Szkoła Akupunktury Tradycyjnej

im. Michała Boyma

www.akupunktura.edu.pl

PRACA DYPLOMOWA

Postrzeganie akupunktury przez łódzkie środowisko lekarskie

lic. Małgorzata Misztal

Nadzór nad pracą

dr n. med. Henryk Dyczek

Bydgoszcz 2016

Spis treści

Wstęp 3
1. Historia akupunktury pięcioelementowej 4
1.1. Pięć Elementów 5
1.1.1.Element Drzewa 6
1.1.2. Element Ognia 7
1.1.3 Element Ziemi 8
1.1.4.Element Metalu 10
1.1.5.Element Wody 10
1.2. Dwunastu Urzędników 12
1.2.1. Wątroba 12
1.2.2. Pęcherzyk Żółciowy 13
1.2.3. Serce 13
1.2.4. Jelito Cienkie 13
1.2.5. Osierdzie 14
1.2.6. Potrójny Ogrzewacz 14
1.2.7. Żołądek 14
1.2.8. Śledziona 15
1.2.9. Płuca 15
1.2.10. Jelito Grube 15
1.2.11. Pęcherz Moczowy 16
1.2.12. Nerki 16
1.3. Wskazania do stosowania akupunktury 16
1.4. Przeciwskazania do stosowania akupunktury 17
1.5. Akupunktura jako bezpieczna metoda terapii 18
2. Metodyka 19
2.1. Cel badania 19
2.2. Materiał badany 19
2.3. Metodologia 19
2.3. 1. Ankieta 20
3. Wyniki badania 23
4. Dyskusja i wnioski 28
4.1. Podsumowanie 29

5. Bibliografia 30
5.1. Opracowania zwarte 30
5.2. Źródła elektroniczne 30
6. Spis rycin i tabel 30

Wstęp

W dzisiejszych czasach, pacjenci skarżący się na dolegliwości utrudniające im życie oraz przysparzające ból, w pierwszej kolejności udają się do lekarzy. Powierzyliśmy w ręce medycyny konwencjonalnej całe nasze zdrowie. Tymczasem, jako pacjenci jesteśmy nieświadomi, iż dolegliwości fizyczne czy ból, mają swoje podłoże w psychice bądź w duszy człowieka. Zadaniem akupunktury pięcioelementowej jest wyeliminowanie bólu u pacjenta, traktując go, jako pacjenta poszkodowanego na trzech różnych poziomach, nierozłącznych ze sobą tj.: ciało-psychika/umysł-dusza. Jako terapeuci wierzymy, że po przeprowadzeniu wywiadu z pacjentem, będziemy w stanie zmobilizować chory organizm do samo regeneracji, a co za tym idzie, do przywrócenia homeostazy.

W swojej pracy zacznę od przedstawienia krótkiego opisu historii oraz działania akupunktury pięcioelementowej. Opiszę zasadę funkcjonowania w ciele człowieka pięciu Elementów oraz dwunastu Urzędników. Zaznaczę przeciwwskazania do stosowania Akupunktury oraz jej zalecenia, aby następnie przejść do drugiego rozdziału pracy, w którym skupię się na badaniu opinii świata lekarskiego na postrzeganie Akupunktury w dzisiejszych czasach, by następnie wysnuć z tego wnioski. Pracę zakończy krótkie podsumowanie badania oraz dyskusja.

1. Historia akupunktury pięcioelementowej

Początki akupunktury pięcioelementowej sięgają czasów starożytnych Chin, jednakże zaczęła być ona stosowana w Ameryce Północnej oraz Europie dopiero od końca lat sześćdziesiątych XX wieku dzięki wykładom i naukom profesora Worsley'a. Jest to klasyczny rodzaj akupunktury, która wspiera ciało w osiągnięciu harmonii i zdrowia przede wszystkim poprzez usuwanie blokad pojawiających się w ciele na skutek działania czynników zewnętrznych i psychologicznych. Terapeuta pomagając pacjentowi bierze pod uwagę nie tylko dolegliwości fizyczne pacjenta, ale również jego konstytucję psychiczną oraz stan duszy. Pierwsza adnotacja na temat tej metody terapii jest datowana na okres trzeciego wieku przed naszą erą sporządzona przez szkołę Yin-Yang, która to szkoła próbowała wytłumaczyć zasady działania uniwersum na podstawie dwóch sił: Yin, jako siły ciemnej, mrocznej, kobiecej oraz Yang jako czynnika męskiego, wnoszącego światło i ciepło. Ponadto, aby uzupełnić nieco opis działania wszechświata przedstawiony został również opis Pięciu Elementów. Ta perspektywa postrzegania świata została wkrótce zaabsorbowana przez głosicieli Taoizmu [1].

Ten rodzaj akupunktury różni się od innych jej rodzajów zarówno diagnostyką, stosowanymi w jej ramach procedurami medycznymi, jak i sposobem traktowania zaburzeń. Wyróżnione w powyższej metodzie leczenia pięć Elementów obecnych w każdym pacjencie, są to kolejno Drzewo, Ogień, Ziemia, Metal oraz Woda.[2] Każdy z elementów posiada swoje unikatowe cechy, które odróżniają go od pozostałych, wszystkie jednak są ze sobą powiązane, następując po sobie, bądź kontrolując się wzdłuż cyklu Ke. W niniejszym rozdziale przybliżone zostaną profile każdego z Elementów oraz opisy Narządów przypisanych do każdego z Elementów. Oczywistym jest, że ten rodzaj akupunktury, powstał około 3000 lat przed naszą erą, opierał swoje zasady na obserwacji natury i zmianie pór roku[3].

Kluczową, odróżniającą cechą akupunktury pięcioelementowej od Akupunktury Tradycyjnej (TCM) jest pojęcie Czynnika Sprawczego (CS). Na podstawie z przeprowadzonego z pacjentem wywiadu, terapeuta jest w stanie określić, który z pięciu Elementów znajduje się w nierównowadze, która to nierównowaga może rzutować na dyskomfort fizyczny oraz psychiczny pacjenta. Poprzez stymulację odpowiednich punktów Akupunktury, terapeuta jest w stanie przywrócić harmonię i równowagę do organizmu schorowanego pacjenta. Wprowadza organizm pacjenta w stan samo uleczenia[4].

W Polsce osobą, która starała się o wprowadzenie Akupunktury do środowiska lekarzy, był profesor Zbigniew Garnuszewski. Dzięki jego wytrwałym staraniom, o miejsce Akupunktury w polskim systemie medycznym, w 1986 roku Akupunkturę oficjalnie uznało Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej, a profesor zyskał nominację na specjalistę krajowego do spraw Akupunktury[5].

---

[1] J.R.Worsley, *Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982, s.15-17.

[2] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016,s.7-9.

[4] J.Kirkwood, op. cit., s.11.

[5] http://www.akupunktura.org/ [Dostęp 20.03.2016]

1.1. Pięć Elementów

Przed przystąpieniem do szczegółowego opisu każdego z Pięciu Elementów ważnym jest by zrozumieć, w jaki sposób krąży energia Qi w tymże cyklu. Fundamentalnym cyklem, zgodnie, z którym porusza się energia jest cykl Sheng, jest to cykl, w którym każdy z Elementów jest matką dla następnego, podobny cykl możemy zaobserwować w następujących po sobie porach roku. Pierwszym z Elementów jest Drzewo, przypadające na okres Wiosny, czas rozwoju i dorastania, okres dynamicznego ruchu oraz większej ilości światła, Drzewo przechodzi w Ogień, czas lata i gorąca, jednocześnie czas dojrzewania i radości. Lato przeradza się w okres późnego lata przypisanego Elementowi Ziemi, czasu stabilizacji, centralizacji oraz troski. Po Ziemi następującym elementem jest Metal, któremu przypada pora jesieni, czas jakości i pogodzenia się z odejściem, drzewa tracą swe liście by na wiosnę mogły znowu zakwitnąć. Ostatnim Elementem jest Woda, czas mroku i zimna, czas śmierci, śmierci, która z czasem wiosny ewoluuje w narodziny by powrócić do elementu Drzewa [6].

Drugim cyklem, występującym w akupunkturze jest cykl Ke nazywany cyklem kontrolującym. W tym cyklu każdy z Elementów posiada swą niepowtarzalną moc, która jest w stanie zapanować nad drugim Elementem. Drzewo jest w stanie kontrolować Ziemię poprzez rozrastające się korzenie, Ziemia kontroluje Wodę poprzez nadanie jej kierunku w korycie, Woda jest stanie ugasić Ogień, on natomiast może przetopić Metal, który to element ma moc cięcia Drzewa[7].

Biorąc pod uwagę oba te cykle zauważamy szansę naszego organizmu na harmonijne życie i równowagę w naturze. Każdy element jest powiązany z kolejnym jednocześnie są one całkowicie niezależne od siebie poprzez swoje właściwości[8].

[6] J. Kirkwood; *The way of the Five Elements*, Oxford 2016,s.10-11.
[7] J.Kirkwood,op.cit.,s.12-14.
[8] Ibidem

Ryc.1Pięć Elementów w cyklach *Sheng* i *Ke*.[9].

1.1.1.Element Drzewa

Pierwszym Elementem według cyklu Sheng jest Element Drzewa przypadający na okres wiosny. Kwintesencją tego Elementu jest wzrost, najlepiej zobrazuje to ziarenko rośliny, która wypuszcza swoje korzenie wgłęb ziemi oraz rozrasta swoje gałęzie w górę by dalej móc rosnąć i się rozwijać. Gałęzie drzewa mogę rozrastać się na boki, jednakże jego fundamentalnym kierunkiem jest wzrost. Drzewo jest elastyczne, pokonuje wszelkie przeszkody by nic nie stanęło mu na drodze po rozwój. Ma wizję, którą próbuje urzeczywistnić. Zdrowie Drzewo pokona wszelkie trudności by osiągnąć swój cel, będzie uparte, kiedy się tego wymaga, ale i elastyczne przy innych okazjach, podobnie sytuacja wygląda z człowiekiem o Czynniku Sprawczym Drzewa. Wiosna jest porą budzenia się do życia po długim zimowym bezruchu, ludzie wiedzą, kiedy ona nadchodzi po zieleniących się krzewach oraz dłuższym dniu. My sami czujemy wewnętrzną potrzebę rozwoju i przypływu energii i sił witalnych, widzimy nadzieję na lepszy czas, mamy wizję cieplejszych dni z chęcią planujemy i wywiązujemy się z powierzonych nam zadań[10].

Elementowi Drzewa przypisany jest kolor zielony, u pacjentów widoczny w kącikach oczy lub przy linii ust. Nic dziwnego w tym, że temu elementowi przypadł właśnie kolor zieleni tak widoczny przy rozkwicie drzew na wiosnę. Zapach kojarzony z Elementem Drzewa jest zapach zjełczały, podobny do starego oleju, bądź masła, tenże zapach może pochodzić od złej przemiany tłuszczów przez wątrobę i pęcherzyk żółciowy. Zmysłowi obecnemu w Elemencie Drzewa jest wzrok. Nasze oczy są bardziej wyostrzone na wiosnę, dominuje więcej kolorów niż zimą, kąt padania promieni słonecznych jest wyższy, przez co światło jest silniejsze. Wzrok

[9] Ryc. 1. Obraz Pięciu Elementów w cyklach Sheng I Ke.
[10] J. Kirkwood,*The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.93-101.

odnosi się w tym wypadku także do naszej wizji przyszłości, do nadziei, jaką pokładamy w naszej przyszłości. Pacjentowi z Czynnikiem Sprawczym w Elemencie Drzewa przypisuje się głos krzyczący, głos domagający się ekspresji, największej ilości uwagi. Kiedy w naszym życiu pojawiają się przeszkody na drodze do osiągnięcia celu pojawia się frustracja prowadząca do krzyku i gniewu. Krzyk w tym wypadku ma na celu rozładowanie złości pacjenta na zewnątrz niosąc ze sobą gniew, jako emocję dominującą w tym Elemencie. Wielu osobom zaburzonych w Elemencie Drzewa brakuje gniewu w słusznych sytuacjach, wówczas również mówimy o braku harmonii. Gniew jest postrzegany często, jako najgorsza z pięciu różnych emocji, być może ze względu na fakt swojej destrukcyjnej siły. Z drugiej strony, gniew może napędzić nas do działania w nadziei do osiągnięcia naszych celów życiowych[11].

Energia Drzewa jest dynamiczną ciężką do powstrzymania siłą. Kiedy napotka ona przeszkodę natychmiast stara się odnaleźć inne wyjście z sytuacji, aby spełnić swoje plany. Bez wizji i siły do działania żadne z naszych planów nie mogłyby zostać wypełnione. Osoba będąca zaburzona w Elemencie Drzewa będzie albo zbyt wybuchowa i gniewna, bądź skrajnie stłumiona i cicha. Wątroba i Pęcherzyk Żółciowy są dwoma Narządami przypisanymi temu Elementowi[12].

1.1.2. Element Ognia

Już od prehistorycznych czasów ludzie doceniali wartość ognia, jako żywiołu dającego jasność i ciepło, miejsce do gotowania posiłków i środek używany do obrony. Ludność plemienna zbierała się wokół ogniska by ogrzać się i rozmawiać, dlatego dziś kojarzymy Element Ognia z relacjami międzyludzkimi. Ogień jest najbardziej Yang ze wszystkich Elementów cyklu, jest ucieleśnieniem gorąca, jasności, aktywności oraz rozprzestrzeniania się. Płomienie rozchodzą się i dają ciepło we wszystkich kierunkach. Ogień może być kojarzony z radosną chwilą odpalania fajerwerk, bądź z destrukcyjną siłą palącą wszystko wokół. Kiedy się wypala, pozostawia za sobą szary kolor popiołu. Element Ognia najłatwiej dostrzec można w okresie lata, drzewa które wcześniej pięły się do góry teraz rozkwitają oraz poszerzają swój zasięg po horyzont, lato jest najwyższym szczytem w porach roku. Jest to najcieplejszy moment w roku, promienie słoneczne padają na ziemię pod prostym kątem, skupiają całą swą energię[13].

Element Ognia jest silnie powiązany z relacjami międzyludzkimi, dlatego temu Elementowi przypisane są cech wypowiadania się oraz języka, jakim się posługujemy. Słowa wypływające z naszych ust mają swoje źródło w naszym Sercu i naszym Umyśle. Również, oprócz daru mówienia, możemy wspomnieć w tym Elemencie o zmyśle dotyku, tak istotnym w relacjach panujących między ludźmi zaczynając od zwykłego uścisku ręki po przytulenie. W lecie stajemy się bardziej towarzyscy, chcemy wychodzić na zewnątrz by móc spotykać się

[11] J.Kirkwood, op. cit., s.95.
[12] Ibidem
[13] J. Kirkwood,*The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.122-130.

z ludźmi. Kiedy element Ognia jest zaburzony osoba może popisywać się, bądź zwracać na siebie bezustannie uwagę swoim językiem. Również wiele zaburzeń mowy takie jak jąkanie się ma swoje korzenie ulokowane w nierównowadze Elementu Ognia, będącego wynikiem szoku, lub traumy. W medycynie chińskiej mówimy wówczas o braku harmonii w Sercu. Osoba w nierównowadze będzie też często mówić niewyraźnie, szybko oraz będzie skakać z tematu na temat[14].

Kolorem przypisanym do Elementu Ognia jest czerwony, najbardziej intensywny ze wszystkich pięciu kolorów. Możemy go powiązać z kolorem naszej krwi, która krąży w naszym ciele odżywiając każdy organ. Jest to kolor kojarzony z radością, miłością oraz intymną bliskością i namiętnością. W Akupunkturze pięcioelementowej osoby z czynnika sprawczego Ognia będą miały widoczny kolor czerwony, bądź jego brak, czyli szary, w kącika oczu oraz na linii ust. Głosem powiązanym z Ogniem będzie śmiech, szczery odruch radości wypływający prosto z Serca. Śmiech jest uniwersalnym językiem świata, dzięki niemy możemy odnaleźć cechy wspólne dla równych kultur i narodowości. Jest oznaką zaakceptowania przez innych ludzi oraz naszą reakcją na innych, gdy czujemy się dobrze w towarzystwie. Emocją odpowiadającą Elementowi Ognia będzie radość, czasami przesadna, kiedy zaburzona osoba będzie unikać złego nastroju oraz problematycznych sytuacji uciekając się w stronę beztroskiej zabawy, również wtedy, kiedy radość wydaje się być oczywista zaburzona osoba nie będzie jej odczuwać. Spalony, jest zapachem najlepiej odzwierciedlającym Ogień, zaburzona osoba będzie swym zapachem przypominała nam woń spalonego chleba, bądź ubrań dopiero, co wyprasowanych. Zapach ten jest efektem zaburzonej pracy Osierdzia oraz Potrójnego Ogrzewacza, które to Organy wystawione na potężny stres powodują dysharmonię w organizmie przyczyniającą się do zapachu spalenizny[15].

Unikalność tego Elementu polega na posiadaniu aż czterech przypisanych do niego Urzędników: Serca, Jelita cienkiego, Osierdzia oraz Potrójnego Ogrzewacza. Według Johna Kirkwooda, stało się tak dlatego, że Serce jako najpotężniejszy Organ, cesarz naszego organizmu, potrzebuje największej ochrony i pomocy, dlatego służą mu nią aż trzy organy[16].

1.1.3 Element Ziemi

Istotność Ziemi jest odzwierciedlona w wielu aspektach naszego życia. Ziemia, jako planeta, na której istnieje życie, jako gleba, w której rosną rośliny oraz jako jeden z Elementów cyklu Sheng. Ziemia ukazuje się nam, jako urodzajne podłoże, z którego możemy czerpać pożywienie. Każdy z Elementów cyklu posiada swój określony kierunek, w którym podąża, w tym przypadku mamy do czynienia z Elementem położonym w samym centrum, Ziemia jest niczym jądro wokół, którego kręci się materia. Energię Ziemi można przyrównać do mocy grawitacji, do siły, która zawsze będzie przyciągać nas do swego centrum, dzięki temu możemy twardo stąpać po ziemi. Ziemia daje nam uczucie stabilności i wsparcia, jest korytem dla rzek, ukierunkowuje nas. Pora roku, która najlepiej odpowiadałaby

[14] J.R.Worsley,*Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982, s.87-91.
[15] J.R. Worsley, *Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982, s.87-91.
[16] J. Kirkwood, op. cit., s.142-145.

Ziemi to późne lato, czas zbierania tego, co zasadziliśmy by przygotować się na nadchodzące zimniejsze czasy. Dzień staje się krótszy a wieczory zaczynają być chłodniejsze. Jest to zmniejszenie intensywności rozkwitu, który towarzyszył nam w Elemencie Ognia, czas łagodnienia i pogodzenia się z losem[17].

Ziemia związana jest z uczuciem troski, zaburzeniami występującymi w tym elemencie mogę być więc: nadmierne myślenie i użalanie się nad sobą, obsesyjne objadanie się. Kiedy dziecko nie dostaje zbyt dużo uwagi od rodziców będzie w przyszłości desperacko próbowało zwrócić na siebie uwagę. Poszukiwanie rozpaczliwego współczucia, przesadne dbanie o innych, bądź skrajne dbanie o samego siebie[18].

Smak jest zmysłem przypisanym do elementu Ziemi, możemy kojarzyć to z naszym pierwszym w życiu rozpoznanym smakiem, którym jest mleko matki. Po latach zdaje się on być utożsamiany przez dzieci z miłością, troską i komfortem życia. Smak jest powiązany z organem Żołądka, który współpracując z kubkami smakowymi wybiera, które smaki najbardziej nam odpowiadają. Automatycznie słodki kojarzony jest z jedzeniem dobrym dla naszego zdrowia, podczas gdy gorzki ostrzega nas przed trucizną. Żółty jest kolorem przypisanym do Ziemi, ma kojarzyć się nam z glebą, a Chińczykom z polem uprawnym, ziemią, bądź z Żółtą Rzeką. Według akupunktury, nadmiar koloru żółtego wokół oczu, bądź ust będzie wskazywał na niedobór i dysharmonię tego Elementu. Troska, współczuje oraz zaduma są emocjami najlepiej odzwierciedlającymi cech Ziemi. Przysłowiowe mielenie problemów, nadmierne rozmyślanie są typowymi objawami dla czynnika sprawczego w elemencie Ziemi, prowadzić to może do osłabienia energii Śledziony, jako Urzędnika. Odrywa to również naszą głowę od reszty ciała, tak jakby ciążyła nam ona, domagała się stabilności zapominając o reszcie ciała. Według profesora Worsley'a ludzie z zaburzonym Elementem Ziemi cierpią na dysharmonię, jeśli chodzi o emocję współczucia czy troski. Mogą być oni przesadnie zatroskani życiem innych ludzi, poświęcając im całą swoją uwagę, zupełnie zapominając przy tym o sobie. Oraz w druga stronę, dany człowiek może w ogóle nie być zainteresowany innymi, nie obchodzić go będą ludzie krzywdy czy opinie, będzie skupiał całą swoją uwagę wyłącznie na sobie, w zachowanie będzie to przypominało osobę o zaburzeniach narcystycznych. Głosem przypisanym Ziemi będzie śpiew, od bardzo niskich tonów wznoszący się aż po wysokie tworząc fale. Śpiew będzie niósł ze sobą emocję troski, utożsamiamy go bowiem z matką śpiewającą dziecku, barwa głosu byłaby wówczas delikatna i cicha. Ludzie będą zdradzali się swym śpiewnym głosem nawet podczas opowiadanie zdarzeń z ich życia, które przysporzyły im bólu i cierpienia. Wonny to zapach odpowiadający Ziemi, nie jest on ani słodki, ani niemiły dla węchu, jednak zauważalny przez swą intensywność. Często jest to zapach mylony z wonią kwiatów jednakże nic bardziej mylnego, zapach zaburzonej Ziemi będzie często wywoływał u nas mdłości. Zapach ten spowodowane jest złą pracą Urzędnika Żołądka, który przez swą dysfunkcyjność nie jest w stanie strawić wszystkich resztek pokarmowych[19].

Organami przypisanymi do tego Elementu, położonymi w centrum naszego ciała, są Żołądek i Śledziona

[17] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.201-210.
[18] J. Kirkwood, op. cit., s.207.
[19] J.R. Worsley, *Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982, s.238-241.

1.1.4.Element Metalu

Metal rozpoczyna epokę Yin w cyklu, po wzniosłych energiach Drzewa i Ognia oraz zcentralizowanej Ziemi przyszedł czas na ruch w dół. Element Metalu symbolizuje wszystko, co ma swą unikalną wartość, tak jak drogie kruszce. Może być unikalnym talentem czekającym do odkrycia w każdym z nas. W ludzkim ciele Metal może manifestować się jako, minerały i witaminy niezbędne do prawidłowego utrzymanie organizmu. Metal to także narzędzia, którymi posługujemy się każdego dnia, sztućce, skalpel dla lekarza czy nóż dla myśliwych. Z punktu widzenia Akupunkturzystów Metal reprezentuje nasze ukryte zdolności, naszą wrodzoną intuicje i mądrość przodków. Porom roku przypisaną do Metalu jest Jesień, uwypukla ona ruch Metal w dół przez obraz spadających liści z drzew, spadającym temperatur oraz nadmiernej ilości deszczu. Jest to czas wyciszenia, zwrócenia się ku sobie. Spadające liście gniją i ulegają rozkładowi, ich wartości odżywcze i minerały znów kierują się do ziemi, aby użyźnić ją na okres wiosny. Po gorącym lecie oraz okresie późnego lata następuje ochłodzenie, dni stają się chłodniejsze przez to rzadziej wychodzimy z domu, przyglądamy się sobie oraz przygotowujemy się na przyjście zimy[20].

Zapachem przypisanym Metalowi jest zgnilizna, zapach rozkładu, jest on podobny do woni rozkładających się liści połączonych z wilgocią deszczu jesiennego. Bardziej zaburzone osoby mogą przypominać swym zapachem rozkładające się mięso. Osoba z czynnikiem sprawczym w Elemencie Metalu będzie miała glos płaczący, pełen żalu. Osoba ta będzie rozżalona, nie będzie godzić się na odejście, jej głos będzie załamujący się, jakby ktoś miała za chwilę zalać się łzami. Dużo osób z konstytucji Metalu będzie powstrzymywało swą chęć do płaczu, co może skutkować uciskiem w klatce piersiowej. Kolor biały w niektórych kulturach będzie się nosić na znak żałoby, inaczej niż w naszej kulturze, jest to też kolor przypisany Elementowi Metalu. Od zarania dziejów kolor ten utożsamiany był z czystością i świętością, kościół chrześcijański zaadaptował go na cześć ofiary, świętości i cnoty. Często u osoby z zaburzonym Elementem Metalu, terapeuta może mylić kolor biały wokół oczu z kolorem szarym, przypisywanemu Elementowi Ognia. Jesień, jako całość, kojarzy się nam ze stratą, czy to ciepłych dni czy zieleni, z punktu widzenia akupunktury, Metal ma za zadanie pomóc nam pogodzić się ze stratą, odpuścić sobie dawne sprawy, które na nas ciążą. Jeśli nie pozwolimy danej emocji odejść zostanie w nas uczucie olbrzymiego żalu. Człowiek próbuje uporać się ze stratą wraz z upływającym czasem. Jeżeli jednak mu się to nie udaje, smutek i żal mogą mieć destrukcyjny efekt dla zdrowia kumulując się w płucach. Organami przypisanymi do elementu Metalu będą Płuca i Jelito Grube[21].

1.1.5.Element Wody

Woda, kierując swoją energię do wewnątrz, jest najbardziej Yin ze wszystkich pięciu Elementów cyklu. Jest to czas odejścia i straty, pora zimy, kiedy wszystko umiera, czas

[20] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.239-250.
[21] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.239-250.

hibernacji i zaprzestania rozwoju, czekania na ponowne nadejście wiosny. Temperatura zimą spada poniżej zera, woda manifestuje się w śniegu i w otaczającym nas krajobrazie lodu. Jednakże warto tez wspomnieć o wodzie wewnątrz nas:[22]

Oprócz odżywiania i oczyszczania, Woda zapewnia nam giętkość i płynność. Łatwość naszych ruchów uzależniona jest od wydzielin i płynów w całym ciele. Bez nawilżenia przez wewnętrzne wydzieliny nie jest możliwe funkcjonowanie żadnego stawu w naszym organizmie, żadnej ruchomej części i żadnego procesu.

Zimą ludzie maja większą ochotę spędzać czas w swoich domach w cieple, jesteśmy bardziej podatni na stany depresyjne przez małą ilość słońca oraz długie noce. Z utęsknieniem czekamy nadejścia kolejnej wiosny pogrążając się w letargu[23].

Słuch jest zmysłem przypisanym do elementu Wody, kolorem odpowiadającym Wodzie będzie czerń lub niebieski. Głębokie wody oceanów przybierają te barwy przez fakt, iż nie widać dna na pierwszy rzut oka. To kolor rzek, jezior, mórz, płytkich podobnych swą barwą do niebieskiego oraz niezmiernych głębin wpadających w odcienie czerni. Kolory te pojawiające się w kącikach oczu bądź na linii ust ilustrują brak równowagi w Nerkach. Osoby te wydają się nam nadmiernie zmęczone, depresyjne lub smutne. Dominującą barwą głosu będzie stęk, bądź jęk, utożsamiać będziemy go z wartko płynącą rzeką albo szemrzącym strumykiem, w głosie dominować będzie strach. Nierównowaga będzie występować jednak, gdy jęczący ton głosu pojawiać się winien w trakcie opowieści o wesołym wydarzeniu. Woda może pachnieć zgnilizną, nadpsutą i zalegająca wodą, lub nawet jak nieświeży mocz. Zapach ten utrzymywać się będzie przy niewydolnej pracy dwóch Urzędników przypisanych Wodzie jakimi są Nerki i Pęcherz Moczowy. Emocja towarzyszącą Elementowi Wody będzie wcześniej już wspomniany strach. W stanach panicznego strachu osoba jest w stanie w niekontrolowany sposób opróżnić pęcherz. Nasi przodkowie kojarzyli zimę ze strachem o przetrwanie, strachem przed utrudnionym dostępem do jedzenia. Jest to instynktowna emocja uwalniana w czasach zagrożenia, mobilizująca nas do obrony, jednakże strach może być dla nas obezwładniający nawet w niezagrażających naszemu życiu okolicznościach, lub odwrotnie, osoba będzie poszukiwać sytuacji, w których jej odwaga wystawiana będzie na próbę, osoba będzie uczestniczyć w ryzykownych przedsięwzięciach bez odpowiedzialności (nadmierna odwaga). Musimy jednak wykluczyć przypadki osób, które przeżyły traumatyczne wydarzenia w swoim życiu, bowiem nie każda z nich będzie zaburzona w elemencie Wody ze względu na wzmożone uczucie strachu[24].

W tym rozdziale zwrócona została największa uwaga na poszczególne cechy każdego z Elementów cyklu Sheng. Opisując je starałam się zawęzić obserwacje do głównych pojęć którymi były: kolor, zmysł, emocja, barwa głosu oraz zapach. Kolejny rozdział poświęcony został zwięzłemu opisowi funkcji, jakie pełni każdy z Urzędników/Narządów w ciele człowieka. Jego wpływ na fizyczną konstytucję pacjenta oraz na obraz mentalny skuteczny dla diagnostyki pięciu Elementów.

Poniżej zamieszczona została tabela przedstawiająca skrót najważniejszych informacji na temat każdego z Pięciu Elementów.

[22] J.R. Worsley, *Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982, s.260-288.
[23] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.33-40.
[24] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.33-40.

Tabela 1. Wyznaczniki Pięciu Elementów[25].

Element	Drzewo	Ogień	Ziemia	Metal	Woda
Pora roku	Wiosna	Lato	Późne lato	Jesień	Zima
Zmysł	Wzrok	Dotyk/Mowa	Smak	Zapach	Słuch
Kolor	Zielony	Czerwony/Szary	Żółty	Biały	Czarny/Niebieski
Dźwięk/ barwa głosu	Krzyk	Śmiech	Śpiew	Płacz	Stęk/Jęk
Zapach	Zjełczały	Spalony	Wonny	Zgniły	Rozkład
Emocja	Gniew	Radość	Troska	Żal	Strach
Urzędnicy Yin/Yang	Wątroba, Pęcherzyk Żółciowy	Serce Jelito Cienkie Osierdzie Potrójny Ogrzewacz	Śledziona Żołądek	Płuca Jelito Grube	Nerki Pęcherz Moczowy
Smak	Kwaśny	Gorzki	Słodki	Ostry	Słony
Duch	Hun	Shen	Yi	Po	Zhi

1.2. Dwunastu Urzędników

Każdemu z opisanych uprzednio Pięciu Elementów przyporządkowana jest para, bądź pary Urzędników. W tym rozdziale każdy z Narządów/Urzędników zostanie krótko opisany oraz zostaną wymienione jego najważniejsze funkcje. Urzędnicy będą wypisani parami, według cyklu Sheng rozpocznę od Urzędników Elementu Drzewna by przejść kolejno do Ognia, następnie Ziemi, Elementu Metalu i zakończyć na Elemencie Wody[26].

1.2.1. Wątroba

Według chińskiej medycyny Wątroba ma za zadanie magazynować Krew, wypływa na swobodny przepływ energii Qi po organizmie, kontroluje elastyczność ścięgien, jest domem

[25] J. Kirkwood, op. cit., s.41.
[26] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.33-40.

dla ducha Hun[27]. Stan Wątroby, jako Urzędnika, objawiać się będzie wyglądem naszych paznokci, widoczny będzie w naszych oczach. Z mentalnego punktu widzenia Wątroba tworzy plany, które mają zostać wcielone w życie przy pomocy decyzyjności Pęcherzyka Żółciowego. Narząd ten jest upersonifikowanym Generałem, który widzi najlepsze wyjście z danej sytuacji, tworzy najlepsze strategiczne plany, aby osiągnąć pożądany cel. Planowanie na poziomie Ducha jest to wizja pomagająca nam w osiągnięciu naszych wewnętrznych celów. Brak takich planów na przyszłość może prowadzić do rozpaczy i smutku, gdyż duchowe cele nadają często życiu sens. Kiedy urzędnik choruje na tym poziomie skutkiem może być poważna depresja[28].

1.2.2. Pęcherzyk Żółciowy

Współpracując z Wątrobą odpowiedzialny jest za podejmowanie decyzji. Słowem, które możemy powiązać z pracą Pęcherzyka Żółciowego jest wybór. Każdy ruch naszego ciała również jest podejmowaniem decyzji, które utrzymują nasze kończyny w równowadze abyśmy dotarli do wyznaczonego celu. Kiedy ten Urzędnik pracuje bez zastrzeżeń nasze ruchy są skoordynowane. Zdrowy pęcherzyk sprzyja jaśniejszym myślom przez co dokonywanie właściwych osądów, prawidłowych i korzystnych dla nas decyzji, zwłaszcza w dzisiejszych czasach, jest to obrona przed narzucaniem nam zdań innych ludzi[29].

1.2.3. Serce

Jest najważniejszym Urzędnikiem w naszym ciele, cesarzem dla dworu pozostałych jedenastu Urzędników, domem dla ducha Shen, od którego pochodzi bezgraniczna miłość[30].

Serce sprawuje urząd cesarza i suwerena. Blask innych elementów ma swoje korzenie w Sercu

Kiedy Serce jest zdrowie, wszystkie inne Organy pracować winny prawidłowo, człowiek będzie wówczas zdrowy na wszystkich trzech poziomach. Natomiast, gdy Serce jest chore, rzutuje to na funkcjonowanie każdego z Urzędników wywołując choroby. W starożytnych Chinach uważano, że Serce zajmuje się kontrolą Krwi, jednak, co ważniejsze, jest domem dla sucha Shen, ducha ciała i umysłu. Stan Serca manifestować się będzie na twarzy człowieka, cera pełna blasku będzie oznajmiać prawidłowe funkcjonowanie tego Urzędnika, nadmierne pocenia może oznaczać nadużytą radość oraz nadaktywność organizmu[31].

1.2.4. Jelito Cienkie

Serce współpracuje w parze z Urzędnikiem Jelito Cienkie. Jego funkcje to wchłanianie substancji odżywczych z jedzenia oraz przesunięcie nieczystości dalej wzdłuż układu pokarmowego do jelita grubego. Istotnym zadaniem, które ma do wykonania ten Urzędnik jest

[27] Hun według teorii Akupunktury Elementowej to jeden z pięciu duchów obecnych w naszym ciele, w polskim przekładzie znajduje swoje tłumaczenie, jako Dusza Pozacielesna, która przetrwa po fizycznej śmierci człowieka. Hun nocą przemieszcza się do Wątroby by w ciągu dnia być obecnym w oczach dając nam dar widzenia.
[28] G.Maciocia,*The Psyche in Chinese Medicine*, Londyn 2009, s.49-51.
[29] G.Maciocia,*The Psyche in Chinese Medicine*, Londyn 2009, s.49-51.
[30] C. Larre, E. Rochat de la Vallee, *Rotted in Spirit*, New York 1995, s. 77.
[31] G.Maciocia,*The Psyche in Chinese Medicine*, Londyn 2009, s.302-311.

wybór między tym, co dobra a tym, co złe. Działa, jako ochrona dla naszego organizmu przed tym, co może być dla nas korzystne a co jest w stanie zadziałać na nasza niekorzyść. Nierównowaga tego Urzędnika może wpływać na zły wybór pożywienia dla nas, przez co organizm będzie osłabiony. Z duchowego punktu widzenia osoba taka może podejmować złe decyzje wybierając partnera życiowego czy przyjaciół. Relacje będą wydawały się wtedy bolesne i toksyczne, wybór będzie więc utrudniony. W dzisiejszych czasach, kiedy jesteśmy zasypywani masa informacji przed tym Urzędnikiem pojawiło się niebywałe wyzwanie przefiltrowania dobrych dla nas wyborów, Urzędnik jest przytłoczony ilością zadań do wykonania, jego czyny nie idące w parze z decyzjami Serca wpływają na rozstrój naszego organizmu[32].

1.2.5. Osierdzie

Z medycznego punku widzenia osierdzie to płyn otaczający serce, chroniący najważniejszy organ w naszym ciele. W medycynie chińskiej będzie podobnie, gdyż Osierdzie ma za zadanie chronić Serce, być jego obronną tarczą. Gdy przeżywamy traumy, psychiczną krzywdę, kiedy ktoś nas obraża wtedy uaktywnia się ochronna funkcja Osierdzia, osoba zdrowa będzie odpierać ataki, nie będzie przejmować się zbytnio zdaniem innym, nie będzie podatna na zranienia psychiczne. Z Osierdzia będzie także pochodzić radość, osoba zdrowa w pełni powinna cieszyć się życiem, nie zważając na przeszkody. J.R.Worsley uważał ponadto, że Osierdzie powiązane jest również z cyrkulacją Krwi oraz z ekspresyjnością miłości i kojarzone z aktywnością seksualną.[33]

1.2.6. Potrójny Ogrzewacz

Spełnia on funkcję utrzymania prawidłowej ciepłoty w ciele, nie ma swojej fizycznej postaci, czy przypisanego organu w ciele, jest jedynie funkcją. Nazwa pochodzi od trzech miejsc na ciele- trzech jiao - na których bada się temperaturę. Aby utrzymać optymalne temperaturę ciała Potrójny Ogrzewacz musi działać swobodnie, aby rozprzestrzenić i rozesłać energie po całym ciele. Odgrywa również ogromną role w systemie immunologicznym pacjenta, gdy osoba nadmiernie choruje, jest podatna na wszelkie wirusy i zakażenia, może to oznaczać nierównowagę w tym Urzędniku[34].

1.2.7. Żołądek

Jest uważany za najważniejszy Organ Yang. Ma za zadanie odżywienie całego ciała, przyjmowanie pokarmów oraz ich przetrzymywanie i przetwarzanie. Uważa się, że tak jak jest w stanie otrzymywać pokarm jego funkcją będzie również otrzymywanie akceptacji, miłości oraz poparcia od innych. Zamienia jedzenie na energię, która przedostaje się później do

[32] G.Maciocia, op. cit., s.298.
[33] J.R. Worsley, *Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982, s. 289.
[34] J.R. Worsley, *Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982, s. 287.

Urzędnika Śledziony. Rozporządza też pozostałościami energii Qi oraz rozsyłaniem jej do Urzędników położonych poniżej niego[35].

1.2.8. Śledziona

Śledziona współpracuje z Żołądkiem przy transformacji pokarmu w energie rozsyłaną po całym ciele, odpowiada również za przemieszczanie się energii Qi i płynów. Uważa się ten organ za Ministra transportu. Kiedy osoba ma mało energii wówczas możemy mówić o niesprawnym funkcjonowaniu tego Urzędnika. Pojęcie transportu odzwierciedla ruch, który towarzyszy procesowi przekształcania. Odnosi się to szczególnie do przepływu esencji z żywności, na różnych etapach rozkładania pokarmu i zdolności organizmu do poruszania płynów i zapobiegania różnym zaburzeniom równowagi płynów ciała, jak np. obrzękom, płynom w płucach i stawach, w których jest 'wilgoć' i podatność na sztywność. Pojęcie trawienia odnosi się tutaj również do rozmyślania, kiedy panuje dysharmonia w tym Urzędniku osoba ma tendencje do nadmiernego zamartwiania się, do obsesyjnego myślenia, co absorbuje każdą wolą chwilę pacjenta. W Śledzionie mieszka duch Yi odpowiedzialny za intelekt. Śledziona jest odpowiedzialna za myślenie, uczenie się, pamięć, koncentrację i generowanie pomysłów, odpowiada (razem z Sercem) za naszą zdolność domyślenia i uczenia się w sposób klarowny. Nadmierna koncentracja, dużo godzin spędzonych na uczeniu się może osłabiać Śledzionę. Jeżeli Śledziona jest słaba, wówczas osoba nie będzie mogła skupić się na powierzonych jej zadaniach a nawet na rozmowie z druga osobą[36].

1.2.9. Płuca

Płuca za pomocą oddychania pobierają nie tylko tlen, ale również energię Qi z powietrza, które jest czyste, niezanieczyszczone i niebiańskie. Jeśli nie jesteśmy w stanie oddychać głęboko wówczas nie pobieramy wystarczającej ilości energii. Urzędnik ten jest ministrem, który ma za zadanie doradzać Sercu, dzieje się to przez fakt, iż Płuca pobierają energię Qi oraz regulują jego dystrybucje po ciele, podczas gdy Serce kontroluje przepływ krwi po organizmie. Jest to miejsce zamieszkania dla ducha Po, będącego odzwierciedleniem naszej zwierzęcej natury, jeśli Urzędnik pracuje w równowadze wtedy nasze ludzka i zwierzęca natura kooperują. Duch ten odpowiada za ruchy bezwarunkowe, to bezmyślna siła napędowa dla naszego istnienia, która znika po naszej śmierci (odwrotnie do ducha Hun)[37].

1.2.10. Jelito Grube

Z punktu widzenia medycyny zachodniej oba te organy nie współpracują ze sobie osobiście, jednak w medycynie chińskiej owszem. Głównym zadaniem dla tego Urzędnika będzie pozbycie się zbędnego materiału odżywczego z naszego systemu. Qi przejęte od Płuc pozwalają Jelicie Grubemu na ruch w dół, na wydalenie resztek. W psychologicznym ujęciu Urzędnik ten pozwala nam odpuścić sobie to, co było, nie rozmyślając dalej o przeszłości ciągłe przywiązanie do rzeczy i chwil, które już minęły może zaśmiecać nasz umysł, wynika to z braku

[35] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.197-198.
[36] J. Kirkwood, *The way of the Five Elements*, Oxford 2016, s.197-198.
[37] J. Kirkwood, op. cit., s.244.

harmonii w tym organie. Jelito Grube pozwala nam na pozbycie się żalu, który odczuwamy długo po stracie bliskiej na osoby[38].

1.2.11. Pęcherz Moczowy

Odpowiada za dystrybuuję płynów w organizmie, oraz za utylizację zasobów zgromadzonych w Nerkach. Decyduje, które płyny zostawić w ciele, a które powinny zostać z niego usunięte wraz z wodą. Nawilża oczy, aby mogły dobrze widzieć, nos i gardło podczas oddychania, nawilża skórę i czyni ja elastyczną. Również kiedy człowiek odczuwa strach ulega paraliżowi, całe ciało sztywnieje, ponieważ myśli o tym, co się może zdarzyć w przyszłości. Postrzeganie 'zagrożenia' może powstrzymać go od podążania naprzód, jeśli boi się tego, co go może spotkać. Strach nie pozwala wówczas myśleć w sposób płynny[39].

1.2.12. Nerki

W medycynie chińskiej Nerki nie zajmują się jedynie filtrowaniem płynów, są one domem dla esencji *Jing*[40], energii Qi, którą uzyskujemy od naszych rodziców oraz energii Qi pobranego z pokarmu. Są kreatorami naszej mocy, naszych talentów i naszej wiedzy. W Nerkach znajduje się także duch Zhi, którego głównymi funkcjami są siła woli i ambicje. Wola dotyczy pierwotnych twierdzeń, fundamentalnych decyzji oraz najbardziej mozolnych wysiłków podejmowanych w trakcie życia, to zaufanie i wiedza, że mądrość i przeznaczenie zostaną odkryte. Ludzie, którzy cierpią na deficyt Urzędnika Nerek są apatyczni, łatwo ulegają wpływom innych osób, są zawieszeni w bezruchu. Zhi jest powiązane z cnotą Mądrości, jednostka nie może podjąć decyzji, że chce zdobyć Mądrość – ona gromadzi się sama. Ma wiele wspólnego z uczeniem się nawiązywania kontaktu z tym, co nieznane i niepoznawalne. Zaburzenia ducha Zhi prowadzą do nieuzasadnionych leków egzystencjonalnych, do snucia planów bardzo odległych do zrealizowania[41].

1.3. Wskazania do stosowania akupunktury

Akupunktura jako metoda leczenia posiada bardzo szeroki zakres wskazań Jest dopuszczalną i zatwierdzoną metodą leczenia przez Światową Organizację Zdrowia, WHO. Efekt leczenia będzie zależał przede wszystkim od dobrze przeprowadzonego wywiadu z pacjentem a co za tym idzie postawienia prawidłowej diagnozy. Na składową efektu terapii składać będą się również indywidualnie dobrane punkty dla każdego z pacjentów oraz wiedza terapeuty.

Akupunktura zajmuje się szczegółowym określeniem dolegliwości pacjenta, terapeuta może usunąć ból, ale jednocześnie wyeliminować przyczynę jego powstawania. W dobie XXI

---

[38] Ibidem.

[39] G.Maciocia,*The Psyche in Chinese Medicine*, Londyn 2009, s.117-119.

[40]*Jing* jest konstytucyjnym spadkiem po rodzicach i przodkach przez co odnosi się do odziedziczonej konstytucji. Ponieważ Nerki je przechowują, więc dobrostan konstytucyjny człowieka częściowo pochodzi z dobrostanu jego Nerek. Ludzie rodzą się ze zróżnicowanym zasobem *Jing*. J.N. Wu*Ling, Shuor the Spiritual Pivot*, Hawaje 2002, s. 67.

[41] G.Maciocia,*The Psyche in Chinese Medicine*, Londyn 2009, s.49-51.

wieku rozwój medycyny i wynalezienie wielu skutecznych innych metod leczenia, jak leczenie farmakologiczne, zastępowały wielokrotnie zabiegi Akupunktury. Wspierając się informacjami zdobytymi na stronach WHO wymienione zostaną dolegliwości, które najczęściej usuwane są akupunkturą przy podziale na trzy grupy możliwych schorzeń[42].

1. Schorzenia gdzie Akupunktura jest metodą pomocniczą i pozwala zmniejszyć dawki leków np. przy: psychozach, bólach nowotworowych, lub pozwala na pełną rehabilitację np. przy zespole bolesnego barku, kiedy występuje znaczny przykurcz. Mówimy tutaj przede wszystkim o poprawie komfortu psychicznego pacjenta, niosąc mu pomoc oraz wsparcie poprzez stymulację i nakłuwanie punktów skierowanych na ducha chorego człowieka.
2. Leczenie skojarzone: farmakologiczne, akupunkturą i fizjoterapeutyczne. Ta gama schorzeń jest największa i odpowiednio dobrane leczenie skojarzone daje znakomite wyniki. Mówimy tutaj o dolegliwościach kręgosłupa, mięśni, rwach kulszowych, nadwyrężeniu ścięgien i mięśni oraz urazach sportowych. Leczenie w tych przypadkach będzie dobierane pod kątem typowo objawowym, tj. skupione będzie pierwszorzędnie na wyeliminowaniu bólu fizycznego[43].
3. Schorzenia, w których tylko akupunktura może przynieść ulgę lub nawet wyleczenie np. zanik nerwu wzrokowego, neuralgie: nerwu trójdzielnego, podpotylicznego, stany chorobowe po WZW, gdzie leki mają tylko działanie pomocnicze[44].

Przed przystąpieniem do jakiejkolwiek interakcji fizycznej z pacjentem, terapeuta zbiera dokładny wywiad, opierający się na pytaniach dotyczących dolegliwości fizycznych, ale również i psychicznych takich jak stresy, ciężka praca, traumy przeżytej w dzieciństwie, bądź w ostatnim czasie, które to przyczyny wpłynęły na powstanie nierównowagi w organizmie pacjenta. Następnie terapeuta dokonuje wyboru indywidualnie dobranych punktów dla pacjenta biorąc pod uwagę jego konstytucję fizyczną obecny stan psychiczny oraz, co najważniejsze, stan w jakim znajduje się duch człowieka.

1.4. Przeciwskazania do stosowania akupunktury

Akupunktura jako metoda leczenia istnieje zamierzchłych czasów, jednak bliżej znana zachodniemu światu jest od niedawna. W miarę stosowania tej metody udało się stworzyć listę schorzeń, w których Akupunktura może nie przynieść pożądanych skutków w leczeniu, ale również może źle wpłynąć na kondycję chorego pacjenta. Poniżej widnieje wykaz chorób, w których Akupunktura jest przeciwskazana[45].

• Hemofilii

• Osób z wszczepionym rozrusznikiem serca (elektrostymulacja) – nakłuwanie dozwolone przy zachowaniu dużej ostrożności

[42] http://www.akupunktura.org/ [Dostęp:20.03.2016]
[43] http://www.akupunktura.org/ [Dostęp:20.03.2016]
[44] http://www.akupunktura.org/ [Dostęp:20.03.2016]
[45] http://www.akupunktura.org/ [Dostęp:20.03.2016]

• Wieku niemowlęcego

• Ostrego brzucha

• Czynnej gruźlicy, sarkoidozy

Ponadto ograniczony zakres stosowania akupunktury powinien być w:

• Ciąży, niektóre z punktów są zabronione przyżeganiem; ciąża, szczególnie jej początek stanowi przeciwwskazanie ze względu na możliwość poronienia. W późniejszym okresie, rozsądnie stosowana, może przynosić wiele korzyści. Stosuje się ją np. do wzmocnienia akcji porodowej czy też prowadzenia znieczulenia tą metodą.

• W stanach dużego wyczerpania fizycznego i psychicznego

• Silnego pobudzenia emocjonalnego

• Złośliwej chorobie nowotworowej, jednak w tym wypadku możemy podnieść komfort psychiczny cierpiącego pacjenta.

• Chorobach psychicznych (tylko we współpracy z lekarzem psychiatrą)

• Ostrych stanach gorączkowych niewiadomego pochodzenia.

1.5. Akupunktura jako bezpieczna metoda terapii

Osoba, która wykonuje zabiegi akupunktury winna posiadać wykwalifikowaną i fachową wiedze na temat lokalizacji punktów Akupunktury, anatomii człowieka oraz fizjologii. Zabiegi nie wywołują efektów ubocznych dlatego są alternatywą do leczenia farmakologicznego. W przeprowadzonych badaniach klinicznych nad działaniami niepożądanymi Akupunktury wykazano ich jedynie 11 na ponad 4 miliony wykonanych zabiegów. Żadne leczenie farmakologiczne nie ma takiego profilu bezpieczeństwa. Terapeuta używa igieł jednorazowych, zatem nie istnieje więc ryzyko przeniesienia chorób z jednego pacjenta na drugiego. Przy błędnie postawionej diagnozie czynnika sprawczego przez terapeutę jedynym minusem będzie wolniejszy postęp w leczeniu. Bezpieczeństwo w tej metodzie leczenia stanowi nieodzowną zaletę tej terapii[46].

[46] https://worsleyinstitute.com [Dostęp:22.03.2016].

2. Metodyka

2.1. Cel badania

Celem pracy było przeprowadzenie badania ankietowego wśród lekarzy na temat wiedzy i postrzegania akupunktury, gdyż medycyna XXI wieku ufa medycynie zachodniej. Ponadto interesujący wydaje się punkt widzenia grupy praktykującej medycynę konwencjonalną na postrzeganie medycyny wschodu liczącej sobie ponad 3000 lat, która dzisiaj często jest lekceważona i pomijana przy stawianiu diagnozy. Akupunktura jest odbierana jako terapia do zaleczania bólu fizycznego.

2.2. Materiał badany

W ankiecie wzięło udział 20 lekarzy wieku od 28 do 70 lat. Grupa ta została podzielona na dwie podgrupy. Ankieta była skierowana do lekarzy praktykujących swój zawód w szpitalach w Łodzi. Lekarze nie byli podzieleni za względu na specjalizacje, jedynym wymogiem była czynna praktyka zawodu. Pierwsza grupa wiekowa od 28 lat do 45 lat. Druga grupa wiekowa od 46 roku życia do 70-siątego.

2.3. Metodologia

Każdy z badanych otrzymał ankietę składającą się z 13 pytań otwartych oraz zamkniętych. Pytania dotyczyły zakresu wiedzy na temat pochodzenia akupunktury, terminologii, zaleceń WHO do jej stosowania wraz z pytaniami otwartymi dotyczącymi bezpośredniej opinii na temat akupunktury, jako metody leczenia, oraz czy ankietowany byłby skłonny poddać się terapii akupunktury i poleciłby leczenie akupunkturą swoim pacjentom. Poniżej przedstawiony zostanie szablon ankietowy użyty do badania.

Jak podano wcześniej, lekarze zostali podzieleni na dwie grupy wiekowe celem zbadania opinii wśród starszych zawodem lekarzy pracujących w zawodzie, co najmniej dwadzieścia lat i spotkali się z różnego rodzaju chorobami, których podłoże i przebieg często dawały do myślenia medycynie konwencjonalnej. Drugą grupą, do której została skierowana ankieta była grupa lekarzy, którzy dopiero co skończyli specjalizację, bądź pracują w zawodzie mniej niż dwadzieścia lat.

2.3. 1. Ankieta

Badanie opinii świata lekarskiego na postrzeganie Akupunktury

Zwracam się do Państwa z prośbą o wypełnienie poniższej ankiety pod kątem aktualnej Państwa wiedzy oraz opinii na temat akupunktury, jako jednej z metod leczenia pacjentów. Państwa opinie posłużą mi jedynie do napisania pracy dyplomowej, której celem będą wnioski wysnute na podstawie wyników poniższego badania ankietowego.
Zaznaczam również, że poniższa ankieta jest anonimowa.
Proszę o zaznaczanie krzyżykiem (X) wybranej przez Państwa odpowiedzi.

1. Płeć

☐ Kobieta ☐ Mężczyzna

2.Wiek ……. lat

3. Specjalizacja lekarska …….

4.Czy wie Pan/Pani ile lat liczy sobie Akupunktura ?

☐około 10 000 lat .
☐5000 lat.
☐3,500 lat.
☐około 500 lat.
☐nie wiem.

5. Z jakiego kraju/ rejonu świata wywodzi się Akupunktura ?

☐z Afryki.
☐ze starożytnych Chin.
☐ze starożytnej Japonii.
☐z Indii.
☐z Europy Zachodniej.

6. Czym, według Pana/Pani zajmuje się Akupunktura?

☐jest to sztuka przebijania ciała, której jedynym celem jest usunięcie bólu fizycznego.

☐ przywracaniem homeostazy/równowagi do organizmu pacjenta za pomocą nakłuć odpowiednich punktur na ciele.

☐nie wiadomo jak to właściwie działa.

☐jest to stymulacja nerwów pacjenta.

☐to sztuka nakłuwani organów wewnętrznych pacjenta.

7. Czy igły używane w Akupunkturze są :

☐sterylne i jednorazowe.

☐wielokrotnego użytku, gdyż są bardzo drogie i wykonane z metali szlachetnych.

☐wielokrotnego użytku oraz poddane sterylizacji po zabiegu.

☐nie wiem.

8. Czy Akupunktura jest zatwierdzoną metodą leczniczą przez Światową Organizację Zdrowia WHO?

☐ **TAK** ☐ **NIE**

9. Czym są meridiany :

☐jest to nazwa dla specjalnych punktów używanych w Akupunkturze.

☐ są to igły stosowane jedynie w Akupunkturze kosmetycznej.

☐są to kanały energetyczne, na których ułożone są punkty akupunkturowe.

☐nie wiem.

10 . Czy zabiegi Akupunktury są refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ) :

☐nie

☐tak

☐ w niektórych przychodniach, bądź poradniach leczenia bólu, są refundowane.

11. Czy jako lekarz, poleciłby/poleciłaby Pan/Pani zabiegi Akupunktury swoim pacjentom?

☐ TAK ☐ NIE

Proszę o krótkie uzasadnienie odpowiedzi

.....

……

12. Czy Pan/Pani poddałby się/poddałaby się zabiegowi Akupunktury?

☐ TAK ☐ NIE

Jeżeli nie (to dlaczego?).....

……...……

13. Czy jako lekarz wystawiłby Pan/ wystawiłaby Pani pozytywną opinię o Akupunkturze jako alternatywnej metodzie leczenia :

☐tak, ale jedynie po własnym przetestowaniu.

☐tak, sam poddałem się/sama poddałam się zabiegom akupunktury i byłem/-am zadowolony.

☐ nie, ponieważ żyjemy w świecie medycyny konwencjonalnej i ona w zupełności nam wystarcza.

☐tak, uważam, że to potężna wiedza sięgająca swych początków bardzo odległych lat.

☐ nie, uważam tę metodę próby leczenia za zbędne oszustwo.

Dziękuję za wypełnienie ankiety.

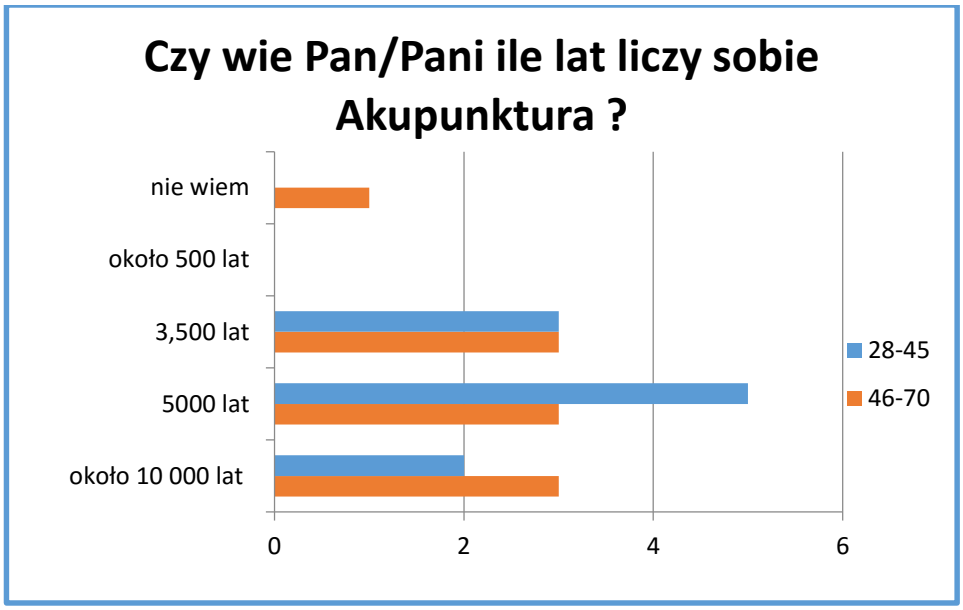
Małgorzata Misztal

Szkoła Akupunktury Tradycyjnej w Bydgoszczy

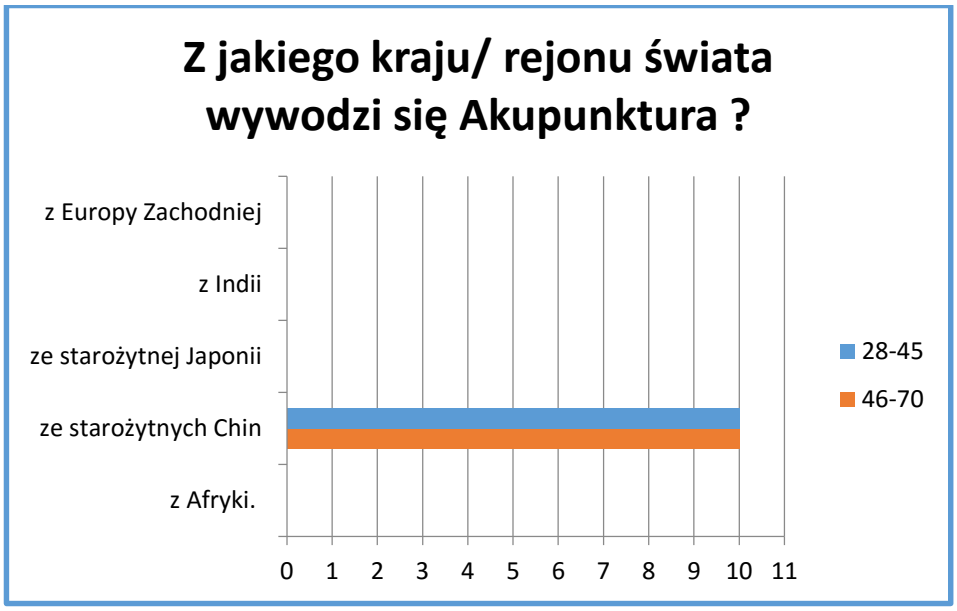
im. Michała Boyma

3. Wyniki badania

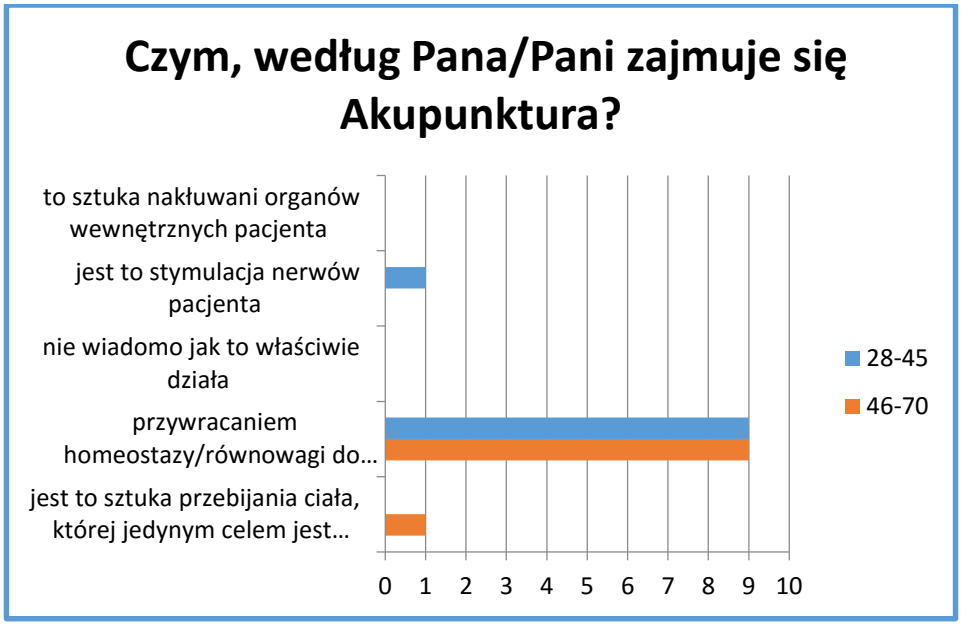
W niniejszym rozdziale przedstawione, za pomocą wykresów, wyniki ankiety.



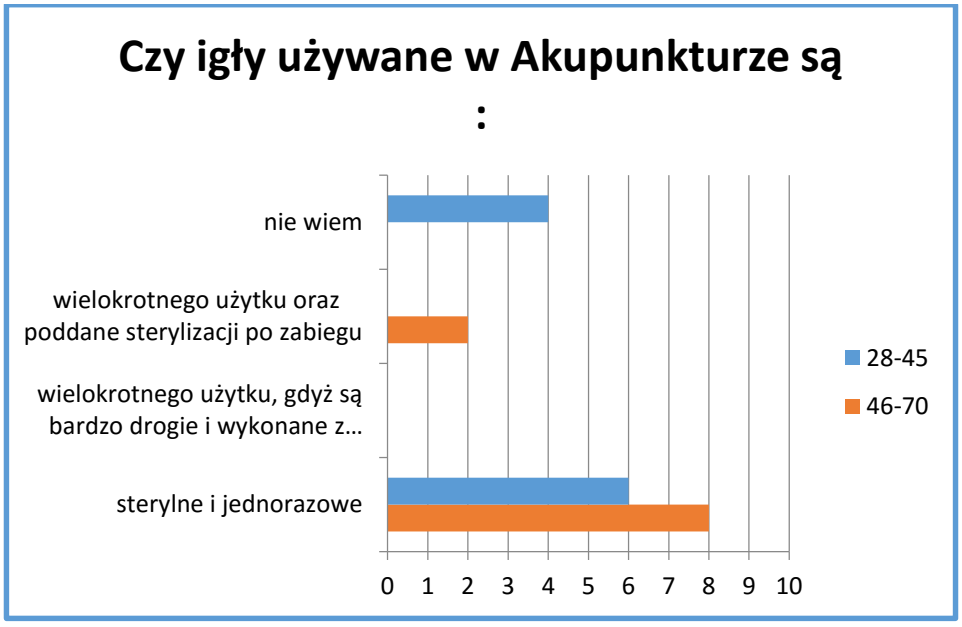
Wykres 1. Odpowiedź na pytanie ile lat liczy sobie Akupunktura ?



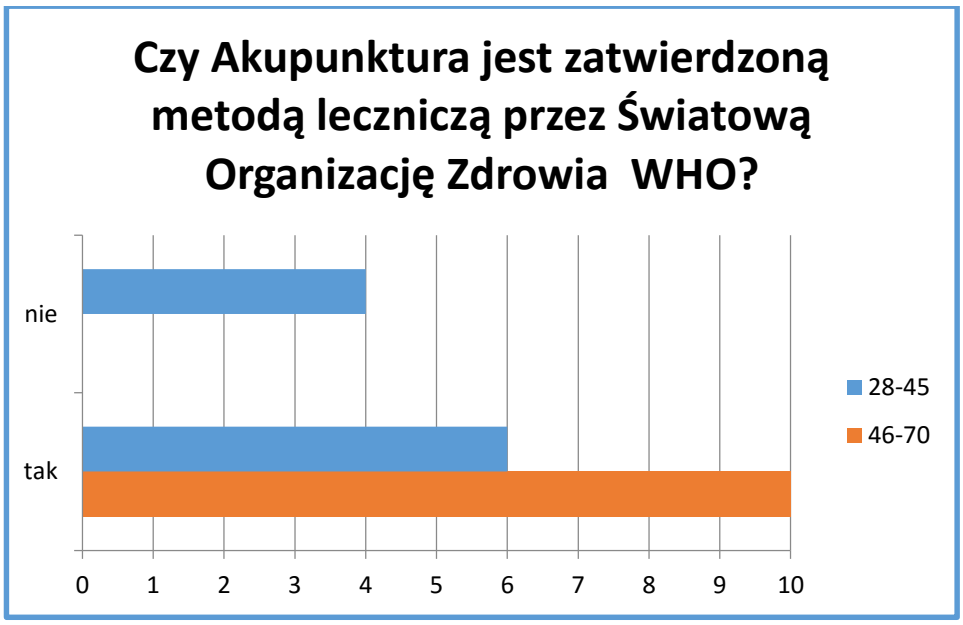
Wykres 2. Odpowiedź na pytanie z jakiego kraju/rejonu świata wywodzi się Akupunktura?



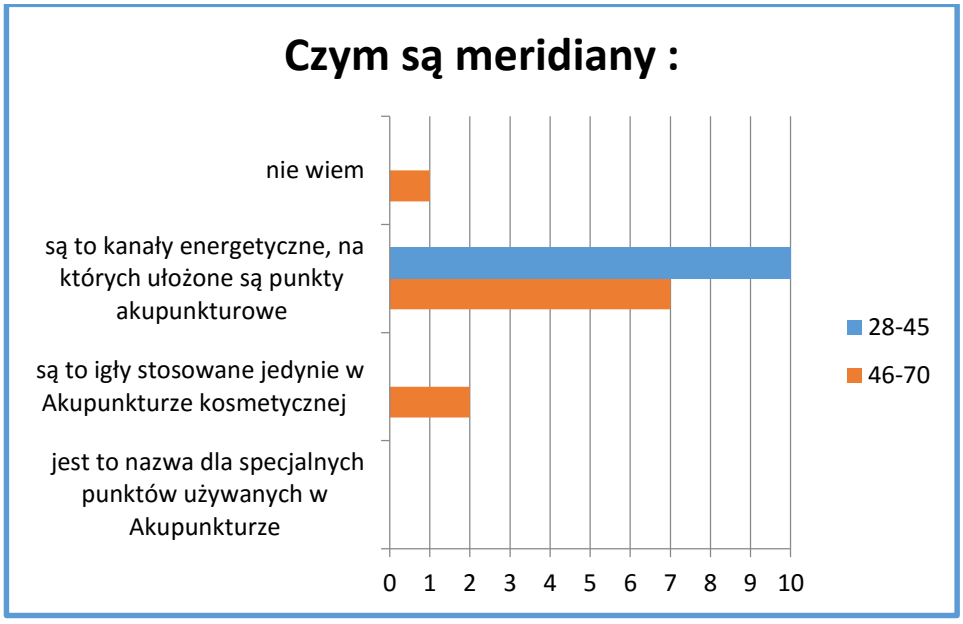
Wykres 3. Odpowiedź na pytanie czym zajmuje się Akupunktura?



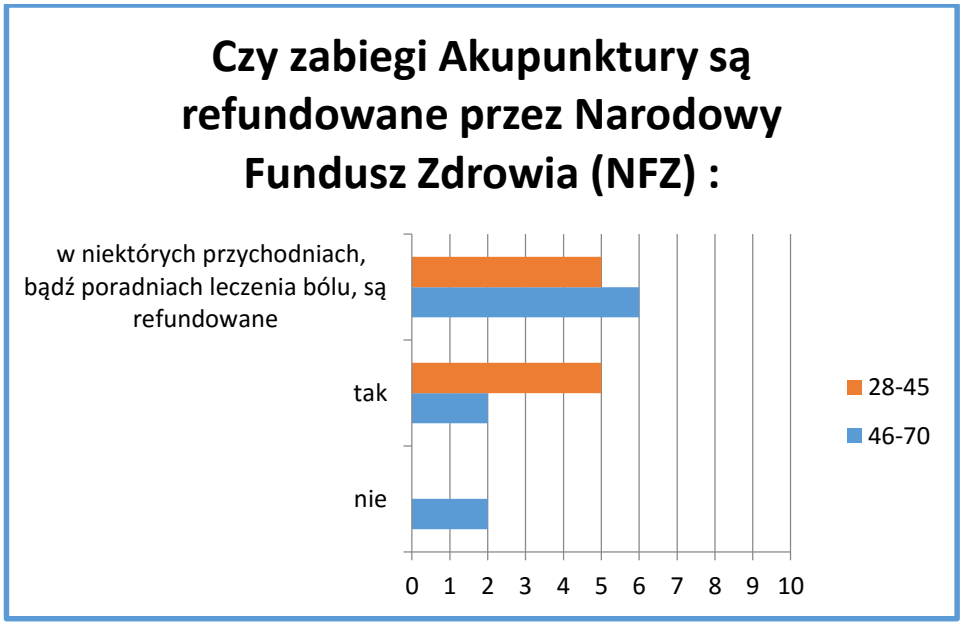
Wykres 4. Odpowiedź na pytanie jakiego rodzaju igły stosowane są w Akupunkturze?



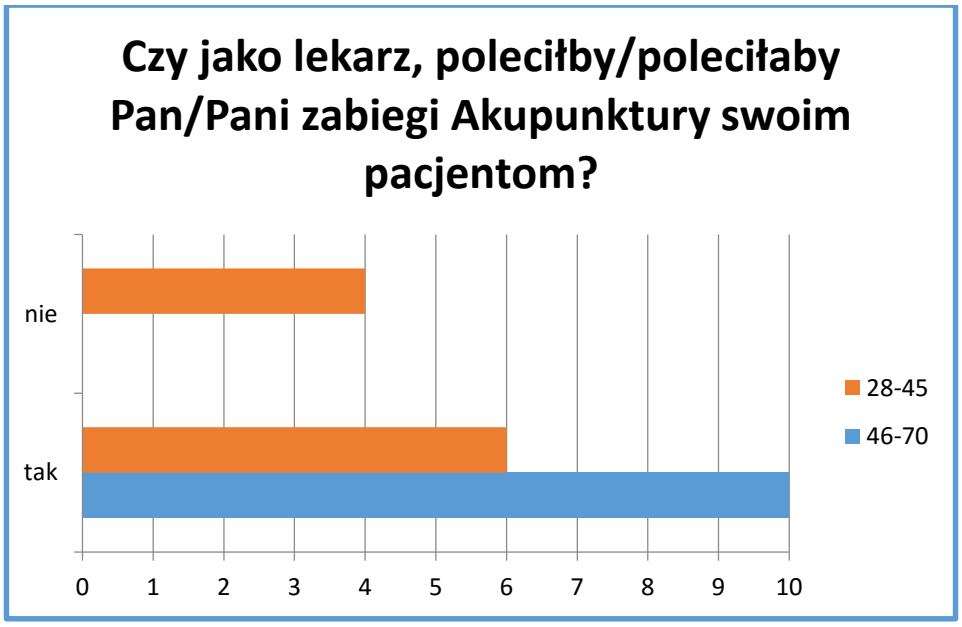
Wykres 5. Odpowiedź na pytanie czy Akupunktura została zatwierdzoną metodą leczenia przez WHO?



Wykres 6. Odpowiedź na pytanie czym są meridiany ?



Wykres 7. Odpowiedź na pytanie czym zabiegi Akupunktury są refundowane przez NFZ?



Wykres 8. Odpowiedź na pytanie czy pytany lekarz poleciłby zabiegi Akupunktury swoim pacjentom ?

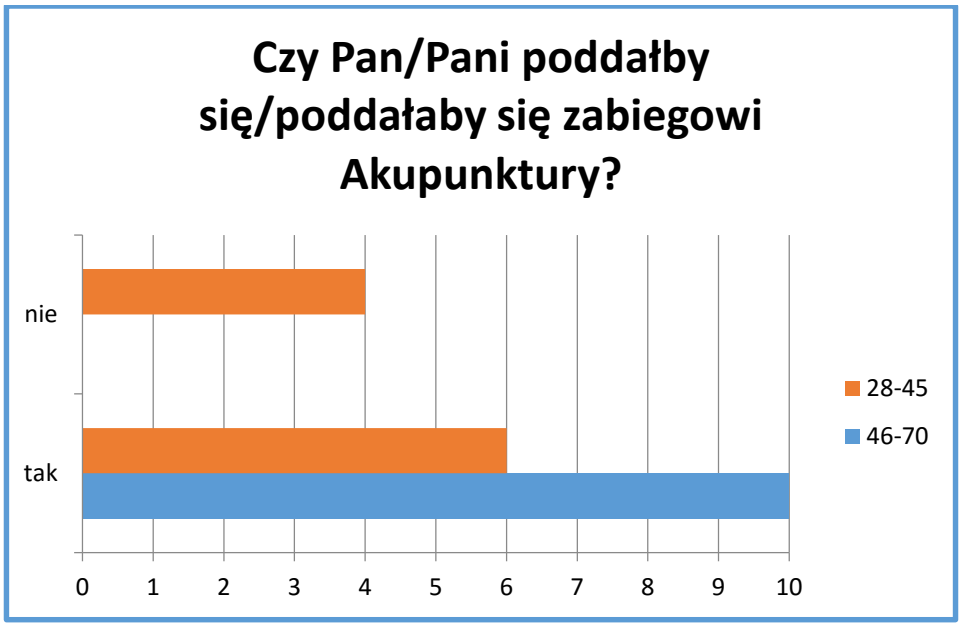
Uzasadnienie niektórych z przepytanych lekarzy:

„jest to znana od starożytności metoda leczenia i jej skuteczność jest sprawdzona” - lekarz anestezjolog, lat 65;

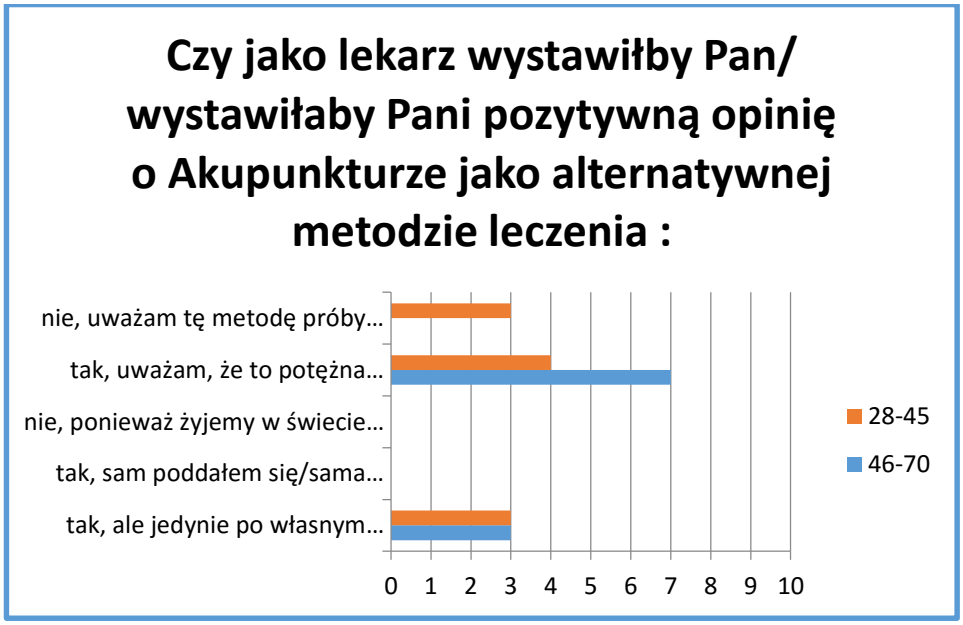
„czasami można nią osiągnąć zdumiewające wyniki” - lekarz chirurgii ogólnej, lat 55”;

„w przypadku wielu chorób, leczenie konwencjonalne nie przynosi efektów, a akupunktura jest w stanie przynieść ulgę i pomoc- niesie za sobą doświadczenie wielu pokoleń” - lekarz anestezjolog, lat 55;

„akupunktura jest skuteczna przy leczeniu zaburzeń psychosomatycznych”- lekarz chirurg, lat 50.



Wykres 9. Odpowiedź do pytanie czy poddałby się Pan zabiegom Akupunktury ?



Wykres 10. Odpowiedź do pytanie o wystawienie pozytywnej opinii Akupunkturze jako alternatywnej metodzie leczenia ?

Uzasadnienia niektórych z przepytanych lekarzy :

„tak, ponieważ jej skuteczność potwierdzona jest naukowo” - lekarz rezydent, Intensywna Terapia, lat 28;

„tak, ponieważ dowiedziono jej skuteczność w leczeniu jaskry” – lekarz anestezjolog, lat 45;

„ nie mam przekonania, co do skuteczności tej metody leczenia” – lekarz anestezjolog, lat 44.

„jako lekarz mogę polecić tylko metody leczenia zgodne ze standardem postępowania”- lekarz chirurgii onkologicznej, lat 40;

4. Dyskusja i wnioski

Na podstawie przeprowadzonego przeze mnie badania ankietowego wśród lekarzy, można stwierdzić, że druga „ starsza” grupa wiekowa wydaje się być bardziej przychylna akupunkturze, jako metodzie leczenia. Wskazuje na to chociażby sam fakt, iż 10 na 10 osób poddałoby się zabiegowi akupunktury i poleciłoby ją swoim pacjentom, tym samym darząc akupunkturę swoim zaufaniem. W pierwszej grupie wiekowej zdania zostały podzielone, niektóre osoby poddałyby się zabiegom akupunktury. Aż trzy osoby uważają akupunkturę za zbędne oszustwo, warto zaznaczyć, iż były to trzy najmłodsze osoby biorące udział w badaniu.

Obydwie grupy mają taką samą widzę na temat refundacji akupunktury przez NFZ. Niestety w większości przypadków zabiegi nie są refundowane. Wszystkie osoby wiedziały, że akupunktura wywodzi się ze starożytnych Chin, mało osób wie ile dokładnie lat liczy sobie akupunktura oraz czym są meridiany. Większość, bo aż 18 osób na 20 uważa, że akupunktura zajmuje się przywracaniem równowagi do organizmu. Pozostałe osoby uważają, że zajmuje się ona jedynie usuwaniem bólu fizycznego u pacjenta. W starszej grupie wiekowa wszyscy lekarze wiedzieli, że akupunktura jest akceptowana przez WHO, jedynie 6 osób wiedziało, że tak jest, reszta uważała, że nie jest zatwierdzona przez WHO jako metoda leczenia.

Podstawowym wnioskiem, jaki można wysnuć z przeprowadzonej ankiety jest fakt, iż starsza grupa jest przychylniej nastawiona do Akupunktury i ma na jej temat większą wiedzę. Młodsi lekarze, mogą nie być zainteresowaniu tematem medycyny wschodniej, skupiając się jedynie na swoim fachu, bądź są negatywnie nastawieni do tej metody leczenia. Znajdują się oczywiście wyjątki, wśród młodszych lekarzy, którzy poddaliby się zabiegom akupunktury, nie wiadomo jednak czy z ciekawości czy dlatego, że to starożytna wiedza niosąca ze sobą korzyści dla wszystkich trzech sfer człowieka.

4.1. Podsumowanie

Celem niniejszej pracy było doinformowanie środowiska akupunkturzystów o opinię na temat Akupunktury jako metody leczenia, wystawioną przez współczesnych lekarzy. Pozytywnym faktem jest, że większość ankietowanych poddałaby się zabiegom akupunktury oraz, że uważa tę metodę leczenia za skuteczną. Być może doinformowanie środowiska lekarskiego o naszych metodach leczenia przyniosłoby korzystne skutki dla pacjentów przy połączeniu medycyny konwencjonalnej z medycyną chińską.

5. Bibliografia

5.1. Opracowania zwarte

1. Garnuszewski Z., *Akupunktura we współczesnej medycynie*,Warszawa 1997.
2. Garnuszewski Z.;*Renesans akupunktury*, Warszawa 1998.
3. Kirkwood John; *The way of the Five Elements*, Oxford 2016.
4. Larre,C. and Rochat de la Vallee,E.; *Rotted in Spirit*, Station Hill 1995.
5. Maciocia G.; *The Psyche in Chinese Medicine*, 2009.
6. Worsley, J.R.;*Traditional Chinese Acupuncture Volume I Meridians and Points*, Oxford 1982.
7. Wu,J.N. *Ling Shu or the Spiritual Pivot*, Hawaii 2002.

5.2. Źródła elektroniczne

1. http://www.akupunktura.org [Dostęp: 20-22.03.2016]
2. https://medycynatybetanska.wordpress.com [Dostęp: 22.03.2016]
3. https://worsleyinstitute.com [Dostęp: 22.03.2016]

6. Spis rycin i tabel