini della scala del dolore può essere utile e adeguata».

Meli Elena (7 marzo 2010) -pagina 56-Corriere della Sera

La salute di Milano

Fibromialgia, una volta «malattia immaginaria»

Dolori Agli inizi i dolori sono localizzati al collo e ai gomiti

La fibromialgia è una malattia comune ma secondo alcuni solo immaginaria. Un tempo denominata fibrosite, è una frequente causa di dolori muscolo-scheletrici cronici che interessano tendini e legamenti, senza alterare lo stato di salute generale del paziente; gli esami di laboratorio sono normali così come le indagini radiologiche, tanto da far nascere il dubbio che sia preponderante una componente psico-somatica. In effetti circa il 30% dei malati affetti da questo disturbo presenta un quadro depressivo maggiore e in molti casi i disturbi ansioso-depressivi sono prevalenti rispetto a quelli muscolo-scheletrici. La maggior parte dei casi si manifesta tra i 30 e i 55 anni, la prevalenza del sesso femminile è netta (6:1), in oltre il 50% dei casi i sintomi compaiono dopo un evento scatenante: un trauma fisico o emotivo, una sindrome simil-influenzale. Agli inizi i dolori sono localizzati al collo e ai gomiti ma in molti casi successivamente interessano più gruppi muscolari; le

algie possono essere acute dall' esercizio fisico, dallo stress e dai cambiamenti meteorologici. Spesso i disturbi muscolari sono accompagnati da cefalea, fotofobia, secchezza delle congiuntive; un senso di profonda stanchezza e di sonno non riposato sono riferiti dalla quasi totalità dei malati. Talvolta possono manifestarsi dolori aspecifici e difficilmente classificabili all' addome, alla pelvi, alla vescica tanto da far sorgere il sospetto di infezioni delle vie urinarie. La diagnosi è fondamentalmente clinica, dopo esclusione di altre patologie. Non essendo realmente presente un quadro infiammatorio non stupisce che i farmaci anti-infiammatori non siano efficaci, mentre gli analgesici possono essere utili per il controllo dei dolori muscolo-scheletrici. Molto efficaci sono le terapie educazionali basate su una corretta informazione del paziente. I farmaci anti-depressivi possono essere talvolta utilizzati con vantaggio ma la terapia deve essere individualizzata caso per caso; in alcuni malati anche l' agopuntura può essere di beneficio. L' attività fisica dovrà essere aerobica (camminare, andare in bicicletta, nuotare) e regolare. Molti pazienti, anche se purtroppo non tutti, convivono con la fibromialgia conducendo per moltissimi anni una vita di relazione e lavorativa assolutamente normale.

Harari Sergio (11 marzo 2010) -pagina 9 - Corriere della Sera