

Henryk DYCZEK

PODSTAWY I ZASADY LECZENIA AKUPUNKTURĄ DOLEGLIWOŚCI KRĘGOSŁUPA W SYTUACJI, GDY TERAPIA MANUALNA NIE PRZYNOŚI TRWAŁYCH EFEKTÓW.

Słowa kluczowe:

Tradycyjna Chińska Medycyna, energia nerek (Qi)

Key words:

Traditional Chinese Medicine, Kidney energy (Qi)

Streszczenie

Celem referatu jest zwrócenie uwagi na możliwości leczenia akupunkturą dolegliwości kręgosłupa w sytuacji gdy terapia manualna nie przynosi trwałych efektów. Odmienne widzenie i rozumienie ludzkiej fizjologii i patologii w Tradycyjnej Medycynie Chińskiej (TMC) poszerza nasze możliwości i efektywność działania na rzecz dobra pacjenta. Wg TMC kondycja w jakiej znajduje się energia (Qi) nerek jest ważnym wyznacznikiem efektywności naszych działań terapeutycznych.

Summary

The purpose of the paper is to attract attention of those involved in manual therapy to consider the acupuncture treatment for the conditions of the spine in cases when the manual therapy seems to be ineffective. Rather different conceptions and understanding of human physiology and pathology by Traditional Chinese Medicine (TCM) widens the scope and effectiveness of therapy. According to TCM the condition of kidney's energy(Qi) is important when it comes to the TCM treatment plan and its efficacy.

Dolegliwości kręgosłupa prześladowają coraz większą część społeczeństwa. Statystyki pokazują, że 50% ludzi zamieszkujących kraje wysoko rozwinięte cierpi na dolegliwości kręgosłupa w różnych etapach swojego życia.

Terapia manualna w formie osteopatii, chiropraktyki czy masażu specjalistycznego została rozpoznana przez niektóre kraje Europy Zachodniej i Ameryki Północnej jako najefektywniejsza i najbardziej oszczędna metoda w usuwaniu, rehabilitacji i profilaktyki większości dolegliwości kręgosłupa.

Okoliczności pozwoliły mi studiować i rozwijać kliniczne umiejętności w leczeniu dolegliwości kręgosłupa przez zastosowanie terapii manualnej albo/i akupunktury.

Akupunktura jest jedną z dziedzin Tradycyjnej Medycyny Chińskiej (TMC) i chciałbym się dzisiaj podzielić z Państwem moimi obserwacjami w jaki sposób akupunktura może wesprzeć terapię manualną albo ją zastąpić, gdy terapia manualna nie przynosi trwałych efektów.

Ażeby zrozumieć jak akupunkturą można leczyć dolegliwości kręgosłupa postaram się w skrócie i w miarę przejrzyście zapoznać Państwo z pewną podstawową częścią teorii TMC, ażeby dalsza część referatu była dla Państwa logiczna.

Wg TCM części ciała są kontrolowane poprzez narządy wewnętrzne i tak np. nerki kontrolują kości, wątroba kontroluje ścięgna, śledziona kontroluje mięśnie, itp. Jako, że kręgosłup skonstruowany jest, w pojęciu ogólnym, z kości i ścięgien skoncentrujemy naszą uwagę i rozwińmy pojęcie funkcji nerek i wątroby. Należałoby tutaj również wspomnieć, że w TMC narządy wewnętrzne zgrupowane są parami i np. nerki są w parze z pęcherzem, wątroba jest w parze z pęcherzykiem żółciowym, oraz, że w TMC zgrupowane parami organy podporządkowane są elementom (żywiłom) natury i tak nerki i pęcherz podporządkowane są elementowi Wody, a wątroba i pęcherzyk żółciowy podporządkowane są elementowi Drzewa.

Dalej TCM mówi, że emocją (uczuciem) związanym z Wodą jest strach. Strach powoduje napięcie mięśni. Spokrewnionym z Wodą jest zimno, które również powoduje napięcie mięśni. Emocją związaną z Drzewem jest gniew. Czyż gniew, zdenerwowanie nie powoduje unoszenia ramion a co za tym idzie napięcie mięśni szyi? Spokrewnionym z Drzewem jest wiatr. Z praktyki wiemy, że szyja jest najczęściej narażona na działanie wiatru w ciągu dnia, a w nocy, kiedy śpimy na działanie przeciągów.

W TMC całe plecy i szyja zdominowane są przez kanały (tzw. meridiany) nerek i pęcherza. Przez szyję przepływa również kanał woreczka żółciowego.

Powyższe przedstawiłem w sposób bardzo skrótowy jednakże najnowsze odkrycia biomechaniki ewolucyjnej i ludzkiej embriologii w sposób przejrzysty potwierdzają to, co TCM rozpracowała 2000 lat temu.

Zanim przejdziemy do etiologii dolegliwości kręgosłupa wg TCM proszę posłuchać, co mówią starożytne teksty na ten temat:

W „Prostych Pytaniach”, rozdziale 17 czytamy:

„Kręgosłup lędźwiowy jest rezydencją nerek....”

w rozdziale 44 czytamy:

„Nerki kontrolują szpik kostny..., jeżeli nerki mają w sobie gorąco to kręgosłup nie będzie prosty, kości zwiotczą, szpik kostny zaniknie.”

W rozdziale 8 czytamy:

„Z nerek pochodzi pomysłowość i siła człowieka”

Przyjrzyjmy się teraz etiologii dolegliwości kręgosłupa wg TMC.

Nadmierna praca fizyczna – regularne podnoszenie ciężarów, nadweręża mięśnie dolnego kręgosłupa i energetycznie osłabia nerki. Ponadto praca fizyczna w stanie ostrego bólu powoduje stagnację energii i krwi w plecach. Przykładem może być tutaj podnoszenie ciężarów, nadmierne ćwiczenia aerobiku, balet czy ciężka praca fizyczna.

Nadmierna aktywność płciowa – osłabi plecy w sposób energetyczny poprzez wyczerpanie energii nerek. Deficytowe energetycznie nerki nie odżywiają i nie wzmacniają kręgosłupa lędźwiowo krzyżowego i powodują jego chroniczny ból. Należy tutaj wyjaśnić, że wg TMC nerki są magazynem tzw. „esencji życia”, a w czasie aktu progenezы mężczyzna jak i kobieta oddają ze swojej „esencji życia” dla utworzenia nowego życia.

Ciąża i poród – osłabia plecy w dwojaki sposób. Fizycznie nadweręża mięśnie pleców, a energetycznie osłabia energię nerek, która nie jest w stanie kontrolować prawidłowo kręgow kręgosłupa. Należy tutaj zaznaczyć, że ciąża i poród w samym sobie nie są przyczyną bólu kręgosłupa. Przyczyniają się one do bólu pleców u kobiet o słabym zdrowiu i u tych, które rodzą, albo nie odpoczywają po porodzie. W rzeczywistości kobieta, która po porodzie zadba o prawidłowy odpoczynek i dobrą dietę może swoje zdrowie wzmocnić.

Inwazja zimna i wilgoci z, zewnątrz – które jako patogen penetruje mięśnie, ścięgna i kanały/meridiany pleców. Przykładem może być tutaj fanatyk joggingu, który w zimną i wilgotną pogodę wystawia na działanie zimna i wilgoci spocone ciało, albo suszenie na sobie mokrego stroju kąpielowego, czy też nieprawidłowy ubiór do panującej aury. Inwazja zimna i wilgoci z zewnątrz może wyprodukować zarówno ostry jak i chroniczny ból pleców.

Przepracowanie - pracoholizm – praca w godzinach nadliczbowych nagromadzona przez lata, bez prawidłowego odpoczynku, daje chroniczny ból pleców.

Niewłaściwe ćwiczenia/aktywność fizyczna – brak ruchu i siedzący tryb życia i pracy; np. dojeżdżamy do pracy samochodem, tam siedzimy przez osiem, albo i więcej godzin, wracamy do domu samochodem i ze zmęczenia zapadamy się w miękką „wygodny” fotel. Brak ruchu powoduje osłabienie ścięgien i stawów kręgosłupa i predysponuje do dyskopatii, szczególnie, gdy ktoś ma niewłaściwą postawę.

Doskonałym ćwiczeniem dla kręgosłupa i całego układu ruchowego jest Tai Qi albo Qi Gong, które nie tylko wzmacniają energię nerek, utrzymują mięśnie i ścięgna w doskonałym stanie, ale również uspokajają umysł.

Strach – obawa, bojaźń, lęk – chroniczne stany strachu osłabiają energię nerek, co z kolei osłabia kontrolę nerek nad ich domeną tj. kośćmi.

Podsumowanie

Akupunktura może być bardzo efektywna w leczeniu zarówno ostrych jak i przewlekłych, chronicznych dolegliwości kręgosłupa. Czasami efekty w leczeniu akupunkturą są nadzwyczajne w sytuacji, gdy mamy do czynienia z poważną patologią układu ruchu.

Chroniczny ból kręgosłupa, powiedzmy ponad dwudziestoletni, może zniknąć po kilku zabiegach. Inwazje zimna i wilgoci z zewnątrz i przesilenia, które spowodują stan ostrego bólu pleców mogą być nawet usunięte w ciągu jednego zabiegu. Jeżeli jednak problem ten się powtarza to konieczne jest około 10 – 15 zabiegów.

Ból pleców i zapalenie nerwu kulszowego potrzebuje długiego leczenia akupunkturą, a jeżeli pacjent ma czerwony język i jest on bez powłoczki, oraz gdy jego puls jest szybki, skręcony i śpiący to prawdopodobieństwo wyleczenia akupunkturą jest bardzo małe, albo będzie trwało długo.

Leczenie akupunkturą chronicznego lędźwiowego przeciążenia i spondylozy daje bardzo dobre wyniki.

Osteoporoza z bólami i deficytem energii nerek prawdopodobnie nigdy nie zostanie wyleczona, ale osteoporoza z bólami spowodowanymi przez wilgoć-zimno, która weszła w ciało da najprawdopodobniej doskonale rezultaty. Należy pamiętać, że w przypadku osteoporozy nie zawsze ból jest wynikiem degeneracji tkanki kostnej. Jeżeli taki mamy przypadek to akupunktura będzie efektywna.

Dyskopatia zarówno w stanie ostrym jak i chronicznym może być bardzo efektywnie leczona akupunkturą. W przypadku stanu ostrego zabiegi muszą być wykonywane codziennie, przez co najmniej tydzień. Po tygodniu częstotliwość może być zmniejszona do 2-3 zabiegów tygodniowo, ale pacjent musi leżeć cały czas.

Wg filozofii TCM, jeżeli ktoś ma tendencję do kontuzji pleców, nigdy nie powinien podnosić ciężkich obiektów, gdyż może to spowodować uraz kręgosłupa i osłabia to, jak wcześniej wspomniałem, energię nerek.

Osoby z bólami kręgosłupa i słabą energią nerek powinny zredukować ilość stosunków płciowych. Reguła ta dotyczy bardziej mężczyzn aniżeli kobiet.

Pozostały nam jeszcze patologia, diagnoza i leczenie bólów kręgosłupa, ale to może innym razem, gdyż musiałbym Państwu szczegółowo przedstawić fizjologię TCM.

Referat ten został odczytany podczas Zjazdu Polskiego Towarzystwa Terapii Manualnej w 1998.

Literatura

State Standard of the People's Republic of China, *Location of Acupoints*, Foreign Language Press, Beijing, 1990; 38-39.

Philip Beach, *What is the Meridian System Encoding?*, European Journal of Oriental Medicine, Vol.2. No.5. Summer 1998, 42-47.

Giovanni Maciocia, *The Foundations of Chinese Medicine*, Churchill Livingstone, 1989, 95-102.

Giovanni Maciocia, *The Practice of Chinese Medicine*, Churchill Livingstone, 1994, 605-630.