

PSICOSOMATICA E MEDICINA NATURALE: UNA VISIONE GLOBALE DELL'UOMO

di: *Zahi Shokha*

L'uomo è un essere vivente molto complesso e va studiato da varie angolazioni: medico, biologico, psicologico, sociale, spirituale.

Oggi assistiamo a un grande interesse verso la medicina naturale, tanto che, in Italia, si parla di oltre 7 milioni di persone (trend in costante aumento) che già si rivolgono a questa tipologia di terapia. E' stato presentato un disegno di legge per regolamentare il settore, come avviene in altri paesi europei; infatti sono già operativi in molti ospedali italiani reparti di medicina naturale.

Sta presentandosi una tendenza nuova e positiva verso una integrazione delle scienze che recuperano così la visione globale dell'uomo che già gli antichi avevano. Anche all'interno della psicologia e della medicina si tende a rimettere insieme quelle parti che si erano separate prima per motivi di studio, ma che, di fatto sono in continua interazione.

Inoltre la psicologia, la medicina, e la medicina naturale in particolare, possono integrarsi tra loro, rispondendo meglio alle necessità diagnostiche e terapeutiche della gente, sempre più delusa dalla medicina tradizionale e da quei modelli di psicoterapia e psichiatria che tengono in scarsa considerazione l'unità corpo - mente.

Il corpo e la mente, quando non vivono più in armonia, entrano in reciproca tensione; in tali circostanze non si riesce a ripristinare il giusto ordine con la volontà e si resta vittima di quei segnali fastidiosi del corpo, che mediano il disagio della mente e si manifestano sotto forma di sintomi vari; "mi sento un peso sulla testa che mi schiaccia", "ho un nodo alla gola", "sento una vibrazione che mi provoca malessere", "il cuore mi sta scoppiando", "ho la schiena a pezzi", "mi sento soffocare", "mi sento gonfio"... ecc.

E' psicosomatico qualunque evento fisiopatologico che coinvolge sia il corpo sia la mente; sono psicosomatici tutti i fattori psichici che incidono sulla condizione fisica; è psicosomatico lo stress, così l'irritabilità, l'ansia, la tensione, i segnali di malessere del corpo, la perdita d'interessi, la mancanza di motivazione, ed il pensiero negativo.

Quindi è necessario prendersi cura delle persone, per migliorare la qualità della vita, con trattamenti integrati, per curare le sofferenze del corpo ed i disagi della mente.

La medicina psicosomatica considera ogni persona secondo una concezione olistica, legando ogni sintomo come linguaggio del corpo, come messaggio di un disagio che va letto nel contesto della storia personale e dell'ambiente in cui vive, per poi capire il significato del messaggio della malattia attraverso il linguaggio del corpo.

Le sindromi cliniche a sfondo psicosomatico sono varie e si possono elencare seguendo il metodo dell'apparato coinvolto:

1. **Disturbi dell'alimentazione:** che si evidenziano nell'arco dei due eccessi rappresentati dall'anoressia e dalla bulimia con conseguenti magrezza oppure obesità.
2. **Disturbi gastroenterici:** legati a uno sviluppo precoce delle emozioni con sensazioni elementari di sicurezza e fiducia da un lato e insoddisfazione e bisogno dall'altro (?), connessi a loro volta a condizioni di sazietà e fame. Si presentano come gastrite cronica, iperacidità gastrica, pilorospasmo, colon irritabile o spastico, stipsi, nausea, vomito, diarrea da emozione e da esame. La cronicizzazione di questi sintomi può peggiorare verso stati di ulcera peptica gastro - duodenale, colite ulcerosa e retto colite emorragica.
3. **Disturbi cardiocircolatori:** determinati da stress sociali, inadeguatezza del proprio status rispetto alle aspirazioni, perdita di protezione che esigono continua vigilanza e permanente stato di preparazione a «lotta e/o fuga»; così alcune forme di aritmia, di crisi tachicardiche, di algie

precordiali sine materia, di nevrosi cardiaca. Le patologie più gravi come l'ipertensione arteriosa, la cardiopatia ischemica degenerante anche verso l'infarto possono riconoscere radici etiopatogenetiche di natura psicosomatica.

4. **Disturbi respiratori:** determinati da fattori emozionali agenti su un substrato di predisposizione da ricercarsi nella relazione ambivalente verso un modello di madre iperprotettiva; la sindrome iperventilatoria, la dispnea, il singhiozzo; anche lo stato più grave di asma bronchiale riconosce questa genesi.

5. **Disturbi urogenitali:** che compaiono in momenti particolarmente importanti della vita riproduttiva; qui annoveriamo dismenorrea, gravidanza isterica, infecondità, *aejaculatio praecox*, turbe dell'erezione; mentre in menopausa e andropausa si registrano spesso stati di ansietà patologica con marcate somatizzazioni. Rientra in questo capitolo anche l'enuresi notturna.

6. **Disturbi locomotori:** dove il fattore psicologico gioca un importante ruolo etiologico nei dolori lombari, nel reumatismo psicogeno, nelle artropatie sine materia, nelle diverse forme in cui è interessata la locomozione; così dicasi nelle cefalee da contrazione muscolare, nella cefalea tensiva, nella cefalea nucale; altri sintomi importanti sono i crampi muscolari, il torcicollo, le mialgie, i dolori al rachide, il bruxismo.

7. **Disturbi dermatologici:** dove la pelle, accanto alla funzione protettiva, termostatica, tattile, dolorifica, immunitaria ed escretoria, svolge anche la funzione di espressione delle emozioni, per cui si arrossisce, si sbianca, si suda. La psoriasi, l'eritema pudico (rossore da emozione), l'acne, la dermatite atopica, il prurito, la neurodermatosi, l'iperidrosi, l'orticaria, la canizie precoce, la secchezza della cute e delle mucose (specie quelle localizzate significativamente nelle zone erogene ove producono anche alcuni fastidiosi disturbi sessuali) riconoscono una genesi psicosomatica.

8. **Disordini del sistema endocrino:** tutte le ghiandole endocrine rispondono significativamente con sofferenza agli stress, in modo particolare la tiroide e le surrenali.

Dalle sindromi elencate si può concludere che il soggetto psicosomatico, presenta un'insufficienza costituzionale o acquisita, di processi di elaborazione ed adattamento del rapporto mente – corpo. Il problema non è quello di sopprimere questi segnali di malessere; le terapie sintomatiche sono da sempre esistite, sia sotto il profilo farmacologico sia sotto quello psicologico. Il medico, il terapeuta, lo sciamano, hanno sempre tentato di seguire quest'indirizzo terapeutico, finendo però, col considerare chi soffre, quasi come una macchina, che ha un qualche problema solo su un organo specifico da trattare.

La malattia fa parte della vita e l'arte della guarigione fonda le sue basi nella capacità di essere consapevoli di quali eventi, piccoli o grandi, hanno alterato l'equilibrio della nostra unità psicosomatica: i farmaci possono agire sui sintomi nel breve termine, ma nel lungo periodo è necessario prendere consapevolezza dei ritmi, dei tempi, dei bisogni, delle pulsioni e dei possibili stati conflittuali del nostro corpo, della nostra mente, della nostra vita, di noi stessi.

Le medicine Complementari o **medicina biologica** detta anche non convenzionale, oppure **medicina naturale** o la nuova medicina (si intende quel tipo di medicina che si distingue alla medicina tradizionale accademica allopatrica perché, a differenza di questa, non propone uso di farmaci ma rimedi naturali) intervengono con scienza e coscienza in quei processi d'azione volti a garantire il mantenimento della salute e del benessere, con la cura della persona e lo stato psicofisico del paziente riguardando la sua patologia ma non la malattia come tale, quindi il ripristino ed il potenziamento del benessere psicofisico individuale e collettivo secondo i principi armonici e dolci della Natura.

Esse offrono un'opportunità ineguagliabile: attraverso la visione olistica dei disturbi, possiamo finalmente guardare ai segni ed ai sintomi come ad elementi da leggere nell'ampio contesto Psicosomatico e Bioenergetico, nel quale la mente ed il corpo dialogano tra di loro attraverso sottili meccanismi analogici.

La Medicina naturale biologica è costituita da un insieme di terapie, diverse fra loro, che hanno però in comune un obiettivo: quello di combattere le malattie rafforzando il sistema immunitario e riequilibrando il flusso dell'energia vitale.

proponendo tutto quello che la natura può offrire. Niente di nuovo, ma innovativo: agopuntura, osteopatia, medicina ayurvedica, floriterapia, cromoterapia, neuralterapia, aromaterapia, pranoterapia, musicoterapia, shiatsu, massaggio, fangoterapia, cure termali, talassoterapia, fitoterapia, omeopatia, naturopatia ed in particolare l'omotossicologia.

L'Omotossicologia si presenta sulla scena medica in Germania negli anni '30-'40, grazie all'opera del Dr. Hans Heinrich Reckeweg. Sono gli anni in cui la Biochimica e l'Immunologia assurgono al ruolo di protagoniste della Medicina contemporanea, ed è proprio alla luce di queste due discipline che Reckeweg si sforza di interpretare i fondamenti di Hahnemann in omeopatia, quindi l'omotossicologia può essere definita come un completamento della teoria e della pratica omeopatica alla luce delle nuove conoscenze scientifiche nell'ambito della patologia, embriologia, fisiologia, tossicologia, evoluzionismo ecc., sopravvenute negli ultimi decenni.

Reckeweg si rese conto che la malattia non è altro che il nostro sistema immunitario che si mette in moto per combattere ed espellere i veleni che inquinano i nostri tessuti e la sua profondità è correlata alla reattività immunologica dell'individuo e rappresenta pertanto un'accentuazione dei normali processi di difesa e di disintossicazione dell'organismo stesso.

Il concetto di base è quello che le tossine introdotte (esogene) o generate all'interno dell'organismo (endogene), producono situazioni patologiche molto complesse che colpiscono non casualmente diverse strutture organiche e che evolvono secondo criteri ben definiti inducendo dapprima reazioni infiammatorie e successivamente determinando danni degenerativi a carico dei tessuti.

Secondo l'Omotossicologia le patologie evolvono passando attraverso una serie di Fasi che rappresentano un approfondimento progressivo della malattia. Reckeweg distingueva sei fasi di risposta antitossica. Le prime 3 rappresentano reazioni relativamente innocue - chiamate umorali - in cui solitamente la guarigione giunge spontanea: mediante il processo infiammatorio le tossine vengono neutralizzate ed eliminate. Le 3 fasi seguenti - cellulari - comprendono patologie (malattie) che ormai hanno provocato lesioni cellulari rendendo impossibile, o perlomeno altamente improbabile l'autoguarigione. Certamente, qui siamo in accordo con la medicina accademica; la fase finale della malattia porta alla compromissione della struttura stessa della cellula.

L'Omotossicologia, con l'ausilio dei progressi della medicina accademica allopatrica (quindi analisi mediche, esami diagnostici, ecc.) oltre a un mirato colloquio, trova l'esatta posizione della malattia nella tabella delle 6 fasi, e tramite rimedi omotossicologici aiuta il corpo a riattivare le funzioni di eliminazione delle tossine e, in caso di danni cellulari, di ripristino della struttura enzimatica cellulare.

Il convincimento dell'Omotossicologia è quello della multifattorialità della malattia e nell'ambito di tale multifattorialità gioca sicuramente un ruolo il carico tossinico e la funzione degli organi interni. Non viene del resto negata l'importanza ed il ruolo del neurone o l'influsso delle situazioni psichiche, ma si vuole sottolineare l'essenzialità di indagare, anche nelle situazioni psicosomatiche, le condizioni generali dell'organismo.

Molti sintomi ed in primis quelli psicosomatici, sono direttamente correlati ad una alterazione del connettivo ed è importante riconoscerli perché spesso essi rappresentano l'evidenza di una fase patologica che può essere ancora reversibile.

Anche in ambito psicosomatico l'Omotossicologia ha attribuito grande importanza nell'interpretare i sintomi psicosomatici alla situazione organica generale ed in particolare al livello di intossicazione del mesenchima connettivale.

E' del resto ben noto l'influsso degli ormoni sul sistema nervoso ed il ruolo delle tossine assorbite a livello intestinale per problemi di disbiosi o a livello renale per problemi di insufficienza escretoria.

La maggior parte delle forme psicosomatiche correnti sono da classificare come patologie umorali nelle quali il drenaggio tossinico e lo stimolo degli emuntori possono avere un ruolo chiave nella terapia. Quando si passa a patologie psichiche più profonde, quali la schizofrenia o la demenza, ci si colloca nell'ambito di patologie cellulari che richiedono quasi invariabilmente il supporto di farmaci chimici convenzionali.

L'impostazione clinica del medico omotossicologico nella psicosomatica è quella di analizzare accuratamente i sintomi del paziente per pervenire ad una diagnosi convenzionale molto accurata. A questo punto è importante una valutazione della fase evolutiva della malattia che va fatta sempre analizzando i sintomi psicosomatici e generali del paziente che permetta di organizzare una strategia terapeutica articolata e completa.

In conclusione l'omotossicologia non è una semplice metodica terapeutica ma bensì un approccio originale ed organico ad un gran numero di patologie sia fisiche che psicosomatiche e la terapia omotossica non elimina il sintomo, ma lancia un vero e proprio impulso verso la guarigione basata sulla disintossicazione; cioè induce l'eliminazione della tossina stessa (con dieta, rimedi naturali appropriati, farmaci omeopatici sia unitari che composti, attivazione degli emuntori) e l'attivazione delle difese immunologiche dell'organismo (scelta del rimedio omotossicologico opportuno, ripristino dei sistemi biochimici cellulari, stimolo organico selettivo).

Nota

*Non si dovrebbe intraprendere la cura di una parte senza tener conto del tutto.
Non dovrebbe venir fatto alcun tentativo di curare il corpo disgiunto dall'anima,
e, per ottenere la salute della testa e del corpo, è necessario cominciare curando la mente...*

Platone

(Atene 428-347 a.C.)

BIBLIOGRAFIA:

1. Reckeweg H.H., "Homeopathia antihomotoxica Band I-II", Ed. Aurelia Verlag, Baden baden 1981.
2. Bianchi I., "Repertorio Omeopatico - Omotossicologico Materia Medica Omotossicologica", Milano, Guna Editore, 1993.
3. Bianchi I., "Omotossicologia" In .: "Le Medicine Complementari : Definizioni, Applicazioni, Evidenze scientifiche disponibili, Torino, UTET Periodici Scientifici, 2000
4. Bianchi I., "Omotossicologia e Patologia del Tessuto Connettivo", Rivista Italiana di Omotossicologia, Milano, Guna Editore, n.3, 1996, P. 8-12
5. Bianchi I., "Argomenti di Omotossicologia", Vol. 2, Milano, Guna Editore, 1990
6. Ordinario antihomotoxica et materia medica – heel
7. Jaspers K., "Psicopatologia generale", Ed. Il pensiero scientifico, Roma 1965
8. articoli originali proposti dal dottor Maurizio Arena, responsabile scientifico di Gesepa.
9. La medicina psicosomatica a cura di Francesco Galgani
10. Mente e corpo nella psicosomatica a cura di Rosita Filardi
11. <http://www.benessere.com/psicologia/psicosomatica> . articolo la psicosomatica a cura della dottoressa E. maino.
12. <http://nuke.psycosomatica.it/>
13. http://spazioinwind.libero.it/risvegliodiadamo/la_medicina_alternativa.htm