

Agopuntura a supporto dei pazienti con depressione e ansia

Il ricorso a pratiche di medicina complementare e integrata è in aumento in molti ambiti della salute e anche tra coloro che soffrono di un disturbo della sfera psichiatrica. La depressione - riconosciuta come un grave problema di salute pubblica che ha un impatto sostanziale sugli individui e sulla società - è tra le dieci diagnosi più frequenti per cui i pazienti si rivolgono alla medicina complementare. La letteratura che ha preso in esame l'applicazione dell'agopuntura nei disturbi psichiatrici si è via via sviluppata a partire dagli anni '60 concentrandosi soprattutto sull'effetto di questa tecnica nel trattamento di depressione, ansia, insonnia, disturbo da uso di sostanze e, sebbene in minor numero, schizofrenia e disturbi di personalità. Diversi studi clinici hanno valutato l'effetto dell'agopuntura nel trattamento della depressione con risultati incoraggianti, che suggeriscono in particolare un maggiore beneficio dell'associazione tra l'agopuntura e la farmacoterapia specifica rispetto al solo trattamento farmacologico. Alcuni studi hanno evidenziato inoltre che la durata del beneficio dell'agopuntura sembra perdurare per alcuni mesi dopo il termine dei trattamenti e che l'impatto della terapia riguarda non solo la sintomatologia depressiva ma si estende alla qualità di vita dei pazienti. Anche nel trattamento dell'insonnia, primaria o secondaria ad altre condizioni, sono emerse prove di efficacia a sostegno dell'impiego dell'agopuntura come trattamento complementare alla terapia farmacologica e alla psicoterapia. Tra i vantaggi dell'agopuntura si ricordano il basso costo, la ridotta incidenza di effetti collaterali, quando la tecnica è praticata da medici esperti e formati, e la possibilità di essere applicata a pazienti normalmente non candidabili a molte terapie farmacologiche, ad esempio le donne in gravidanza o i pazienti con poli-patologie sottoposti a trattamenti farmacologici complessi.

Il protocollo sperimentale di agopuntura

Su queste basi è stato attivato a Siena, presso il Policlinico Santa Maria alle Scotte, un protocollo sperimentale di agopuntura nel trattamento della depressione in casi selezionati di pazienti.

Il protocollo - predisposto in collaborazione con il dr. Fulvio Pieraccini, psichiatra, integra la medicina occidentale con quella tradizionale cinese, come avviene anche per le patologie oncologiche e per il dolore cronico. Consiste

in otto sedute di agopuntura a cadenza settimanale, effettuate presso la UOC di Anestesia e Rianimazione Perioperatoria; la durata di ciascuna seduta è di circa 30 minuti. I punti utilizzati nel trattamento vengono stabiliti di volta in volta dal medico agopuntore sulla base dei sintomi riportati dal paziente. L'équipe della Psichiatria monitora l'andamento dei sintomi durante il periodo di trattamento mediante colloqui clinici e somministrazione di test al momento della prima, della quarta e dell'ottava (e ultima) seduta di agopuntura.

Quest'iniziativa è frutto della collaborazione tra l'Anestesia e Rianimazione Perioperatoria e Generale, diretta dal dr. Pasquale D'Onofrio, e la Psichiatria, all'interno del Dipartimento di Salute Mentale e Organi di Senso, diretti dal prof. Andrea Fagiolini.

Vengono avviati all'agopuntura pazienti afferenti alla UOC di Psichiatria, che nella maggior parte dei casi hanno già un trattamento farmacologico impostato e monitorato dal proprio referente psichiatra, ma con una sintomatologia residua che può pertanto beneficiare, a giudizio dello specialista, di un'integrazione mediante agopuntura. In tal senso è bene specificare che il trattamento con agopuntura non è inteso a sostituire la terapia farmacologica ma ad associarsi ad essa, con l'obiettivo di migliorare i sintomi residui.

Il protocollo si rivolge ai pazienti che presentano sintomi depressivi e ansia con o senza insonnia; non ci sono particolari criteri di esclusione, anche se l'idoneità del paziente al trattamento integrato è sempre valutata dallo psichiatra e dal medico agopuntore.

L'obiettivo è migliorare la sintomatologia ansioso-depressiva e la qualità della vita della persona attraverso l'applicazione di un trattamento di medicina complementare che presenta, tra i numerosi vantaggi sopra elencati, la sostanziale assenza di effetti collaterali e la possibilità di essere associato a qualunque terapia farmacologica, psichiatrica e non, il paziente stia assumendo.

Le sedute di agopuntura si svolgono il lunedì pomeriggio in due slot orari riservati ai pazienti provenienti dalla UOC Psichiatria Universitaria, per un totale di due pazienti per ogni ciclo di otto settimane, presso gli ambulatori dedicati della UOC Anestesia e Rianimazione Perioperatoria del Policlinico Le Scotte. Il reclutamento dei pazienti è iniziato nel luglio 2022; i primi pazienti che hanno terminato il trattamento hanno espresso soddisfazione rispetto al miglioramento dei sintomi in particolare di natura ansiosa.

*Zion Levy
Fulvio Pieraccini
AOU Senese*

Zion Levy, Ambulatorio di agopuntura

