

АКУПУНКТУРА – ЛЕЧЕБНА МЕДИЦИНА ОТ ИЗТОКА

Деница Гроздева¹, Мерием Моллова², Теодора Николова², Савена Димова²

¹Университетски център по източна медицина и Катедра „Консервативно зъболечение и орална патология“, Факултет „Дентална медицина“,
Медицински университет – Варна

²УС „Рехабилитатор“, Медицински колеж, Медицински университет – Варна

ACUPUNCTURE – THE MEDICAL TREATMENT FROM THE EAST

Denitsa Grozdeva^{1,2}, Meriem Mollova³, Teodora Nikolova³, Savena Dimova³

¹University Center for Eastern Medicine, Medical University of Varna

²Department of Conservative Dental Treatment and Oral Pathology,
Faculty of Dental Medicine, Medical University of Varna

³TRS Rehabilitation Therapist, Medical College, Medical University of Varna

РЕЗЮМЕ

През последните години се разширява сътрудничеството „западна-източна“ медицина. Българските пациенти все по-често търсят акупунктурата като допълващо лечение. Акупунктурата се счита за един от най-старите терапевтични методи в медицината, зародил се в Древен Китай преди повече от 5000 г. Традиционната китайска медицина обединява редица фактори, които водят до нарушен баланс: вътрешни фактори като стрес, хранителни, емоционални, сексуални и индивидуални фактори и външни фактори, произтичащи от средата, като вятър, влага, горещина, суша и студ. Централното разбиране в традиционната китайска медицина е свързано с енергията Чи (балансът между Ин и Ян). Жизнената енергия тече по определени канали – „меридиани“. Отделните органи и системи имат свои меридиани, общо 14, от които 12 са чифтни и 2 нечифтни (преден и заден). Целта на статията е да обобщи информацията относно въздействието и приложението на акупунктурата в съвременната медицина като допълваща терапия при различни заболявания. Акупунктурата е все по-широко прилагана терапия в западната медицина.

Ключови думи: акупунктура, традиционна китайска медицина, меридиани

ABSTRACT

In recent years the cooperation between Western and Eastern medicine has been growing. Nowadays there is a tendency toward seeking acupuncture as an additional therapy in Bulgaria. Acupuncture is considered as one of the oldest treatment methods in medicine. It originated in China more than 5000 years ago. Traditional Chinese Medicine incorporates many factors affecting health: internal, such as sexual, psychological, nutritive; and also climatic factors – wind, humidity, heat, cold, dryness. The main philosophy of Traditional Chinese Medicine is based on the energy of life - Qi (Ying and Yang, which should be in balance).

The pathways of vital energy Qi are also known as meridians. There are 14 main body meridians related to human organs - 12 paired and 2 unpaired. The aim of this article is to summarize the information about the use of acupuncture in modern medicine and its impact on the human health status.

Keywords: acupuncture, Chinese medicine, meridians

ВЪВЕДЕНИЕ

Акупунктурата („acus“ – игла, и „punctura“ (от *pungere*) – пробощдам) е метод за въздействие върху организма с лечебна цел чрез различни по сила, характер, интензивност и времетраене дразнения, които се нанасят в строго определени точкови зони, разположени по кожата на главата и лицето, на туловището и крайниците, дразненето се осъществява със специални (акупунктурни) игли (1,2).

Акупунктурата е една от най-старите от познатите в историята на медицината методи на лечение. Зародил се е в Китай, където се прилага още от незапомнени времена и съществува вече повече от 5000 години. Първите литературни данни относно акупунктурата са от I в. пр.н.е. Така в една от най-старите книги „Цзичжуан“ вече се споменава за чжен-цзю. Най-древният писмен източник обаче, който е запазил значението си и в наши дни, е класическият канон на китайската народна медицина „Хуанди-нейцзин“ (III в. пр.н.е.), в който значителен раздел е посветен на акупунктурата. По-късно са се появили и други трудове, привлекли вниманието на медиците от страните на Изтока. Особено голямо развитие и широко разпространение придобива чжен-цзю през VI-XI в. от н.е.: издават се многобройни ръководства за прилагането на този метод в гинекологията, хирургията, педиатрията, при заболявания на вътрешните органи. Голямо внимание се отделя преподаването на чжен-цзю, издават се учебни помагала. В XI в. се появява първият „Атлас на точките“ (Ван-Вей-и, 1026), въз основа на който се прави бронзова отливка на човешка фигура с означени върху нея около 600 точки, познати по това време. През този период Китай става център на развитие, прилагане и разпространяване на акупунктурата. За овладяването на този метод и неговото изучаване тук пристигат лекари от Япония, Корея, Индия и Монголия. През 1949 г. започва нов етап в развитието на акупунктурата. Основната задача, която се поставя, е задълбоченото изучаване на метода, изграждането на научно обосноваване на неговото действие и по-нататъшният му развой за целите на медицината. Именно затова през 1951 г. в Пекин бе създаден експериментален институт за лечение по метода чжен-цзю, който през същата година бе реорганизиран в Научноизследователски институт към Академията за китайска народна медицина (3).

Целта на статията е да обобщи информацията относно въздействието и приложението на аку-

пунктурата в съвременната медицина като допълваща терапия при различни заболявания.

Най-интересни, откриващи нов етап в развитието на метода, станаха съобщенията за прилагане на акупунктурата с цел обезболяване и анестезия при хирургичните интервенции и при следоперативни болки. Този факт привлича вниманието на лекари и учени от различни страни, които се запознават с клиничното прилагане на акупунктурата и теоретичното ѝ проучване. От страните на Изтока, в които акупунктурата се прилага, Япония заема второ място. Тя придобива все по-голяма популярност, но преминава свой път на развитие, отличаващ се донякъде от китайския както по отношение на методика, така и по отношение на теоретичните концепции. Така през 1965 г. в Япония се провежда I световен конгрес за акупунктура.

Едва през XVII в. акупунктурата като лечебен метод прониква в Европа. Тук той получава названието „акупунктура“ (acus. – игла, и *punctio* – убождане). През 20-те години на нашия век иглотерапията завоюва авторитет и широко приложение във Франция. Недиференцираното прилагане обаче на този начин на лечение при всякакви болести и от слабо квалифицирани специалисти, води до дискредитирането му, в резултат на което през следващите три десетилетия акупунктурата почти не намира приложение в практиката. Възраждането на интереса на медицинската общественост е заслуга на S. de Morant, чиято активност и голям научен авторитет допринасят за здраво вкореняване на акупунктурата във Франция, станала нейна втора родина. Франция не само заема водещо положение в Европа в областта на прилагането на акупунктурата, но е и пионер в разработването и развитието на нов метод на акупунктура – аурикулотерапията (P. Nogier, 1969), т.е. лечение чрез въздействие върху точки, разположени по ушната мида.

Игло-терапията се прилага и изучава също и в редица други европейски страни – Белгия, Гърция, Румъния, Чехословакия, Полша. Особено внимание заслужават трудовете, посветени на съвременните основи на механизма на лечебното и физиологичното въздействие на акупунктурата, издадени през последните години в Румъния. В последните години асоциация за акупунктура са организирани и в Канада, Перу, Шри-Ланка (Цейлон). Изучаването и прилагането на акупунктура в САЩ води началото си от 1971 г. Предпоставка за това бяха данните за ефикасност на този метод при болковите синдроми и възможността той да се използва за анестезия

аналгезия при оперативни интервенции и свързани с тях болкови синдроми. В настояще време в САЩ са създадени научни центрове, където се провеждат изследвания, извършва се подготовка на лекари съгласно специално разработена програма. Прилагането на акупунктурата с лечебна цел се извършва главно и преди всичко от частно практикуващите лекари.

Според китайската медицина човекът е проява на всемирната, вечно жива енергия, наречена Чи. Това е една много фина и неуловима енергия, която циркулира без прекъсване на повърхността на тялото, следвайки затворена система от канали, наречени меридиани, чиито разклонения достигат до вътрешните органи. В източните представи Чи е вдишваната енергия, съединена с циркулацията на кръвта в съдовете, и представлява съвкупна физиологична активност или жизнена енергия. Според източните концепции болестите се проявяват като състояние на „празнота“ (недостиг) на енергия Чи или състояние на излишък пренапълване с Чи. За древните източни учени в природата и в човека съществуват две противоположните сили – едната положителна, мъжка, светлина – Ян, а другата – отрицателна, женска, тъмна – Ин. Здравето е израз на баланс между Ин и Ян. Акупунктурата е лечебният метод за създаване на хармония, равновесието между Ин и Ян, което е синоним на здраве (2,3).

Иглотерапията включва следните етапи:

- **Поставяне на иглите** – убождането не предизвиква болка. Възможно е да се появи леко изтръпване или слабо зачервяване. Практикуващите определят тези реакции като доказателство за достигането и въздействието върху енергийния поток, преминаващ през съответния меридиан.
- **Манипулиране с иглите** – след поставянето на иглите допълнително могат да се приложат топлинно или електрическо въздействие върху тях или да се завъртят внимателно неколkokратно.
- **Отстраняване на иглите** – един сеанс продължава около 10–20 минути.

В древността са били използвани камъни с остри върхове, отломъци от порцелани, игли от бамбук, едва по-късно, с появата на метали, почва изготвянето на игли от желязо, сребро и злато. За иглотерапията са били използвани преди всичко и главно тънки и кръгли игли с остър връх и по-рядко – тристенни. В наши дни акупунктурата се прави с извънредно фини метални игли, които се забोधат на различна дълбочина в зависимост от мястото на дразнене. В тра-

диционната източна медицина се придава голямо значение на метала, от който е изработена иглата; смята се, че златната игла действа възбуждащо върху организма, а сребърната – успокояващо. Иглите се измерват със специална мярка – цун. При избирането на подходяща дължина на иглите, освен топографията на точката, трябва да се има предвид възрастта, полът, конституцията на болния, а също и дебелината на подкожната мастна тъкан. Големината зависи от заболяването, което ще се лекува. Колко игли ще бъдат поставени е напълно индивидуално за всеки и зависи от много фактори – от пациента, заболяването, възрастта и теглото. Различна е дълбочината на вкарване на иглата за различните точки и участъци на тялото, както и наклонът на нейното поставяне. Забождането на иглата се смята за правилно извършено, когато се съпровожда с незначителна болка. Според схващанията в традиционната източна медицина в основата на иглотерапията лежи учението на трите му основни звена – методът, моментът и мястото. От съществено значение е правилният избор на начина на въздействие, който трябва да отговаря на естеството на заболяването, характера на функционалните нарушения и целите на лечението.

В зависимост от характера, интензивността и продължителността на дразненето се различават два основни метода на иглотерапията:

- **Задръжен** – иглата се забोधда по такъв начин, че да предизвиква постепенно нарастващо, интензивно, предимно безболезнено дразнене (тежест, изтръпване, затопляне) и при това не само локални, но и ирадиращи дистално и проксимално от мястото на забोधдането на иглата. Иглата се забива на значителна дълбочина (1–10 cm) с бавни въртеливи движения и доста дълго не се изваждат (30–60 min, а понякога и в продължение на часове). В някои случаи при силни болки, спазми и гърчове иглите се оставят забодени по 24–48 ч. Този начин намира приложение при млади и на средна възраст болни.
- **Възбуждащ** – дразненето е повърхностно, интензивно и краткотрайно, последователно се действа върху значителен брой точки и предизвика леко болкови усещания. Използва се предимно една игла, която се забива с пунктиращи движения, прониква в кожата и подкожната мастна тъкан на дълбочина (0,3–0,6 cm) боде се в 8–10 точки, процедурата е кратка – от 10–15 s до 1–2 min, след което иглата се измъква (2,3).

Разнородни са реакциите от страна на различни системи на организма спрямо задръжния и възбуждащия начини на акупунктурата. Това се дължи на обстоятелството, че дразненията, възникващи при тези два начина, се различават не само по сила, характер и времетраене, но оказват въздействие върху различни звена на рецепторния апарат: върху екстерорецепторите при възбуждащия начин и предимно върху проприорецепторите при задръжния. В тази връзка индикациите за прилагане на единия или на другия начин се обуславят от естеството на увредата във функциите на органа, системата или организма като цяло, предизвикана от болестния процес и от целите на лечението. Така при повишена двигателна, сетивна и секреторна функция, както е при болки, гърчове, спазми, се прилага задръжният начин на акупунктурата с цел да се окаже болкоуспокояващо, антиконвулсивно, антиспастично, хипотензивно и успокояващо действие. При заболявания, свързани с отслабване или липса на функция на различни органи или системи на организма (вяли парализи, парези, атония на червата, на пикочния мехур) е необходимо да се възстанови функционалното състояние на нервната система с цел да се стимулира или тонизира понижената или липсваща функция на орган, система или организма като цяло. За целта се препоръчва възбуждащият начин. Индикациите за използването му са най-вече заболявания на периферната нервна система със загуба на двигателната функция (4,5).

ПОКАЗАНИЯ ЗА ПРИЛАГАНЕ НА ИГЛОТЕРАПИЯТА:

- **Заболявания на опорно-двигателния апарат** – за облекчаване на болката и раздвижване на ставите, остеоартрит, синдром на карпалния канал, тендовагинити, епикондилити, травматични ставни заболявания (изкълчвания, навяхвания).
- **Заболявания на нервната система** – състояния след инсулти, дископатия, дискови хернии, радикулит, периферни невропатии, тригеминална невралгия, миофасциална болка, причинена от спазъм на мускулите.
- **Вегетативни заболявания** – невроза, мигрена, психоемоционален дистрес, безсъние.
- **Стомашно-чревни заболявания** – гастрит, язва, пилорни спазми, поради повишена нервна възбудимост.

- **За повлияване на болката от различен характер** – невропатичен, висцерален (менструални спазми), болки в костите и ставите.
- **При заболявания с включена алергична нокса** – например астма, сенна хрема.
- **Промени на меките тъкани** – бавно разрастващи трофични и следоперативни рани, декубитуси.

Основното приложение на акупунктурата е насочена към редуциране на болката, но също така може да се използва като допълваща терапия при редица болестни състояния. Може да се използва за повлияване на: главоболие, нарушения в съня, диария, повишена тревожност, повръщане, запек, депресии, болки в ставите и мускулите, мускулни крампи, сърцебиене, световъртеж, намалено либидо, хронична умора. Акупунктурата намира приложение към лечението на различни зависимости като: наркомания, тютюнопушене, алкохолизъм, преяждане (макрофагия). Действието в това направление се обяснява със съществуването на специални точки повлияващи апетита, болката, самочувствието, издръжливостта. Повлияването им довежда отново до отделяне на ендорфини, с което се подобрява настроението и необходимостта от приема на конкретните пристрастяващи субстанции намалява.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ЗА ПРИЛОЖЕНИЕТО НА АКУПУНКТУРА:

Има някои особености и състояния, при които този метод не е препоръчителен – силно изтощение на организма, приложение на гладно или веднага след нахранване, в областта на сърцето (2-5).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В наши дни акупунктурата е разпространена по целия свят, включително и в такива развити страни като САЩ, Канада, Русия. В Европа акупунктурата се счита за ефективна допълваща терапия едва от около 30 години. Понастоящем е една от най-популярните допълващи терапии и все по-широко се използва в западните клиники, които прилагат т.н. интегриран подход в медицината. Тя непрекъснато се развива и благодарение на това развитие се разработиха електроакупунктурата, лазеракупунктурата, ултразвуквата акупунктура, аурикулоакупунктурата, магнитотерапията и много други.

ЛИТЕРАТУРА

1. Тикочинска ЕД. Основи на иглорефлексотерапията. София, Медицина и Физкултура, 1982.
2. Рязкова М, Кирова И. Физикална терапия обща и специална част. София, 2002.
3. Лувсан Г. Традиционные и современные аспекты восточной рефлексотерапии. Изд. „Наука”, Москва, 1986.
4. Shivachev Y, Grozdeva D, Mancheva P. Complimentary versus conventional medicine in carpal tunel syndrome; Case report. Scripta scientifica medica, 2017; 49(4): 79-82.
5. Kostadinova T, Shivachev Y, Grozdeva D, Mancheva P, Bogomilova S et al. Multidisciplinary cooperation between complementary and conventional medicine with patient suffering from myofascial pain syndrome. JofIMAB, 2018; 24(3): 2125-2128.

*Адрес за кореспонденция:
Ас. д-р Деница Гроздева
Университетски център по източна медицина и
Катедра по консервативно зъболечение и орална
патология
бул. „Цар Освободител“ 84
Варна 9002
e-mail: denitsa.grozdeva@mail.mu-varna.bg*