



## Strategier for behandling av komplekse diagnoser

På klinikken ser vi to ender av et behandlingsspekter. Vi ser pasienter med lidelser som er enkle og alminnelige å diagnostisere og behandle, som f.eks frozen shoulder, tennisalbue og ryggsmarter. Og så ser vi pasienter som har gitt opp konvensjonelle behandlinger eller som har blitt gitt opp av leger. Disse sistnevnte pasienter er i sakens natur ekstremt vanskelige å diagnostisere og behandle. For å gjøre saken verre, er det også disse pasientene du ofte møter når du er nyutdannet og har begrenset klinisk erfaring.

Andre fagmiljøer vil du bare møte denne typen pasienter når du har flere års erfaring og først etter at du har hatt spesialistutdanning. Med det i bakhodet er det verdt å ha følgende to sitater i bakhodet når du arbeider med akupunkturpasienter som har komplekse lidelser:

«Akupunktur kan bare kurere helbredelige plager, og bare noen ganger!», ukjent.

«Akupunktur er et yrke der vi bruker en tynn metallnål i et forsøk på å kurere forhold som ikke reagerer på legemidler. Dette er uten tvil et veldig utfordrende yrke. Derfor krever det en konstant forbedring av ens teknikk», Shudo Demei.

### Hva er en kompleks pasient

Før vi går videre, må vi kanskje prøve å definere hva som kjennetegner komplekse pasienter.

- Komplekse pasienter er preget av at de ofte har mange, kanskje 8–12 forskjellige, kroniske ubalansemønstre. Disse ubalansemønstrene manifesterer seg ikke bare samtidig, men flere av disse mønstrene er desidert behandlingskrevende her og nå.
- Fordi det er kroniske og alvorlige ubalanser, vil det være et underskudd av zheng qi. Et underskudd av zheng qi vil bety at det er færre ressurser tilgjengelig som kan brukes til å gjenopprette kroppens harmoni.
- Komplekse pasienter er oftest en blanding av xu- og shi-mønstre, Hete- og Kulde-mønstre, og pasientene er vanligvis både yin- og yang xu, yin- og yang shi. Noen komplekse pasienter har til og med en blanding av indre og ytre ubalanser, f.eks leddgiktspasienter. Dette vanskeliggjør urtebehandling, kosthold og livsstilsråd. Med akupunktur er det heldigvis lettere da den er mer nøytral i sin effekt.

### Hvorfor vi ser komplekse pasienter

Som akupunktører ser vi ofte pasienter veldig sent i et

sykdomsforløp. Hvis vi hadde sett pasienten for 10–20 år siden, er det en sjanse for at de ikke ville havnet der de er nå. Som det står i Huang Di Nei Jing – Su Wen, «man skal ikke begynne å grave en brønn når man er tørst eller smi våpen når man går i krig».

Over tid vil ubalansemønstre både rotfeste seg i kroppen, bli selvforsterkende og de vil gi opphav til nye mønstre – f.eks vil Milt qi xu ofte resultere i Damp-Phlegm og Lever xue xu. Disse mønstrene kan deretter føre til Phlegm-Hete, Damp-Hete, qi-stagnation, xue-stagnation, yin xu og mer.

### Hvorfor lykkes vi ikke med komplekse pasienter (eller pasienter i det hele tatt)?

Det kan være forskjellige grunner til at man som terapeut ikke lykkes når man behandler komplekse pasienter. Årsaken vil ofte være en eller flere av følgende faktorer:

- Feil diagnose – at man har diagnostisert ubalansemønstre som ikke er tilstede, og ikke diagnostisert mønstrene som er til stede.
- Ufullstendig diagnose – at man har diagnostisert riktig, men at man har oversett noen ubalansemønstre.
- Oversett etiologi – at man har oversett noe i pasientens kosthold, livsstil og miljø som i seg selv er en terapeutisk hindring. Det kan f.eks være at pasienten bruker et upassende kosthold, bor på et sted der det er mugg, har problemer i sine personlige forhold eller arbeidsforhold, har parasitter i kroppen osv.
- At ubalansemønstre genererer hverandre.
- At det er xue-stasis, Phlegm-stagnasjon eller matstagnasjon. Dette er ofte en årsak og en konsekvens av kroniske ubalansemønstre.
- Feil behandling i forhold til diagnosen:
  - Feil prioritering av ubalansemønstre. Dvs:
  - Feil behandlingsrekkefølge for disse ubalansemønstrene i forhold til langsiktig strategi.
  - Feil vektning av akupunkturpunktene i behandlingen av de enkelte ubalansemønstrene.

- Bruk av for mange, for få eller desidert feil punkt:
  - Et eksempel på dette kan være at vi prøver å tækkes pasienten og behandle for mye – «kan du ikke fikse skulderen min mens du behandler min ulcerøs kolitt».
- Ekte akupunkturpunkter, men feil stimuleringsteknikk, innsettingsdybde eller hvor lang tid nålen er i akupunkturpunktet.
- Mangel på bruk av moxa i behandlingen.

### Historiske og moderne tilnærminger til behandling av komplekse pasienter

Selvfølgelig er vi ikke de første i historien som må håndtere behandling av komplekse lidelser. Dette har blitt gjort flere ganger gjennom historien. I det følgende vil jeg prøve å gjengi noen av perspektivene og tilnærmingene som har blitt brukt av hoder som er mye klokere enn meg, og hva vi kan lære av deres teorier. Jeg har valgt å fokusere på to mer moderne vinklinger og fire historiske tilnærminger fra Jin-Yuan-dynastiet, som var en av de gyldne periodene i kinesisk medisinsk historie.

### Moderne tilnærminger til behandling av komplekse forhold – Phlegm- og xue-stagnasjon

Phlegm- og xue-stagnasjon har det til felles at de begge ofte blir oversett ved diagnosen. Samtidig er de ofte en konsekvens av, men også årsaken til, mange kroniske ubalansemønstre. Phlegm- og xue-stagnasjoner er både yin og nærmest «fysisk» i natur. På grunn av deres yin-natur, kan Phlegm- og xue-stagnasjoner begge blokkere for fri flyt av qi. Blokkeringen deres vil påvirke qi-mekanismene til forskjellige organer og dermed både produksjonen og sirkulasjonen av qi, samt kommunikasjonen mellom forskjellige organer og områder av kroppen.

Fordi qi-stagnasjoner oppstår som en konsekvens av Phlegm- og xue-stagnasjon, vil man se både fysiske og følelsesmessige symptomer og tegn. En feil det er lett å gjøre er at vi noen ganger bare tar den enkle løsningen og tillegger symptomer Lever qi-stagnasjon, men det kan også være at det faktisk er Phlegm- eller xue-stagnasjon, som forhindrer fri flyt av qi i kroppen. Både Phlegm- og xue-stagnasjoner er vanskelig, fordi de ofte oppstår veldig langsomt og over lang tid.

### Phlegm-stagnasjon

Det er noen få relevante kinesiske medisinske aforismer som omhandler Phlegm: «De 100 lidelsene er forårsaket av Phlegm» og «merkelige og underlige lidelser skyldes Phlegm». Det som menes med disse aforismene er at Phlegm er skyld i mange lidelser, og at Phlegm ofte er en faktor i lidelser som manifesterer seg med symptomer og tegn som er vanskelig å forklare eller se sammenhengen i.

Mange er vant til å tenke på Phlegm som en konsekvens av Milt qi xu og kronisk Damp-forhold. Imidlertid er det en veldig forenklet forståelse av Phlegm. Faktisk kan de fleste kroniske ubalanser føre til dannelse av Phlegm.

### Nedenfor kan du se de hyppigste mekanismene som fører til Phlegm:

- Invasjon av ekstern xie qi kan begge resultere i Hete som varmer kroppsvæskene slik at de tykner og blir til Phlegm. Den eksterne xie qi kan i seg selv blokkere fri

flyt av qi og derved akkumulere kroppsvæskene med Phlegm som en konsekvens.

- Shi Hete varmer kroppsvæskene slik at de tykner og blir til Phlegm.
- Yin xu gjør kroppsvæskene mer tørre og seige. Yin xu Hete som varmer kroppsvæskene slik at de tykner og blir til Phlegm.
- Mild qi xu betyr at maten som inntas ikke transformeres optimalt slik at Damp-Phlegm oppstår.
- Qi-stagnasjon får kroppsvæskene til å stagnere og akkumuleres og dermed blir til Phlegm. Qi-stagnasjon kan også generere Hete som varmer kroppsvæskene slik at de tykner og blir til Phlegm.
- Yang xu gjør at kroppsvæsker ikke blir transformert og transportert, og fører dermed til at de akkumuleres og stagnerer og blir til Phlegm.
- Inntaket av Phlegm-skapende kosthold kan direkte føre til dannelsen av Phlegm.
- Inntak av Hete-kosthold og -drikke, for eksempel alkohol, kan skape shi-Hete som varmer kroppsvæskene slik at de tykner og blir til Phlegm.
- Inntak av kald mat og drikke kan svekke Milt qi og yang med Phlegm-Damp som en konsekvens.
- Å spise for mye, for raskt, for ofte og spise mat som er tungt fordøyelig kan føre til matstagnasjon, og det vil både svekke Milt, skape Hete i magen og stagnere qi i midtre jiao med Phlegm som en konsekvens.

Imidlertid vil Phlegm i seg selv føre til mange andre ubalanser nettopp fordi det forstyrrer bevegelse og kommunikasjon av qi i kroppen. Dette vil ha stor innvirkning på funksjonaliteten til alle zangfu-organer. Phlegm-stagnasjon kan, som andre stagnasjoner, føre til at Hete oppstår og derved i den siste enden også skade yin.

Typiske symptomer og tegn på selve Phlegm-stagnasjonen er:

Tretthet som er verst om morgenen, mentalt fraværende og vanskeligheter med å komme i gang om morgenen. Økt søvnbehov. Mangel på matlyst, spesielt om morgenen. Kvalme eller oppkast. Tyngde i brystet. Hoste om morgenen. Slimet kan være løst eller seigt, avhengig av om det er Hete tilstede. Kortpustethet, svimmelhet, tyngde i hodet. Sløret syn og manglende utstråling fra øynene. Mørk, sotaktig farge rundt øynene. Depresjon, motløshet. Mental forvirring og uklarhet, spesielt om morgenen. Snakker «mørkt» eller snakker til seg selv. Konsentrasjonsvansker. Hud og bindevev kan virke slapp og «deigete». Hud mangler utstråling. Tendens til overvekt. Symptomer og tegn som utløses eller provoseres av værforandringer, parfyme, bensin eller løsemidler. Symptomer som provoseres av inntak av slimdannende kost. Følelseløse områder eller flekker. Fett og oljete hud og hår. Klebrig smak eller følelse i munnen. Tykt spytt i munnen. Slimete menstruasjonsblod. Fibroider og knuter. Fettknuter under huden. Beinforandringer i leddene. Tung og klebrig lukt. Unnvikenhet. Grøtete stemme. Hoven tunge, slapp tunge, klebrig eller fettete tungebelegg. Glatt eller strengete puls.

Behandlingen av Phlegm må fokusere både på selve Phlegm-stagnasjonen og på den underliggende mekanismen eller mekanismene.

<b>Biao behandling</b>	
ST40	Transformerer Phlegm
Ren 12	Styrker Milt qi og transformerer Phlegm

<b>Ben behandling</b>	
Ekstern invasjon som har blokkert sirkulasjonen av kroppsvæsker	LU 5
Ekstern invasjon som har generert Hete som varmer kroppsvæskene slik at de blir tykkere	LI11, DU14
Ekstern shi-Hete varmer kroppsvæskene slik at de blir tykkere	Lever lld – LR2, Mage Hete – LI11, ST44, Ren12, Hjerte lld – HT8, PC8, Phlegm-Hete – PC5, Stagnasjons-Hete – LR2
Yin xu Hete	KI2, LR3, HT6
Milt qi xu	SP3, ST36, BL20
Qi stagnasjon	LI4, LR3, GB34
Yang xu	KI3, DU4, BL23 med moxa
Matstagnasjon, dårlig kost osv.	Kost- og livsstilsrådgivning

### Xue-stagnasjon

I likhet med Phlegm-stagnasjon, kan xue-stagnasjon være årsaken til mange plager, og xue-stagnasjon er ofte en faktor i kroniske og vanskelige lidelser. Både Phlegm- og xue-stasis er ofte en konsekvens av aldringsprosessen.

Fokuset på xue-stagnasjon, som en viktig faktor i kroniske og komplekse lidelser, har historisk alltid vært en del av akupunktorens historie, men det var spesielt fokus på det igjen tidlig på 1800-tallet med Wang Qing-Rens verk. I det 20. århundre var det et fornyet fokus, spesielt i forhold til xue-stagnasjonens rolle i aldringsprosessen i Kina. Et eksempel på dette er Yan De Xins bok «Aging and Blood Stasis».

Xue-stagnasjon har tre former:

- langsom eller hemmet sirkulasjon av xue i blodkarene
- xue har blitt tykkere og mer klebrig
- xue har kommet utenfor blodkarene, for eksempel traumer, blødninger, blåmerker, petekkier, naevi, osv.

Som med Phlegm, vil de fleste kroniske ubalanser føre til dannelse av xue-stasis.

Nedenfor kan du se de vanligste mekanismene som fører til dannelsen av xue-stagnasjoner.

- Invasjon av ekstern xie qi kan resultere i Hete som varmer xue slik at den blir tykkere og mer klebrig. Videre kan Phlegm, som er dannet av en ekstern invasjon av xie qi, blokkere fri flyt av qi og derved xue.
- Shi-Hete varmer xue slik at den blir tykkere og klebrig.

- Yin xu gjør at xue blir mer uttørket og kan stagnere. Videre kan yin xu Hete varme xue slik at den blir tykkere og klebrig.
- Phlegm-Damp kan forhindre fri flyt av xue slik at xue-stasis oppstår. Phlegm-Hete vil både blokkere fri flyt av xue, samt varme xue slik at den blir tykk og klebrig.
- Qi-stagnasjon får xue til å stagnere. Qi-stagnasjon kan også generere varme som koker inn, slik at den blir tykkere og klebrig.
- Yang xu forhindrer at xue sirkulerer så effektivt som den burde.
- Inntak av varmende mat og drikke, for eksempel alkohol, kan skape shi-Hete som varmer xue slik at den blir tykkere og klebrig.
- Å spise for mye, for fort, for ofte og spise matvarer som er vanskelig å fordøye kan føre til stagnasjon av maten og skape Hete og Phlegm som henholdsvis varmer xue og blokkerer for kroppsvæskene.

Som med Phlegm-stagnasjon, kan xue-stagnasjon føre til mange andre ubalanser nettopp fordi det forstyrrer flyt og kommunikasjon av qi i kroppen. Dette vil ha stor innvirkning på funksjonaliteten til alle zangfu-organer. Xue-stagnasjon kan, i likhet med andre stagnasjoner, føre til at Hete oppstår og til slutt også skade yin.

Typiske symptomer og tegn på xue-stagnasjon er: Skarpe smerter som er lokaliserte til ett sted og jagende eller borende i sin kvalitet. Begrenset eller hemmet kroppsbevegelse. Blødninger. Lang menstruasjonssyklus. Smer-

tefulle menstruasjonsblødninger. Mørkt og klumpete menstruasjonsblod. Skarpe smerter i brystet. Uregelmessig hjerterytme. Mørk hud i ansiktet. Mørke lepper og negler. Ru, flassete, fortykket eller tørr hud. Knuter. Nummenhet eller sanseforstyrrelse. Bloduttredelser i huden, petekkier, edderkoppnævus eller åreknuter. Innesluttet eller deprimert. Ømt eller smertefullt øre når det bøyes. Lilla tunge. Hovne og lilla vener under tungen. Ru, strengete, hemmet eller uregelmessig puls.

Det er forskjellige strategier for behandling av xue-stagnasjon. Dessverre er noen av disse tilnærmingene ikke tillatt for ikke-leger i Danmark.

I tillegg til bruk av punkter som SP10 og BL17 kan man:

- undersøke huden for naevi og mikroblø dem med en passende nål slik at mørkt blod kommer ut av dem
- diagnostisere hvilken meridian eller meridianer som er involvert og mikroblø Jing-well-punkt eller -punkter
- bruke yuan luo-teknikken på de relaterte meridianer, dvs. stikk en nål i luo-punktet på den berørte meridianen og yuan-punktet på parmeridianen
- lokale nåler oppvarmet med moxa
- gua sha, kopper og syv-stjerner hammer.

### Historiske tilnærminger til behandling av komplekse forhold

I Jin-Yuan-dynastiene (1115–1368 e.Kr.) skjedde det en revolusjon i kinesisk medisinsk teori. I det store og hele skjedde det mye i løpet av denne perioden i Kina, og den filosofiske retningen neokonfucianisme eller «nykonfucianisme» oppsto. Neokonfucianisme ble preget av å revurdere og reformere den nedarvede klassiske filosofien og gjøre opp med den rådende konservatismen på den tiden. Som så ofte markerte den rådende filosofiske tilnærmingen også den medisinske tankegangen, som var veldig konservativ på denne tiden. Noen leger begynte å forholde seg kritiske og ville ikke blindt akseptere og anvende Han-dynastiets medisinske teorier uten å undersøke deres relevans for nåtiden. De mente at disse teoriene og tilnærmingene hadde blitt brukt for dogmatisk og ukritisk, og at man ikke hadde forholdt seg til endringene i livsstil. De påstod at de nedarvede teoriene ikke alltid var relevante i alle situasjoner og for alle geografiske steder. Det var spesielt forståelsen av etiologien, patodynamikker og behandlingsprinsipper som de mente skulle revideres. I løpet av de neste 150 årene oppstod fire av de viktigste skolene eller tilnærminger innen kinesisk medisin. Disse skolene preger fortsatt kinesisk medisin i dag. Legene bak disse tilnærminger ble senere kjent som «De fire mestere», fordi deres teorier har vært så viktige for kinesisk medisin siden.

De fire medisinske skolene ble sterkt påvirket av en lege ved navn Zhang Yuansu (1151–1234 e.Kr.). Zhang Yuansu som var læremester til Li Dongyuan, en av de «fire mestere». Zhang Yuansu hadde revurdert flere av de klassiske tekstene og hadde tilføyet moderne forståelser til tekstene både i forhold til hvordan sykdommer oppstår, spesielt hvordan man tar hensyn til faktorer som er unike for et bestemt sted eller en bestemt tid, samt hvordan urtene dynamisk påvirket kroppen. Zhang Yuansu fokuserte også på viktigheten av å gjøre en

zangfu-differensiering ved diagnostisering av lidelser.

De fire skolene eller retningene som dukket opp i denne perioden var:

- Liu Wansus nedkjølende tilnærming
- Zhang Congzhengs angrep patogener tilnærming
- Li Dongyuans styrke Milt og Mage tilnærming
- Zhu Danxs nære yin tilnærming

### Liu Wansus nedkjøler Hete tilnærming

Liu Wansu (1120–1200 e.Kr.) var samtidig med Zhang Yuansu. Liu Wansus utgangspunkt var teorien om «liknende transformasjoner», på engelsk *similar transformations*. Teorien er at zheng qi er yang, og dermed varm i sin dynamikk. Derfor vil alle former for patogener eller xie qi, enten om de er eksternt eller internt generert, forvandles til Hete over tid. Xie qi vil bli patologisk Hete uansett om den opprinnelig var yin i sin natur, for eksempel Kulde eller Damp. Hos en person som er yang shi, vil imidlertid denne prosessen skje raskere og Heten bli kraftigere. Dette betyr at kroniske ubalansemønstre oftest ender med å utvikle Hete.

Liu Wansu mente imidlertid ikke at man alltid skal drenere Hete, tvert imot var han veldig bevisst på at behandlingen skulle ta hensyn til pasientens konstitusjon, hvor sterk eller svak de var, om hvordan symptomer utviklet seg, osv. Likevel mente han at patologisk Hete var en faktor man vanligvis måtte forholde seg til. Kronisk Hete vil ofte agitere Hjerter Ild og svekke Nyre Vann.

Liu Wansu mente at akupunkturteknikker skulle være skånsomme og han var spesielt fokusert på bruken av jing-well-punktene.

Det som kjennetegner flere av de «fire mestrene» er deres fokus på kosthold og livsstil, både som etiologisk faktor og som en viktig del av behandlingen av pasienter. Liu Wansu mente allerede for tusen år siden at det var viktig for folk å skru ned tempoet og at de var til stede i øyeblikket slik at de kunne være mer mottakelige og sette pris på det som omgav dem. Pasienten bør i det minste være forberedt på å endre «mindset» slik at de kan gjøre de nødvendige endringene for å bli frisk.

Liu Wansus teorier synes jeg fortsatt er relevante i dag, der de fleste pasienter vi møter med kroniske og kompliserte lidelser, vanligvis har et aspekt av Hete i deres ubalansebilde.

Det er viktig å innlemme noe av dette tankesettet i behandlingen av våre moderne vestlige pasienter, ettersom vår moderne livsstil og kosthold skaper så mye shi-Hete hos våre pasienter. Vi må bli kvitt denne Heten, da den kommer til å være en del av mange onde patologiske sirkler. Vi ser spesielt at Heten ofte ender med å forstyrre pasientens Vann/Ild-akse og resulterer i en agitert shen og svekket Nyre yin som en konsekvens. Ved komplekse forstyrrelser og med kroniske pasienter er det spesielt viktig å identifisere hvor Heten stammer fra kroppen, dvs. hvilke organer og hvilke kroppssubstanser som er Hete og å kjøle dem eller disse ned.

Akupunktur er bra for denne tilnærmingen fordi akupunktur drenerer Hete uten å skade yang i kroppen, og spesielt Milt yang. Urtemedisin er derimot mer problematisk i denne sammenhengen, ettersom det ikke er en rask løsning å få fjernet Hete, men er noe som vil ta tid.



Tilnærmingen til drenering av patologisk Hete i komplekse og kroniske lidelser kan også forklare suksessen til noen moderne dietter som rawfood, som er veldig kjølede. Problemet er at akkurat som med urtemedisin, kan langvarig bruk av kjølede diett svekke Milt yang, og videre Nyre yang. Likevel er kostholdsendringer avgjørende hos klienter med kroniske Hete-tilstander, og å unngå varmende substanser som alkohol, chili, hvitløk, kanel, fritert mat, lam, m.m. er avgjørende for at behandlingen skal lykkes.

Viktige akupunkturpunkt ved behandling av kronisk Hete-tilstande er: LI11, ST40, ST44, LR2, TE3, LU5, LU10, DU14, Er Jian, SP5, PC7, PC8, SP10, Baichongwo, BL17 avhengig av hvilken form for Hete det er.

### Zhang Congzhengs angrep patogener tilnærming

Zhang Congzheng (1156–1228 e.Kr.) tok utgangspunktet fra passasjen i Huang Di Neijing der det står «eliminere xie qi og sykdommen vil forsvinne». Zhang Congzheng var imot de mange legene som hadde utgangspunkt i å styrke og pleie pasienter for at de skulle komme seg. Han mente at man faktisk kunne gjøre situasjonen verre ved å gi pasienter oppkvikkende urter som Ren Shen (ginseng) og Huang Qi (astragalus) på samme måte som det ikke er bra å bruke gjødsel i en hage fylt med ugress. Det er ugresset som trenger å forsvinne, gjødsel vil bare forverre situasjonen. Oversatt til moderne språk vil Zhang Congzheng hevde at et svakt immunsystem ikke er problemet i mange av de syke pasientene vi ser. Problemet er patogenet som er til stede, og det må derfor elimineres (han ville sannsynligvis ha elsket antibiotika!).

Zhang Congzheng argumenterte for at de fleste lidelser oppstår på grunn av:

- de seks Himmelske patogener: Vind, Damp, Kulde, Hete, Sommer-Hete og Tørrhet
- de Jordiske patogener: dis, tåke, regn, hagl, is og gjørme
- upassende matinntak, spesielt overdreven inntak av visse smaker, f.eks. den søte smaken.

I det store og hele mente han at man skulle forholde seg til den spesifikke situasjonen og at behandlingen måtte endres fra region til region og i forhold til hvilken sesong det er. I motsetning til Liu Wansu mente ikke Zhang Congzheng at konstitusjonell svakhet eller emosjoner var like viktige som etiologiske faktorer.

Zhang Congzhengs behandlingsmetoder er mest relevante for urteterapi da han fokuserte på tre måter som kroppen kan kvitte seg med eksternt xie qi, avhengig av hvor i kroppen xie qi ligger. Imidlertid kan vi prøve å tenke disse tilnærmingene inn i en akupunkturkontekst.

Zhang Congzheng mente at xie qi enten skal:

- svettes ut gjennom svetteporene
- elimineres gjennom kroppens yang-åpninger: nese, munn, øyne eller ører
- elimineres gjennom kroppens yin-åpninger: endetarmen, urinveiene, skjeden.

Å svette xie qi ut er spesielt relevant ved invasjoner av eksternt xie qi. I en akupunkturkontekst vil vi bruke

punkter som SI3, BL60, BL10, GB20, LI4, LU7, TE5 osv. Videre vil bruk av kopping og gua sha være en opplagt måte å åpne kroppens ytre aspekt på, slik at xie qi kan komme ut gjennom svetteporene. Urter som ingefær, chili, mynte, krysantemum og å drikke en whisky toddy er også en fin måte å fremme svetting på og å utdrive xie qi.

Å utdrive gjennom de øvre yang-åpningene er relevant når xie qi er i Mage, Lunger eller sanseorganer. Imidlertid er tilnærmingen mest egnet for urter, og selv her brukes den ikke så mye i dag. Her må det fremkalles oppkast, nysing, hoste eller rennende øyne.

Å drenere ned og få xie qi ut gjennom de nedre yin-åpningene er igjen noe som er lettere med noen urter som f.eks. avføringsmiddel eller vandrivende urter. Likevel har vi alternativer med nåler. For eksempel kan vi bruke punkter om TE6, ST25, ST37, LI11 for å eliminere gjennom tarmsystemet.

Noen kritikere følte imidlertid at Zhang Congzhengs metoder var for drastiske. De sammenlignet hans tilnærming til en general som krysser en elv og brenner alle sine skip, slik at soldatene hans ikke har noen rømningsveier og blir tvunget til å beseire fienden for å overleve. Hvis fienden er for sterk eller troppene for svake, vil det få fatale konsekvenser. Imidlertid mener jeg at det er viktig å ha hans grunnpremisser i bakhodet; at pasienter ikke er så sarte som vi noen ganger tror, og at hvis man er i stand til å fjerne det som belaster kroppen, vil kroppen være i stand til å korrigere seg selv. Hans tilnærming samsvarer veldig godt med de mer moderne tilnærmingene som mener at det er avgjørende å forholde seg til patogener som Phlegm- og xue-stasis ved kroniske lidelser. Det er fordi det ikke vil hjelpe å styrke kroppen, her må man fjerne det som belaster og blokkerer.

### Li Dongyuans styrke Mage og milt tilnærming

Li Dongyuan (1180–1251 e.Kr.) var i lære hos Zhuang Yuansu. Li Dongyuan videreutviklet Zhuang Yuansus teorier. Li Dongyuan fokuserte spesielt på det faktum at sykdommer ikke bare oppstår på grunn av eksterne faktorer, men at tilstanden til organene og qi-dynamikken i midtre jiao er avgjørende for helsen. Der hvor Li Dongyuans tilnærming virkelig gjenspeiler moderne pasienter, er hans fokus på hvordan ubalanser og sykdommer oppstår i møte med upassende kosthold og livsstil.

Li Dongyuan, i likhet med Liu Wansu, mente at de fleste sykdommer til slutt ville manifestere seg som Hete. Forskjellen lå i at han trodde at det i mange kroniske sykdommer ikke bare ville være Hete, men også en xu-tilstand, spesielt Milt qi xu. Han utviklet teorien «yin Ild», som ikke skal forveksles med yin xu Hete. Yin Ild heter så fordi Ilden stammer fra Damp som er yin xie qi, og Ilden oppstår i nedre jiao som er yin. Yin Ild er en patologisk oppblussing og hyperaktivitet av mingmen.

I følge kinesisk medisinske teorier er mingmen bare sunn og gunstig når den er «jevn» eller «rolig» og er til stede i nedre jiao. Hvis mingmen begynner å bevege seg og bli urolig, vil den begynne å stige oppover og forstyrre Milt og zhong qi. Li Dongyuan mente at zhong qi og den opprørske mingmen ikke kan eksistere samme sted. Dette er fordi den opprørske Ild, er en patologisk Hete, som tar over de sunne yang-funksjonene til mingmen, uten å være i stand til å utføre sine oppgaver.

Li Dongyuan mente at det er fem grunnleggende mekanismer til stede ved yin Ild. Disse mekanismene er gjensidig genererende og gjensidig avhengige av hverandre. Dvs. at enhver av de fem kan skape de andre. I tillegg kan de også skape et hav av andre ubalanser som xue-stasis, Phlegm, Lever Ild osv.

De fem mekanismene er:

- Milt qi xu
- Damp-Hete
- Lever qi stagnasjon
- Yin xu og xue xu
- Patologisk oppblussing av mingmen.

Selv om det er en dynamisk prosess der alt påvirker og påvirkes av alt annet, kan man for klarhets skyld starte et sted, f.eks. Mage og Milt.

Milt og Mage svekkes av feil diett og av Lever qi stagnasjon (som er forårsaket av emosjonelle ubalanser). Det resulterer i qi xu og Damp. Damp akkumuleres i midtre jiao, og det svekker Milten ytterligere. Samtidig blokkerer Damp ren yang qi fra å stige oppover. Damp er skapt av jin-ye. Dette betyr at væsken som skulle ha næret yin ikke er tilstede og yin xu begynner å oppstå.

Damp er yin og tung, og den synker ned til nedre jiao, der den blokkerer for mingmen og lar yuan qi bevege seg opp og ut. Den blokkerer også for at den yuan qi som har vært ute i kroppen, kan komme tilbake til Nyrene.

Yuan qi er den organiserende og motiverende kraften i kroppen, så kroppen kommer til å mangle den transformerende energien, og det vil gi tegn på yang xu. På grunn av den manglende organisering vil qi-bevegelsen begynne å bli kaotisk, hvorpå yin og yang kan begynne å løsrive seg fra hverandre.

Nyrene vil bli svekket fordi yuan qi ikke kommer tilbake til dem. Damp-stagnasjon vil forvandle seg til Hete, akkurat som i en kompostbinge, hjulpet av den Heten som Lever qi stagnasjon genererer. Den patologiske Heten vil stige oppover, og den vil begynne å ta over noen av funksjonene som den blokkerte yuan qi skulle ha ivaretatt. Fordi det er en patologisk Hete, vil den ikke ha den transformerende kraften som yuan qi har, men vil i stedet gi tegn på patologisk Hete. For eksempel, i stedet for å transformere maten i Magen og trekke qi ut av den, vil maten bare råtne. Jo mer yuan qi svekkes, jo mer xie Hete oppstår.

Milten vil bli svekket fordi den er qi xu, ikke produsere nok qi og xue. Fordi xue og jing har felles rot, vil det videre føre til yin xu. Det vil gjøre det enda vanskeligere å kontrollere den opprørske Ild. Videre vil Lever bli stiv og ufleksibel, med Lever qi stagnasjon som en konsekvens. Lever qi stagnasjon vil både skape ekstra Hete og svekke Milt qi.

Damp-stagnasjon og qi-stagnasjon vil blokkere kommunikasjonen mellom Nyrene og Hjertet, og samtidig vil xie Hete agitere shen.

Fordi mingmen blusser opp, kan det oppstå en tilstand der det er Hete i den øvre delen av kroppen og samtidig er det Kulde i den nedre delen, fordi Heten har steget oppover.

I dette eksemplet brukes Milt og Mage qi xu som utgangspunkt. Men det kan like gjerne oppstå fra andre involverte ubalanser, som hver kan oppstå fra sine egne etiologier. For eksempel kan Damp-Hete oppstå på grunn

av feil kosthold, mingmen kan gjøres hyperaktiv ved overdreven seksuell og fysisk aktivitet, mentale-emosjonelle lidelser, medisiner så vel som narkotika, osv.

Som beskrevet kan andre ubalansemønstre raskt oppstå, i tillegg til de fem sentrale mekanismene som vil komplisere bildet ytterligere.

Li Dongyuans behandlingsprinsipp kan oppsummeres som følger:

- styrk Milt og harmoniserer Mage
- reguler qi-mekanismen, dvs. løft den rene yang qi og send den urene yin nedover
- drener Hete
- gjør det som det ellers er behov for, f.eks: beveg xue; transformer Phlegm; drener Damp; beveg Lever qi; roe shen; Damp-tørret; nære xue osv.
- prioriter mellom de fire ovenfor.

Fordi yin Ild er en kompleks sammensetning av blandede mønstre, må man behandle alt på en gang, ellers vil de enkelte delene bare regenerere igjen.

Det er forskjellige måter å håndtere denne komplekse situasjonen på med akupunktur. Et forsøk er formulert av Wang Leting (1894–1984 e.Kr.).

- ST36 – regulerer og styrker Mage, Milt og Tarmene.
- Ren12 – regulerer og styrker Mage, Milt og Tarmene.

I tillegg til:

- Ren13 – kontrollerer den øvre delen av Magen, kontrollerer Magens mottak av mat.
- Ren10 – regulerer Mage og Tarmene og sender den urene qi ned.
- Ren4 eller Ren6 – frigjør, styrker og sirkulerer yuan qi. Sammen med Ren12 bruker de yuan qi til å harmonisere midtre jiao og regulere Mage og Milts qi-mekanisme. De regulerer også Ren Mai og sikrer nedre jiao.
- ST25 – regulerer Tarmene, styrker Milt qi. Harmoniserer bevegelse av qi og xue, væske og fordøyelsesmassen, opp og ned i kroppen.
- PC6 – frigjør og regulerer san jiao qi-mekanismer, harmoniserer Magen, sirkulerer qi i brystet, roer shen, hjelper til med å sende den rene yang qi oppover og den urene yin qi nedover.

Wang Leting vil dreie grunnformelen til ST36 og Ren12 i forskjellige retninger ved å endre på de andre punktene, avhengig av situasjonen. For eksempel ved å tilføye LR13 for å spre Lever qi og harmonisere Milt og Lever, eller hvis det er Hete som agiterer shen – KI2 og PC7, eller hvis det er kraftige Hete-tegn – LI11 og ST44.

### Zhu Danxis nære yin tilgang

Zhu Danxi (1281–1358 e.Kr.) er mest kjent for sitt konsept at «yang er alltid shi og yin er alltid xu», og at yin er vanskelig og treg å få bygget opp, men er lett og rask å bryte ned og forbruke. Hans grunnleggende tese var at Nyre yang vanligvis er sterk nok, men at Nyre yin lett blir skadet når shi Hete er tilstede i kroppen. Han mente spesielt at en person kunne skade sin yin ved å innta for mye krydret mat og ved overdreven seksuell lyst, noe som

får mingmen til å blusse opp. Når mingmen er fysiologisk i balanse støtter dette alle fysiologiske prosesser i kroppen, men når den blusser opp, vil den skade yin i kroppen.

Zhu Danxi var også enig i Li Dongyuans vektning av Mage og Milts qi-mekanisme som avgjørende for kroppens velvære. Zhu Danxi er enig med Li Dongyuan i at mekanismen forstyrres av dårlig kosthold og følelsesmessige ubalanser. Disse vil føre til stagnasjon i midtre jiao. «Mage og Milt er i midten, hvis det er ubalanse er midtre jiao den første som stagnerer», derfor, «vil alle stagnasjonstilstander påvirke midtre jiao».

Zhu Danxi mente at mange komplekse syndromer oppstår fordi de seks stagnasjonene xue, qi, Damp, Phlegm, mat og Ild, genererer hverandre, og når man har en av dem, vil den begynne å generere de andre. Derfor må man forholde seg til dem alle samtidig, og det er avgjørende at qi-mekanismen i midtre jiao blir gjenopprettet, «når midtre jiao er i harmoni, vil alt xie qi automatisk bli drevet ut».

Problemet er spesielt at de fem stagnasjonene både kombineres med hverandre, og ikke minst blir de fem stagnasjonene gjensidig genererende.

Eksempler på symptomer på de fem stagnasjoner ses hos mange kroniske og komplekse pasienter. For eksempel ser vi ofte:

- Qi- og Damp-stagnasjon i midtre jiao – oppblåst buk-hule, manglende appetitt, kvalme, oppkast, hikke, matstagnasjon i magen, spenninger i mellomgulvet
- Qi- og xue-stagnasjon i øvre jiao – spenning i brystet, kortpustethet, smerter i brystet, uregelmessig hjerterytme
- Qi- og xue-stagnasjon i nedre jiao – menstruasjonsforstyrrelser, fibromer
- Damp-Phlegm-stagnasjoner – tåkete følelse i hodet, konsentrasjonsvansker, tette bihuler og nese, tretthet
- Damp- og Hete-stagnasjon i nedre jiao – løs avføring, utflod, blærebetennelse
- Matstagnasjon – flatulens, raping, tyngde etter å ha spist
- Ild – tørst, mental rastløshet, søvnevansker, stor appetitt, irritabilitet.

Zhu Danxi var veldig klar over at i tillegg til å være i stand til å generere hverandre, vil de fem stagnasjonene, i likhet med Liu Wansus teorier, alltid skape Hete, og at Heten til slutt vil skade yin. For dette formål opprettet Zhu Danxi urteoppskriften Yue Ju Wan. Man kan prøve å etterligne Zhu Danxis logikk og gjenskape dynamikken i urteoppskriften Yue Ju Wan ved å velge akupunkturpunkter med handlinger som ligner urtene i oppskriften:

Yue Ju Wan		
Urt	Aksjon	Akupunkturpunkter (velg relevante punkter)
Shen Qu	Transformerer matstagnasjon	ST21, ST36, ST44, Ren12, Ren13
Zhi Zi	Drenerer Ild	LR2, PC7, PC8, HT8, LI11, ST44, Du14
Xiang Fu	Beveger qi	LI4, PC6, LR3, GB34, LR14
Cang Zhu	Transformerer Damp-Phlegm	SP3, SP9, ST40
Chuan Xiong	Beveger xue	BL17, SP10

Artikkelen er hentet fra den nye revideret utgaven av boken *Kunsten at diagnosticere* av Nigel Ching. □



Foto: iStockphoto