

# Impariamo a rilassarci con ACUDETOX

Un Perfetto Equilibrio tra Mente e Corpo



# STORIA

L'ACUDETTOX come ACUpuncture DETOXification designa un metodo di trattamento con agopuntura auricolare(auricoloterapia).

Già nell'antichità non solo in Cina ma anche in Egitto , India e Grecia si conosceva l'effetto riflessologico di alcune zone dell'orecchio sul corpo umano.

Alcuni scritti a noi trasmessi raccontano l'usanza di inserire degli aghi nel padiglione auricolare per il trattamento di sciatalgie.

Negli anni 50 il medico francese PAUL NOGIER approfondisce i suoi studi sulla riflessologia auricolare e riporta l'agopuntura auricolare ad una vera e propria rinascita , non solo nel mondo occidentale, ma anche in Cina.

Nel 1974 il dott. SMITH introduce un metodo stadardizzato di 5 punti nell'orecchio come programma "ACUDETTOX" nel trattamento dei tossicodipendenti al Lincoln Memorial Hospital.

La terapia mostra un evidente successo, che ne comporta , negli anni 80, l'assunzione e l'inserimento nei trattamenti di Tossicodipendenti in tutti gli USA.

Così, nel 1985, viene fondata la NADA ( National Acupuncture Detoxification Association),**associazione nazionale per la disintossicazione con AGOPUNTURA.**

“Nada” in spagnolo significa “niente” – per “non dipendere da niente mai più”.

L’Acudetox è un metodo non verbale

precede le parole e cioè una relazione interpersonale, che pone solide fondamenta su cui costruire e facilitare una successiva verbalizzazione. Senza parole non c’è minaccia, non ci si sente giudicati ma piuttosto compresi qualsiasi cosa sia successo.

Il metodo è indolore e innocuo. Si basa sull’inserzione di sottili aghi in 5 punti del padiglione auricolare in modo da attivare un’azione riflessa su specifiche funzioni dell’organismo.

Attraverso lo stimolo degli aghi inseriti nel padiglione auricolare, secondo il metodo standardizzato Acudetox, si ottiene un equilibrio energetico dei principali organi e una normalizzazione del livello di ansia e depressione. Inoltre attenua i sintomi fisici e mentali di astinenza da qualsiasi dipendenza, migliora il benessere generale della persona e rilassa.

Spesso il paziente descrive l’agopuntura come un’esperienza unica:

**“ Ero rilassato, ma vigile–rilassato,  
senza perdere il controllo.”**

Ciò aiuta a migliorare la coscienza del proprio valore, quasi sempre negativa, e ad acquisire fiducia in se stesso e in chi lo sta trattando, permettendo successivamente il passaggio a terapie di supporto psicologico o a gruppi d'autoaiuto.

L'auricoloterapia può essere praticata contemporaneamente a più pazienti o a singoli pazienti.

La terapia collettiva può essere favorevole al reciproco incoraggiamento acquistando fiducia e forza dalle persone nello stadio più avanzato del programma di riabilitazione.

E' importante che il paziente sia sufficientemente motivato sia ad iniziare ma soprattutto a continuare la terapia.

L'agopuntura non è un rimedio “magico” contro tutti i disagi , non sostituisce un trattamento psicosociale e psicoterapico ma il paziente dal punto di vista emotivo si calma e diventa più aperto alla collaborazione.

# Ciclo del trattamento :

Il ciclo ha inizio con un trattamento quotidiano per 5 giorni consecutivi, si prosegue 3 volte alla settimana per 1 o 2 settimane e si termina il trattamento con 1 seduta alla settimana per 1 o 2 settimane.

Ogni trattamento ha la durata di 45 minuti.

I pazienti sono seduti su comode poltroncine in una stanza in atmosfera calma e tranquilla con musica rilassante di fondo.



I punti che andremo a ricercare sull'orecchio sono detti:

**SHEMEN** o tonificante o “porta dello spirito”

**PUNTO SIMPATICO** porta equilibrio alle funzioni del sistema simpatico

**PUNTO RENI** è la forza di volontà

**PUNTO FEGATO** favorisce le funzioni del fegato ( non guarisce da patologia)

**PUNTO POLMONE** regola l'equilibrio CO/O2

E' importante respirare profondamente mentre si introduce l'ago nell'orecchio.



# PUNTO SHENMEN:

## O “Porta dello spirito”

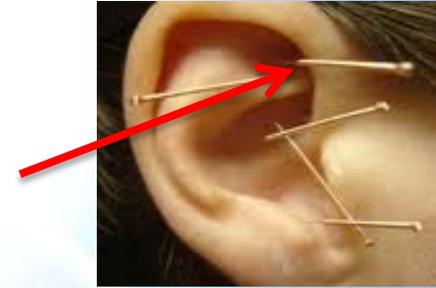
Localizzato al centro del quadrante superiore della fossa triangolare

### TRATTA:

- ansia
- agitazione
- insonnia
- tensione
- depressione
- riduce il bisogno da qualsiasi tipo di dipendenza
- riduce le tossine, la pressione arteriosa e le infiammazioni
- ha effetto analgesico
- “calma la mente”



# PUNTO SIMPATICO



**Insieme al punto SHEMEN regola ed equilibria il SN.**

**Situato al termine della branca inferiore dell'antelice nascosto sotto l'elice.**

- riequilibria le funzioni del simpatico
- migliora la circolazione del sangue
- riduce il dolore nella contrattura muscolare
- ha funzione analgesica
- regola la frequenza cardiaca

Il simpatico è attivo come risposta allo stress

## PUNTO RENI



**localizzato su una linea che congiunge il punto shenmen e l'apice dell'antitrigo sotto il bordo dell'antelice dove il pavimento diventa parete**

**FUNZIONE:**

- ansiolitica**
- aumenta la diuresi eliminando le tossine**

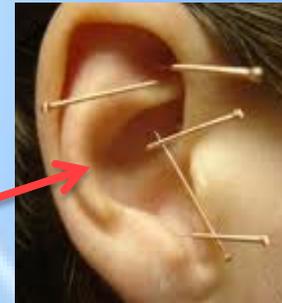
**L'emozione attribuita ai reni è la paura.**

## PUNTO FEGATO

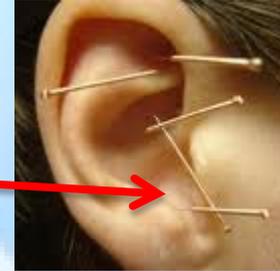
situato a metà dell'arco dell'antelice al confine tra pavimento della conca e parete

- favorisce tutte le funzioni del fegato
- promuove la funzione di disintossicazione.

**Il fegato produce armonia fisica ed emozionale,  
se c'è disarmonia si genera depressione e irritabilità.**



# PUNTO POLMONI



situato sul pavimento della conca inferiore allineato con i punti shenmen e rene

- regola l'equilibrio CO<sub>2</sub>/O<sub>2</sub>
- controlla le secrezioni come il sudore
- è responsabile dell'eliminazione di gran parte di tossine.

**L'emozione attribuita al polmone è la tristezza**

# ENDORFINE

Le endorfine sono oppioidi endogeni, appartenenti ad una classe di neurotrasmettitori prodotti dal cervello nel lobo anteriore dell'ipofisi.

Sono dotate di una potente attività analgesica ed eccitante.

Un aumento della concentrazione plasmatica di queste sostanze si verifica durante terapie con agopuntura

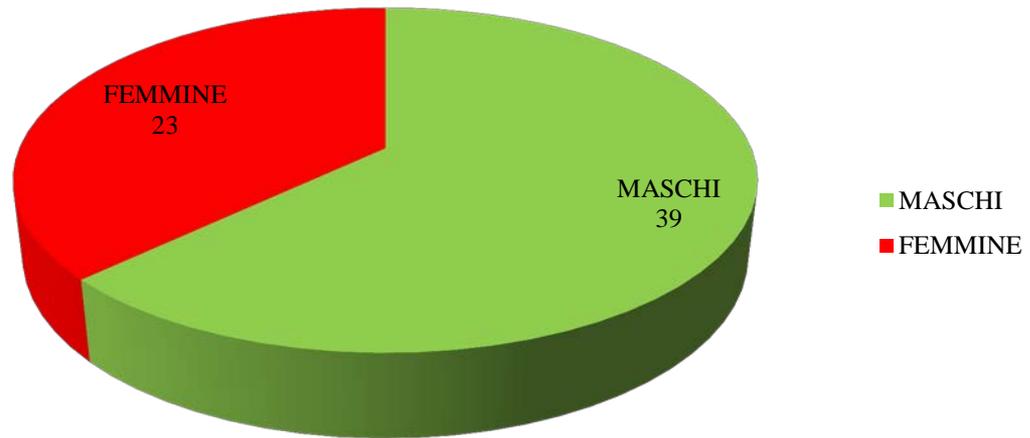
L'aspetto più affascinante ed interessante delle endorfine risiede nella loro capacità di regolare l'umore. Durante situazioni particolarmente stressanti il nostro organismo cerca di difendersi rilasciando endorfine che da un lato aiutano a sopportare meglio il dolore e dall'altro influiscono positivamente sullo stato d'animo.

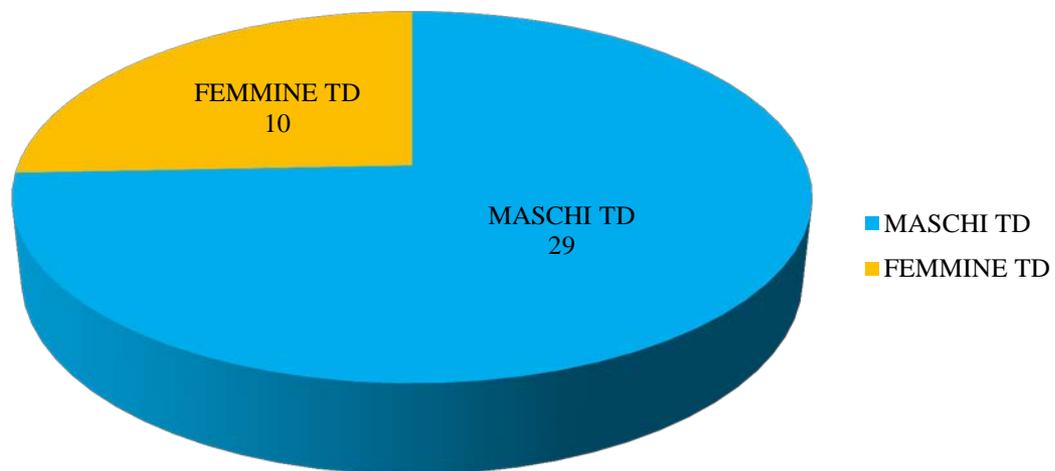
Intervengono nella regolazione del sonno.

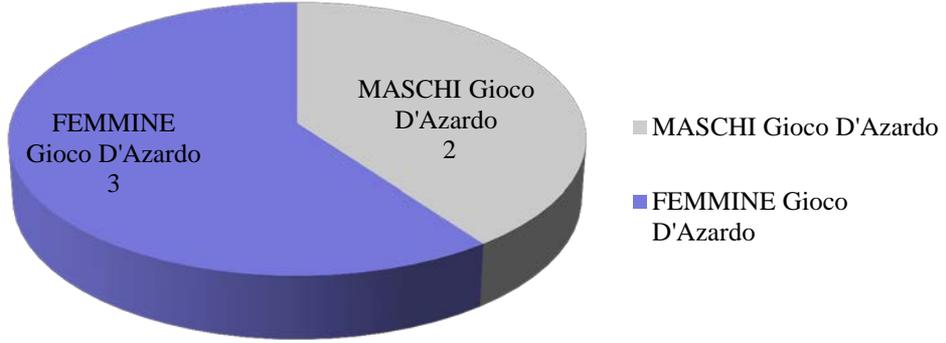
Le endorfine hanno dunque la capacità di regalarci piacere, gratificazione e felicità aiutandoci a sopportare meglio lo stress.

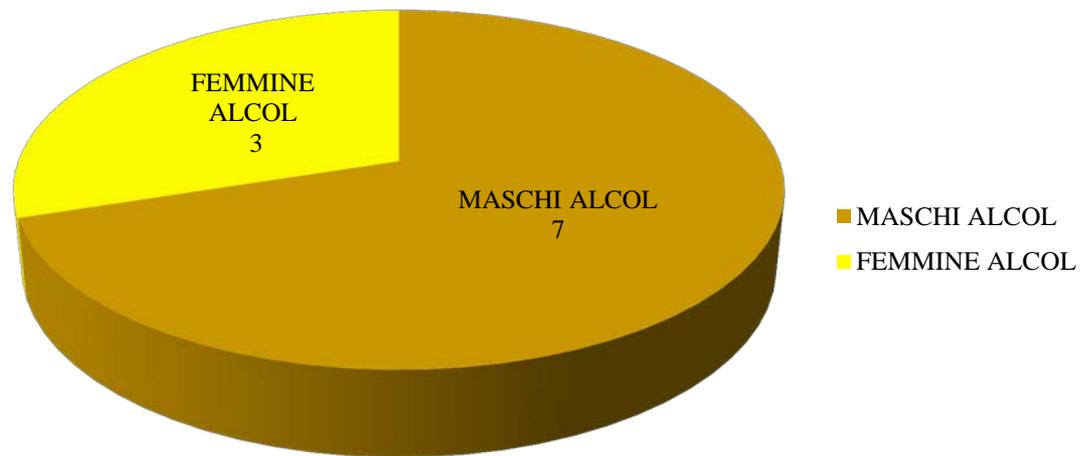
Nei nostri pazienti, dipendenti per esempio da eroina, avviene una inibizione della produzione endogena di endorfine. All'interno del nostro organismo l'eroina si sostituisce infatti al ruolo naturale di queste sostanze inibendone la produzione. Quando si sospende l'assunzione di questa sostanza, i livelli plasmatici di endorfine sono estremamente bassi e ciò si correla al senso di stanchezza, insoddisfazione e malessere generale che porta il TD a ricercare una nuova dose.











# Progetto futuro

**Il nostro Servizio in seguito al miglioramento dello stato psicologico riferito dai nostri pazienti, ha in progettazione di inserire nel gruppo di lavoro costituito da medico e infermiere lo psicologo per la valutazione dell'efficacia della terapia con Acudetox.**

**Nel protocollo attuale sarà inserito l'utilizzo di questionari autosomministrati per la valutazione dell'ansia e dei disturbi del sonno prima e dopo il trattamento.**

**Tali questionari verranno compilati durante i colloqui iniziali e finali previsti con lo psicologo.**

GRAZIE DELL'ATTENZIONE

