

# Bi-syndrom

Det kinesiske tegnet 痹 `bi` betyr smerter/nummenhet som forårsakes av ytre patogene faktorer. I tradisjonell kinesisk medisin (TKM) brukes dette begrepet for å betegne stagnasjon av qi og blod i jing (kanaler) og luo (meridianer) på grunn av angrep av de patogene faktorene Vind, Kulde og Damp. Bi gir i første rekke opphav til smerte, hevelse og innskrenket bevegelse, og innenfor TKM inkluderer dette flere ulike typer muskel- og leddproblemer.

Tidligere i sommer gjestet Sun Peilin Oslo for å holde kurs om Bi-syndrom. Han har praktisert akupunktur i over 30 år og har i de siste 23 årene bodd i Europa, hvor han underviser i tillegg til å praktisere. - TCM is life for me!, sier han. Han har også utgitt flere bøker, blant annet boken *Bi-syndromer or rheumatic diseases treated by TCM*.

## Kunnskaper om Norge

Turen til Oslo var Sun Peilins første tur til Norge, og det var noen interessante refleksjoner han hadde gjort seg om oss nordmenn. I henhold til Fem-element teorien ligger Norge i Nord, korresponderer med Vann-elementet og fargen svart. Vann er det kraftigste av elementene og derfor mener han at nordmenn har en fordel av å ha en sterk konstitusjon. Nyre er sterk (bein, fast struktur, visdom, intellekt). Styrken vår er på innsiden. Jorden er rik og kan produsere mye (oljen – svart/under jorden). Vi er ærlige men ulempen er at vi holder distanse, mente han.

Han hadde funnet frem til en avisartikkel hvor han leste at depresjon rammer halve befolkningen i Norge, noe han undret seg over siden Norge stadig rangeres til å være et av de beste landene å leve i. Han hadde fundert litt på dette og tror det beror på et Fire-problem – for lite Fire/«passion for future», og mangel på selvillit – for mye Vann. – Bi-syndrom i Skandinavia kan oppstå på grunn av for mye Vann og for lite Fire. Man må bedre Fire/Shen – tenke positivt!

## Kursinnhold

Den første dagen fikk vi en generell introduksjon til Bi-syndrom – definisjon, nomenklatur og generell patogenese.

Videre gjennomgikk Sun Peilin klassifisering, de ulike stadiene og de kliniske manifestasjonene. I tillegg til at dette var en god repetisjon av den teorien de fleste av oss hadde fra utdanningen vår, samt klinikerfaring, gikk han også litt dypere og bredere inn i teorien, både på diagnostisering og behandling. Det var svært interessant og inspirerende!

I den andre delen av kurshelgen fikk vi en grundig gjennomgang av behandlingsprinsippene ved de ulike tilstandene, punktvalg og punktkombinasjoner. Sun Peilin diagnostiserte også tre tilstedeværende pasienter. Dette ga oss også en bedre forståelse for hvordan han differensierer Bi-syndrom, og hvilke behandlingsprinsipp han anvender for de ulike tilstandene.

## Bi-syndrom

Begrepet Bi i TCM er knyttet til lidelser i muskel-skjeletapparatet og omfatter det vi forstår med reumatiske lidelser, f.eks slitasjegikt (artritt), leddgikt (reumatoid artritt) og Bechterew. Bi-syndrom og vestlige reumatiske lidelser dekker ikke nødvendigvis de samme kliniske tilstandene fullt ut, og de er selvsagt også basert på vesensforskjellige sykdomstenkning. Innenfor TCM er det mange lidelser som regnes som Bi-syndrom, som etter vestlig tankegang ikke skyldes noen påviselige ytre patogene faktorer.

Patogenesen kan deles inn i tre viktige faser/nivå:

- overfladisk nivå
- vev
- indre Organer

Uansett hvilket nivå som er involvert er Bi-syndrom alltid karakterisert av de samme invaderende faktorene Vind,

Kulde og Damp, som kan forårsake smerte, nummenhet, tungnet, hevelser i ledd og nedsatt bevegelighet osv.

### Bi og Wei

En klar differensiering må gjøres for å skille mellom Bi- og Wei-syndrom. Bi-syndrom er unilaterale, Wei-syndrom bilaterale – hovedsakelig i bena. Bi-syndrom har ingen muskelatrofi i motsetning til Wei-syndrom som har dette. Ved Bi-syndrom er det sårhet, smerte og tungnet, ved Wei-syndrom er det normalt ikke smerte, men nedsatt muskelfunksjon. Ingen parese/paralyse ved Bi-syndrom, men kan forekomme ved Wei-syndrom.

Noen eksempler på vestlige sykdommer som korresponderer med Wei-syndrom er polynevritt, polyomyelitt, MS, ALS, myasthenia m.m

### Det primære angrepet

Yellow Emperor asked: «How does the Bi syndrome come about?»

Qi Bo answered: «When pathogenic wind, cold, and dampness



Sun Peilin diagnostiserer «pasient».

attack at the same time, it will combine to become the Bi syndrome.»

Three Bi Stage (San Bi) Vind, Kulde og Damp er alltid tilstede i et angrep/invasjon som forårsaker Bi-syndrom. Men en av disse tre faktorene kan likevel dominere over de to andre. Er det kun to faktorer som angriper, f.eks Vind og Kulde, er det et overfladisk Vind-Kulde syndrom, forklarte Sun Peilin.

De patogene faktorene trenger inn i kroppen via meridianene – hovedsakelig Shu/Yuan punkt på Yang-meridianer. Deretter følger de

den vanlige veien fra ekstern (Biao) til intern (Li), hvor de når vevene i neste fase. For så videre å invaderer Organene (Zang Fu-systemet) i den siste fasen.

For at det skal utvikle seg en sykdomstilstand, spesielt i forhold til Bi-syndrom, er det noen faktorer som må være gjeldende:

1. Zheng-Qi (Correct Qi), inkludert Wei-Qi (Defensive Qi) må være nedsatt.
2. Xie-Qi (Pathogenic Qi) må være sterk.

Kort oppsummert er de tre hovedtypene for Bi-syndrom:

- *Vind-Bi (Wandering Bi) med Vind-dominans:*  
Smerten vandrer – fra ledd til ledd, smerten kommer og går, smertekvaliteten varierer fra vag til intens.
- *Kulde-Bi (Painful Bi) med Kulde-dominans:*  
Kraftige, intense smerter, lett å lokalisere. - It truly never is a



Gaveoverrekkelse.

little pain!, i følge Sun Peilin. Stivhet – Kulde «fryser» Qi og Blod lokalt.

- *Damp-Bi (Fixed Bi) med Damp-dominans:*  
Fiksert smerte med sårhet, tungnet (derfor beveger ikke smerten seg), nummenhet og hevelse i ledd.

Ellers kan det oppstå Hete-Bi dersom Vind, Kulde og Damp transformeres til Hete, eller de patogene faktorene invaderer en kropp som allerede har en eksisterende indre Hete-tilstand.

Når de patogene faktorene er på det overfladiske nivået er det viktig å få i gang svetting. Sun Peilin nevnte punkter som LU7, TE5, LI4, BL10, GB20 og noen lokale Ashi-pkt, samt moxa eller cupping. Det kan være nok med en eller to behandlinger for å forhindre at tilstanden utvikler seg videre.

### Det andre stadiet

Dersom en av de tre nevnte Bi-syndromene har vært eksisterende over en lengre tid vil dette kunne utvikle seg til Five Bi Stage (Wu Bi), som et resultat av at Vind, Kulde, Damp (og Hete) trenger innover og rammer vev og de indre Organer. Avhengig av hvor dypt de har trengt inn er det to typer man skiller mellom:

- *Bi-syndrom som involverer 5 Tissues (Wu Zhu Bi):*  
Vascular Bi (Mai Bi), Tendon Bi (Jin Bi), Muscle Bi (Rou Bi), Skin Bi (Pi Bi), Bone Bi (Gu Bi).
- *Bi-syndrom som involverer 5 solid Organs (Wu Zang Bi):*  
Heart Bi (Xin Bi), Liver Bi (Gan Bi), Spleen Bi (Pi Bi), Lung Bi (Fei Bi), Kidney Bi (Shen Bi).

Yellow Emperor asked: «Why are the Bi syndromes divided into 5 kinds?»

Qi Bo said: «When the disease is contracted in winter, it is called the bone Bi syndrome; when it is contracted in spring, it is called the tendons Bi syndrome. When it is contracted in summer, it is called the vessel Bi syndrome; when it is contracted in late summer, it is called the muscle Bi syndrome; when it is contracted in autumn, it is called the skin Bi syndrome.»

Forskjellige årstider forårsaker forskjellige Bi-syndrom, men også dysfunksjon av ulike Organer. Langvarige tilstander på vev-nivå kan trenge dypere inn og nå Organ-nivå, smertetilstanden vil stort sett være den samme, men det vil også være tilleggssymptomer som reflekterer det involverte Organet.

### Vascular Bi og Heart Bi

Hovedsakelig relatert til Blod-tilstander – stagnasjon av Blod som blokkerer karene og forårsaker smerte. Smertene er karakterisert som knivstikkende, fikserte, forverret om natten osv. Smertefulle muskler og

ledd. Indre sirkulasjonsubalanser vil også gi grobunn for andre generelle plager spesielt i HT-regionen, forstyrrelser i Shen, fullhetsfølelse – spesielt i epigastriet osv. Vascular Bi oppstår hovedsakelig hos personer som spiser for mye rik og fet mat, drikker og røyker mye. Dette produserer en Indre Hete og konsumerer Qi og Yin. Dersom Vind, Kulde og Damp invaderer en slik svekket kropp vil blodstagnasjon lettere oppstå og føre til Vascular Bi. Ernæring er viktig å ta hensyn til her. Oppstår oftere på sommer, da den også lettere kan nå det dype Organ-nivået og produsere Heart Bi.

Eksempler på Vascular Bi-syndrom er Renaud syndrom og Carpal tunnel syndrom.

### Tendon Bi og Liver Bi

Ved Tendon Bi er det i hovedsak muskelfunksjonen som er påvirket. Det er smerte og svakhet i sener og ledd. Ledd kan være bøyd og vanskelige å få strukket ut. Oppstår oftest hos personer som er frustrerte, sinte, temperamentsfulle og overivrige, og, dersom Vind, Kulde og Damp trenger inn vil Kulde bli værende i senene (senere er veldig sensitive for Kulde). Tendon Bi oppstår gjerne på våren og kan da også lettere nå Organ-nivå og skape en Liver Bi.

Eksempler på Tendon Bi-syndrom er epikondylitt og Dupuytren sykdom (krokfinger).

### Muscle Bi og Spleen Bi

Muscle Bi omhandler i hovedsak muskelvev og bindevev. Her er ikke muskelfunksjonen, men muskeltallet påvirket. Det er nummenhet, svakhet, stivhet, og en lammende følelse i musklene, nedsatt kraft i armer og ben.

Som ved Vascular Bi vil Muscle Bi oppstå hos personer med overdreven inntak av for rik og fet mat og mye alkohol, uregelmessige måltid osv. Oppstår oftere litt utpå sommeren, og kan da lettere gå dypere og skape en Spleen Bi.

Eksempler på Muscle Bi-syndrom er begynnelsen MS, Fibromyalgi og Polymyositis.

### Skin Bi og Lung Bi

Skin Bi omhandler i hovedsak hudsymptomer. Hovedsymptomene er nummenhet i huden med en kald

følelse. Kortpustet eller rask og overfladisk pust. På grunn av invasjon av ytre patogene faktorer i huden kan ikke Wei Qi sirkulere fritt i det overfladiske nivået. Dette medfører lokale blokkeringer, nummenhet og ufølsomhet i huden. Siden blokkert Wei Qi svikter i å varme huden, vil kuldefrysninger forekomme. Hovedårsaken til Skin Bi er emosjonelle faktorer av indre opprinnelse, som f.eks stor sorg og bekymringer. Skin Bi oppstår oftere på høsten og kan da også lettere nå det dype nivået og utvikle seg til Lunge Bi og forårsaker en stagnasjon av Lunge Qi.

### Bone Bi og Kidney Bi

Bone Bi omhandler i hovedsak ledd og bein. Hovedsymptomene er sårhet

Oppstår oftest på vinteren og kan utvikle seg til en Kidney Bi.

Eksempler på Bone Bi-syndrom er Rheumatoid arthritis, artrose og spondylose.

Ved siden av Five Bi (Wu Bi) beskriver TKM to spesielle typer Bi-syndrom relatert til de hule organene (Fu Bi):

*Intestine Bi (Chang Bi):* De invaderende patogene faktorene når tarmene og blokkerer sirkulasjonen til Qi lokalt, forårsaker symptom som oppblåst abdomen, diaré, vanskelig/smertefull vannlating, kraftig tørste og ellers sårhet og smerte som man vanligvis ser ved andre Bi-syndrom.

*The Bladder Bi (Bao Bi):* Invaderende patogen faktor blokkerer flyten av Blære Qi lokalt. Oppblåsthet, full-



Mette Trolie og Anja Gravdal (EVU), Sun Peilin og Cecilie Brewer, leder Akupunkturforeningen.

og smerter i ledd og bein, nummenhet og tunghet i kroppen og armer/ben, tunghetsfølelse i det området som er påvirket, stive ledd som er vanskelige å bevege. På grunn av disse symptomene vil leddfunksjonen være svekket og det vil være vanskelig å utføre løft, ekstensjon og fleksjon. Bein er kontrollert av Kidney. Dersom Kidney Qi er svekket når Vind, Kulde og Damp angriper kroppen, vil Bone Bi lettere oppstå. Siden utmattelse av Kidney Qi og Yang kan være forårsaket av overdreven seksuell aktivitet, ses dette på som en av hovedårsakene til Bone Bi.

hetsfølelse, hypersensitiv eller ømhet i nedre abdomen, forverret ved press. Vanskelig vannlating.

### Årsaker

Selv om årsakene til Bi-syndrom i utgangspunktet er invasjon av ytre patogene faktorer, finnes det også andre predisponerende faktorer. Blant annet overtrening/manglende fysisk aktivitet, overdreven arbeidsbelastning/stress, traumer/ulykker, ernæring, svak konstitusjon m.m. Sun Peilin vektla emosjonelle problemer som en viktig predisponerende faktor.

- Å se på emosjoner er svært viktig i behandling av Bi-syndrom.

For mye glede demper Qi, for mye sorg sliter ut Qi, for mye sinne beveger Qi oppover, for mye angst hemmer Qi, for mye bekymring stagnerer Qi, for mye frykt og redsel beveger Qi nedover. Det er mange faktorer som forårsaker ubalanse i emosjonene. Sun Peilin mener man bør være oppmerksom på pasientens personlighet, forstå Ko-syklusen og hvilken emosjon som kontrollerer den andre, og balansere de relaterte organ. Det er også viktig å gi råd om et balansert kosthold og generell måtehold.

### Behandling

Både akupunktur (og urtemedisin) har god effekt for Bi-syndrom. Dette kan gjøres på tre ulike måter:

1. *Symptombehandling*: Spesifikke

Ernæring – unngå for mye rå grønnsaker, søtt, fett og spis litt krydret mat, f.eks pepper (eliminerer damp). Balanse i emosjonene – unngå stress. Sun Peilin poengterte at det er viktig å opprettholde en god helse slik at vi også forebygger for neste generasjon.

Foruten årsaksbehandling av Vind-, Kulde-, Damp- og Hetefaktorer, bør man være oppmerksom på medfødte eller ervervet konstitusjonell faktorer. Underliggende ubalanser må diagnostiseres og behandles. F.eks er det viktig å sjekke Zheng-Qi-, Wei-Qi-, og Yuan-Qi deficiency, og generelt Yin-Qi og Yang-Qi osv.

Ved kronisk Bi, når det har vært smerte over en lang tid, er det spesielt viktig ikke bare å sirkulere Qi og Blod, eller varme meridianene dersom det er sterk smerte på grunn av Kulde. Sun Peilin mener man også bør regu-

GB20 og TE5 + moxa for å fjerne Vind-Kulde.

Han forklarte også prinsippene ved bruk av Horary points technique, hvordan man balanserer en deficient eller en excess meridian. – TKM er teamwork, en meridian må jobbe med en annen meridian. Videre gjennomgikk han de andre punktkategoriene i tillegg til abdominal acupuncture (turtle technique). Det var interessant å høre hvordan man anvender dette ved Bi-syndrom.

### Behandlingsfrekvens

Noen få tilstander med akutt smerte krever mer enn én behandling pr dag. De fleste tilstander med kroniske smerter behandles en til tre ganger pr uke. Sun Peilin mener at man bør stoppe behandlingen midlertidig etter at man har fått akupunkturbehand-

Yellow Emperor asked: «*How does the Bi syndrome come about?*»

Qi Bo answered: «*When pathogenic wind, cold, and dampness attack at the same time, it will combine to become the Bi syndrome.*»

akupunkturpunkt kan velges for å sirkulere Qi og Blod og lette smerte. Lokal behandling er viktig. Lokale triggerpunkt (Ashi-punkt) eller lokale punkt på den valgte meridian.

2. *Årsaksbehandling*: Ved å legge til punkt som behandler årsaken (roten) til sykdommen vil man oppnå bedre resultat. Det finnes spesielle punkt for å behandle de ulike Bi-syndromene. I tillegg til dette er det nødvendig å behandle tilhørende indre ubalanser i Zang Fu (Yin eller Yang deficiency, KI deficiency osv.).

3. *Forebyggende behandling*: Avhengig av hovedårsaken til hvert av Bi-syndromene bør forebyggende tiltak igangsettes på ulike måter. Anvend akupunkturpunkt som forebygger invasjon av Vind, Kulde og Damp. Unngå fet mat og alkohol for å forebygge opphopning av Damp. Reduser seksuell aktivitet for å bevare Jing eller fremme regelmessig fysisk trening for å aktivere normal sirkulasjon av Qi og Blod, og en god Zang Fu funksjon.

Det er ellers viktig med værtilpassning – bruk gode kvalitetsklær, ha et varmt hjem og god ventilasjon.

lerer Qi og Blod. Dette er viktig når Qi og Blod viser en reduksjon i deres gjensidige samsvar. Og man bør være nær Lever og Nyre. Kronisk smerte forårsaker utmattelse av Qi, Yin og Jing. Denne prosessen skjer spesielt i både Lever og Nyre, siden de har samme rot og lagrer Blod og Jing.

### Valg av akupunkturpunkt

Ved punktvalg bør man følge fire prinsipper:

- valg av lokale punkt
- valg av distale punkt
- valg av spesialpunkt
- valg av punkt for symptombehandling.

Hver av dem kan anvendes i kombinasjon eller uavhengig av hverandre. Sun Peilin var ganske tydelig på at dersom man kun anvender lokale punkt så er det ikke TKM man praktiserer.

Spesialpunktene er guider, forklarte han, de viser vei. For eksempel ved Frozen shoulder (LI-meridianen) foreslår han å anvende Shu-punktene (for ledd), i dette tilfellet LI3 og GB34. I tillegg til LI14, TE14, LI4 for å bevege Qi- og Blodsirkulasjonen, og

ling over flere uker, slik at kroppen får «hvile». Anbefalt frekvens på behandling og hvileintervaller er gitt til de fleste pasientene som opplever å ha en tilstand med smerte.

Det var en inspirerende og lærerik kursdel. I tillegg til det som omhandlet Bi-syndrom fikk vi ta del i Sun Peilins interessante refleksjoner rundt klassisk kinesisk filosofi, Fem-element teorien, numerologi m.m. En helg som definitivt ga oss et «Fire-boost» og styrket «passion for life». Et godt utgangspunkt for å holde oss fri for Bi-syndrom! □

痺