



Infermieristica e Cure complementari

Auricoloterapia

29

*A cura di Valentina Tacchia**

L'**auricoloterapia** nasce in Francia nel 1950 ad opera di un medico di base di Lione, **Poul Nogier**, il quale aveva osservato che diversi suoi pazienti provenienti dalla Corsica avevano delle cauterizzazioni a livello del padiglione auricolare. Dalla storia clinica di questi pazienti emergeva che dette cauterizzazioni venivano fatte in Corsica da abili maniscalchi per curare dolori sciatalgici. Nogier incuriosito da questa constatazione indagò nella storia

della medicina se vi fosse mai stato qualcuno che avesse utilizzato l'orecchio a fini terapeutici. In effetti trovò innumerevoli testimonianze di queste pratiche da Ippocrate fino ai giorni nostri, scoprì perfino che nella cultura antica Cinese ed Egizia si conoscevano dei punti corrispondenti sulle orecchie (per esempio le donne egizie si pungevano l'orecchio in un punto determinato per limitare le loro grossezze), fu allora che si mise al lavoro per sperimentare i vari punti dell'orecchio e scoprì che in esso sono contenute le rappresentazioni delle innervazioni dei vari organi ed apparati in modo tale da creare sul padiglione auricolare l'immagine di un feto rovesciato.

La prima pubblicazione di Nogier sull'Auricoloterapia risale al 1956. Solo dopo tale data questa tecnica diagnostica e terapeutica si è diffusa nel mondo. La stessa Cina ha iniziato gli studi sull'auricoloterapia dopo tale data. Solo nel 1980 viene pubblicato sull'autorevole rivista *Pain* (rivista) il primo lavoro scientifico sull'auricoloterapia. Nel 1987 a Seoul e nel 1991 a Lione l'O.M.S. (Organizzazione Mondiale della Sanità) riconosce e standardizza i punti di agopuntura auricolare. Essa è la diagnosi e la cura attraverso i punti riflessi dei vari organi, nell'orecchio.

I punti auricolari hanno la caratteristica di essere percepibili solo quando sono la proiezione di uno

stato patologico, essendone la proiezione a distanza, e possono essere evidenziati con la pressione diretta che provoca in tale sede un dolore elettivo.

I punti che vengono stimolati sono in genere quelli che corrispondono allo stato patologico in atto. Ad esempio, per un dolore alla spalla si stimolerà il punto auricolare della spalla, situato nella doccia dell'antelice. Si possono fare anche associazioni di più punti se sono in stretto rapporto con la patologia.

QUANDO È POSSIBILE RIVOLGERCI ALLA AURICOLOTERAPIA?

Le indicazioni sono numerose, in certi casi l'auricoloterapia può essere risolutiva, mentre in altri può solo ridurre la sintomatologia.

Di seguito elenco alcuni dei possibili problemi trattabili con l'auricoloterapia:

Dolori osteoarticolari:

- dolori reumatici o nevralgici, traumatici o degenerativi, acuti o cronici;
- artrosi a differenti livelli (cervicale, dorsale, lombare, anca, arti inferiori e superiori);
- alcuni tipi di tendinite (spalla, gomito, Achille) e dolori legamentari (caviglia, ginocchio);
- sciatica, nevralgia cervicobrachiale, cefalea non emicranica, certe forme herpes zoster.

Disturbi connessi allo stress:

- gastroduodenite;
- ipertensione lieve;
- astinenza da tabacco;
- disturbi psicosomatici;
- ansia;
- stanchezza cronica;
- lievi stati depressivi;



- disturbi del sonno;
- disturbi connessi con l'allergia;
- malattie dermatologiche su base psicosomatica.

Disturbi in età pediatrica:

- lievi stati ansiosi/tic/balbuzie;
- coliche addominali;
- disturbi del sonno.

CARATTERISTICHE E VANTAGGI DELL'AURICOLO TERAPIA:

È una fra le tecniche diagnostiche e terapeutiche più economiche che possiamo trovare ed è di facile apprendimento ed uso per tutti e per tutte le età. Come abbiamo visto, la si può applicare ad una vasta gamma di malattie; si ottengono risultati rapidi ed efficaci, anche se la malattia è cronica e contratta da lunga data.

L'Auricola terapia è fra le tecniche riflessogene quella che consente una più immediata risposta agli stimoli, da parte del sofferente, infatti essa è di notevole ausilio in tutte le situazioni di emergenza; questa tecnica come la Riflessologia plantare o quella sulle mani o sulla colonna vertebrale, ha una scarsità od assenza di effetti collaterali, a parte la sensazione avvertita quando si conficcano gli aghi o si premono i semi di Vaccaria. L'uso di questi semi, consiste nel posizzarli nell'orecchio esterno con l'ausilio di cerottini, ove sono concentrati i punti dell'agopuntura.

È anche possibile non far uso degli appositi aghi o semi utilizzando un fiammifero di legno per esercitare la pressione sul punto sensibile, se non si devono trattare problemi importanti.

In certi casi se il paziente è troppo occupato, si possono lasciare in sede i semi di Vaccaria mentre egli svolge le sue attività lavorative.

Si è anche riscontrato che questa tecnica ha una funzione preventiva per molte malattie.

È molto diffusa ed utilizzata per anestetizzare pazienti che debbono affrontare piccoli interventi tipo: estrazione di denti, trattamento di distorsioni, interventi nel naso, nella gola, negli occhi ecc.

La possibilità di intervenire senza usare anestetici chimici è di grande importanza per l'assenza di intossicazioni che il prodotto farmacologico sempre immette nel corpo umano e che sono anche di difficile eliminazione, si parla di anni per eliminare in parte il prodotto anestetico chimico iniettato.

Questa tecnica non deve essere impiegata nei primi 6 mesi della gravidanza e nelle donne predisposte all'aborto; mentre sono molto utili per favorire la fecondazione o per indurre il travaglio di parto. È controindicato il loro utilizzo se il padiglione dell'orecchio presenta geloni o processi infiammatori.

Da questi dati è facile rilevare che la stupida abitudine di bucare i lobi degli orecchi per appendervi dei ninnoli, orecchini ecc., dovrebbe essere immediatamente evitata, in quanto l'area interessata viene ad essere investita da continue sollecitazioni di metalli od altro e pertanto la parte del corpo corrispondente è sicuramente e continuamente alterata nelle sue funzioni.

Nell'ambito della sperimentazione di queste tecniche, è interessante riportare un'esperienza di una paziente dell'Emilia Romagna affetta da grave odontopatia che necessitava l'asportazione di un dente molare della mascella. La paziente purtroppo non poteva essere sottoposta a normale anestesia a causa di gravi allergie agli anestetici, tanto che in passato era stata costretta all'avulsione di un altro dente senza nessun supporto terapeutico. La paziente, che è un'infermiera di 60 anni in pensione, decise di sottoporsi all'estrazione del dente molare solo con l'ausilio dell'analgesia stimolata dall'auricoloterapia. Questo è ciò che raccontano gli operatori che l'hanno assistita: "Abbiamo quindi sottoposto la paziente a trattamento di agopuntura auricolare finché non si è completamente rilassata; quando la paziente è stata considerata pronta il dottor..... ha provveduto all'asportazione di un vecchio ponte e finalmente all'asportazione del dente malato. La paziente è sempre rimasta sedata e in analgesia durante la preparazione del dente e ha riferito dolore, anche se notevolmente ridotto in intensità, solo durante l'avulsione vera e propria, cosa che comunque avviene come molti purtroppo sanno, nonostante anestesia locale farmacologica. Alla fine dell'intervento la paziente rimane rilassata e viene mantenuta sotto trattamento ancora per circa 15 minuti per il superamento del trauma. La signora dopo il trattamento è molto soddisfatta e tornerà prossimamente per sottoporsi all'avulsione di altri denti malati".

Questo tipo di analgesia per l'estrazione dentaria non è ovviamente confortevole come il trattamen-



to anestetico farmacologico usuale, tuttavia può permettere in casi particolari e selezionati, quando si renda necessario e ovviamente se i pazienti sono sensibili all'agopuntura auricolare, di eseguire terapie anche molto cruento riducendo notevolmente lo stress doloroso e psichico del paziente.

Dal punto di vista assistenziale, l'auricoloterapia può essere utilizzata anche nel trattamento delle alterazioni psichiche secondarie alla malattia neoplastica che tanto incidono sulla sua qualità di vita, oltre naturalmente alla malattia di base. Migliorare lo stato psichico del paziente oncologico, può aiutare ad affrontare meglio la sua malattia, in una delle problematiche più difficili da trattare. Sul piano psicologico la stimolazione di alcuni punti dell'orecchio destro chiamati punti omega per esempio, permette di ridurre lo stato ansioso che accompagna la malattia neoplastica con effetti prolungati nel tempo.

Ridurre lo stato ansioso però non significa solo dare sollievo al paziente da un punto di vista psicologico rendendolo più tranquillo, ma permette di assumere con minor frequenza e dosaggi inferiori i farmaci antidolorifici, avere una maggiore aderenza ai protocolli terapeutici, mangiare di più, riuscire a dominare meglio il proprio subcon-

scio e affrontare con maggior chiarezza il futuro. Ancora l'auricoloterapia può facilitare il sonno in pazienti che non di rado hanno gravi problemi di insonnia, soprattutto quella legata alle fasi iniziali del sonno, in cui più facilmente si possono avere pensieri malinconici; ma può anche essere un sostegno significativo nella fase terminale della malattia, in cui peggiora notevolmente la qualità di vita a causa del dolore o per l'alterata funzione di organi importanti. Il sonno infatti è un bene prezioso per tutti, ma lo è ancora di più nel paziente fortemente debilitato, che spesso assume già una notevole quantità di farmaci, e può essere aiutato a ridurli in modo più dolce con un trattamento scarsamente invasivo e privo di effetti collaterali, che nei soggetti sensibili può dare risultati anche veramente sorprendenti.

Come sempre tutti questi trattamenti richiedono studio e dedizione, in questo caso per far propri i vari punti riflessi dell'orecchio, in alcune situazioni si riescono anche a strutturare dei protocolli di un insieme di punti che si potenziano l'un l'altro migliorando l'effetto antidolorifico e terapeutico. Tutto ciò, coadiuvato da un interesse vero verso il benessere del malato metterà l'infermiere/l'ostetrica nelle condizioni di migliorare la sua possibilità di risposta assistenziale ai bisogni dei malati.