



Akupunktura od lat. “**acus**”-igla+”**pungere**”-ubadati je termin koji je prvi upotrijebio Nizozemac **Wilh**

elm

Ten

Rijn

Riječ je o jednoj od glavnih medicinskih metoda tradicionalne kineske medicine. To je terapijska tehnika kojom se ubadanjem igala u specifične točke na koži pacijenta uspostavlja

ravnoteža Qi

, vitalne energije koja struji kroz organizam.

Povijest

U Kini akupunktura datira od 1. tisućljeća p.Kr., a arheološki nalazi pripadaju Han dinastiji (202. p.Kr.-220.god.). Prakticira se također u Japanu, kao Kampo, a i u Koreji. Nedavne iskopine Otzi, mumije stare 5000 godina pokazuju preko 50 tatua na tijelu koji odgovaraju akupunkturnim točkama. Neki znanstvenici tvrde da se akupunktura primjenjuje u Euroaziji od brončanog doba. Pretpostavlja se da je Europi postala poznata zahvaljujući trgovcima na putu svile. Nakon pobjede kulturne revolucije u 20.st. je došlo do otvaranja Kine prema Zapadu. Posjetom američkog predsjednika Richarda Nixona 1972. organiziranom od strane Henryja Kissingera stvorena je mogućnost da strani doktori upoznaju akupunkturu. Kineski predsjednik Mao Tze Tung organizirao je susrete tradicionalnih doktora s američkim, gdje su im demonstrirane operacije provedene uz anesteziju akupunkturom. Mnoge medicinske organizacije uputile su svoje članove u tu daleku zemlju da upoznaju novu tehniku. Svjetska zdravstvena organizacija WHO priznala je akupunkturu kao službenu metodu 1978.

Principi

Fenomen akupunkture objašnjava se istočnjačkim filozofijama kao što su yin i yang, tao i zen. **Yin** princip je ženski, negativan, hladan, mekan, mjesečev.

Yang

princip je muški, pozitivan, topao, tvrd, sunčev. Yin i yang su povezani i stalno se izmjenjuju. Fizičke manifestacije su odraz yin i yanga. Bolest se javlja kao posljedica disbalansa Qi-a. Qi je vitalna energija s kojom započinje i završava život. Neravnoteža, višak ili manjak energije dovodi do zdravstvenih poremećaja. Ubadanjem tankih igala (debljine .01”-0.2”) u akupunkturne točke, “xue”

kojih ima 365 uspostavlja se ponovo ravnoteža, tzv.

homeostaza

. Lokacija točaka teško je shvatljiva zapadnjaku, a najbliže objašnjenje jesu odgovarajuće točke živčanih neurona (neuromi).

Novija istraživanja ukazala su na prisustvo elektropodražljivosti spomenutih točaka. Sukladno "teoriji filtera" koju su iznijeli **Patrick Wall i Robert Melzack** unazad tridesetak godina točke odgovaraju lokacijama kraljeznične moždine. Njihovim provociranjem može se postići suzbijanje ili potenciranje bola.

Po

modernijoj teoriji provokacijom točaka postiže se izlučivanje opijata (

endorfina, ektofina-oksitocina

) koji ublažavaju bol. Nesumljivo je da se pri tome aktivira dio mozga pod nazivom limbic (cingulate cortex). U akupunkturu je inkorporirano i kinesko tradicionalno tumačenje o

5 elemenata

: vatra, voda, zemlja, metal i drvo, (proljeće, rano i kasno ljeto, jesen, zima). Postoji pet osnovnih stadija metamorfoze energije (plin, plazma, kondenzirano, čvrsto, tekućina).

Akupunkturne točke su podijeljene u 12+2 kanala, koji odgovaraju 12 organa (Zang-Fu). Preostala 2 kanala su kraljeznični i 3-struki grijač (San Jiao). Kanali se dijele u yin i yang i na svakom ekstremitetu se nalazi početak po tri kanala. Sa ruke polaze tri yin kanala (pluća, perikard, srce) i tri yang kanala (debelo, tanko crijevo, San Jiao). Sa noge polaze tri yin kanala (slezena, jetra, bubreg) i tri yang kanala (želudac, žučni, mokraćni mjehur). Qi teče duž kanala unutrašnjim i vanjskim putevima koji se reflektiraju na koži pacijenta.

Prilikom tretmana pacijenti navode toplinu, trnce i strujanje kroz tijelo. Osjećaju postepeno smirenje i opuštenje, osobito ako se koristi moderna elektro ili laser akupunktura. U terapiji lakših medicinskih slučajeva primjenjuje se i ušna tzv. **aurikoakupunktura**.

Dijagnoza

Kineski medicinari postavljaju dijagnozu na temelju anamneze, te fizičkog pregleda. Pri uvodnom razgovoru sa pacijentom su izuzetno strpljivi i raspituju se i o zdravlju roditelja, braće i sestara, te predaka. Fizički pregled obuhvaća dijagnosticiranje pulsa na obje ruke pri čemu također razlikuju 12 vrsta (3 duboka i 3 plitka na svakoj ruci); pregled jezika koji svojim oblikom, bojom i mrljama odaje stanje probavnog sustava; pregled očiju tzv. **iridologija** gdje zjenica i šarenica predstavljaju svaki pojedini organ i odaju njegovu konstituciju.

Prednosti

Akupunktura se koristi u Kini najčešće pri anesteziji, pa danas od zapadnih doktora upravo anesteziolozi imaju praksu proučavati tu tehniku. Tamošnji medicinari njome tretiraju i zarazne bolesti. S vremenom je zamijećeno da pomaže pri mnogobrojnim **neurološkim** bolestima, kao što su glavobolje (cephalgie), myalgie, multipla skleroza, paralize i dr. Zabilježeni su slučajevi da su iskusni liječnici okretali i plod u utrobi majke okrenut na zadak pomoću akupunkture. Primjenjuje se u liječenju ovisnosti, kao i pri mršavljenju, te poboljšanju imuno-statusa i opće kondicije organizma.

Nedostaci

Akupunktura je invazivna metoda i kao takva nosi izvjesne rizike. Moguća je pojava **hematoma** kao posljedica slučajnog uboda u krvnožilni sustav. Nervne ozljede također se povremeno javljaju, a iznimno i pneumotoraks. Ukoliko se zanemare pravila dezinfekcije te sterilizacije i upotrebljavaju se korištene igle može se javiti hepatitis. Pojedini kritičari tvrde da je u pitanju placebo efekt, odn. autosugestija pacijenata. Budući na akupunkturu reaguju i životinje, ovu kritiku bi trebalo zanemariti.

Zaključak

Akupunktura je stara kineska medicinska metoda koja i danas prevladava u istočnjačkom liječenju. Bazira se na drevnim filozofijama, a nova istraživanja otkrivaju njen princip djelovanja, koji nam je dugo vremena bio nepoznat. Koristi se u kombinaciji

s dijagnostičkim tehnikama u tretiranju neuroloških, reumatskih, alergijskih i mnogih drugih bolesti. Iako je dočekana sa skepsom, njenih pristaša je iz dana u dan sve više.

Literatura

Ter Riet G, Kleijnen J, Knipschild P.: Acupuncture and chronic pain

Brian English&Ruth West: Alternative medicine

Michio Kushi: Orijentalna dijagnostika

Wikipedia.org