

תמורות - פרויקט שנה ג'

עבודת גמר בנושא אסטמה

מגישות:

דפנה פרדו, dafnapardo@hotmail.co.il

צופית ארי, nanana200@hotmail.com

אפרת משה, doron_moshe@yahoo.com

תאריך הגשה: יולי 2004

תוכן עניינים

2	תוכן עניינים
3	מבוא
4	רקע מערבי
4	שכיחות התופעה
5	אתיולוגיה
5	אבחון
6	אבחנה מבדלת
7	קליניקה
7	סימפטומים נוספים
7	פרוגנוזה וטיפול
7	הטיפול התרופתי באסתמה
8	מניעה
9	אסתמה ברפואה הסינית
10	אסתמה לא אלרגית
10	אתיולוגיה
11	פתולוגיה
11	טיפול ואבחנה
13	פרוגנוזה
14	מניעה
15	אסתמה אלרגית
16	אתיולוגיות נוספות
16	אבחנה וטיפול
19	אסתמה בילדים
22	אקזמה ואסתמה
23	עבודה מעשית
23	מודל הטיפול
24	תשאול מס' 1
28	תקציר טיפולים - מטופלת מס' 1
29	תשאול מס' 2
33	תקציר טיפולים - מטופלת מס' 2
34	תשאול מס' 3
38	תקציר טיפולים - מטופלת מס' 3
39	סיכום עבודה מעשית
40	סיכום
42	מקורות

האסטמה הינה מחלה דלקתית כרונית של דרכי הנשימה הפוגעת בכל שכבות האוכלוסיה. שכיחותה גבוהה ובשנים האחרונות הורגשה עלייה במספר מקרי האסתמה בייחוד אצל ילדים. המחלה כרונית, ממושכת, וגורמת סבל פיזי ונפשי כאחד. במקרי אסתמה קשים המחלה יכולה להביא למוות ולא פעם אנו קוראים בעיתון על חולה אסתמה הנפטר מהתקף. הטיפול התרופתי (על פי הרפואה המערבית) הניתן לחולי האסתמה מקל ועוזר אך לא מעלים את המחלה וכשתרופות סטרואידליות מעורבות, יכולות להופיע תגובות לוואי לא קלות. בעבודה זו נבחנת האסתמה מנק' הראות של הרפואה הסינית ונבדקת השפעת הטיפול בשיאצו על חולי האסתמה. השפעה זו יכולה לבוא לידי ביטוי פיזי, נפשי או שילוב של שניהם.

העבודה מתחלקת ל-3 חלקים:

- האסתמה לפי הרפואה המערבית
תאור כללי, שכיחות, אתיולוגיה, אבחון, אבחנה מבדלת, קליניקה, סימפטומים נוספים, פרוגנוזה וטיפול, הטיפול התרופתי, מניעה
- האסתמה לפי הרפואה הסינית
אתיולוגיה, אבחנה וטיפול, סינדרומים
- הטיפול המעשי בשיאצו
מודל הטיפול, תשאולים וניתוחם, תקציר טיפולים וסיכום

אסתמה הנה מחלה דלקתית כרונית של דרכי הנשימה המאופיינת בתגובתיות יתר של דרכי הנשימה לגירויים שונים.

האסתמה מתבטאת כהתקפים חוזרים של קוצר נשימה ושיעול המלווים בצפצופים או חרחורים. ההתקפים מופיעים בד"כ בעקבות הצטננות, שינוי במזג האוויר, מאמץ גופני או שהיה במקום שיש בו אבק.

במהלך התקף אסתמטי מתכווצות דפנות הסימפונות, הרירית הפנימית שלהם תופחת וריר סמיך מופרש לתוך חלל הסימפונות. אוויר הזורם דרך צינורות נשימה מוצרים משמיע צפצוף, ואוויר העובר דרך סימפונות מלאות בריר סמיך יגרום לשיעול וחרחורים. היצרות הסימפונות גורם לקושי בעיקר בהוצאת אוויר ועקב כך נלכד אוויר בריאות.

ישנם 2 סוגי אסתמה:

- extrinsic asthma - אסתמה הנקראת "אטופית", על רקע תגובה אלרגית לאלרגנים חיצוניים. נקראת גם Type1 ו-אנאפילקטית. אסתמה זו נפוצה יותר בתינוקות וילדים.
- intrinsic asthma - אסתמה שאינה על רקע אלרגי ומופיעה עקב זיהום, התעמלות, אוויר קר וכ"ו. מאפיינת מבוגרים בעיקר.

לרוב החולים באסתמה יש שילוב של השניים.

במקרה של אסתמה אלרגית, האלרגן שחדר לגוף נקשר לנוגדני IgE הנמצאים בתאי Mast שבסימפונות וכתוצאה מזה משתחררים מתאים אלה חומרים (היסטמין, סרטונין ושאר מתווכי דלקת) שמגבירים את חדירות כלי הדם וכך נוצרת בצקת, נוצר כיווץ של דרכי הנשימה ומתפתחת תגובה דלקתית.

במצב של דלקת מתמשכת של הסימפונות, יש הרס של הרירית ומתגלים קצות עצבים שמגיבים לגירוי בהתכווצות דרכי הנשימה, בנפיחות הרירית ובהפרשת ריר סמיך.

שכיחות התופעה

מעריכים ששכיחות האסתמה היום (2001) היא כ- 10% - 7% מהאוכלוסיה.

שכיחות האסתמה היא כ-10% אצל הילדים וכ- 2% אצל המבוגרים.

60% מהילדים הלוקים באסתמה הם בני פחות משנתיים והשאר לרוב בני פחות מ-5 שנים.
שכיחות זו נמצאת במגמת עלייה במדינות רבות והעלייה הניכרת ביותר היא בילדים, בעיקר עד גיל 4. הסיבות לעלייה יכולות להיות:

1. גידול בזיהום האוויר
2. גידול במודעות למחלה
3. הגדלת מספר המצבים המוגדרים כאסתמה
4. שינויים בתזונה

נמצא יותר מקרי אסתמה בעולם המערבי, באזורים העירוניים, באזורים בהם יש יותר זיהום אוויר או אלרגנים סביבתיים, במשפחות בהן יש "היסטוריה" של מקרי אסתמה במשפחה, יותר אצל ילדים ממין זכר, ואצל ילדים שסבלו מזיהומים חוזרים ונשנים בדרכי הנשימה.

אתילוגיה

גורמי סיכון:

1. תורשה
2. אלרגיה: אבק הבית, קרדית אבק הבית, עובש, אבקני פרחים, פרוות חתולים או כלבים, נוצות, ריר של חתולים או כלבים וכו'.
3. זיהומים ויראליים של דרכי הנשימה: חלקם פוגעים ברירית דרכי הנשימה, ומפעילים באופן ישיר או עקיף (הגברת הרגישות לגורמים אלרגנים אחרים) את מנגנון תגובתיות היתר.
4. רגישות למזון על רקע אלרגני: כמו ביצים, חלב, דגים, סרטנים, חיטה או שמרים.
רגישות למזון המכיל היסטמין בכמות גדולה כמו טונה ומקרל
ורגישות לחומרי שימור וצבע
5. מתח נפשי: אין הוכחה שגורם פסיכוסומטי יכול לגרום להופעת מחלת האסתמה אצל אדם בריא, אבל יש קשר הדדי בין המצב הנפשי של חולה האסתמה להתקפי האסתמה. מתח נפשי יכול לגרום להתקף וההתקפים יכולים לגרום לחרדות.

אבחון

אבחון מחלת האסתמה יתבצע ע"י:

1. תסמינים: קוצר נשימה, שיעול, צפצופים.
2. בדיקת תפקוד ריאה – עלינו לראות ירידה של לפחות 15% בתפקוד הריאות ביחס לממוצע ושיפור לאחר מתן ונטולין או בריקלין.
3. בדיקת מדדים אימונולוגיים (רמות IgE) - בנוזל הדם של חולי האסתמה האלרגית יהיו רמות גבוהות של נוגדני IgE.

יש לזכור שאסתמה יכולה להתבטא רק כקושי בנשימה במאמץ, כשיעול לילי, או כשיעול ממושך בלבד.

אסתמה יכולה להופיע בדרגות חומרה שונות ובצורות שונות. מקובל לחלק את האסתמה ל-3 דרגות חומרה: קלה, בינונית וקשה. באסתמה קלה, התקפי האסתמה נדירים ולא קשים במיוחד. הם מופיעים במרווח של יותר מ-4-6 שבועות ובין ההתקפים ישנו רק קושי בנשימה במאמץ ניכר. בין ההתקפים תפקוד הריאות תקין. ל-75% מחולי האסתמה יש אסתמה קלה. באסתמה בינונית, התקפי האסתמה מופיעים ברווחים של פחות מ-4-6 שבועות ובין ההתקפים נמשכים סימני המחלה. קיים קושי בנשימה בזמן מאמץ גופני ויש ירידה קלה בתפקוד הריאות. אסתמה זאת מופיעה ב-20% ממקרי האסתמה. באסתמה קשה ההתקפים תכופים וקשים ובין ההתקפים יש קושי בנשימה, צפצופים, ושיעול. כל מאמץ גופני הקל ביותר מלווה מיד בקושי בנשימה ובנוסף יש קושי בנשימה בלילה. תפקוד הריאות ירוד באופן קבוע.

אבחנה מובדלת

מטופל הסובל מאסתמה יכול לפתח סימפטומים הדומים לאלה שסובלים ממגבלה בנשימה כתוצאה מברונכיטיס או מאמפיזמה. בבדיקת דם, מספר גדול של אאוזינופילים יצביע לכיוון ברונכיטיס. בברונכיטיס דרכי הנשימה מותקפים באופן חוזר ע"י זיהומים חיידקיים ונגיפיים, שגורמים להתעבות הדפנות, לבצקת ולהפרשת יתר של ריר. אמפיזמה תאופיין ע"י קשיי נשימה וצפצופים כמעט קבועים.

קליניקה

הסימפטום העיקרי הוא קושי בהוצאת אוויר המלווה בצפצופים. המחלה מאופיינת בהתקפים פתאומיים שבד"כ מחמירים בלילה. הנשיפה תהיה ארוכה יותר וקשה מהשאיפה. יהיה שימוש בשרירי עזר בגלל קוצר הנשימה. יתכן ויהיה שעול חזק עקב הכיח שבראות. במקרים חמורים המאמץ לנשיפה עלול לגרום להזעה, לעליית הדופק, לחרדה, נשימות קולניות ביותר וכחלון של הפנים והשפתיים.

סימפטומים נוספים

מחלות אלרגיות המופיעות כמחלות נפרדות אך היכולות להיות קשורות לאסתמה:

1. נזלת אלרגית (Allergic Rhynitis)
2. דלקת עור אלגית (Atopic Dermatitis)

פרוגנוזה וטיפול

מתוך אוכלוסייה כללית של כ-100,000 איש, 1-8 אנשים בשנה עלולים למות מאסתמה. רבע ממקרי המות מתרחשים תוך 30 דק' מהתחלת ההתקף וכ-2/3 תוך 8 שעות מתחילתו כך שפינוי מהיר של החולה לבית החולים במקרים אלו הוא קריטי! האסתמה בד"כ אינה ניתנת לריפוי אולם ניתן למנוע את ההתקפים או לעשותם קלים יותר.

הטיפול התרופתי באסתמה

הטיפול התרופתי באסתמה אינו מרפא את המחלה אלא מונע את הופעת תסמיני המחלה ואת ההתקפים. אצל ילדים, במרבית המקרים, המחלה חולפת מעצמה במהלך הילדות.

- הטיפול בהתקף אסתמה - מתבצע ע"י תרופות מרחיבות סימפונות שמשך הפעולה שלהן קצר (ונטולין, בריקליון) או ארוך (סרבנט, וולמקס, בריקליון דורלס) והניתנות כסירופ, כדורים או באינהלציה ומשאפים (יותר יעיל). תופעות הלוואי שלהן הן דופק

מהיר, אי שקט ורעד בידיים. בהתקף בינוני ומעלה ניתן לקחת בנוסף סטרואידיים במשאפים.

- טיפול מונע – היות ותהליך הדלקת הוא הגורם המרכזי האחראי להופעת וקיום האסתמה, התרופות הן אנטי דלקתיות ופועלות לעצירת התהליך הדלקתי בשלבי הראשונים. חלקן מכילות סטרואידיים וחלקן לא. מתן ממושך של סטרואידיים בכדורים או זריקות יעיל מאוד אך גורם להשמנה, לסוכרת, ולפגיעה בעצמות (בגדילה) ובעיניים.

דוגמאות לתרופות הנ"ל:

קורטיקוסטרואידיים כגון בקוטיד, בודיקורט ופליקסוטיד.

לומודל, טילאד, תיאופילין וכ"ו.

- סידרת זריקות תת עוריות של החומר אליו רגיש החולה ע"מ לחסן אותו (אבחון ע"י בדיקות אלרגיה) אך עד היום אין הוכחות מדעיות שאכן החיסונים עוזרים, וגם אם הם עוזרים, הם עוזרים במקרה של המנגנון האלרגי בלבד.

מניעה

על חולה האסתמה להימנע מחשיפה לגורמים העלולים לגרום להתקף:

- להימנע מריצה באוויר החופשי כאשר בחוץ קר מאוד או יבש מאוד, וממערב ממקום חם ולח (אמבטיה) למקום קר ויבש (מזגן).
- הצטננות – כאשר מופיע שעול בעקבות נזלת חזקה אצל חולה האסתמה, יש להתחיל מיד בטיפול אנטי אסתמטי בייעוץ רופא.
- אבק וחומרים אלרגניים – חשיפת המצעים לשמש ושאיבת האבק לעתים קרובות תשמיד את קרדית הבית ותוריד את רמת האבק בבית.

אסטמה ברפואה הסינית

ברפואה הסינית מחלת האסתמה מאופינת ע"י שני גורמים עיקריים:

Chuan – קוצר נשימה

Xiao – צפצופים

קוצר נשימה מתבטא בקושי לנשום. קוצר הנשימה יכול להיות מלווה במאמץ מוגבר בשרירים כדי להרחיב את בית החזה או לחץ בחזה. הצפצופים הם קול שריקה או חרחור הנשמע תוך כדי הנשימה, כתוצאה מחסימה חלקית של נתיבי האוויר. הצפצופים לרוב ילוו בקוצר נשימה.

נבחין בין 2 מקרים עיקריים של אסתמה:

- **אסתמה לא אלרגית**

מתחילה בילדות או בגיל מבוגר על רקע פלישות חוזרות ונשנות של רוח לראות. בגיל מבוגר האסתמה יכולה להיות גם על רקע דיאטה לא מאוזנת, לחץ נפשי, עודף עבודה ועודף פעילות מינית.

- **אסתמה אלרגית**

מתחילה לרוב בילדות ומלווה בד"כ באקזמה.

אסתמה לא אלרגית

אטיולוגיה

- פתוגן חיצוני

הגורם העיקרי להתקפי אסתמה הם רוח קרה או חמה החודרת לגוף, נתקעת בראות ומפריעה ל-Lu Qi בהורדת הצ'י ובפיזורו. עקב כך, הראות אינן מווסתות את מעבר הנוזלים כראוי, הם מצטברים בבית החזה והופכים לליחה. פלישת הרוח היא לרוב על רקע של חוסר פנימי.

לרוב ההתקפים יבואו בעקבות מזג אויר קר או שינוי במזג האוויר.

רוח חמה תייצר חום בראות.

גם רוח קרה עלולה להפוך לחמה עקב חום פנימי.

- דיאטה לא מאוזנת

צריכת אוכל שומני, מאכלי חלב, סוכר, ממתקים ואוכל קר / נא פוגעת ב-SP.

הפגיעה בתפקיד הטרנספורמציה וטרנספורטציה של ה-SP תגרום ללחות העלולה לפלוש לראות ולחסום את מעבר הצ'י.

שימוש רב באנטיביוטיקה גם הוא יחליש את ה-SP

- בעיות רגשיות

דאגות ומחשבות לאורך זמן מחלישים את ה-SP וה-Lu.

כעס, תסכול ולחץ נפשי לאורך זמן יגרום ל-Liv yang או Liv fire העלולים לפלוש לראות ולחסום את ירידת ה-Lu Qi.

ה-Liv עלול גם לפלוש למע' העיכול, לפגוע ב-T&T וע"י כך לגרום להצטברות לחות וליחה. לאורך זמן נראה תופעות של חום.

- מחלה ממושכת או כרונית

מחלה ממושכת עלולה לפגוע ב-Lu Qi וב-SP, לא יהיה וסות של נוזלים כראוי ותופיע ליחה.

- עודף עבודה, פעילות פיזית קשה או עודף פעילות מינית

עודף עבודה, פעילות פיזית קשה או עודף פעילות מינית לאורך זמן פוגעים ב-Kid וגורמים לכך שה Kid אינו מעגן כראוי את ה-Lu Qi. הוא נתקע בבית החזה ולכן יופיע קוצר נשימה.

פגיעה בין תיצור גם חום שיגרום לנוזלים להצטמג ולהפוך לליחה.

פתולוגיה

במרכז בעיית קוצר הנשימה עומדים ה-Lu וה-Kid והגורם העיקרי לצפצופים הוא ליחה בראות. פלישת רוח או ליחה לראות, וחולשה של ה-Lu וה-Kid יגרמו להצטברות Lu Qi בבית החזה ולהופעת קוצר נשימה. גם ה-Liv עלול לפלוש ל-Lu ולגרם לחסימת ה-Lu Qi. ה-Lu שולטת על הנשיפה בעוד ה-Kid שולטת על השאיפה (ה-Kid מעגן את צ'י הראות). לכן בעיות בהכנסת אוויר יצביעו על Kid Xu בעוד בעיות בהוצאת אוויר יצביעו על Lu Xu. ה-Lu וה-Kid וה-SP אחראים על מעבר הנוזלים בגוף. אם אחד מהאיברים הנ"ל נפגע, לא יהיה ווסות נוזלים כראוי ועלולה להווצר ליחה בראות. ליחה בראות גם תופיע עקב פלישת פתוגנים חיצוניים. הליחה בראות יכולה להיות קרה או חמה. ליחה קרה יכולה להפוך לחמה עקב חום פנימי.

טיפול ואבחנה

נבחין בין 2 מצבים:

מצב של עודף / התקף - נטפל ע"י הוצאת הפתוגנים וטיפול בסימפטומים. נוריד את ה-Lu Qi ונרגיע. במצב חסר נחזק ונטפל לפי סינדרומי השורש.

סינדרומי עודף:

– Wind Cold

ביטוי קליני: סלידה מקור, צמרמורות, חום, נזלת, שיעול, קוצר נשימה, לחץ בחזה, ליחה לבנה, כאב ראש, ללא הזעות. דופק צף ומתוח.
חום פנימי יגרום לרוח הקרה להפך לחמה. לחות וליחה פנימיים יגרמו להופעת ליחה קרה.
עקרונות טיפול: הוצאת הפתוגן החוצה, סילוק רוח קרה, הרחבת החזה, הרגעת האסתמה והנפש.

– Wind Heat

ביטוי קליני: חום מדיד, כאב ראש, נוקשות בחזה, שיעול נבחני, אי שקט נפשי, מעט צמא, צפופים רעשניים, הזעה בעיקר בהתקפת שיעול. לשון – צדדים קדמיים אדומים. דופק מהיר.

לחות וליחה פנימיים יגרמו להופעת ליחה חמה.

עקרונות טיפול: הוצאת הפתוגן החוצה, סילוק רוח חמה, הרחבת החזה, הרגעת האסתמה והנפש.

– Cold Phlegm in Lu

ביטוי קליני: קוצר נשימה, קושי בנשיפה, מלאות בחזה, שיעול עם ליחה לבנה, חיפוי לבן עבה על הלשון, דופק מתגלגל.
עקרונות טיפול: פיזור ליחה, הרחבת החזה, הרגעה.

– Hot Phlegm in Lu

ביטוי קליני: קוצר נשימה, צפופים, שיעול מלווה בליחה מרובה צהובה. לשון אדומה עם חיפוי צהוב שמנוני. דופק מהיר ומתגלגל.
עקרונות טיפול: פיזור ליחה, הוצאת חום, הרחבת החזה, הרגעה.

– Dry Phlegm in Lu

ביטוי קליני: צפופים, גרון יבש, שיעול מלווה בליחה תקועה שלא ניתן להוציאה. פה ושפתיים יבשים. לשון עם חיפוי עבה ויבש. דופק מתגלגל.
עקרונות טיפול: פיזור ליחה, הרחבת החזה.

– Liv attacking Lu

Liv עולה לחזה וחוסם את ההורדה של Lu Qi

ביטוי קליני: קוצר נשימה או צפופים על רקע רגשי, מלאות ולחץ בחזה ובהיפוכונדריום.
עקרונות טיפול: הורדה, הרגעת ה-Liv, שימור ההורדה של Lu, הרגעה.

סינדרומי חסר:

– Lung-Qi Deficiency

ביטוי קליני: הזעות, פנים חיוורות, קול חלש, הצטננויות שכיחות, התעטשויות, נזלת, קוצר נשימה, התקפות אסתמה כתוצאה מ-Pollen או אבק, allergic rhinitis. דופק ריק.

- Lung-Yin Deficiency

ביטוי קליני: התקפים בינוניים בלילה, קוצר נשימה בהוצאה, גרון יבש, קצת הזעות לילה, שיעול יבש. לשון ללא חיפוי בחלק הקדמי. דופק צף – ריק בעמדה קדמית ימנית.

– Lung and Kidney Qi Deficiency

ביטוי קליני: הזעות, קול חלש, הצטננויות שכיחות, קוצר נשימה, קושי בשאיפה, חולשה בגב תחתון ובברכיים, דופק חלש ועמוק.

– Lung and Kidney-Yang Deficiency

ביטוי קליני: התקפים יותר חמורים בלילה, לחץ בחזה, תחושת קור, בצקת בפנים, עייפות, דכאון. לשון חיוורת. דופק עמוק, איטי וחלש.

– Lung- and Kidney-Yin Deficiency

ביטוי קליני: אסתמה כרונית עם התקפים נדירים בלילה, קוצר נשימה בהוצאה, צפצופים, גרון יבש, הזעות לילה, כאב גב, טיניטוס, שיעול יבש, חום ב-5 הכפות. לשון ללא חיפוי בחלק הקדמי. דופק צף – ריק.

Lung Kidney and Ht Yang Deficiency – מופיע בעיקר אצל זקנים.

פרוגנוזה

מבין סינדרומי העודף ברוח קרה / חמה ניתן לטפל ביתר קלות מאשר בליחה חמה או יבשה בראות או ב-Liv invading Lu.

מבין סינדרומי החסר הכי קשה לטפל ב-Lu, Kid, Ht Yang Xu כשמעורבת ליחה כמעט תמיד יש צורך בצמחי מרפא.

מניעה

- להמנע ממוצרי חלב, אוכל שמן ולהמעיט בירקות ופרות טריים
- להקפיד להגן על חלק הגוף העליון מפני רוח וקור
- טיפול מניעתי בצמחי מרפא ומוקסה

אסתמה אלרגית

הגורם הפתוגני העיקרי באסתמה אלרגית הוא רוח הפולשת לסימפונות, מתאכסנת בהם והופכת בעצם לרוח כרונית. רוח זו פוגעת בתפקוד הפיזור וההורדה של ה-Lu Qi ומכאן קוצר הנשימה והליחה. הנוכחות של הרוח בראות גורמת גם לרגישות לרוח חיצונית וללחות. פלישת הרוח לראות מתאפשרת על רקע חסר במערכת ההגנה האנרגטית של הכליות והראות (K & Lu Wei Qi xu) שהוא שורש הבעיה וכל עוד חוסר זה לא יטופל, לא נוכל לסלק את הרוח שהיא הביטוי של הבעיה.

הקשר של הראות והכליות ל-Wei Qi

הראות מפזרות את ה-Wei Qi לעור ולשרירים, אך גם הכליות אחראיות לאיכות ה-Wei Qi שהוא יאנגי מעצם היותן המקור לכל אנרגיות היאנג בגוף. Kid Yang גם משפיע באופן עקיף על ה-Wei Qi: הוא מספק צ'י ל-UB ע"מ לבצע טרנספורמציות נוזלים שבמסגרתה הנוזלים הטהורים עולים לאורך ה-UB ומגיעים לעור ולשרירים, שם הם מתמזגים עם ה-Wei Qi. ה-UB וה-GV שקשורים לכליות (ה-GV מתחיל בהן) מפזרים את ה-Wei Qi. הכליות משפיעות על המערכת החיסונית לא רק דרך ה-Wei Qi אלא גם בזכות ה-Kid jing דרך ה-CV, GV ו-Chong Mai שאחראי להגן מפני פתוגנים חיצוניים. והן גם שולטות במצב וברק העור ומכאן שאותו חוסר בכליות שגורם לכך שהעור לא יהיה מוזן כהלכה יכול לגרום גם לפגיעת אגזמה בעור (רוח חמה או לחות חמה). החוסר בכליות הוא רק בהקשר ל-Wei Qi ולכן לא נראה לרוב באסתמה מוקדמת סימפטומים כללים של חסר בכליות כמו טיניטוס, כאב גב, ברכיים חלשות וכ"ו. גם בילדים שיעול וצפצופים לאורך זמן עלולים לגרום ל-Kid xu אך זאת תוצאה של פתולוגיה בריאות ולא הסיבה.

K Wei Qi xu יכול להוצר עקב:

1. חולשה מבנית תורשתית
2. עישון, אלכוהול או סמים בעת ההריון
3. בעיות בלידה (מצוקה עוברית)
4. חיסונים

אטיולוגיות נוספות

1. פלישת רוח חמה / קרה שלא טופלה כראוי או טופלה באנטיביוטיקה (מחלישה Sp ומעודדת יצירת לחות).
2. תנחות גוף גרועות המכווצות את בית החזה והריאות ומחלישות את ה-Lu Qi
3. חוסר פעילות גופנית שמחלישה את ה-Sp / Lu Qi
4. צריכה מוגזמת של מוצרים המייצרים ליחה ותוספי מזון מלאכותיים
5. טראומה רגשית (גירושם למשל)
6. רגישות למזונות

אבחנה וטיפול

נבחין בין 2 מצבים:

- בעת התקפים – רוח חמה או קרה (עם או ללא הזעות)
 - בין ההתקפים – Lu + K Wei Qi xu
- חשוב לזכור שבטיפול באסתמה, בייחוד במצב אקוטי, יש להרגיע את הנפש.

בעת התקפים

מדובר בזמן ההתקף עצמו או בתקופה בה ההתקפים שכיחים. ההתקף האסתמטי יכול להיגרם כתוצאה מפלישת רוח חיצונית אמיתית לראות או מהתעוררות הרוח הפנימית. ב-2 המקרים יש לסלק את הפתוגן החוצה.

רוח קרה ללא הזעות –

ביטוי קליני: קוצר נשימה וצפופים פתאומיים עם קושי בהוצאת אוויר, חוסר בהזעה, לחץ בחזה, פנים חיוורות, תחושת קור, עיטוש, שיעול, חוסר צמא או העדפת משקאות חמים, נוקשות צוואר וכתפיים. הדופק יהיה מתוח. מצב זה נגרם בד"כ ע"י מזג אוויר קר. עקרונות טיפול: הוצאת הפתוגן החוצה, סילוק קור, הרחבת החזה, הרגעת האסתמה והנפש.

רוח קרה עם הזעות –

ביטוי קליני: קוצר נשימה וצפופים אבל פחות רועש ממקרה 1, הזעה מועטה, פחות התקררות. דופק מתוח ואיטי.

רוח חמה –

ביטוי קליני: חום מדיד, כאב ראש, נוקשות בחזה, שיעול נבחני, אי שקט נפשי, מעט צמא, צפצופים רעשניים, הזעה בעיקר בהתקפת שיעול. לשון – צדדים קדמיים אדומים. דופק מהיר.

עקרונות טיפול: הוצאת הפתוגן החוצה, סילוק רוח חמה, הרחבת החזה, הרגעת האסתמה והנפש.

בין התקפים

נחזק ונטפל לפי סינדרומי השורש

סינדרומים

• Lung-Qi Deficiency –

ביטוי קליני: הזעות, פנים חיוורות, קול חלש, הצטננויות שכיחות, התעטשויות, נזלת, קוצר נשימה, התקפות אסתמה כתוצאה מ-Pollen או אבק, allergic rhinitis. דופק ריק.

• Lung-Qi and Lung-Yin Deficiency –

ביטוי קליני: התקפים בלילה, לחץ בחזה, צפצופים, גרון יבש, הזעות לילה, שיעול יבש, קול חלש, הצטננויות שכיחות, פנים חיוורות ופליטציות. לשון יבשה, קצת אדומה באזור Lu. דופק צף – ריק.

• Lung-Qi and Kidney-Yang Deficiency –

ביטוי קליני: התקפים יותר חמורים בלילה, לחץ בחזה, תחושת קור, בצקת בפנים, עייפות, דכאון. לשון חיוורת. דופק עמוק, איטי וחלש.

• Lung-Yin Deficiency -

ביטוי קליני: התקפים בינוניים בלילה, קוצר נשימה בהוצאה, גרון יבש, קצת הזעות לילה, שיעול יבש. לשון ללא חיפוי בחלק הקדמי. דופק צף – ריק בעמדה קדמית ימנית.

• Lung- and Kidney-Yin Deficiency –

ביטוי קליני: אסתמה כרונית עם התקפים נדירים בלילה, קוצר נשימה בהוצאה, צפצופים, גרון יבש, הזעות לילה, כאב גב, טיניטוס, שיעול יבש, חום ב-5 הכפות. לשון ללא חיפוי בחלק הקדמי. דופק צף – ריק.

• Liv Qi stg –

ביטוי קליני: התקף על רקע רגשי, מועקה ולחץ בחזה ובהיפוכונדריום, צידי לשון אדומים (במצב ארוך טווח בלבד), דופק תילי (Wiry)

עקרונות טיפול: הרגעת ה-Liv, ויסות Qi, שימור ההורדה של Lu, הרגעת הנפש

• Liv Fire –

Liv fire עולה לחזה וחוסם את ההורדה של Lu Qi

ביטוי קליני: התקף על רקע רגשי, שריקות נשימה חזקות, איריטביליות, נטייה להתפרצויות כעס, מלאות ולחץ בחזה ובהיפוכונדריום, טעם מר, צמא. לשון אדומה עם צדדים אדומים עוד יותר וחיפוי צהוב. דופק מהיר תילי.

עקרונות טיפול: טיהור ה-Liv, טיהור אש, הרגעת צ'י מורד, שימור ההורדה של Lu, הרגעת הנפש.

• Liv Yin Xu –

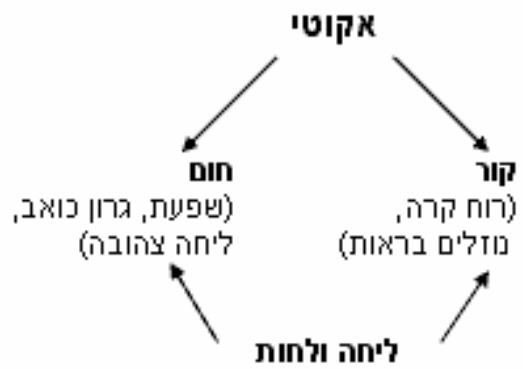
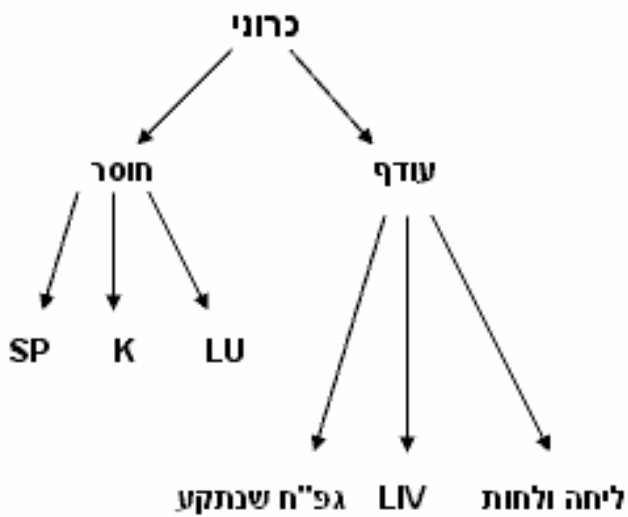
Liv yin xu יכול לגרום לאי הזנת הכליות, K yin xu ומכאן ליובש בריאות

ביטוי קליני: התקפות אסתמה נדירות בלילה, גרון ושיעול יבש, טשטוש ראייה, עיניים יבשות, לחץ בחזה ובהיפוכונדריום. לשון אדומה ללא חיפוי. דופק צף – ריק. עקרונות טיפול: הזנת Liv Yin, הנעת Liv Qi, שימור ההורדה של Lu, הרגעת הנפש.

אסתמה בילדים

מכל אחד מאלה יכול להגרם K yang xu

- SP xu לחות וליחה
- LU Qi לא מפותח (אי פעילות גופנית)
- יתר פעילות גופנית (התשת ה-LU)
- LIV – Stress פולש ל-LU



נק' טצובו

בעת התקף

Ding Chuan - עוצרת אסתמה אקוטית. מיקומה 0.5 צון לטרלית ל-GV14 שמתחת ל-C7

UB12 – סילוק רוח

Lu Qi של Lu7 + CV22 + UB13 – עידוד ההורדה של Qi

Lu6 - עוצרת אסתמה אקוטית

Ht7 + CV15 להרגעת הנפש. Ht7 גם עוזרת בהורדת Qi ו-CV15 בשחרור מלאות בחזה.

GB21 + GB20 – שחרור צוואר וכתפיים שיסיע בתהליך הנשימה. GB20 גם מסלקת רוח,

GB21 מורידה Qi

Lu9 + Pc6 – להרחבת החזה, הנעת Qi הסדרת דופק ועצירת אסתמה.

Li4 + Liv3 – לסילוק רוח ולדיכוי עוויתות והתכווצויות, יסות תנועת הצ'י והדם והרגעת

הנפש

במעורבות של חום:

Lu5 – פיזור חום מהראות

Lu1 + Lu7 + UB13 – הסדרת הצ'י בראות. Lu1 תוציא גם חום מהחזה.

Lu11 – סילוק רוח חמה, הקלה על הגרון

Li11, Lu6, Ding Chuan, Liv3, Ht7, Cv15

בין התקפים

• לחיזוק K & Lu Wei Qi xu:

UB13 + Lu9 + St36, UB23, UB52, CV4, CV6, Kid3, Kid27

CV8 – מוקסה לחיזוק היאנג בגוף

Kid16 – בקו עם CV8 לחזק את הכליות ולהרגיע את הנפש.

• לשימור ההורדה של Lu:

Lu7, Lu5, Ub13, Cv17

• הרגעת הנפש:

Gv24, Ht7, Cv15, Cv19, UB44, Cv14, Pc6

• באסתמה מאוחרת או מוקדמת כבר שנים רבות נחזק את הטחול ונסלק לחות וליחה

– Sp6, St36, St40, Ub20, Ub21

Sp3 – פיזור ליחה ולחות יחד עם St40

Sp2 - חיזוק Sp yang

Cv12 - חיזוק Sp / St ופיזור לחות

Chong פתיחת – Sp4+ Pc6 תקל על מלאות בחזה ותדכא צ'י מורד בחזה

Cv17 – מניע Qi בחזה ועוזר בהורדה של Lu Qi

ב- Liv Qi stg נוסף Liv3, UB18, Liv14

ב- Liv fire נוסף Lu7, PC6, Liv2, UB18, Liv14

ב- Liv Yin Xu נוסף

Sp4+ Pc6 – פתיחת Yin Wei – מזין דם Liv. פותחות החזה ומרגיעות הנפש.

Liv8, CV4 – מזינות Liv yin

Sp6, Kid3 – מזינות K yin המסייע להזין Liv yin

במקרה של אסתמה כרונית עם כיח רב נתחיל ב-CV22, בהמשך נעבד על נק' על החזה עד שהסכנה שהסימפונות יחסמו תעבור. אם נתחיל את הטיפול בחיזוק Sp ללא הרחבת החזה, גודש הליחה עלול לעלות לריאות.

אקזמה ואסתמה

האקזמה המלווה את האסתמה מאופיינת כרוח חמה או לחות חמה.
אקזמה של רוח חמה – פריחה יבשה, אדומה, מגרדת. הפריחה מופיעה בכל אזורי הגוף והיא נעה ממקום למקום.

אקזמה של לחות חמה – פריחה אדומה, מגרדת, לחה שמופיעה באזורים מסויימים בלבד בגוף, בעיקר במפרקי הרגליים והידיים.

רוח חמה – TW6 & GB31 - הוצאת רוח חמה מהעור

Li4, Li11, UB12, Sp10 & 6, Liv2 if Liv heat, Du14

לחות חמה – Li11, Sp6 & 9, Du14 & Sp10, Ren12 & Ub20

מודל הטיפול

במסגרת עבודת מחקר זו טופלו שתי נשים ע"י שתי מטפלות.

מסגרת הטיפול:

- 20 טיפולים
- טיפול שבועי
- טיפול של כשעה
- טיפול בבית המטפלת או בבית המטופלת
- טיפול ראשון כלל תשאול מפורט
- התשאול נותח לפי מודל 8 העקרונות
- לפי הסינדרומים שאובחנו נבחרו האיזורים, המרידיאנים ונק' הטצובו העיקריות
- ברוב הטיפולים התבצעו אבחנות לשון, דופק ובטן.
- הטיפול התבסס על שיאצו, טווינה, ומסז' תאילנדי.

תשאול מס' 1

בת 28 גובה / משקל 50/162 רווקה סטודנטית

תלונה עיקרית:

אסטמה המתבטאת בצפצופים וקוצר נשימה. קושי בהכנסת אויר (Kid Qi Xu) התקף ראשון בגיל 9. בגיל 12-13 עוצמת ההתקפים הייתה בשיאה. פעמיים הגיעה לחדר מיון אושפזה למשך יומיים, קיבלה טיפול דרך אינפוזיה. בגיל 14-15 התקפים מינורים, טיפול בוונטולין בלבד. תדירות ההתקפים משתנה בהתאם למקום המגורים ולעונות השנה. בעונות מעבר ההתקפים תכופים יותר (Liv). רוב ההתקפים מופיעים בעיקר בלילה ולפנות בוקר. כמעט כל לילה מתעוררת בארבע לפנות בוקר (Lu) על מנת לקחת משאף (ונטולין). בתקופת הצבא הייתה רגיעה, לאחר כשלוש שנים שוב חזר אך לא באותה עוצמה כמו בילדות. מזה שלוש שנים מתגוררת בירושלים, שם המצב השתפר אך כשמגיעה לאזור השרון: ביומיים הראשונים ישנם צפצופים, חום נמוך 37.5, נזלת שמתחילה בנוזלים שקופים ומסתיימת בנזלת צהובה (Wind Damp Cold => Wind Damp Heat). חוץ ממשאף אינה לוקחת תרופות נוספות. וזה עובר.

הרגלים:

עישון: מעשנת כחצי קופסה ביום מזה ארבע שנים. (מייבש, רעילות)
קפה: נס קפה 4-5 כוסות (היו תקופות של 10 כוסות). (מחמם, מעלה יאנג, פוגע בכבד)
קולה: דייאט ספרייט כליטר וחצי ביום. (פוגע בכליות ובעצמות)
אלכוהול: פעם בשבוע כוס בירה.
מלח: ממליחה הרבה –אוהבת מלוח. (Kid)
שוקולד: בעבר הייתה מכורה לשוקולד (כיום נמנעת מלהתקרב).

סקירת מערכות:

עיכול

תיאבון: אוהבת לאכול
מלאות בבטן: אחרי ארוחה מאוד גדולה, כאשר מפריזה.
הרפס: מופיע בשפתיים בד"כ לאחר חום, או כתוצאה מלחץ וחרדות.
מופיע פעם בחודש משתמשת בזובירקס. (Damp heat על רקע Liv Qi stg)
יציאות: כל בוקר וערב, יוצא בקלות, חתיכה אחת, צבע חום בהיר.

נשימה ועור

קוצר נשימה: ראה תלונה עיקרית.
בעיות עור: באזור הגפיים חספוס בעור, נבדקה ע"י רופא לדבריו גנטי.
לחץ בחזה: מגדירה את זה יותר כהרגשה של התכווצות שרירים, מופיע בעיקר בלילה באזור חזה שמאל
קצת בימין. יש תקופות שזה מופיע כל לילה ויש זמנים שזה נעלם לזמן ממושך
(Qi stg על רקע פגיעה בהורדת הצי' עקב Liv Qi stg / Lu Qi Xu).
שיעול: רק עם התקפי האסטמה.
כיח וליחה: רק בתקופות של התקפים (נדמה לה שהם בצבע צהוב) (Phlegm heat).

שלד ותנועה

בעיות צוואר/עורף: מרגישה עורף כתפיים תפוסים מזה ארבע שנים (כל תקופת הלימודים) (Liv Qi stg)

נימול והרדמות: ביד ימין קורה לעיתים תכופות, בלילה תחושה של הרדמות למשך כמה שניות וחולף מעצמו (מקשרת לימים שבהם מפריזה בעישון) (Bld Xu \ Qi stg)

ראש

כאב ראש: אחת לחודש באזור הרקות, לא משתמשת במשככים. (Liv Qi stg => Liv yang) (rising)

כאשר ישנה כ-12 שעות בלילה " כל הגוף קורא הצילו" מתעוררת עם כאבי ראש,

סחרחורת

יובש בפה רק לאחר ששונה הכל נעלם. (יובש על רקע חום פנימי / Bld Xu)

ראייה: מרכיבה משקפיים מגיל 11, קוצר ראייה מספר 2.5/3 (Liv)
בעיית שיער: בגיל 22 נשירת שיער רצינית בעקבות דיאטה דרסטית בה ירדה 10 ק"ג (דיאטה פגעה ב-Bld Xu <- Sp\St -< נשירת שיער)

אופי ומצב רוח

כעס / ביקורתיות: ביקורתית כלפי עצמה וכלפי הסביבה (Liv Qi stg)
תסכול: מרגישה תסכול כאשר דברים אינם מסתדרים כפי שהייתה רוצה (Liv Qi stg)
חוסר החלטיות/ביצוע: יכולה להתלבט במשך תקופה ארוכה (GB) אך מרגע שקיבלה החלטה הביצוע מייד.

חלומות: חלומת הרבה, זוכרת את החלומות, חלומות נעימים.

גניקולוגיה

גיל מחזור ראשון: 15.6

סדירות המחזור: אינו סדיר, יכול להופיע אחרי שבועיים לפעמים לאחר חודש וחצי. (Liv Qi stg)
משתמשת בגלולות כשנה וחצי (גינרה מינולט דיאנה) נוהגת לעשות הפסקות.
משך הווסת: 4-5 ימים.

כמות הדם: יומיים ראשונים כמות רבה יותר (מחליפה טמפון כל 3 שעות).

איכות הדם: קרישים כהים וגדולים (Bld stasis)

PMS: כמה שעות לפני הווסת יש כאבים בבטן תחתונה, בשני המחזורים האחרונים נאלצה לקחת נורופן להרגעה (Liv Qi stg \ Bld stasis)

הפרשות מהנרתיק: יומיים לפני הווסת וגם יומיים לאחר הפרשות לבנות סמיכות (Damp cold)
בדיקה גניקולוגית אחרונה: לפני שנתיים וחצי

העדפות

חום/קור: אוהבת שתיה חמה. מקלחת חמה מאוד (קור)
שעות יום: לפנות ערב וערב " החלק החשוך שלו" (Kid?)

עונה: חורף (Kid)

טעם: מלוח בעיקר (Kid), גם מתוק (Sp)

צבע: כחול כהה (Kid)

הסתכלות

פנים: חיזורת (Bld Xu) עיגולים כהים מתחת לעיניים (Liv / Kid) נראית תשושה (Qi Xu)
לשון: לשון מלבנית, מעט רועדת (רוח), חריץ באזור SP\ST (Sp\St Qi Xu) חיפוי דק בהיר (Damp)

בית החזה: רגיש מאוד למגע (עודף - Qi stg)

תזונה

ארוחת בוקר: תמיד מדלגת.

צהריים: כריכים (טונה, סלט ביצים, גבינה צהובה, נקניק).
ערב: טוסטים בעיקר.
פעם בשבוע שניצל טיבעול בתוספת פתיתים/ אורז/ ספגטי.
פירות וירקות אוהבת אך לא תמיד יש בהישג יד (במשך שנה כמעט ולא אכלה).
ביצה פעם בשבוע בממוצע.
מעדן חלב(מילקי) אחד ליומיים.
(Sp\St Qi Xu)

ניתוח מקרה

1. בין התקפים:

8 העקרונות: פנימי, חוסר (ברקע עודף), קור (ברקע חום פנימי).

חומרים: Qi, Bld, ליחה ולחות

איברים: Lu, Kid, Sp (ברקע Liv)

סינדרומים:

**Kid + Lu + Wei Qi Xu
Sp Qi Xu
Bld Xu (?)**

ברקע –

חום -> Liv Qi stg -> Dep. Liv
-> Liv Yang rising

Bld stasis

Damp & Phlegm

אסטרטגיה טיפולית:

חיזוק Sp, Lu, Kid, ברקע פיזור ליחה ולחות + הרגעת ה-Liv
תזונה מחזקת Kid, Lu, Sp וייצור דם

נקודות: UB13, UB20, UB23, UB52, Lu5, Lu7, Lu9, Kid3, Kid27, CV4, CV6, Sp3,
Sp6, St36, UB17, St40, Li4, Pc6, Liv3, TW5

2. בזמן התקפים:

8 העקרונות: חיצוני (על רקע חוסר פנימי), עודף, ניאטרלי

חומרים: ליחה ולחות

איברים: Li, St

סינדרומים:

**Wind cold \ Wind heat
Damp & Phlegm**

ברקע –

Kid + Lu + Sp Qi Xu

אסטרטגיה טיפולית:

סילוק רוח קרה / חמה, פיזור ליחה ולחות והרגעה.
ברקע חיזוק Kid, Lu, Sp

נקודות: רוח קרה - UB12, UB13, Ht7, Lu7, Lu6, Lu9 + Pc6, Li4 + Liv3
רוח חמה - UB12, UB13, Ht7, Li11, Lu1, Lu5, Lu11, Lu6, Li4 + Liv3, St40
Sp6 + St36, Kid1, Kid3, Kid27

המלצות:

1. הפסקת עישון (או הפחתה)
2. להקטין צריכת קפה, קולה ומלח
3. שינוי תזונתי
4. פעילות גופנית מתונה – יוגה, הליכה 3 פעמים בשבוע, פלדנקרייז
5. בדיקת אלרגיה
6. בדיקת דם לברור אנמיה
7. בדיקה גניקולוגית פעם בשנה

תקציר טיפולים - מטופלת מס' 1

המטופלת הגיעה ל- 18 טיפולים. הטיפולים נעשו במנחים פוסטריורי אנטריורי וצד. בכל הטיפולים התבצעו תרגילי נשימה עם המטופלת דבר שעורר תגובת שיעול.

מנח אנטריורי:

טיפול חזה (בטיפולים הראשונים לא ניתן היה לטפל באזור החזה עקב רגישות וכאב לכל מגע, על כן בשלושת הטיפולים הראשונים נעשה פלמינג עדין. החל מהטיפול הרביעי ניתן היה לבצע עיסוי פיזור ולחיצות אגודלים.)

חיזוק מרידיאני **Lu + Li, Sp**. רוטציות ומתיחות רגליים, עבודה פיזורית (תאילנדי מתון) על **Liv**

מנח פוסטריורי: טווינה גב עליון, פלמינג + אגודלים גב עליון ואמצעי.

מנח צד: פתיחת כתפיים ובית החזה, ג'יאג'י גב עליון ואמצעי, חיזוק **Kid**.

נקודות:

UB12, UB13, UB17, UB18, UB23, Lu1, Lu2, Lu5, Lu6, Lu7, Lu9, Kid1, Kid3, Kid27
Sp6 + St36, St40, Li4 + Liv3

בהתקפים אופי הטיפול היה פיזורי והרגעתי.
lu7+ · KID6

למטופלת ניתנו תרגילי נשימה (יוגה) לתרגול ביתי עליהם הקפידה, כמו כן המטופלת הפחיתה את צריכת הקפה והמלח.
הומלץ למטופלת להפסיק או לפחות להפחית את העישון והוסבר לה כי הנ"ל מעכב שיפור במצבה. למרות ההסברים ומודעות המטופלת להשפעה ונזקי העישון, היא המשיכה בעישון - "אני אוהבת לעשן".

שינויים במהלך הטיפול:

החל מהטיפול הראשון דיווחה המטופלת כי לא נזקקה למשאף במשך 24 שעות. מהטיפול החמישי השפעת הטיפול ארכה אף ליומיים שלושה ללא צורך במשאף.

מסקנות הטיפול:

חלה ירידה בתדירות ההתקפים ובעוצמת הצפצופים. עם התקדמות הטיפול משך הזמן שבו לא הזדקקה למשאף התארך. המטופלת הביעה הקלה ושביעות רצון מהטיפול.

תשאל מס' 2

גרפיקאית גרושה + 1 בת 46 גובה / משקל 60/152

תלונה עיקרית:

אסטמה מגיל שנה וחצי כנראה על רקע טראומה נפשית (הושארה לבדה) בשילוב עם ברונכיט. אובחנה אז דלקת ראות חריפה, אושפזה באוהל חמצן ל-3 ימים, ומאז באופן קבוע סבלה מנשימה כבדה והתקפים קשים. בגיל ההתבגרות המצב השתפר. בגיל 19 חטפה התקף חמור על רקע מצב פיזי ירוד + לחץ נפשי ואושפזה (שבועיים ללא הכרה ומחוברת למכונת הנשמה). מאז נעשתה יותר מודעת ומטפלת בעצמה.

אקלים יבש וריחוק מהבית עזר, במצבים נפשיים קשים הופיעו התקפים פסיכוסומטיים. בתקופה של 4 שנים בה היתה מאושרת לא לקחה שום תרופות ולא היו שום תופעות אלרגיות. יחסים מדורדרים עם בן הזוג החמירו את המצב הפיזי. זה 10 שנים המצב סטטי – אין התקפים קשים כי תופסת בזמן. קורס ויפאסנה עזר לפתוח את האף ולהוריד את התלות בונטולין.

באופן קבוע האף סתום (לא מריחה שום דבר), הנשימה שטוחה אבל יחסית בסדר. במאמץ פיזי, נזקקת לפעמים לונטולין.

כשמתחילה שפעת, יש התעטשויות, נזלת שקופה, הגוף מגיב תגובת יתר, לא מצליחה לישון טוב. לחץ נפשי מחריף את המצב ויום אחרי זה מופיעה תחושת דלקת בגרון ובראות. הנזלת הופכת צמיגה וצהובה ומופיע קוצר נשימה (נשימה כבדה ושטחית, קושי בנשיפה, תחושה שמהוא סותם את החזה), ליחה וצרידות. לוקחת יותר ונטולין. מופיע גם גרוי בסנטר ובגב.

(Wind Cold + internal Damp\Phlegm + internal Heat => Phlegm-Heat in Lungs)

ב-70% ממקרי השפעת זה מסתבר (קשור ללחץ נפשי) ולכן לוקחת קורטיזון. תוך 4 ימים יש הקלה ותוך 7-10 ימים מחלימה ואז מפסיקה את הקורטיזון. השפעת הקורטיזון יכולה להמשיך חדשיים.

השפעות קורות 3-4 פעמים בשנה בעיקר בחורף ובעונות המעבר. **(Wei Qi Xu)**

מחמיר את האסתמה – מצב נפשי (לחץ) **(Liv Qi stg)**, שפעת, מאמץ גופני (באופן נקודתי),

תקופות מעבר. אכילה מרובה גם גורמת לקוצר נשימה ולליחה. **(Sp Qi Xu => Damp)**

עוזר – אוכל חם, כאילו מחמם ומסדר את הראות. **(מחזק Sp)**

תלונה משנית:

עייפות – לפני 6-7 שנים החלה לעבוד כעצמאית, ומול המחשב רוב היום. פעילות עוזרת, מנוחה לא. שעמום ודכאון מחמירים. **(Qi stg)**

הרגלים:

סוכר – אוהבת מתוק מתוך אשליה שיביא אנרגיה. **(Sp Qi Xu)**

תזונה - בוקר : לחם, ריבה, מים חמים.

11:00/12:00 - 15:00 : "זלילה" – סלט חסה וגזר + ביצה / טונה + פטרוזיליה + שמן זית

ורוטב בלסמי. מרק משקית, עוגה, פופ קורן, חטיפים, תאנים מיובשות. זקוקה למתוק

ערב : לחם, ריבה, טופו / גבינה צהובה, ירקות מבושלים (סנפרוסט) **(מחליש Sp)**

שותה 8-10 כוסות מים חמים ביום.

עיכול

תאבון – בסדר. במצבי לחץ או שעמום אוכלת יותר מידי. **(מחליש Sp)**

יציאות – פעם ביום. צבע כהה, חום עם קצת ירוק **(Liv)**. חתיכות דבוקות ביחד, נטייה לעצירות

(Liv Qi stg)

גזים מרובים בעלי ריח בייחוד כשאוכלת יותר מידי או מוצרי חלב (חום ולחות במערכת העיכול)
טעם וריח בפה – בבוקר אם אוכלת הרבה יום לפני.
טחורים – מגיל 25, פעם בשבועיים, תלוי בסוג האוכל, מדמם במקצת. (Bld statis)

נשימה ועור

לחץ בחזה – לפעמים תחושה של כאב מקומי בפנים החזה. קשור לנשימה, לשרירי הראות. אובחן מערבית כשרירי ראות. (Qi stg)
בעיות עור / ציפורניים – התחלה של פטריות בציפורני הרגליים (2,3 ולפעמים בבוהן), מתחיל כאדום וכואב והופך ללבן. (Damp)
אקנה – היה עד לפני 5 שנים. על רקע נפשי. (Damp + Liv Yang rising)
גודש באף, כיח / ליחה, קוצר נשימה – ראה תלונה עיקרית אלרגיות – אקזמה עורית מילדות – מופיע בעיקר בקפלי המרפק והברך וגם במפשעות, גבשושיות אדומות ומגרדות, מופיע עם הגעת הקיץ (חום) ועקב לחץ נפשי, מטפלת ע"י משחה סטרואידית (יומובט). (Lu Qui Xu + Ext. Heat + Liv Qi stg producing wind => Wind-Heat)
קול חלש (Lu Qui Xu)

שלד ותנועה

פלטפוס – לא מפריע לה.
גב אמצעי / עליון – כאבי שרירים של הזוקפים.
גב תחתון – היו מופיעים במצב של מתח נפשי ועומס בעבודה, עם הקרנה לרגל. נעלמו מאז שעושה אלכסנדר, נשארה נוקשות.
בעיות צוואר / עורף – מתוח באופן קבוע.

ראש

חניכיים – דלקת לא חריפה, נסיגה.
שקיות בעיניים – נפיחות.
ראייה – משקפי ראייה מגיל 15 – קוצר ראייה.
דלקות עיניים???

אופי ומצב רוח

ביקורתית בעיקר כלפי פנים. כעסים מודחקים – בלתי אפשרי שהם יצאו, מרשה לעצמה להביע כעס רק בעבודה, לא ביחסים בין אישיים. תיסכולים – מהמראה החיצוני (לא מוצדק), מהמקצוע (נבחר עקב לחץ של ההורים). הדחקה של רגשות. מתח. אובססיביות – לגבי אוכל ומערכות יחסים (Liv Qi stg)
חסרת ביטחון עצמי. מסתירה דברים.
פחדים וחרדות - פחד ממגע עם האם עד גיל 35 עקב מכות והפחדות מצד האם עד גיל 12.
רגישות יתר, נעלבת בקלות בעיקר על רקע יחסים בינאישיים. דכאון- לפעמים. (Liv Bld Xu)
בעיית זכרון לטווח קצר. מחיקת האתמול. (Kid Qui Xu)

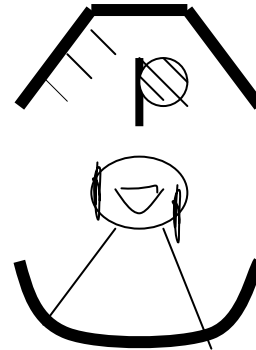
גניקולוגיה

מחזור ראשון בגיל 13. 2 הפלות יזומות, 1 הריון תקין. אמצעי מניעה – התקן תוך רחמי.
ווסת כל 28 יום, נמשכת 4 ימים, דם כהה, כמות הדם התמעטה לאחרונה (לפי כמות הטמפונים).
(Liv Bld Xu) לפני הווסת יש נפיחות בשדיים (כואבים). (Liv Qi stg)

הסתכלות

עור צהבהב

אבחנת בטן



לשון - לרוב אדומה מאד, חריץ אמצעי, 2 פסים דקים רטובים משחתיים לאורך הלשון (ב-1/3 ו-2/3), חיפוי לבן לפעמים נוטה לצהוב, סמנ"ש, לפעמים אדומה בצידי הלשון ומקדימה

דופק - דק . מיתרי

ניתוח מקרה

.1

8 העקרונות: פנימי, עודף (ברקע חוסר), חום.

חומרים: Qi, Bld, ליחה ולחות

איברים: Liv, GB (ברקע Lu, Kid, Sp)

סינדרומים:

Dep. Liv -> Liv Qi stg -> חום
-> Liv Yang rising

Damp & Phlegm

Wind Cold + internal Damp\Phlegm + internal Heat =>
Phlegm-Heat in Lungs (בזמן התקפים)

ברקע -

Kid + Lu + Wei Qi Xu
Sp Qi Xu
Liv Bld Xu
Liv + Kid Yin Xu (?)

יתכן שהליחה והלחות והסטגנציה הגדולה מחפים על חסר יין.

אסטרטגיה טיפולית:

פיזור ליחה ולחות + הרגעת ה-Liv הוצאת חום
ברקע חיזוק Kid, Lu, Sp
תזונה מחזקת Kid, Lu, Sp וייצור דם

בזמן התקפים: הוצאת רוח חמה / קרה, הרגעה ופיזור ליחה

נקודות: UB12, UB13, UB18, UB19, UB20, UB23, UB52, Lu1, Lu2, Lu5, Lu6,
Lu7, Lu9, Lu11, Kid1, Kid3, Kid27, CV4, CV6, Sp3, Sp6, St36, UB17, St40,
Pc6 + Liv3, TW5, Li4 + Liv3

תקציר טיפולים - מטופלת מס' 2

המטופלת הגיעה ל- 20 טיפולים. הטיפולים נעשו במנחים פוסטריורי אנטריורי ישיבה ולפעמים צד.

מנח ישיבה:

ריכוך טרפזיוס, עיסוי חזה, רוטציות סחיטות ועיסוי ידיים, כפות ידיים, פיתול עמוד השדרה, מתיחה ורוטציות לפתיחת בית החזה, רוטציות לגבת מתיחות גב צידיות, מתיחת גב מאחור. PC8, PC6, Li4.

מנח פוסטריורי:

מתיחות + טווינה גב, אמות+ טווינה גב עליון UB20, UB18, UB13, UB12, עיסוי ישבן, פלמינג רגליים, רוטציות רגליים UB60, UB40, Kid3, Kid1, כפות רגליים.

מנח אנטריורי:

רוטציות ומתיחות ידיים, מצונגה LU, LU9 + LU5, מצונגה LI, LI11 + LI4, טיפול חזה, הרמת חזה, Kid 27, LU1, LU2, טיפול פנים LI20, רוטציות רגליים, תאילנדי רגליים + Liv, Liv3. מצונגה Kid, מצונגה SP, ST40, ST36 + SP6. רוטציות ל-2 הרגליים + הטייה הצידה. מתיחה חזקה של הגב בהעברת הרגליים לצד הראש (מאוד אהבה את המתיחה הנ"ל – הרגישה שפותח את אזור הגב התחתון). טיפול בטן הנעתי טווינה + תאילנדי. CV4 & CV6.

מנח צד:

ראש, צוואר, רוטציות ומתיחות ידיים, מתיחות + פלמינג + ג'יאג'י גב, פלמינג Kid.

בהתקפים הטיפול התרכז בפינוי הליחה והוצאת הפתוגן.

שינויים במהלך הטיפול:

ג'יאג'י עליון פתח את הנשימה, אהבה מגע בנק' Lu בחזה, UB13 – "היתה יכולה להשאר כך שעות".

עם התקרבות האביב והקייץ הופיעו פריחות וגרוד עורי מתחת לשדיים וסביב הצוואר. במהלך הטיפול היו תקופות של התקררויות והופעת ליחה מרובה וקוצר נשימה סביב תקופות של לחץ. גם הגרוד העורי הופיע סביב תקופות לחץ. בזמן ההתקפים הנ"ל הלשון הייתה פחות אדומה והופיע יותר חיפוי לבן. המטופלת לקחה קורטיזון ומשחה יומובט על הפריחה. הטיפול הקל על המתח. הנשימה השתפרה. כאבי גב תחתון השתפרו.

מסקנות הטיפול:

ניכרת מעורבות מאוד גדולה של ה-Liv במטופלת הנ"ל. הרבה חום, הרבה לחץ ובמקביל חוסר מאוד משמעותי בראות.

הטיפול הקל על כאבי הגב, המתח והסדיר את הנשימה. המטופלת הרגישה יותר הרבה יותר טוב והייתה מאוד מרוצה מהטיפול.

עם זאת התחושה הייתה שהטיפול אינו מספיק ויש צורך לערב צמחי מרפא ודיקור (Liv + Kid Yin Xu?).

תשאל מס' 3

בת 32 גובה / משקל 67/1.57 נשואה

תלונה עיקרית:

אסטמה עם קושי לשאוף. (Kid Xu) התחיל לפני שחרור מהצבא. (בטיפול הומאופטי, נאמר לה שיש קשר ללחץ כתוצ' מהשחרור). סובלת גם מליחה, המחמירה בעת אכילת מוצרי חלב. הליחה מגיל 16. ליחה צהובה המגיעה לעיתים בצורת גושים. בעיקר בבקרים. האסטמה התחילה בצורה מינורית, לאחר דלקת ראות שהסתבכה.

תדירות: פעם בשלושה חודשים, התקף קטן במאמץ, לעומת 3-4 התקפים ביום, בתקופות של לחץ בלימודים. (Liv Qi Stg->Liv yang invading Lu) מתבטא בצפופים בהכנסה. בתקופות קשות טופלה בוונטולין.

אחרי טיפול הומאופטי חל שיפור, כתוצאה משינוי תזונתי: הורדה של מוצרי חלב, מנרה וקפאין. לפני מספר חודשים לקחה לביתה חתולה, שמשירה שערות, ומאז חזרו התקפים קשים, המאלצים אותה לקחת בקל ופורטה. תלונה משנית: עייפות כרונית (Qi Xu)

הרגלים:

עישון: מעשנת כחצי קופסה מגיל 16. (יובש, חום, רעילות, פגיעה ב Lu, Sp)

תזונה

ארוחת בוקר: עוגיה או כלום.
צהריים: סלט גדול + לחם/ פשטידה/ כריך/ פסטה/ דגים/ אורז
אחה"צ: משהו מתוק, עוגה, חפיסת שוקולד.
ערב: ביצים, פיתה/ לחם שיפון/ בורקס/ מרק/ פשטידה.

סקירת מערכות:

עיכול

תיאבון: בריא

שלשול ועצירות לסירוגין, עם נטייה לעצירות. (חולשה של ה Sp, על רקע Liv Qi Stg.) בעיות בכבד: היה מונונוקלאוזיס, עבר לבד.

אפטות: לפעמים. (חום במערכת העיכול)

יציאות: לא כל יום יציאה. יכול להיות שבמשך יומיים לא הייתה יציאה, ואז שלשול 3 פעמים ביום. אין סדר ביציאות. בעת עצירות, צואה קשה אך לא יבשה. צבע כהה, ריח רגיל. בעת שלשול: צואה בצבע אדום-כתום. לפעמים יציאות ירוקות (Liv). לאחרונה, צואה שורפת בפי הטבעת המלווה בריח חריף. רגישה לאוכל בחוץ. מגיבה בשלשולים. אוכל חריף גורם לפריחה, חום, פפילות אדומות. (חום במערכת העיכול)

נשימה ועור

קוצר נשימה: ראה ת/ע.

סינוסיטיס: היה במשך תקופה ארוכה. יש נטייה לחלות בזה הרבה. (Kid wei Qi & Lu Xu) אלרגיות: שיער חתול, אבק. מתבטא בעור ובבעיות נשימה. (Kid wei Qi & Lu Xu)

לחץ בחזה: בתקופות מתוחות. (Liv Qi Stg.)

שיעול: בתקופה האחרונה שיעול פרודוקטיבי. (ליחה)

כיח וליחה: ת/ע (Phlegm heat).

נזלת: סובלת לעיתים מרנטיזיס, נזלת שקופה, כתוצאה מאלרגיה. (Lu Xu)

פריחות: בתקופות לחץ מופיעות ונעלמות. (Liv Qi Stg.)

שלד ותנועה

גב תחתון וברכיים: התחיל כאב לפני כשלושה שבועות, כתוצאה מעומס טיפולים (סטודנטית לשיאצו). בקבוק חם עוזר.

ראש

כאב ראש: הרבה. מאז תיכון. לוקחת רוקל פעם בשלושה ימים. כאב שיוצא מהמצח, מעל העיניים והגבות ומגיע לקודקוד הראש בצורת הלמות פטישים. מלווה בכתמים שחורים סביב העיניים. מחמיר: כשלא אוכלת או שותה, או בעת ריבוי במוצרי חלב. הייתה הטבה במשך שנה, כאשר טופלה בשיאצו.
(Liv Qi stg => Liv yang rising, Liv Blood Stasis)

גינקולוגיה

גיל מחזור ראשון: 11.5
סדירות המחזור: סדיר
משך הווסת: 5 ימים.

כמות הדם: קטנה. בצורת כתמים. ביום השני קצת יותר. (חור דם)
איכות הדם: קרישים וכתמים חומים (Bld stasis)
PMS: עצבים ותשוקה לשוקולד. כאבי גב וחזה. בעבר יותר, בעקבות טיפולי שיאצו יש שיפור.
(Liv Qi stg \ Bld stasis)
הפרשות מהנרתיק: צהובות בעלות ריח חזק (Damp heat)

אופי ומצב רוח

פלפיטציות: בשבועות האחרונים שומעת את הלב דופק, בעיקר אחה"צ, מלווה בחיוורון. נרגע לבד. חסרת סבלנות, עצבנית, מתוחה, לא שומרת כעסים ולא שולטת בעצמה. (Liv Qi stg)
איכות שינה: ישנה 6-7 שעות, וכשחוזרת מהעבודה עוד שעה. ישנה טוב, אך כל הזמן עייפה.

העדפות

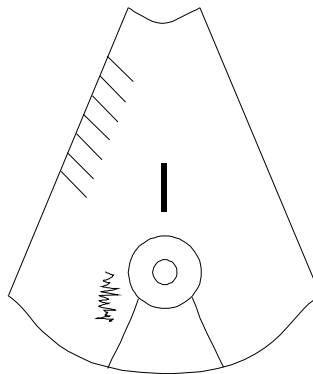
אוהבת חורף. סובלת מקור. לילה. 03:00 - 1:00, כתום, מלוח.

הסתכלות

פנים: חיוורת (Bld Xu) נראית תמיד עייפה (Qi Xu)

לשון: לשון נפוחה, סימני שיניים (Sp. Def), חיפוי לבן. (Damp) חריץ במחמם אמצעי ותחתון. (Kid Def)

דופק: חלש, עמוק, מתגלגל



ניתוח מקרה

.1

8 העקרונות: פנימי, חוסר, ניאטרלי.

חומרים: Qi, נוזלים

איברים: Liv, Lu, Kid, Sp

סינדרומים:

Dep. Liv -> Liv Qi stg -> חום
-> Liv Yang rising
-> Liv Bld stasis

Kid + Lu + Wei Qi Xu + GV Xu -> Sp Qi Xu -> Phlegm

Wind invades Lu (בזמן התקפים)

אסטרטגיה טיפולית:

חיזוק Lu & Kid Wei Qi System

חיזוק GV

חיזוק Sp

הורדה והרגעת ה-Liv

פיזור לחות וליחה

הוצאת רוח

נקודות:

Kid1, Kid3, Kid27, UB12, UB13, UB23, GV24, GV23, GB20, GV14 (moxa),
GV4, CV4 (moxa)
Lu5, Lu6, Lu7, Lu9
SI3, UB62, LIV 3, Sp6, LI20, Yintang

המלצות:

- הפסקת עישון (או הפחתה)
- שינוי תזונתי: להימנע מתזונה מלחלחת ותזונה קרה. להרבות במוצרים מחזקי דם, ומחזקי טחול. להימנע ממזון חריף ומוצרי חלב.
- פעילות גופנית מתונה – יוגה, הליכה 3 פעמים בשבוע, פלדנקרייז
- הרחקת החתול מהבית

תקציר טיפולים - מטופלת מס' 3

המטופלת הגיעה ל- 14 טיפולים. הטיפולים נעשו במנחים פוסטריורי אנטריורי וצד. באופן כללי בטיפולים הראשונים היה דגש על הרגעה, פיזור ה Liv, חיזוק הראות, תרגילי נשימה, ועם ההתקדמות בטיפולים הייתה יותר עבודה על נקודות, טיפול בעזרת מוקסות, עם דגשים על אורח חיים מעודד החלמה.

טיפול צד:

תחילת מגע ברגליים, רוטציות ופתיחת בית חזה, עבודה על מרידיאן הראות עם התמקדות בנקודות המפורטות ע"ג המרידיאן, מתיחות ליד. עבודה על ג'יאג'י UBi התעכבות על נקודות UB 23 ו GV4

טיפול אנטריורי:

רוטציות של הרגליים, עבודה על מרידיאן הכליות, עבודה על מרידיאן הטחול, התעכבות ב Kid3,7, טיפול בטן, טיפול חזה (לפזר ליחה) ולחזק נקודות כמו Kid 25

שינויים במהלך הטיפול ומסקנות:

באופן כללי היה שיפור, אך לדעתי, בעיקר יש ליחס אותו לשינוי התזונתי. הורדת המתח בעזרת הטיפולים אף היא תרמה רבות לירידה במספר ההתקפים. עם זאת ההתקשות לא להוציא את הגורם מספר אחד להתפרצות המחודשת של האלרגיה (החתול) מנעה השגת תוצאות הרבה יותר טובות.

במסגרת הפרוייקט טופלו שלוש נשים עם אסתמה שהופיעה בגיל הילדות / נערות.

האסתמה של שלוש המטופלות היא על רקע אלרגי והטיפול המערבי התבסס על צריכה יומיומית של תרופות כגון ונטולין, ובמקרה של התקפים קשים גם של קורטיזון.

התקפים קשים הופיעו אצל המטופלות בילדות, נערות ועד אחרי הצבא ונראה כי האסתמה התמתנה עם הגיל.

מבחינת הרפואה הסינית, בשלושת המקרים אובחן חוסר במרידיאני ה-Kid, SP, Lu – i במקביל ל-Liv Qi stg, ולחות וליחה במחמם עליון, אך בראשונה האבחנה העיקרית היתה של חוסר בעוד במטופלת השניה האבחנה העיקרית היתה של עודף ובהאם לכך תוכננו הטיפולים.

אצל שתי המטופלות הראשונות ניכר קשר לעונות המעבר (Liv) ולאזורים יבשים (לחות)

בעת ההתקפים ניתן לראות בברור התגברות לחות וליחה שמתבטאים גם בלשון ובדופק. כעבור מספר ימים הליחה הופכת להיות חמה.

הטיפול בשיאצו עזר למטופלות. ניכר שיפור בנשימה וירידה במתח. אצל מטופלת אחת נראה שיש לערב, בנוסף לטיפול השיאצו, גם צמחי מרפא.

היקף המחקר (שלוש מטופלות) אינו מאפשר להסיק מסקנות כוללות לגבי הטיפול באסתמה ע"י שיאצו. עם זאת, אנו מאמינות שהמדגם הנ"ל מראה כי לשיאצו יש השפעה חיובית על חולי אסתמה הבאה לידי ביטוי בשפור בנשימה, בירידה במתח, ובירידה בצורך להשתמש בוונטולין.

אסתמה הנה מחלה כרונית של דרכי הנשימה המתבטאת בהתקפים חוזרים של קוצר נשימה ושיעול המלווים בצפצופים. ההתקפים מופיעים בד"כ בעקבות הצטננות, שינוי במזג האוויר, מאמץ גופני או שהיה במקום שיש בו אבק.

ישנם 2 סוגי אסתמה: אסתמה אטופית (על רקע אלרגי) ואסתמה שאינה על רקע אלרגי האופיינית בעיקר אצל מבוגרים.

שכיחות המחלה גבוהה, בייחוד אצל ילדים ובמקרים קשים יכולה לגרום למוות. ניכרת עלייה בשנים האחרונות בשכיחות המחלה.

הטיפול התרופתי באסתמה כולל תרופות מרחיבות סימפונות ותרופות אנטי דלקתיות היכולות לכלול סטרואידים.

מבחינת הרפואה הסינית, מעורבים 3 איברים עיקריים:

Lu, Kid & Liv

נבחין בין 2 מצבים: מצב של עודף / התקף המאופיין בעיקר ע"י פלישת פתוגנים חיצוניים. במצב זה נטפל ע"י הוצאת הפתוגנים, טיפול בסימפטומים והרגעה. בין ההתקפים נטפל לפי סינדרומי השורש.

אטיולוגיה

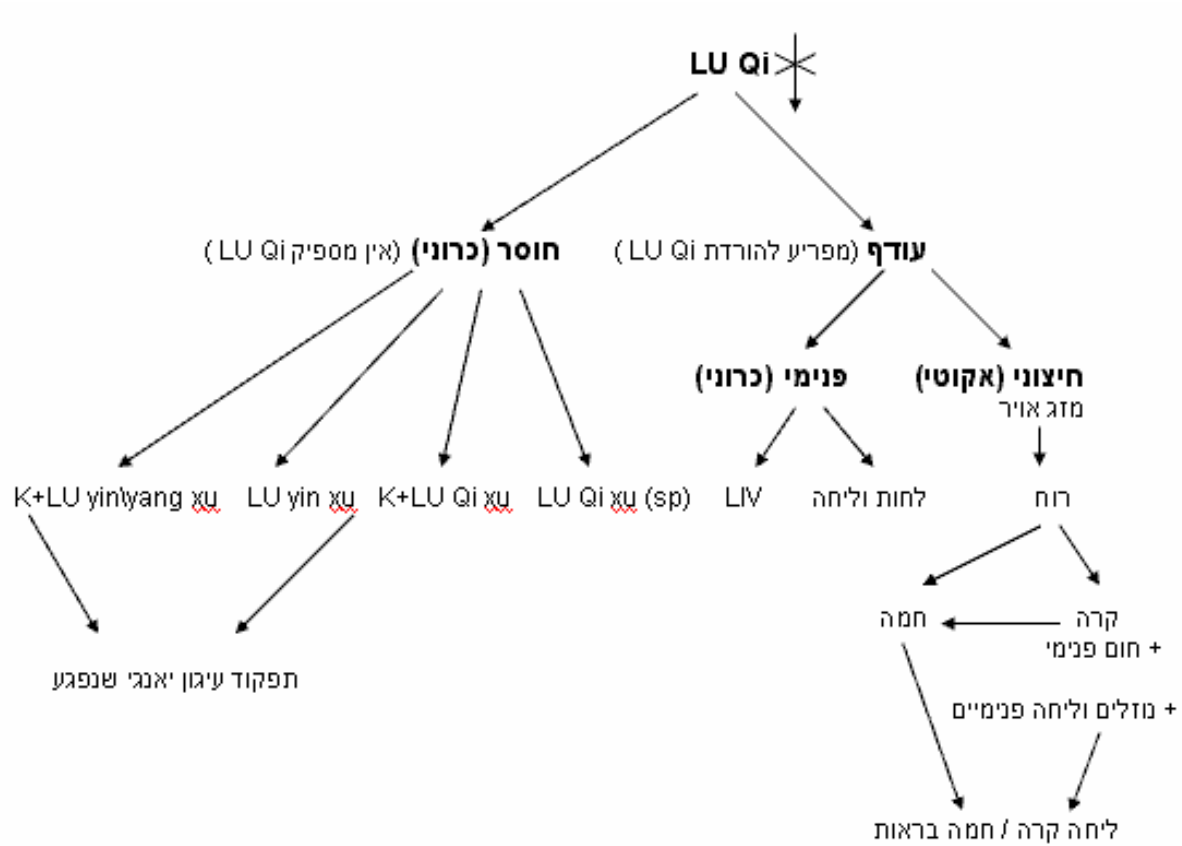
פתוגן חיצוני

דיאטה לא מאוזנת

בעיות רגשיות

מחלה ממושכת או כרונית

עודף עבודה, פעילות פיזית קשה או עודף פעילות מינית



האקזמה המלווה בד"כ את האסתמה מאופיינת כרוח חמה או לחות חמה.

במסגרת הפרוייקט טופלו 3 מטופלות, פעם בשבוע כ-20 טיפולים. המטופלות סבלו מאסתמה אלרגית מילדות / נערות.

בשלושת המקרים אובחן חוסר במרידיאני ה-Kid, SP, ו-Lu במקביל ל-Liv Qi stg, ולחות וליחה במחמם עליון,

אצל שלוש המטופלות ניכרת מעורבות רבה של ה-Liv המאפיינת אסתמה אלרגית.

הטיפול בשיאצו לאורך זמן עזר למטופלות - ניכר שיפור בנשימה וירידה במתח.

1. "אסתמה – מדריך להבנת תהליכי המחלה ולאופן הטיפול בה"

ד"ר בנימין וולוביץ

1996

2. "מחלות אלרגיות ואסתמה – חידושים ועידכונים"

ד"ר א. רשף

3. מרק – המדריך הרפואי השלם

2002

הוצאת כנרת זמורה ביתן דביר

ע"מ 153-155

4. "The Practice of Chinese Medicine"

Giovanni Maciocia

פרקים Chuan, Xiao, Asthma

הוצאת 1994 CHURCHILL LIVINGSTONE

5. www.accupuncture.com (חפש ערך Asthma)

Treatment of Asthma with Herbs and Acupuncture – by Dr. Alex Chen, L.Ac., O.M.D., Ph.D. and Dr. John Chen, L.Ac., O.M.D., Ph.D., Pharm.D.

Xiao Chuan (Wheezing and Breathlessness)