

## **APPROFONDISCI**

Valutando le prove di efficacia riportate dalla letteratura internazionale è possibile comprendere in quali ambiti è opportuno utilizzare questa tecnica terapeutica che è efficace, sicura, con effetti avversi moderati e transitori, che ha un'alta *compliance* e *concordance* da parte del paziente.

Per queste motivazioni essa è stata definita dall'OMS patrimonio culturale dell'umanità e nell'Accordo Stato Regioni del 7 febbraio 2013 come un sistema di diagnosi, cura e prevenzione che affianca la medicina ufficiale, avendo come scopo comune la promozione e tutela della salute, la cura e la riabilitazione.

Possiamo affermare che questa terapia, da sola o in associazione ai trattamenti convenzionali, è efficace in diverse condizioni cliniche. Nella cura del dolore vi sono numerose prove di efficacia (grading 1A, forte raccomandazione, evidenza di qualità alta) e in particolare, come affermano numerose Linee guida, nel dolore lombare, nel quale sono efficaci anche il massaggio, la coppettazione e l'auricoloterapia; nel dolore cervicale, trattato con efficacia anche dal massaggio; nel dolore del ginocchio, nel dolore oncologico, ma anche nella cefalea idiopatica, emicranica e di tipo tensivo.

Un ambito sul quale tutti i ricercatori sono d'accordo è l'efficacia dell'agopuntura e della digitopressione (grading 1A) nella nausea e nel vomito post operatori, post chemioterapia e radioterapia

Il grading 1B (raccomandazione forte, evidenza di qualità moderata) è stato assegnato al trattamento del dolore della spalla, dell'epicondilite, del dolore dell'anca, del dolore postoperatorio, della nausea e del vomito gravidici, della xerostomia, della infertilità femminile, dell'ansia e depressione lievi e moderate, dello stroke, delle vampate iatrogene e in menopausa fisiologica.

Un discorso a parte merita l'auricoloterapia che risulta particolarmente efficace nel trattamento dell'ansia associata agli interventi chirurgici e a varie procedure diagnostiche terapeutiche, al trattamento del dolore postoperatorio e nel dolore neuropatico cronico oncologico.

### **Efficacia dell'agopuntura e MTC: tabella di sintesi Sintomo/patologia Grading**

Dolore lombare **1A**

Dolore cervicale **1A**

Dolore del ginocchio **1A**

Cefalea **1A**

Dolore oncologico **1A**

Dolore della spalla **1B**

Epicondilite **1B**

Dolore dell'anca **1B**

Dolore postoperatorio **1B**

Fibromialgia **2B**

Dolore neuropatico **2C**

Disturbi neurovegetativi della menopausa **1B**

Nausea e vomito gravidici **1B**

Infertilità femminile **1B**

Induzione del parto **2B**

Allattamento **2C**

Ansia lieve - moderata **1B**

Depressione lieve - moderata **1B**

Stroke **1B**

Xerostomia **1B**

Insonnia **2B**

Infertilità maschile **2C**

Dipendenza da fumo **2C**