



# **IESO Academy**

Corso triennale di formazione in  
**Shiatsu e T.S.I.®**

Anno Accademico 2009 – 2010

Tesi di fine corso

## **LA GRAVIDANZA NELL'OTTICA DELLA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE**

di  
Antonietta Iasiello

Relatori: Antonella D'Alessio  
Salvatore Visconti

*“Due essenze si abbracciano, forma e spirito sono allora completi.  
Questi sono i soffi riuniti del Cielo e della Terra:  
il loro nome è uomo.”*

(Huainanzi)

A Silvia e al suo papà

## Indice

<b>LA GRAVIDANZA NELL'OTTICA DELLA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE.....</b>	<b>5</b>
<b>CONDIZIONE ENERGETICA DELLA DONNA AL MOMENTO DEL CONCEPIMENTO E IN GRAVIDANZA.....</b>	<b>7</b>
<b>Ruolo dello Jing materno.....</b>	<b>8</b>
<b>Ruolo del Qi e modifiche nel suo flusso lungo i meridiani.....</b>	<b>8</b>
<b>Ruolo di Xue.....</b>	<b>9</b>
<b>L'ORGANO PRINCIPALE DELLA GRAVIDANZA: L'UTERO (ZI BAO).....</b>	<b>10</b>
<i>RAPPORTI DELL'UTERO CON I VARI ZHANG FU.....</i>	<b>11</b>
<i>RENI.....</i>	<b>11</b>
<i>CUORE.....</i>	<b>11</b>
<i>MILZA.....</i>	<b>12</b>
<i>STOMACO.....</i>	<b>12</b>
<i>FEGATO.....</i>	<b>12</b>
<b>I MERIDIANI COINVOLTI IN GRAVIDANZA.....</b>	<b>13</b>
<b>MERIDIANI STRAORDINARI.....</b>	<b>13</b>
<i>CHONG-MAI.....</i>	<b>13</b>
<i>REN MAI.....</i>	<b>14</b>
<i>DU MAI.....</i>	<b>14</b>
<i>DAI MAI.....</i>	<b>15</b>
<b>COINVOLGIMENTO NELLA GRAVIDANZA DEI DIVERSI MOVIMENTI ENERGETICI CON I LORO ZHANG FU E I RELATIVI MERIDIANI.....</b>	<b>16</b>
<b>LEGNO:FEGATO E VESCICA BILIARE .....</b>	<b>16</b>
<b>FUOCO IMPERIALE: CUORE E INTESTINO TENUE.....</b>	<b>16</b>
<b>FUOCO MINISTERIALE: MINISTRO DEL CUORE (MC) E TRIPLICE RISCALDATORE (TR).....</b>	<b>17</b>
<b>TERRA: STOMACO E MILZA.....</b>	<b>17</b>
<b>METALLO: POLMONE E GROSSO INTESTINO.....</b>	<b>18</b>
<b>ACQUA: RENI E VESCICA URINARIA (VU).....</b>	<b>18</b>
<b>BAO LUO E BAO MAI.....</b>	<b>19</b>
<b>CENNI SULLO SVILUPPO DELL'EMBRIONE.....</b>	<b>20</b>

<b>IL CICLO DEI CINQUE MOVIMENTI NELLO SVILUPPO</b>	
<b>EMBRIONALE.....</b>	<b>22</b>
<b>LE CORRELAZIONI FRA GLI <i>ZHANG FU</i> E I TRE TRIMESTRI DI</b>	
<b>GRAVIDANZA.....</b>	<b>23</b>
PRIMO TRIMESTRE.....	23
SECONDO TRIMESTRE.....	23
TERZO TRIMESTRE.....	24
<b>TRAVAGLIO E PARTO.....</b>	<b>25</b>
<b>ETIOLOGIA DEI PRINCIPALI DISTURBI DELLA GRAVIDANZA E</b>	
<b>DEL PUERPERIO.....</b>	<b>26</b>
<b>Bibliografia</b>	<b>34</b>

## LA GRAVIDANZA NELL'OTTICA DELLA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

La Medicina Tradizionale Cinese (MTC) ha dedicato estrema attenzione al fenomeno della gravidanza. Essa è stata studiata in tutti i suoi aspetti sia fisiologici che patologici e per ogni disturbo esiste il suo trattamento specifico. La fisiopatologia della gravidanza in MTC prevede lo studio sia delle manifestazioni materne (dal concepimento al parto e al puerperio) che di quelle del feto a partire dall'etiologia anche su base ereditaria dove viene dato risalto a tutti i possibili fattori, anche i sentimenti e le emozioni materne. In quest'ottica l'MTC può, a giusta ragione, essere considerata una disciplina pienamente "olistica" ove tutto può concorrere a garantire il miglior percorso possibile alla madre e al nascituro non solo in termini di cura ma anche di prevenzione.

La gravidanza è un fenomeno fisiologico esclusivamente femminile e, in quanto tale, è una manifestazione a forte carattere *Yin* anche se in essa sono presenti molti aspetti *Yang*. Ma il suo essere *Yin* si mette in evidenza quasi in ogni suo aspetto. Innanzitutto è un processo che si verifica all'interno e nel corpo della donna, in un organo nascosto, l'Utero, con estremo coinvolgimento del Sangue e dello *Jing*, a sua volta sotto la custodia dei Reni. Si manifesta poi a seguito della fecondazione del gamete materno a metà del ciclo mestruale, dopo l'ovulazione che rappresenta il momento più *Yin* del suddetto ciclo. Inoltre, l'embrione e poi il feto si sviluppano principalmente sotto l'azione degli *Zhang* Rene, Milza e Fegato. Lo stesso prodotto del concepimento, essendo considerato un ammasso di sangue, è *Yin*.

Il fenomeno della creazione di un nuovo individuo parte dunque dall'unione dell'uomo e della donna a cui partecipa, secondo la tradizione cinese, il Cielo che, con il suo consenso, permette la discesa dello *Shen*. Soltanto a seguito di tale evento può avvenire la fecondazione e l'inizio di una nuova vita.

Tutto ciò è magnificamente coerente con l'idea che ogni fenomeno che riguarda la vita dell'uomo è posto fra Cielo e Terra. E l'uomo stesso ha in sé il Cielo e la Terra, “è” Cielo e Terra.

## **CONDIZIONE ENERGETICA DELLA DONNA AL MOMENTO DEL CONCEPIMENTO E IN GRAVIDANZA**

All'atto del concepimento, lo spermatozoo (*Yang*), portatore dello *Jing* paterno con tutto il suo corredo di ereditarietà, feconda l'ovulo (*Yin*) per effetto della discesa dello *Shen*. Inizia così un periodo della durata di dieci cicli lunari.

A partire da questo momento, ogni fenomeno relativo allo sviluppo del prodotto del concepimento ha una sua spiegazione secondo i principi della MTC.

Fino ad ora ciò che è stato trasmesso al nascituro, in termini ereditari, ha visto il concorso in parti uguali della madre e del padre in quanto fornitori dei gameti e quindi dello *Jing* ereditario. Da questo momento in poi interviene, in ogni istante, con il suo apporto, lo stato energetico materno. Essa non fornisce solo lo *Jing* proveniente dai Reni ma anche il *Qi* e lo *Xue* che devono essere sufficienti a supportare la sua vita e quella del bambino. Inoltre è necessario anche che tali Sostanze abbiano la possibilità di fluire liberamente dalla madre all'embrione attraverso le strutture deputate a tale compito.

Con l'inizio della gravidanza si assiste alla scomparsa delle mestruazioni e ciò rende disponibile una maggiore quantità di *Xue*, Sostanza da cui si forma materialmente il nuovo individuo. Ciò porta ad un aumento di Calore interno, necessario a supportare i nuovi fenomeni e questo rende ragione dell'aumento di temperatura della madre. La gravidanza è infatti una condizione caratterizzata da Calore e Umidità che non vanno contrastate onde evitare lo sviluppo di condizioni pericolose per il buon esito della gestazione, *in primis* l'aborto.

Il lato *Yin* della gravidanza si evidenzia anche sul piano mentale. La donna tende a rivolgersi “verso l'interno” diventando più introspettiva e riflessiva e rallentando tutti i suoi ritmi.

## **Ruolo dello *Jing* materno**

Lo *Jing* è custodito dai Reni. Quello materno interviene, a differenza di quello fornito dal padre, anche in gravidanza influenzando lo stato sia della madre che del bambino. Fornisce la “forza motrice” necessaria a tutti i fenomeni legati alla gravidanza ma soprattutto presiede alla possibilità di concepimento e al sostegno dello sviluppo dell’embrione. Una carenza di quello materno (dovuta a cause diverse come l’età avanzata, aborti ripetuti o numerose gravidanze, vita dissoluta, debolezza costituzionale, ecc.) è spesso causa di infertilità o aborti.

Esso poi viene veicolato attraverso i Meridiani Straordinari *Du Mai*, *Ren Mai*, *Chong Mai* e *Dai Mai* il cui ruolo è fondamentale per una gravidanza sana.

Non è possibile aumentare la quantità dello *Jing* materno ma si può agire aiutandone la diffusione al feto agendo sui Meridiani Straordinari e impedendone l’impoverimento attraverso una corretta alimentazione e respirazione, fonti di *Jing* acquisito indispensabili a conservare il potenziale di quello ereditario. Tutto ciò spiega l’importanza di sostenere la funzione di Rene, Stomaco, Milza e Polmone anche attraverso il trattamento dei relativi meridiani.

## **Ruolo del *Qi* e modifiche nel suo flusso lungo i meridiani**

Durante la gestazione il *Qi*, che normalmente segue la circolazione energetica lungo i vari meridiani, deve essere diretto maggiormente verso l’Utero per nutrire il feto e la placenta. Ciò determina delle modifiche riguardo al suo flusso.

Benché tutti i Meridiani svolgano un ruolo nella circolazione del *Qi* diretta all’unità feto-placentare, essa ha un particolare rapporto con il *Ren Mai* e il *Du Mai*. Questi ultimi fungono da regolatori rispettivamente dell’energia di tipo *Yin* e di tipo *Yang*. Rappresentano una sorta di bacino di riserva a cui attingere in particolari condizioni come anche in gravidanza. Il *Ren Mai* risulta maggiormente

coinvolto in quanto “mare dello *Yin*” mentre il *Du Mai* ha l’importante funzione di indirizzare all’Utero lo *Yang Qi* per favorire l’ovulazione.

Ma le modificazioni morfologiche del corpo della madre coinvolgono inevitabilmente anche altre strutture determinando variazioni nella circolazione energetica. L’aumento di dimensione dell’addome materno e quello della pressione intraddominale coinvolgono il flusso del *Qi* lungo gli organi e i meridiani anatomicamente coinvolti: il *Chong Mai*, il *Ren Mai* e il *Dai Mai* sono particolarmente interessati all’azione “meccanica” dell’Utero che cresce mentre il *Du Mai* e il *Taiyang* sono interessati di riflesso dalle variazioni posturali del rachide in toto. Si verifica quindi una difficoltà nella circolazione del *Qi* ma anche dei fluidi corporei che inevitabilmente finirà per interessare anche il Triplice Riscaldatore. Ciò può sfociare in sintomi come, ad esempio, difficoltà respiratorie (Riscaldatore Superiore), disturbi digestivi (Riscaldatore Medio), disturbi agli arti inferiori, ai Reni e alla Vescica (Riscaldatore Inferiore).

### **Ruolo di *Xue***

Lo *Xue* è, fra le varie Sostanze, quella il cui coinvolgimento appare più evidente e ubiquitario durante tutto il corso della gestazione e anche dopo. Innanzitutto perché viene a mancare come sangue mestruale che, lo ricordiamo, è considerato in MTC come *Jing* puro e in quanto tale va a costituire l’ammasso iniziale di cellule che darà origine all’embrione. Poi perché nutrirà il feto insieme al *Qi* della madre e al suo *Jing*. In ultimo perché continuerà la sua opera nel puerperio continuando a nutrire il bambino attraverso il latte materno che è considerato, per i cinesi, *Xue* modificato tanto che generalmente le mestruazioni non compaiono fino a che è presente il latte. Esso ha particolari collegamenti con il *Chong Mai* in quanto “mare del Sangue” e con gli *Zhang Milza*, Fegato e Cuore per il loro ruolo nella sua produzione, deposito e messa in circolo oltre che, ovviamente, con l’Utero.

## L'ORGANO PRINCIPALE DELLA GRAVIDANZA: L'UTERO (ZI BAO)

In MTC l'Utero origina da una struttura comune anche all'uomo (*Bao*) e che è posta nel *Dan Tian* Inferiore. Nell'uomo è definita Camera dello *Jing*.

*“Il Ming Men è la residenza dello Shen e dello Jing ed è connesso allo Yuan Qi: nell'uomo ospita lo Sperma, nella donna l'Utero”.*

(Classico delle Difficoltà, capitolo 36)

L'Utero è considerato in MTC un Viscere Straordinario. Funziona come un organo (*Yin*) poiché conserva il suo contenuto (Sangue e feto) ma ha la forma di un viscere (*Yang*) in quanto cavo e poiché espelle il Sangue e il feto.

Le sue funzioni sono:

- Regolare le mestruazioni;
- Ospitare il feto in gravidanza.

L'Utero contrae importanti rapporti con alcuni *Zhang Fu* e meridiani. In particolare è da ricordare il collegamento con i Meridiani Straordinari *Ren Mai* e *Chong Mai* dai quali è attraversato. Entrambi originano nei Reni e regolano le sue principali funzioni. Il *Ren Mai* fornisce *Qi* (*Yin*) e *Jing* e il *Chong Mai* lo *Xue*. E' ovvio quindi che le funzioni dell'Utero sono sotto il controllo dei Reni mediante la loro azione. Condizioni di infertilità della donna o di amenorrea possono dipendere da carenza di *Jing* dei Reni.

Anche il *Du Mai* ha un ruolo nelle funzioni dell'Utero in quanto apportatore di energia *Yang* che sostiene la seconda metà del ciclo mestruale (fase luteinica).

## RAPPORTI DELL'UTERO CON I VARI ZHANG FU

### RENI

Si è già accennato ai Reni in quanto origine dei Meridiani Straordinari collegati all'Utero. Quest'ultimo vi è connesso anche direttamente mediante il *Bao Luo* (Canale dell'Utero). Tale collegamento è responsabile del trasferimento del *Tian Gui* (sangue mestruale) dai Reni. Si ricorda che tale sangue proviene direttamente dallo *Jing* di cui i Reni sono depositari.

### CUORE

Il Cuore vi è collegato mediante il *Bao Mai* (Vaso dell'Utero) il che spiega anche la presenza di modificazioni dell'umore durante mestruazioni e gravidanza.

Dal punto di vista fisiologico, il Cuore, grazie alla presenza di questo vaso, promuove la discesa di *Qi* e Sangue all'Utero e la liberazione di quest'ultimo durante le mestruazioni. Esso inoltre è responsabile della trasformazione dello *Yin* in *Yang* al momento dell'ovulazione e dello *Yang* in *Yin* all'inizio delle mestruazioni.

L'Utero poi è anche nutrito dal Sangue che è sotto il governo del Cuore.

È da ricordare anche la funzione che ha il Cuore di promuovere la formazione del *Tian Gui* grazie all'azione del suo *Yang* che scende ad incontrare lo *Jing* dei Reni.

### MILZA

Per il suo ruolo nei processi digestivi, la Milza è fondamentale nella produzione del Sangue e del *Qi* del "Cielo Posteriore". Ciò le conferisce una certa importanza

nei riguardi del Sangue che giunge all'Utero anche se inferiore rispetto a quella dei Reni. Ha anche un'altra importante funzione legata alla capacità del suo *Qi* di “contenere” e cioè quella di mantenere in sede il feto e l'Utero. Una carenza in tal senso è responsabile di aborti e prolassi.

## STOMACO

Il legame con l'Utero è sostenuto dal percorso del *Chong Mai*. Tale collegamento rende ragione di alcuni sintomi come la nausea nel primo trimestre di gravidanza di cui si parlerà in seguito. Lo Stomaco ha poi un ruolo indiretto poiché è uno degli organi fondamentali nella digestione e assimilazione dei nutrienti che serviranno per lo sviluppo del feto.

## FEGATO

L'Utero, per l'espletamento delle sue funzioni, necessita di Sangue in quantità e di qualità adeguate. Come visto in precedenza, Cuore e Milza hanno un ruolo importante nel garantire a questo viscere il Sangue di cui necessita ma quello del Fegato è determinante nel metterlo a disposizione. Molti disturbi della sfera ginecologica (amenorree, dismenorree, menorragia, metrorragia, ecc.) dipendono infatti da disarmonie del Sangue del Fegato.

# I MERIDIANI COINVOLTI IN GRAVIDANZA

## MERIDIANI STRAORDINARI

### CHONG MAI

Il *Chong Mai* ha un ruolo determinante nella gestazione per quel che riguarda l'apporto di *Xue* ma anche per tutte le variazioni morfologiche materne, sia dell'Utero che dell'organismo in generale.

Il suo compito è particolarmente evidente nel primo trimestre di gravidanza, quello in cui è maggiore la quantità di Sangue che deve giungere all'Utero per nutrire il prodotto del concepimento e permettere lo sviluppo della placenta e del sacco amniotico. Tale meridiano è infatti descritto come “mare del Sangue”.

Durante il primo trimestre molta energia è impiegata da questo Meridiano per assolvere al suo compito ed è presente anche il coinvolgimento di molte altre strutture correlate ad esso. Ad esempio, la nausea e il vomito nel primo trimestre possono essere spiegate dal collegamento fra il *Chong Mai* e lo Stomaco. Quest'ultimo, se in deficit, non è in grado di far “discendere” e parte dell'energia del *Chong Mai* (che si trova in una condizione di “pieno” fisiologica) risalirà causando i sintomi suddetti. Così come la sensazione di calore al torace e di soffocamento può essere spiegata dal collegamento del Meridiano con il torace dove giunge un suo ramo.

Tali disturbi tendono ad attenuarsi con il completamento della formazione della placenta. Da quel momento l'energia del *Chong Mai* tende a stabilizzarsi di nuovo nella pelvi con riduzione del pieno energetico e tutti i fenomeni di risalita (dovuti all'eccesso di energia che percorreva il Meridiano) si smorzano a meno di un deficit di Stomaco o di risalita di Qi da disarmonia di Fegato.

L'impegno del *Chong Mai* diviene nuovamente importante nel terzo trimestre quando le richieste di Sangue del feto aumentano per sostenere il rapido incremento ponderale. È questa la ragione del ritorno della stanchezza nella madre e di sviluppo di anemia.

### REN MAI

Il *Ren Mai* controlla la gravidanza sotto il profilo funzionale (variazioni ormonali, sviluppo placentare, ecc.). È responsabile dell'energia *Yin* indirizzata all'Utero e quindi a feto e placenta. Essendo la gravidanza un fenomeno con forte componente *Yin*, esso è il Meridiano più impegnato nel trasferimento di *Qi* al bambino. Anatomicamente poi esso è collegato al perineo per cui un deficit della sua funzione può manifestarsi, oltre che con carenza di *Qi* trasferito al feto, anche con debolezza delle strutture del pavimento pelvico e quindi prolasso. Altri aspetti *Yin* della gravidanza sono legati all'aumentata attività di questo Meridiano anche sotto il profilo psicologico come, ad esempio, la tendenza della madre ad un atteggiamento maggiormente introspettivo e quella a “fare il nido” (il cosiddetto comportamento “parentale”).

### DU MAI

Energeticamente è responsabile del trasferimento di energia *Yang* al feto mentre anatomicamente è correlato al rachide e quindi è particolarmente coinvolto sotto il profilo posturale. Donne con deficit di *Yang* soffrono spesso in gravidanza di mal di schiena.

## DAI MAI

È il “Vaso Cintura” che ha il compito, insieme alla Milza, di sostenere, anatomicamente, il feto nell’Utero e questo nell’addome. Un suo deficit può essere causa di aborto ma anche di cedimento delle strutture anatomiche di sostegno della parete addominale e del bacino (muscoli, legamenti, fascia, articolazioni fra le ossa del bacino) ma anche di mal posizioni fetali, in particolare le posizioni obliqua e trasversa (come se il feto, non adeguatamente sostenuto, “cascasse”). Per contro, una eccessiva tensione del meridiano, “stringendo” troppo l’Utero, può impedire il corretto posizionamento del feto con presentazione podalica.

# **COINVOLGIMENTO NELLA GRAVIDANZA DEI DIVERSI MOVIMENTI ENERGETICI CON I LORO *ZHANG FU* E I RELATIVI MERIDIANI**

## **LEGNO:FEGATO E VESCICA BILIARE**

L'energia del Legno è determinante in tutti i processi di crescita e quindi anche nello sviluppo di una nuova vita. Il Fegato, come già detto, ha un ruolo determinante nella messa a disposizione del Sangue e da questo punto di vista contrae importanti rapporti con il *Chong Mai*. L'azione poi del Fegato e della VB sui tendini, legamenti ed articolazioni è implicata in tutte le modificazioni di tipo posturale che si verificano in gravidanza. Basti pensare alla lassità legamentosa che prelude ai movimenti di nutazione del bacino nel periodo che precede il parto e che, per la Medicina occidentale, è dovuta all'azione del progesterone e della relaxina.

## **FUOCO IMPERIALE: CUORE E INTESTINO TENUE**

Il Movimento Fuoco ha un altro ruolo chiave in gravidanza. Innanzitutto è legato allo *Shen* e, in quanto tale, governa le emozioni. Poi è l'aspetto energetico *Yang* della gestazione. Il Cuore è direttamente collegato all'Utero dal *Bao Mai* tramite il quale invia ad esso il Sangue. Ha quindi l'importante funzione di garantire la corretta circolazione ematica che risulta essere più impegnativa per il fisiologico aumento della massa ematica.

## **FUOCO MINISTERIALE: MINISTRO DEL CUORE (MC) E TRIPLICE RISCALDATORE (TR)**

Alcuni importanti fenomeni della gravidanza vedono coinvolto questo aspetto del movimento fuoco. Innanzitutto sul piano mentale le funzioni ministeriali di MC e TR sono fortemente coinvolte poiché la madre vive un momento intenso sotto il profilo delle relazioni fra se stessa, il bambino e chi la circonda. Fisicamente, poi, soprattutto il TR si trova impegnato a dover gestire una differente suddivisione dei liquidi corporei e spesso in gravidanza una sua disfunzione può determinare la presenza di edemi. Un altro aspetto importante è quello della termoregolazione. La gravida infatti presenta una maggiore temperatura corporea che rappresenta anche la manifestazione di un maggior impegno del TR.

## **TERRA: STOMACO E MILZA**

L'energia della Terra è fondamentale in gravidanza perché rappresenta il nutrimento (sia fisico che emotivo) e il sostegno allo sviluppo del bambino. Gli *Zhang Fu* del Movimento Terra hanno un ruolo fondamentale sia per l'apporto di nutrienti sia per la produzione di *Xue*. La Milza in particolare entra direttamente nella produzione del Sangue. Ma essa ha anche l'importante funzione di "contenere" il feto nell'Utero e questo in sede oltre al Sangue nei vasi. Deficit della Milza si possono manifestare con aborto, prolasso degli organi pelvici, emorroidi, varici, edemi, diabete, ecc. Da ricordare anche il ruolo del movimento Terra le garantire l'Umidità necessaria al sostegno della gestazione. Si rammenta poi che lo Stomaco ha, nei riguardi del *Qi*, una funzione di abbassamento, fondamentale per l'espletamento del parto.

## **METALLO: POLMONE E GROSSO INTESTINO**

Il polmone ha la funzione fondamentale di estrarre dall'aria parte del *Qi*. Durante la gravidanza il suo impegno è notevole per le aumentate richieste della madre e del bambino. Un deficit di questo organo può manifestarsi con difficoltà respiratorie ma anche con disturbi legati alla sua difficoltà a garantire la circolazione del *Qi* con disturbi che coinvolgeranno anche il percorso del relativo meridiano come la sindrome del tunnel carpale. Il Grosso Intestino invece risentirà soprattutto meccanicamente della presenza dell'Utero ingrossato ma anche della relaxina rallentando le sue funzioni di eliminazione dell'impuro. Ciò determinerà sintomi come stitichezza e inaridimento della massa fecale.

## **ACQUA: RENI E VESCICA URINARIA (VU)**

L'Acqua con i suoi *Zhang Fu* rappresenta forse il Movimento più fortemente coinvolto in gravidanza. Ricordiamo in primis il ruolo dei Reni nel mettere a disposizione lo *Jing* e nel partecipare alla produzione del Sangue oltre al metabolismo dei fluidi. Si ricorda, come già detto in precedenza, che in gravidanza vi è un grande utilizzo di essi che devono essere garantiti in quantità necessaria al corretto svolgersi di tutti i momenti della gestazione e in ciò rientra anche il coinvolgimento della VU. Quest'ultima è però anche interessata, con il suo meridiano, da problemi posturali per il notevole sovraccarico a cui è sottoposto il rachide della gravida. Si ricorda inoltre il ruolo svolto da alcuni punti posti lungo il suo meridiano nel modulare l'intervento terapeutico in caso di alcuni problemi. Basti pensare ai punti *Shu* e alla loro azione modulatrice sulle funzioni degli *Zhang Fu* e al punto 67VU da trattare in caso di posizione podalica del feto per favorirne il capovolgimento.

### *BAO LUO e BAO MAI*

Vi si accenna brevemente per la loro importante funzione in gravidanza. Sono rispettivamente il Canale e il Vaso dell'Utero che collegano Reni e Cuore a questo viscere. Tali connessioni determinano il manifestarsi di alcuni sintomi tipici della gravidanza come sensazione di freddo nell'area dei Reni, dolore lombare con debolezza nella stessa area, ansia e disturbi emotivi in genere.

## CENNI SULLO SVILUPPO DELL'EMBRIONE

Se si sfoglia un qualunque testo di embriologia si può vedere come il prodotto del concepimento, dopo la fase iniziale di annidamento nella parete dell'Utero, si sviluppi a partire da tre strutture fondamentali disposte come gli strati di un "sandwich": l'endoderma, il mesoderma e l'ectoderma. Senza soffermarsi eccessivamente sull'argomento, ci si limiterà a ricordare che da ognuno di questi foglietti embrionali si differenzieranno diversi tessuti che manterranno sempre una origine comune. Basti pensare, ad esempio, al tessuto nervoso e all'epidermide, entrambi derivati dall'ectoderma, che possono manifestare patologie comuni come la neurofibromatosi. In alcuni individui, quindi, disturbi apparentemente scollegati fra loro sono, in realtà, la manifestazione di un disequilibrio che interessa tessuti derivati dallo stesso foglietto embrionale. Tale struttura avrà quindi un aspetto per lo più bidimensionale con una delle dimensioni maggiore dell'altra e più precisamente quella longitudinale. Lo sviluppo, in questa fase, avviene grazie al primo meridiano che viene a strutturarsi ovvero il *Chong Mai* che darà appunto la spinta allo sviluppo longitudinale della struttura iniziale dell'embrione. Esso è anche descritto come "l'architetto interno" il che spiega bene la sua funzione soprattutto nella vita embrionale.

Dopo una prima fase in cui i tre foglietti sono appunto disposti a "sandwich", si osserva al ripiegarsi dell'endoderma su se stesso a formare una sorta di tubo da cui avranno origine strutture di tipo viscerale come il sistema digerente e l'apparato respiratorio. Questo rappresenta il lato *Yin* dell'embrione, quello che darà origine alle strutture anteriori del corpo. Il loro sviluppo è legato al venirsi a formare del *Ren Mai*, mare dello *Yin*, ed è da esso guidato e indirizzato. Ciò permette di spiegare anche il percorso di questo Meridiano Straordinario.

Sul lato opposto, a partire dall'ectoderma, verranno a formarsi altre importanti strutture fra cui il sistema nervoso e la pelle con i suoi annessi. Queste sono le

strutture poste sul lato *Yang* dell'embrione e quindi il loro sviluppo avviene di pari passo allo strutturarsi del *Du Mai*, mare dello *Yang*, e ne definiscono in percorso.

Le strutture derivate dall'endoderma e dall'ectoderma avranno un punto di incontro ai due estremi dell'embrione, la membrana orofaringea (futura bocca) e quella cloacale (il futuro ano), stessi punti ove, nell'organismo completamente formato, vengono a prendere contatto il *Ren Mai* e il *Du Mai*.

Ultimo meridiano straordinario impari a delinearsi è il *Dai Mai* che, con il suo aspetto a "cintura", racchiude i primi tre e permette al prodotto del concepimento di continuare a strutturarsi armonicamente ( in particolare per quel che riguarda anche il saldarsi in avanti del foglietto endodermico e posteriormente di quello ectodermico), garantendo anche un corretto scambio energetico fra l'alto e il basso, fra strutture cefaliche e caudali.

In una fase successiva verranno a formarsi i Meridiani Straordinari *Wei Mai* (*Yin* e *Yang*) e *Qiao Mai* (*Yin* e *Yang*).

In seguito si formerà il sistema dei 12 meridiani principali a cui è legato anche lo sviluppo degli arti.

## **IL CICLO DEI CINQUE MOVIMENTI NELLO SVILUPPO EMBRIONALE**

Il ciclo dei 5 Movimenti (Legno, Fuoco, Terra, Metallo, Acqua) regola la relazione tra Uomo e Cosmo attraverso le corrispondenze che sono state attribuite ad ogni singolo elemento (stagioni, organi del corpo, emozioni, colori, sapori, ecc). Ognuno dei 5 Movimenti è legato agli altri in virtù di alcuni principi che possono essere espressi attraverso dei cicli (di generazione, controllo, attacco e contrattacco).

Lo sviluppo del feto segue il ciclo di Generazione e così l'attivazione dei relativi Meridiani Distinti con lo sviluppo degli *Zhang Fu* ad essi collegati

. Si ricorda comunque che i primi Meridiani ad attivarsi sono quelli Straordinari e solo a seguito del loro sviluppo si formeranno gli altri.

I Canali si attivano come segue:

**1° e 2° mese: Fegato e Vescica Biliare** (Movimento Legno).

**3° e 4° mese: Ministro del Cuore e Triplice Riscaldatore** (Movimento Fuoco).

**5° e 6° mese: Milza e Stomaco** (Movimento Terra). Si struttura l'apparato digerente.

**7° e 8° mese: Polmone e Grosso Intestino** ( Movimento Metallo).

**9° mese: Rene e Vescica** (Movimento Acqua).

## LE CORRELAZIONI FRA GLI *ZHANG FU* E I TRE TRIMESTRI DI GRAVIDANZA

La gravidanza, anche secondo la MTC, può essere suddivisa in tre trimestri, distinti sia per quanto riguarda lo sviluppo dell'unità feto-placentare che per l'impegno energetico della madre in tutto il processo.

### PRIMO TRIMESTRE

È il periodo che vede verificarsi, dopo la fecondazione, lo sviluppo dell'embrione e della placenta. È il momento fondamentale affinché tutti i processi necessari ad uno sviluppo armonico dell'embrione si attivino. In questa fase, oltre al corredo ereditario del prodotto del concepimento, entra in gioco lo *Jing* materno con la sua potenzialità di fornire la spinta energetica per tale processo. Ovviamente lo *Zhang Fu* maggiormente coinvolto in quest'epoca è il **Rene**. La sua azione risulta evidente anche per quelli che sono i collegamenti con l'Utero, il *Chong Mai* e il *Ren Mai*. La sua opera però non si esaurisce con il passaggio ai trimestri successivi poiché l'azione dello *Jing* continua per tutta la gravidanza motivo per cui è utile trattare sia l'organo che il meridiano in tonificazione anche a scopo preventivo. Altro organo fondamentale è il Fegato che vedremo impegnato in tutte le "dieci lune" per l'apporto di Sangue con tutte le sue implicazioni (sviluppo placentare, circolazione materno-fetale, ecc.).

### SECONDO TRIMESTRE

È quello che vede il maggiore sviluppo del feto e di tutti i suoi organi e tessuti. La formazione della placenta è ormai completata e essa comincia a produrre i suoi ormoni e a sostenere lo sviluppo del bambino. Per tale ragione viene a ridursi, in parte, l'impegno del *Chong Mai*. In questa epoca è fondamentale l'apporto di

nutrienti alla placenta trasportati dal Sangue. Ciò significa un impegno maggiore da parte della **Milza**, del **Fegato** e dello **Stomaco** nell'estrarre dai cibi le sostanze nutrienti per trasformarle e indirizzarle alla placenta tramite *Xue* e quindi al feto. È il periodo in cui generalmente terminano le nausee e la madre avverte un maggiore desiderio di cibo.

### TERZO TRIMESTRE

Continua l'impegno della **Milza** nel mettere a disposizione del feto i nutrienti ma anche nella produzione del Sangue. È frequente infatti in questo periodo il manifestarsi nella gestante di carenze nutrizionali e anemia se nel trimestre precedente non si è provveduto a sostenere adeguatamente il fabbisogno della madre e del bambino attraverso l'alimentazione. Continua anche l'impegno di **Rene** e **Fegato** per i motivi precedentemente esposti. Essendo poi di nuovo necessario un apporto notevole di *Xue*, ritorna ad essere evidente l'azione del *Chong Mai* che non è mai venuta meno ma che nel secondo trimestre era in parte attenuata per l'azione più autonoma della placenta. Ora serve un maggiore movimento di Sangue sia per le aumentate richieste del feto (che ha completato il suo sviluppo ma è più grosso) sia per sostenere il parto e il secondamento. In questo fenomeno entrano in gioco strutture come **Stomaco**, **Grosso Intestino**, **Milza** e **Vescica Urinaria** per quelle che sono le loro azioni di “muovere verso il basso”, mobilitare il Sangue e il *Qi*, dare la “regola” al bambino di posizionarsi correttamente, ecc. Tutte azioni che devono essere svolte ora e non prima, motivo per cui alcuni punti posti lungo i loro meridiani non vengono trattati prima di questo periodo onde scongiurare il pericolo del verificarsi di alcuni fenomeni anzitempo.

## TRAVAGLIO E PARTO

Al termine delle dieci lune il bambino ha completato il suo sviluppo ed è pronto per venire alla luce.

Il travaglio e il parto rappresentano un momento di passaggio in cui dal prevalere di fenomeni *Yin* si passa a movimenti fortemente *Yang*.

Il feto (*Yin*), che ora si trova con il suo estremo cefalico in basso, comincia a subire le spinte delle contrazioni uterine. Queste rappresentano un evento fortemente *Yang* e sotto il governo di questo aspetto del *Qi* che si muove verso il basso. Oltre ad esso, anche *Xue* entra in movimento. Fino ad ora queste due Sostanze hanno operato permettendo lo sviluppo dell'embrione e poi del feto concentrandosi nell'Utero; adesso intervengono per permetterne la spinta verso l'esterno ma più precisamente verso il basso, se si considera la direzione della spinta contrattile rispetto alla posizione convenzionale del corpo umano. È per tale ragione che punti capaci di far muovere il *Qi* verso il basso non vanno trattati prima dell'inizio del travaglio ed eventualmente vanno utilizzati per favorirlo.

Il corpo dell'Utero comincia così a contrarsi ritmicamente (fenomeno *Yang*) mentre il collo si dilata (fenomeno *Yin*) per permettere il passaggio del bambino. Questa coesistenza di fenomeni a carattere *Yin* e *Yang* conferma anche in questa fase della gestazione l'impegno del *Ren Mai* e del *Du Mai* ma anche degli altri due Meridiani Straordinari impari. Il *Chong Mai* interviene anche in questa fase portando Sangue all'Utero e il *Dai Mai* influenzando i cambiamenti del bacino e i movimenti energetici della pelvi oltre alla "stretta" dei muscoli addominali durante le spinte del parto. Il *Bao Luo* e il *Bao Mai* anche in questa fase convogliano verso l'Utero *Xue* e *Jing*

# ETIOLOGIA DEI PRINCIPALI DISTURBI DELLA GRAVIDANZA E DEL PUERPERIO

Prima di addentrarci nello studio delle cause dei disturbi gravidici è importante prendere in considerazione alcuni aspetti in virtù dei quali alcune manovre e pratiche non possono essere eseguite.

Ricordiamo che durante la gestazione, che è un fenomeno del tutto fisiologico, si verifica una condizione di Calore e Umidità soprattutto per il venirsi a creare di un nuovo e differente equilibrio fra *Qi*, *Xue* e *Jin Ye*. Tutto ciò è finalizzato a sostenere lo sviluppo dell'embrione e poi del feto, al suo nutrimento e al mantenimento in sede di tutte le strutture e Sostanze impegnate, questo fino al momento del parto quando tutto cambia e molte condizioni si invertono.

In quest'ottica, fino al momento del travaglio, vanno evitate tutte le pratiche e manovre che in qualche modo “portano verso il basso”, sbloccano le stasi di *Qi* e *Xue*, indeboliscono il *Qi* di Milza e Reni e il *Mingmen*.

A tale scopo viene consigliato di evitare la stimolazione di alcuni punti e più precisamente:

- 4 RM
- 4 GI
- 6 M
- 60 VU
- 67 VU
- 6 TR
- 2 F
- 3 F

anche se i punti realmente abortivi sembrano essere 4 GI e 6 M in quanto capaci entrambi di mobilizzare e far discendere il Qi e lo Xue e quindi di indurre il travaglio.

Va poi evitata la coppettazione nelle regioni sottombelicale e lombare per la fitta presenza in questi distretti anatomici di punti correlati all'Utero.

Verranno qui di seguito trattate le cause delle principali condizioni disarmoniche che in gravidanza possono beneficiare dello Shiatsu e della TSI rimandando a testi specifici per approfondimenti riguardo al trattamento. Ogni disturbo verrà analizzato in modo da poter effettuare, dai sintomi, diagnosi differenziale e quindi adeguarne il trattamento.

## **NAUSEA E VOMITO (PRIMO TRIMESTRE)**

È un disturbo molto comune soprattutto nelle primipare e benigno. Raramente si complica con condizioni di malnutrizione dovute al suo prolungarsi oltre il primo trimestre. Le cause principali sono:

- **Stasi di Qi di Fegato:** vomito con eruttazioni, liquido chiaro, acre e bruciante, vertigini, nodo in gola;
- **Calore dello Stomaco:** vomito associato a gengive infiammate, sete e appetito intensi, alitosi;
- **Catarri che ostruiscono il Riscaldatore Medio:** Vomito schiumoso, scialorrea, inappetenza, sensazione di corpo pesante.

## EDEMA

È più frequente nei due ultimi trimestri dove bisogna poter distinguere l'edema isolato dalla condizione di preeclampsia o eclampsia conclamata motivo per cui è sempre bene consigliare alla gravida frequenti misurazioni della pressione arteriosa e il controllo della funzionalità renale. In caso di forme non eclamptiche le cause possono essere:

- **Vuoto di Milza:** gonfiore generalizzato (volto, tronco e arti), lingua pallida, polso vuoto e lento.
- **Vuoto di Rene:** edema lentamente ingravescente degli arti inferiori, dolore lombare e alle ginocchia, lingua bianca con patina vischiosa alla radice, polso profondo e lento.

## DOLORE LOMBARE

Nell'arco della gravidanza quasi tutte le donne sperimentano almeno una volta questo disturbo. Esso è dovuto principalmente a **disarmonie del Rene e dei rapporti fra Qi e Xue** legati al loro sovraccarico di impegno. Beneficia molto del trattamento dei Meridiani di Rene e VU e spesso della moxa su 23 VU e 4 DM per le condizioni di vuoto dei Reni. Altra causa frequente è quella puramente meccanica legata allo sbilanciamento del rachide nel ricercare una postura adeguata a sostenere il peso e il volume dell'addome.

## DOLORE DORSALE BASSO

Causato principalmente da **disfunzione diaframmatica** che, sotto il profilo energetico, beneficia del trattamento dell'asse *Yangming*.

## **DOLORE CERVICALE**

La MTC inquadra il dolore cervicale in gravidanza come **patologia da Vento**:

- **Vento esterno**: da esposizione ad agenti atmosferici avversi (colpo d'aria), lingua normale, polso superficiale;
- **Vento interno**: disturbi dell'umore con irritabilità, insonnia, tremore generalizzato e della lingua, polso teso e fine.

In caso di Vento esterno il disturbo è quasi sempre a seguito dell'interessamento dell'asse *Taiyang* e pertanto risponde bene al trattamento del Meridiano dell'Intestino tenue.

## **EMORROIDI**

Ecco un'altra patologia frequentissima in gravidanza per ragioni sia energetiche che meccaniche (legate, queste ultime, agli effetti compressivi dell'Utero).

Di solito sono causate dalle seguenti condizioni:

- **Vuoto** del Riscaldatore Medio o del *Qi*, specialmente nel suo aspetto *Yang*;
- **Pieno** da accumulo di Calore-Umidità nel Grosso Intestino;
- **Combinazione delle due condizioni precedenti.**

In tutti e tre i casi vi è un accumulo di Sangue che produce congestione, dolore e gonfiore.

## **CEFALEA**

Spesso la cefalea è una manifestazione a carattere *Yang* e pertanto, essendo la gravidanza una condizione ricca di aspetti *Yin* predominanti, molte donne che

normalmente soffrono di cefalee vasomotorie o muscolotensive durante la gestazione ne sono risparmiate.

Quelle che invece insorgono o peggiorano in tale periodo sono quasi sempre causate da **vuoto di Sangue**.

## **DEPRESSIONE IN GRAVIDANZA**

I disturbi dell'umore in gravidanza sono frequentissimi. Secondo la MTC, le cause principali sono:

- **Vuoto di Sangue:** sbalzi d'umore, insonnia, tachicardia, astenia, assenza di appetito, viso e lingua pallidi, polso fine e rugoso;
- **Disarmonia di Cuore e Rene:** tachicardia, insonnia, sudorazione eccessiva e continua, dolore lombare, lingua rossa, polso fine e rapido;
- **Calore dello Stomaco:** insonnia, eruttazioni, senso di pienezza alla bocca dello stomaco, lingua con induito spesso e giallo, polso ampio e scivoloso.

## **MINACCIA DI ABORTO**

Le cause principali sono:

- **Vuoto di *Qi* e *Xue*:** depressione psichica, astenia, voce sottile, lingua pallida e gonfia, polso fine, lento e debole;
- **Vuoto di *Yang*:** sensazione di corpo pesante, diarrea, freddolosità, lingua gonfia e pallida, polso lento e molle;
- **Vuoto di *Jing* di Rene:** acufeni, vertigini, difficoltà di concentrazione, lingua fissurata, polso vuoto al piede a sinistra.

Da ricordare che le minacce di aborto possono essere anche dovute a condizioni emotive logoranti protratte nel tempo.

## **MALPOSIZIONE FETALE**

Spesso è dovuta ad eccessiva tensione del *Dai Mai* che, costringendo le strutture pelviche e addominali, impedisce al feto di capovolgersi.

È una delle condizioni che più frequentemente viene trattata mediante l'uso della moxa sul punto 67 VU con risultati ottimi nella quasi totalità dei casi.

## **RITARDATA INDUZIONE DEL TRAVAGLIO**

È generalmente causata da:

- **Vuoto di Qi e Sangue:** depressione, astenia, voce flebile, lingua gonfia e pallida, polso fine, debole e lento;
- **Vuoto di Yang:** sensazione di pesantezza, diarrea, freddolosità, lingua gonfia e pallida, polso molle e lento;
- **Vuoto di Sangue e di Jing di Rene:** soggetti di costituzione piccola, pallidi, emotivi, vertigini, acufeni, difficoltà di concentrazione, lingua fissurata, polso vuoto al piede di sinistra.

## **DISTOCIE DINAMICHE**

Le distocie dinamiche sono tutte le condizioni di anormalità dell'attività contrattile dell'Utero e dei muscoli accessori del parto (addominali e pelvici). Esse possono essere **quantitative** (e in tal caso avremo alterazioni della frequenza, intensità e durata delle contrazioni in eccesso, ipercinesia, o in difetto, ipocinesia uterina) e **qualitative**, caratterizzate da disarmonie dell'onda contrattile (discinesie uterine).

Le contrazioni uterine avvengono grazie all'azione del *Qi* e dello *Yang* in particolare pertanto le ipercinesie vengono considerate, in MTC, un eccesso di *Yang*, le ipocinesie un vuoto e le discinesie stasi di *Qi*.

La diagnosi differenziale fra le tre condizioni si effettua in base ai seguenti sintomi:

- **Stasi di Qi del Fegato:** discinesia uterina, irritabilità, dolore agli ipocondri, bruciore gastrico, lingua rossa ai lati, polso teso;
- **Vuoto di Qi a volte associato a quello di Sangue:** Ipocinesie uterine, travaglio e parto prolungati, astenia, voce sottile, agitazione, viso e lingua pallidi, polso debole e fine;
- **Eccesso di Yang (di solito relativo a un vuoto di Yin):** ipercinesie uterine, sensazione di rialzo termico, insonnia, vertigini, lingua rossa e secca, polso fine e rapido.

## IPOGALATTIA

L'assenza di montata lattea può essere causata da un vuoto di Sangue o dal deficit di uno degli organi implicati nella sua produzione, *in primis* lo Stomaco. Infatti il trattamento del suo Meridiano e di quello della Milza di solito risolve il problema.

## DEPRESSIONE POST-PARTUM

Le cause principali sono il **vuoto di Qi e Sangue** e **turbe dei sette Sentimenti**.

I quadri principali sono i seguenti:

- **Deficit di Cuore e Milza:** tachicardia, insonnia, anoressia, viso spento, abbattimento morale con pessimismo, lingua pallida, polso vuoto e debole;
- **Vuoto di Sangue:** agitazione, deliri, lingua pallida e tremolante, polso fine e rugoso;

- **Deficit di Fegato e Rene:** vertigini, insonnia, difficoltà di memoria e di concentrazione, dolore lombare e alle ginocchia, debolezza alle ginocchia, lingua rossa priva di induito, polso rapido e fine;
- **Stasi di Qi di Fegato:** collera, insonnia, agitazione, sospiri, dolore al torace e agli ipocondri, lingua rossa ai bordi, polso teso.

## **AMENORREA PERSISTENTE**

In assenza di iperprolattinemia, le cause su base energetica sono:

- **Deficit di Milza:** feci non formate, sensazione di corpo pesante e gonfio, scarso appetito, atteggiamenti compulsivi, lingua pallida e gonfia, polso debole e molle;
- **Vuoto di Sangue:** agitazione, lingua pallida e tremolante, polso fine e rugoso;
- **Vuoto di Jing:** astenia, vertigini, caduta dei capelli, decalcificazioni ossee, unghie fragili, lingua secca e con molte fessurazioni, polso vuoto al piede di sinistra.

## CONCLUSIONI

Non sempre la donna che inizia una gravidanza si presenta in perfetto equilibrio energetico e questo, anche se porta alla conduzione di una gestazione più o meno nei limiti della normalità, può comunque gravarla di una serie di disturbi minori che in qualche misura la rendono meno piacevole. A volte alcune condizioni, come l'iperemesi del primo trimestre, vengono considerate disturbi inevitabili da dover sopportare. Altre volte si trascurano delle condizioni pensando che nulla si possa fare per rendere più piacevole questa esperienza vista anche l'impossibilità di utilizzare buona parte dei farmaci per evitare danni al nascituro.

La MTC e le altre forme di Medicina Energetica non la pensano in questo modo. Innanzitutto permettono alla donna di correggere una serie di condizioni antecedenti alla gravidanza allo scopo di favorirla e di preparare il terreno migliore allo sviluppo di una nuova vita dando a tali discipline anche un forte carattere eugenetico. E, in seguito, aiutano la madre e il bambino ad affrontarne tutte le fasi sia prevenendo che trattando eventuali disarmonie che possono verificarsi nel corso della gestazione.

Altro aspetto fondamentale delle discipline afferenti alla MTC (come, nel nostro caso, lo Shiatsu e la TSI<sup>®</sup>) è l'indiscusso effetto di potenziamento e mantenimento di un buon livello di energia psicofisica, anche in assenza di disturbi, indispensabile in una condizione impegnativa come la gravidanza. Tale aspetto è spesso trascurato pensando, erroneamente, che la prevenzione debba riguardare soltanto l'assenza di malattia e non il raggiungimento di una condizione di equilibrio su tutti i piani dell'essere, come sancito anche dall'OMS già nel 1948 quando definiva la salute “...una condizione di completo benessere fisico, psichico e sociale e non la mera assenza di malattia o infermità”.

Lo Shiatsu e la TSI<sup>®</sup> sono perfettamente in linea sia con tale definizione sia, ovviamente, con i dettami della MTC da cui nascono e da cui hanno mutuato una serie di pratiche che in gravidanza trovano un terreno di lavoro unico e privilegiato.