

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA ROMAGNA
Azienda Ospedaliero - Universitaria
Arcispedale S. Anna di Ferrara

*Clinica Ostetrico Ginecologica
Direttore prof. R. Marci*

*Corso Elettivo
Tecniche non convenzionali
in gravidanza*

Ostetrica Daniela Bulzacchi

INTRODUZIONE

- Che cosa è lo shiatsu?

Shiatsu deriva da due termini giapponesi "shí" che significa "dita" e "atsu" che significa "pressione". Si basa su una teoria olistica della salute: la convinzione cioè che tutte le parti e funzioni del corpo umano siano intimamente correlate ciò significa che nessun problema può essere curato con successo se considerate separatamente

A cosa serve lo shiatsu?

- Innalza il livello di energia
- Facilita il contatto con il proprio corpo
- Rinforza il sistema immunitario
- Aiuta a risolvere i disturbi più comuni come cefalea, cervicalgia, lombalgia, sciatalgia, dispepsia, dismenorrea, insonnia, disturbi legati allo stress.

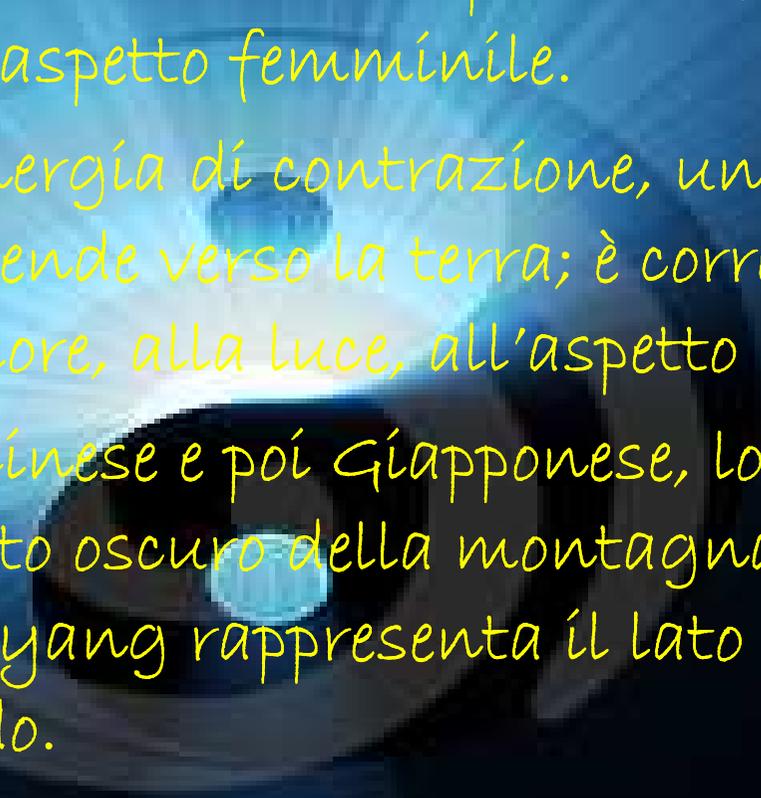
TEORIA YIN YANG E 5 FASI

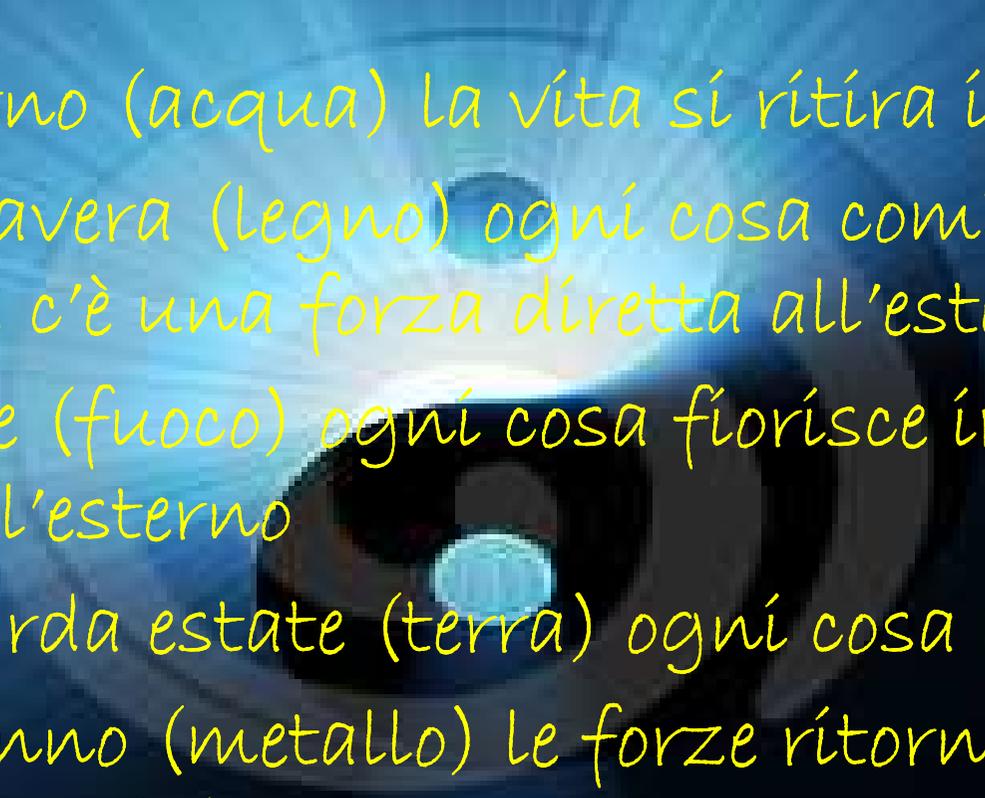
Secondo la cosmologia cinese, il cielo e la terra si sono formati dal "CAOS" per l'azione del "TAO" meglio identificato come energia, attraverso la separazione e la differenziazione di due forze che gli antichi hanno chiamato yin e yang rappresentati simbolicamente da un cerchio diviso da una linea curva ad "S" in due metà identiche

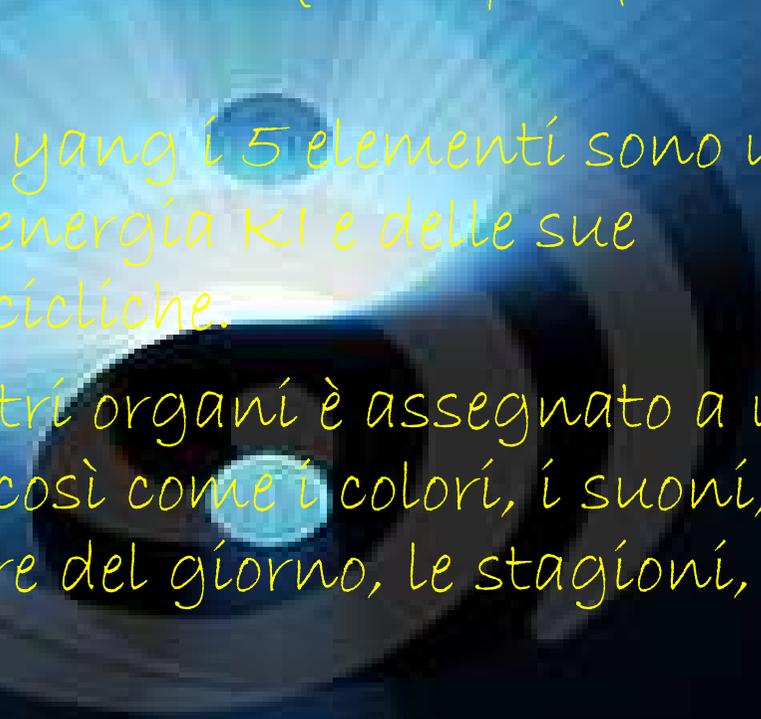


- 
- Queste due forze hanno caratteristiche opposte ma complementari: l'una non può esistere senza l'altra; all'interno dell'una vi è il seme dell'altra.
 - Con il loro movimento circolare e perpetuo, l'estremo yin al suo apice si trasforma nello yang e viceversa, inseparabili sono uniti da una tensione costante che li avvicina e li allontana: da ogni espansione nasce una contrazione, da ogni inspiro un espíro, al giorno si sussegue la notte etc..

YIN DA SOLO NON PRODUCE, YANG DA SOLO
NON CRESCE, LA LORO SEPARAZIONE E' LA
MORTE.

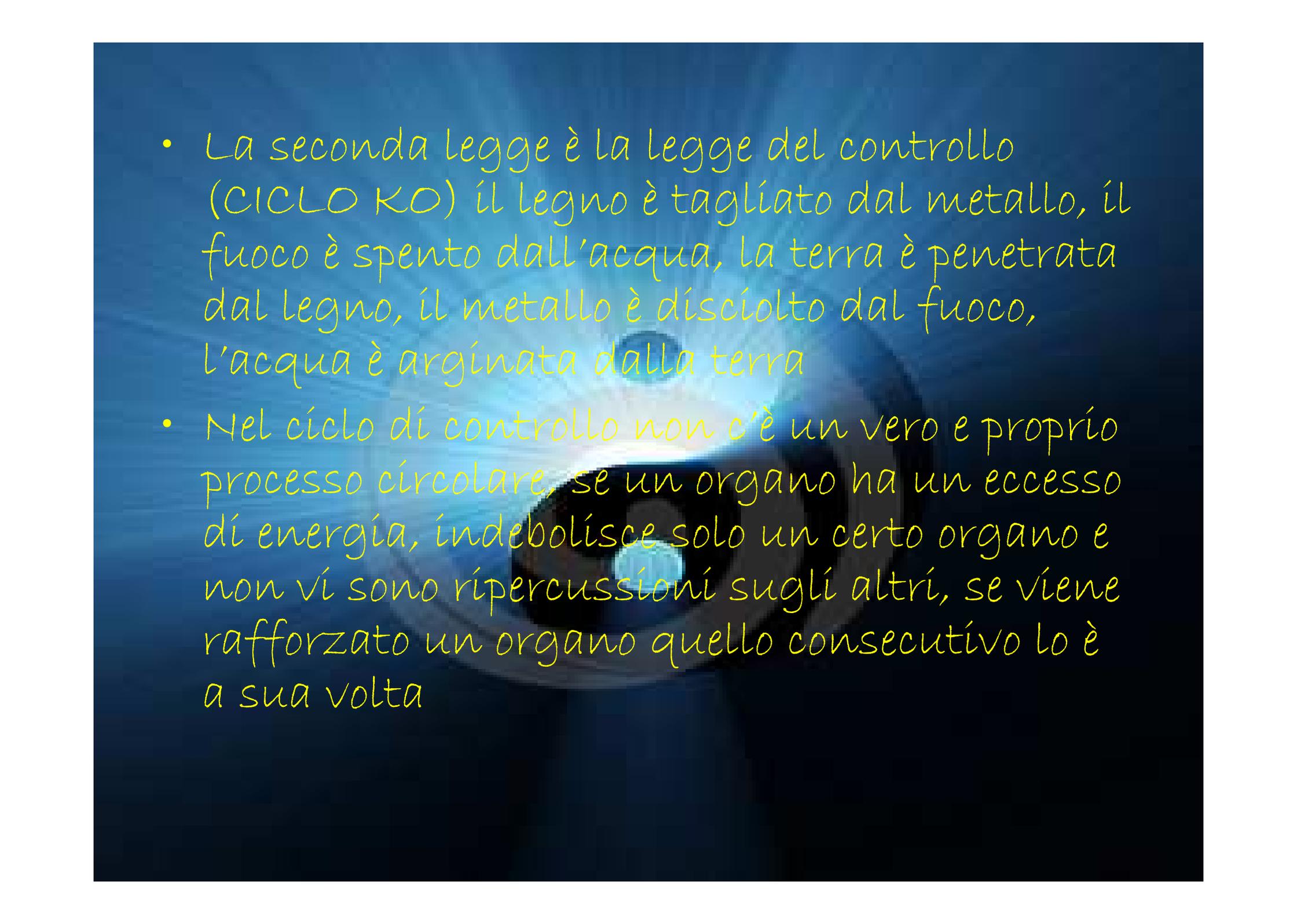
- 
- Lo yin è un'energia di espansione, una forza centrifuga che sale dalla terra verso il cielo; è correlato alla ricettività ed alla passività, all'oscurità all'aspetto femminile.
 - Lo yang è un'energia di contrazione, una forza centripeta che scende verso la terra; è correlato all'azione, al calore, alla luce, all'aspetto maschile.
 - Nella filosofia cinese e poi giapponese, lo yin rappresenta il lato oscuro della montagna (della vita), mentre lo yang rappresenta il lato luminoso, soleggiato e caldo.
 - Lo yin e lo yang sono il movimento e Ki, energia.

- 
- Le stagioni sono il primo esempio esterno delle 5 forze che si alternano ciclicamente in natura:
 - In inverno (acqua) la vita si ritira in se
 - In primavera (legno) ogni cosa comincia a crescere, c'è una forza diretta all'esterno
 - In estate (fuoco) ogni cosa fiorisce irradiando forza all'esterno
 - Nella tarda estate (terra) ogni cosa matura
 - In autunno (metallo) le forze ritornano alla terra, verso il basso

- 
- Il legno è l'albero della vita che cresce e si sviluppa; il fuoco, il sole, il calore che ci riscalda; la terra è ciò che ci sostiene e nutre; il metallo è la nostra stessa struttura molecolare; l'acqua ci purifica e spegne la nostra sete.
 - Come lo yin e lo yang i 5 elementi sono ulteriori descrizioni dell'energia KI e delle sue trasformazioni cicliche.
 - Ognuno dei nostri organi è assegnato a uno di questi elementi così come i colori, i suoni, i profumi, le emozioni, le ore del giorno, le stagioni, i numeri ed i gusti.
 - La salute è la ciclica interazione armoniosamente bilanciata di questi elementi

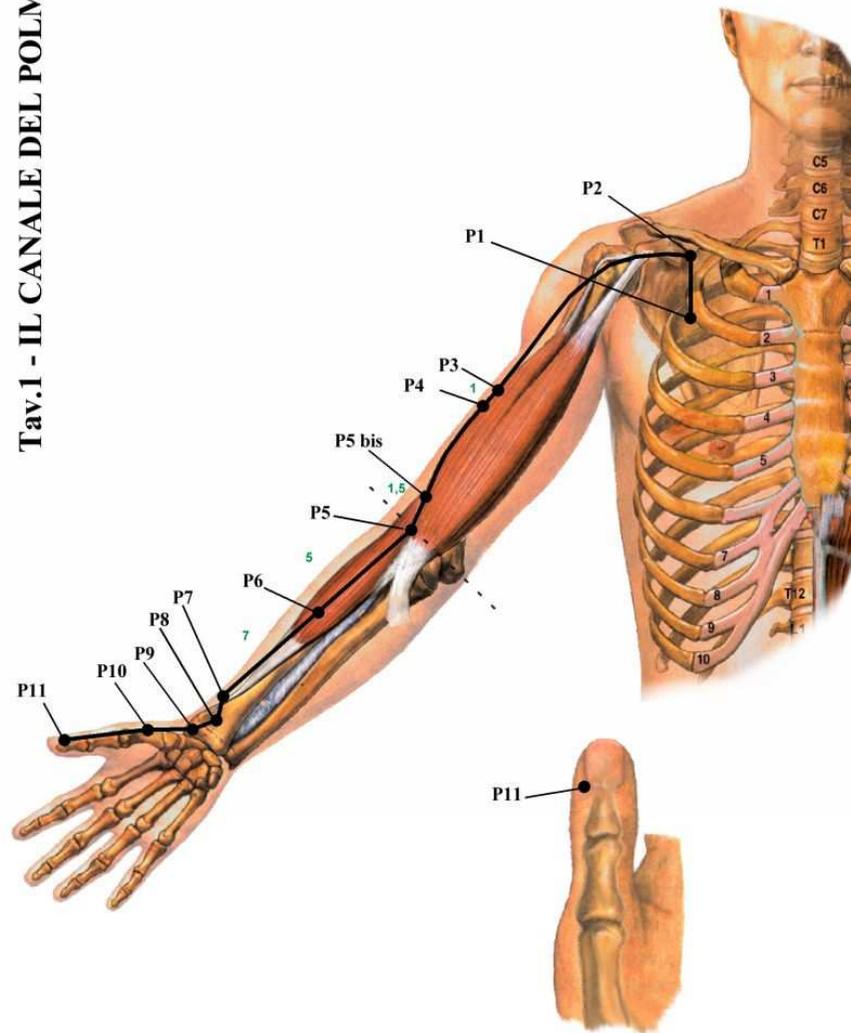
CICLO "SHEN" (O DI GENERAZIONE) E CICLO "KO" (O DI CONTROLLO)

- Le leggi che regolano le 5 fasi sono principalmente due:
- Legge di "generazione" o di "madre e figlio" in cui ogni elemento è "madre" del successivo e "figlio" del precedente. Ciò significa che ciascun organo riceve energia da quello che lo precede e ne dà a quello che segue, in una successione ciclica senza fine: il legno brucia e produce il fuoco, le cui ceneri generano la terra, dalla quale si estrae il metallo che disciolto è liquido come l'acqua la quale nutre l'albero (CICLO SHEN)
- Il movimento del ciclo di generazione si presenta circolare per cui migliorando le condizioni di un organo indebolito si rafforza anche lo stato degli organi seguiti (figli) o, da un altro punto di vista l'indebolimento di un organo può produrre un rifornimento di energia che avviene a spese dell'organo che precede (madre)

- 
- La seconda legge è la legge del controllo (CICLO KO) il legno è tagliato dal metallo, il fuoco è spento dall'acqua, la terra è penetrata dal legno, il metallo è disciolto dal fuoco, l'acqua è arginata dalla terra
 - Nel ciclo di controllo non c'è un vero e proprio processo circolare, se un organo ha un eccesso di energia, indebolisce solo un certo organo e non vi sono ripercussioni sugli altri, se viene rafforzato un organo quello consecutivo lo è a sua volta

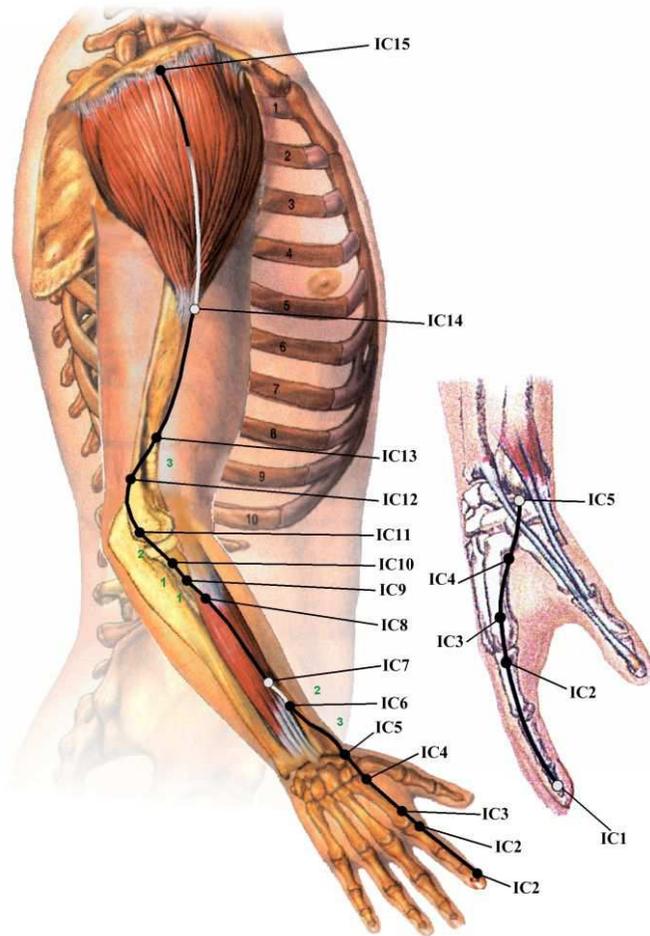
Percorso meridiano di POLMONE

Tav.1 - IL CANALE DEL POLMONE

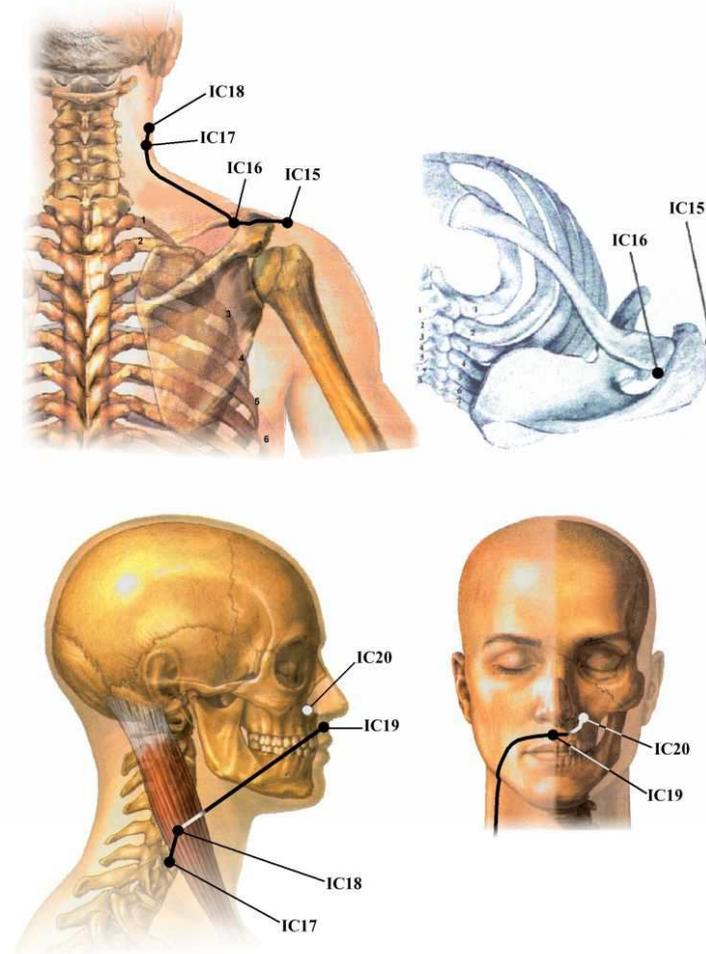


Percorso meridiano di INTESTINO CRASSO

Tav.2 - IL CANALE DELL'INTESTINO CRASSO



Tav.3 - IL CANALE DELL'INTESTINO CRASSO



Corrispondenze nelle 5 fasi

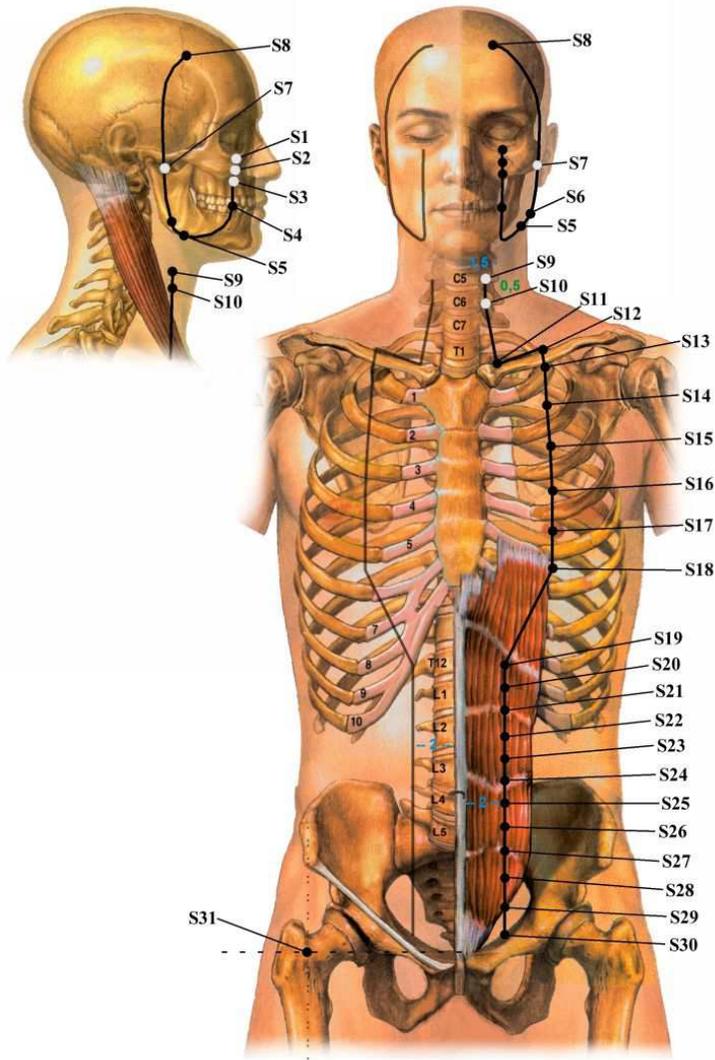
Elemento	Metallo
Meridiani	Polmone-Intestino crasso
Orario	3.00-5.00 5.00-7.00
Funzione	Scambio con l'esterno Eliminazione del Ki stagnante
Colore	Bianco
Stagione	Autunno
Sapore	Piccante
Controllo anatomico-fisiologico	Pelle, peli
Organi di senso	Naso
Fluidi	Muco

Corrispondenze nelle 5 fasi

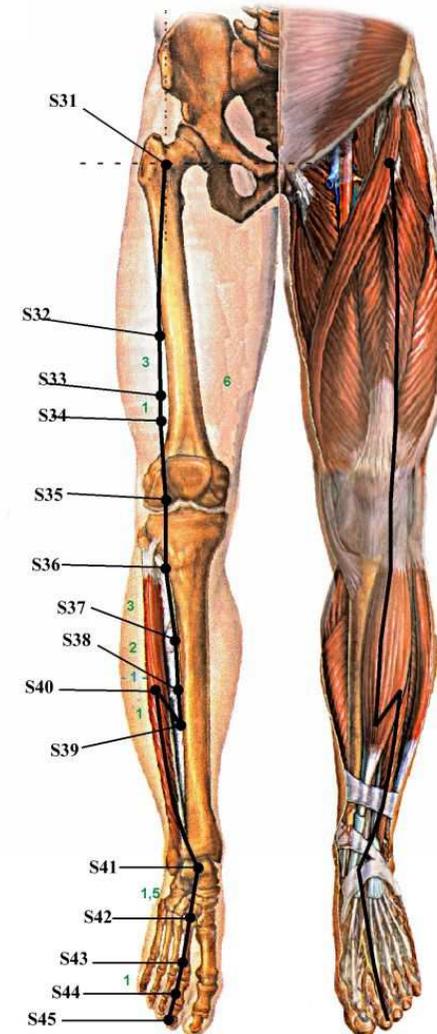
Elemento	Metallo
Clima	Secco
Manifestazione positiva	Ottimismo, stabilità
Manifestazione negativa	Tristezza, depressione
Espressione (voce)	Piangere (piagnucolosa)
Movimento del Ki	Sbadigliare, tossire, grattarsi
Ciclo vitale	Aria

Percorso meridiano di STOMACO

Tav.4 - IL CANALE DELLO STOMACO

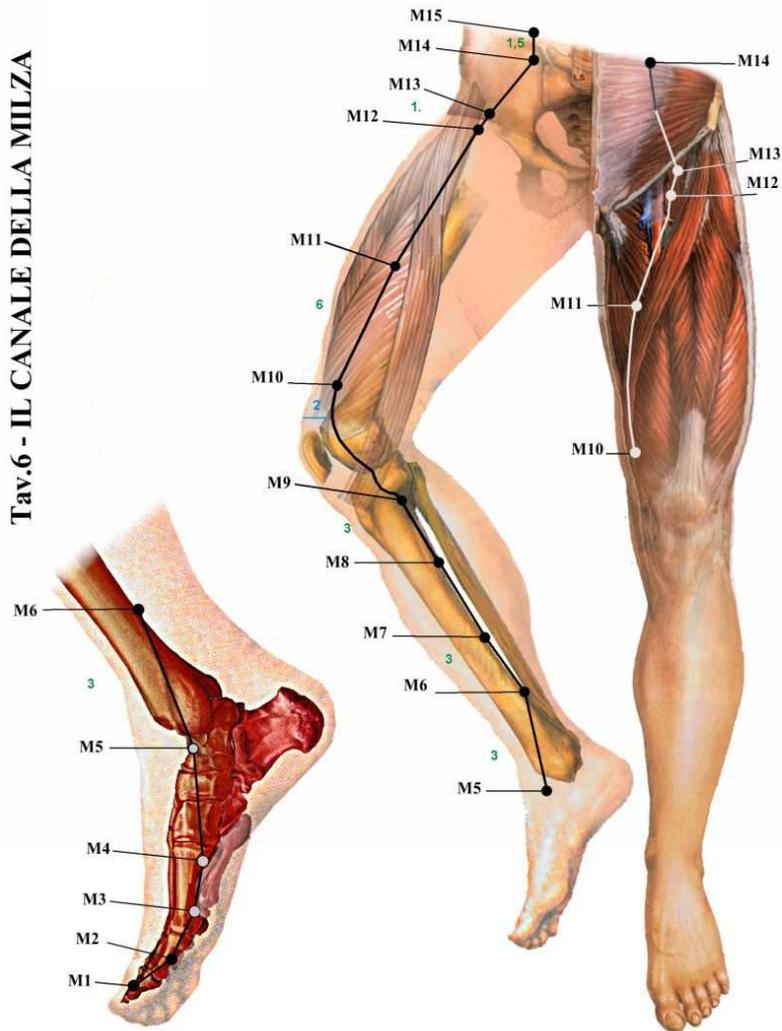


Tav. 5 - IL CANALE DELLO STOMACO

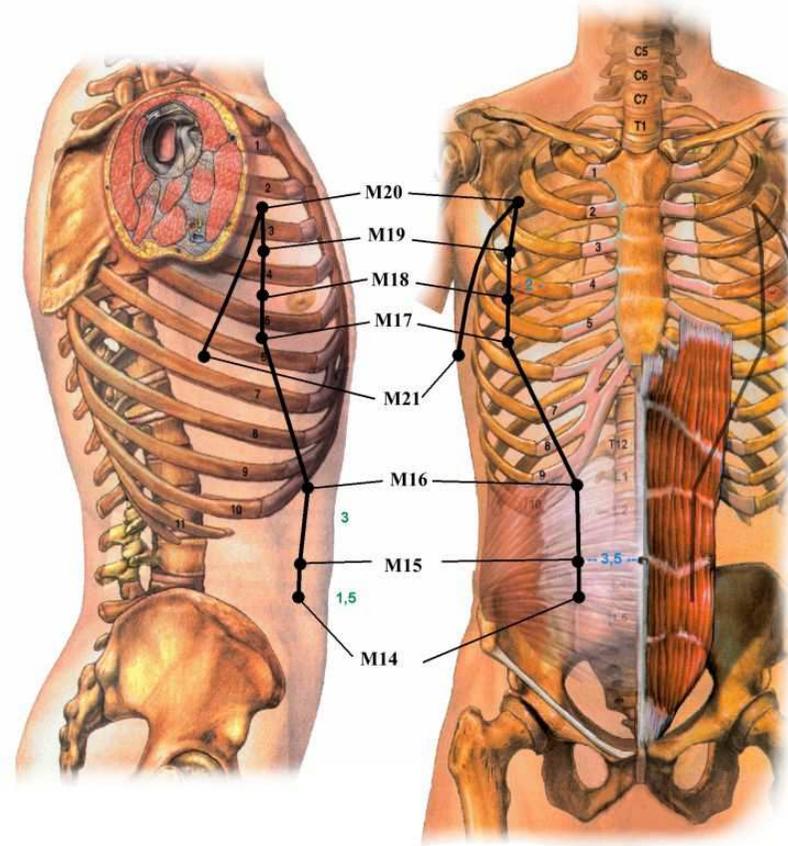


Percorso meridiano di MILZA

Tav.6 - IL CANALE DELLA MILZA



Tav.7 - IL CANALE DELLA MILZA



Corrispondenze nelle 5 fasi

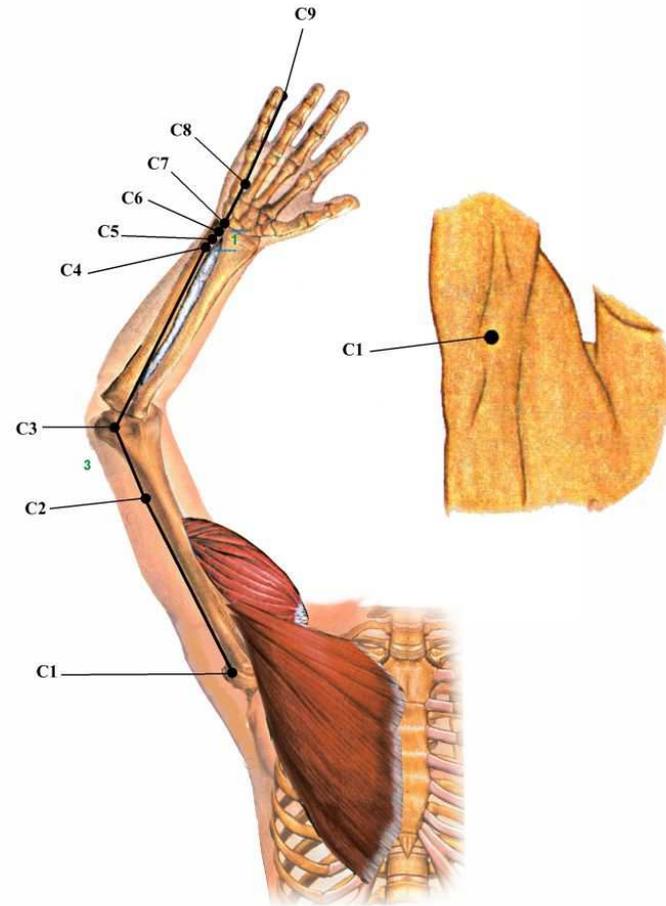
Elemento	Terra
Meridiani	Stomaco, milza/pancreas
Orario	7.00-9.00 9.00-11.00
Funzione	Nutrizione Assorbimento Riproduzione
Colore	Giallo
Stagione	Fine estate
Sapore	Dolce
Controllo anatomico-fisiologico	Tessuto connettivo, carne
Organi di senso	Bocca

Corrispondenze nelle 5 fasi

Elemento	Terra
Fuidi	Saliva
Clima	Umido
Manifestazione positiva	Compassione, giustizia
Manifestazione negativa	Gelosia, dubbio
Espressione (voce)	Cantare (cantilenante)
Movimento del Ki	Stringere, abbracciare
Ciclo vitale	Cibo

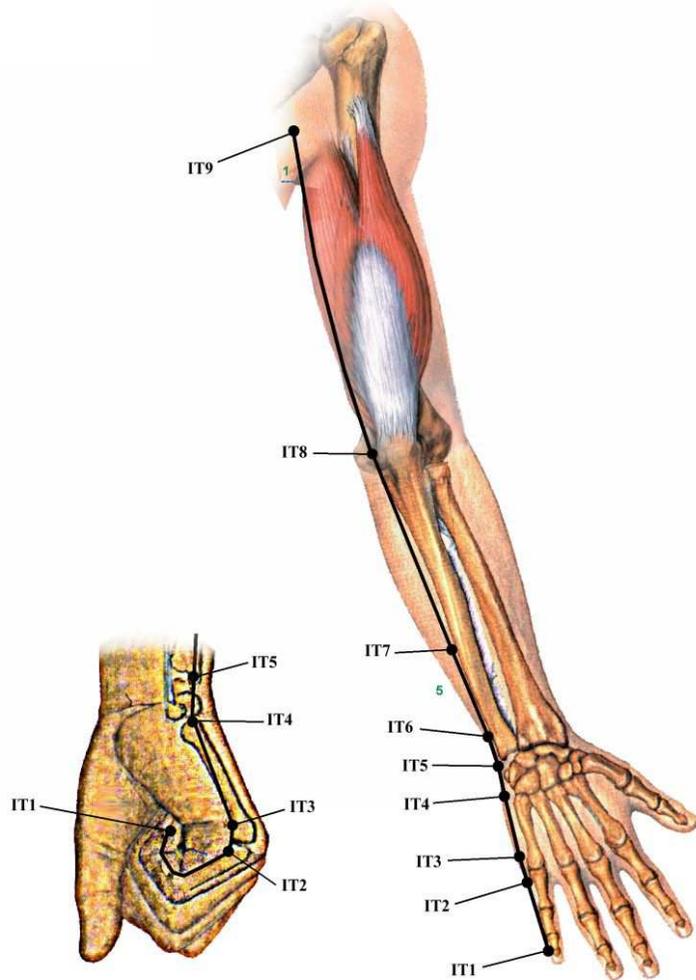
Percorso meridiano di CUORE

Tav.8 - IL CANALE DEL CUORE

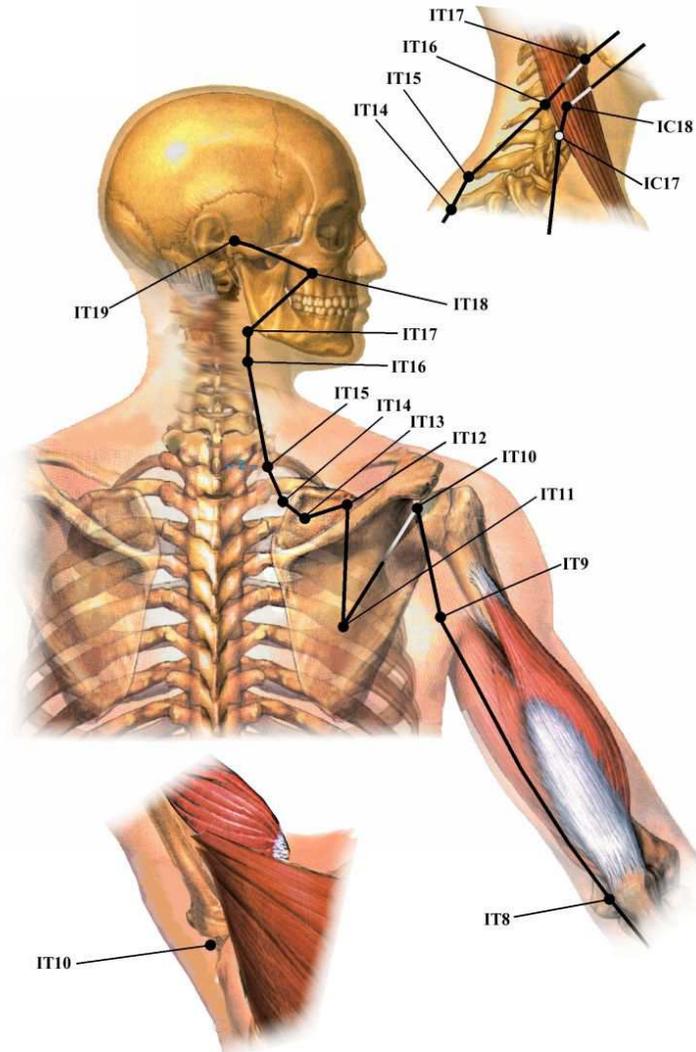


Percorso meridiano di INTESTINO TENUE

Tav.9 - IL CANALE DELL'INTESTINO TENUE



Tav.10 - IL CANALE DELL'INTESTINO TENUE



Corrispondenze nelle 5 fasi

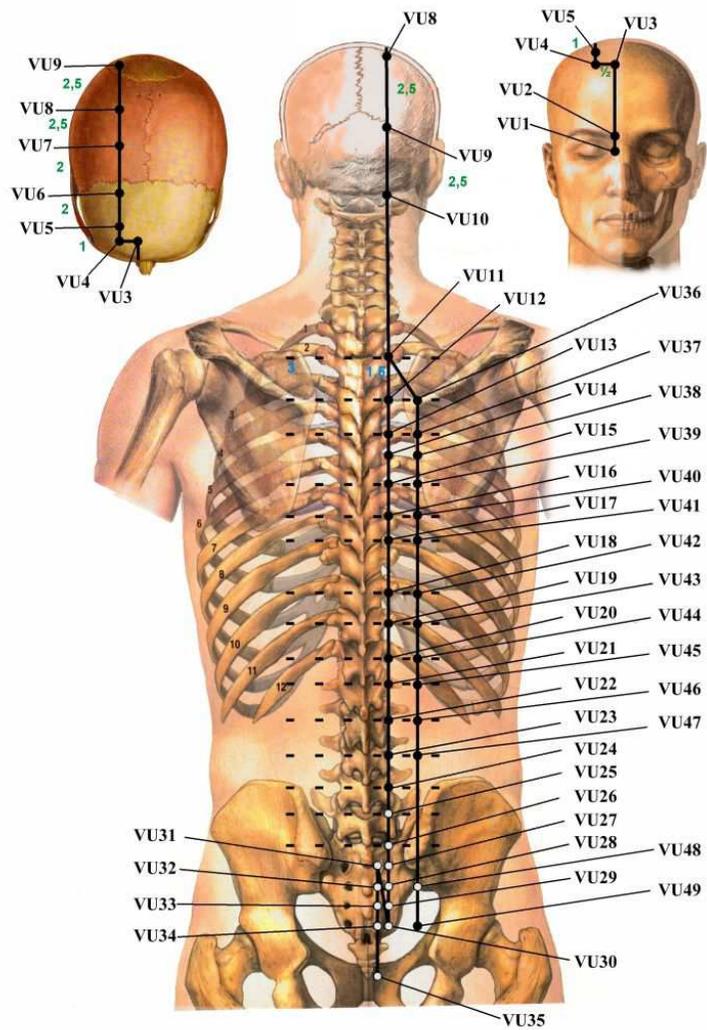
Elemento	Fuoco principesco
Meridiani	Cuore/Intestino tenue
Orario	11.00-13.00 13.00-15.00
Funzione	Comunicazione Interpretazione Assimilazione
Colore	Rosso
Stagione	Estate
Sapore	Amaro
Controllo anatomico-fisiologico	Sangue
Organi di senso	Lingua, tatto

Corrispondenze nelle 5 fasi

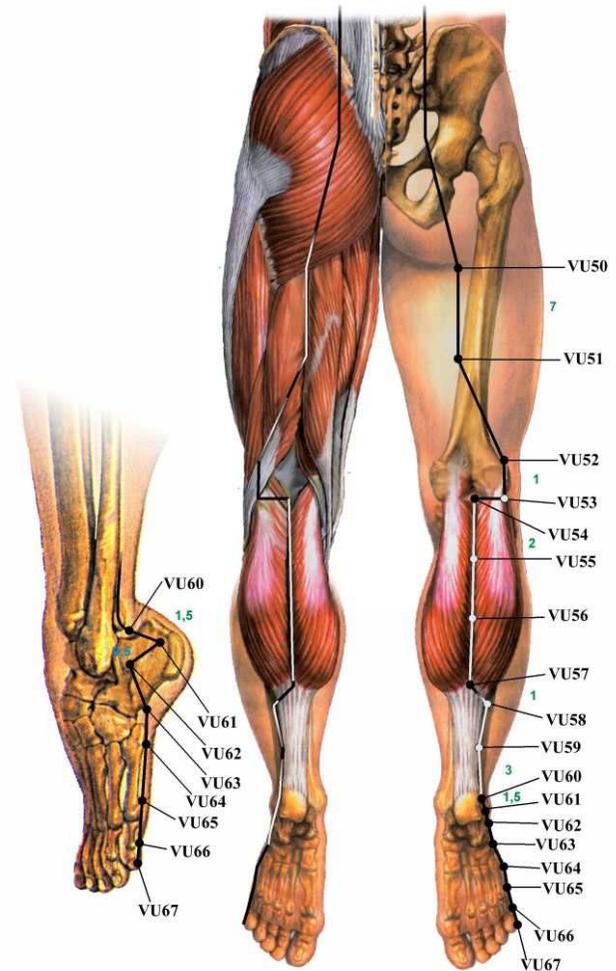
Elemento	Fuoco principesco
Fuidi	Sudore
Clima	caldo
Manifestazione positiva	Gioia, allegria
Manifestazione negativa	Nervosismo, emotività
Espressione (voce)	Ridere (ridanciana)
Movimento del Ki	Meditare
Ciclo vitale	Esperienza

Percorso meridiano di VESCICA URINARIA

Tav.11 - IL CANALE DELLA VESCICA URINARIA

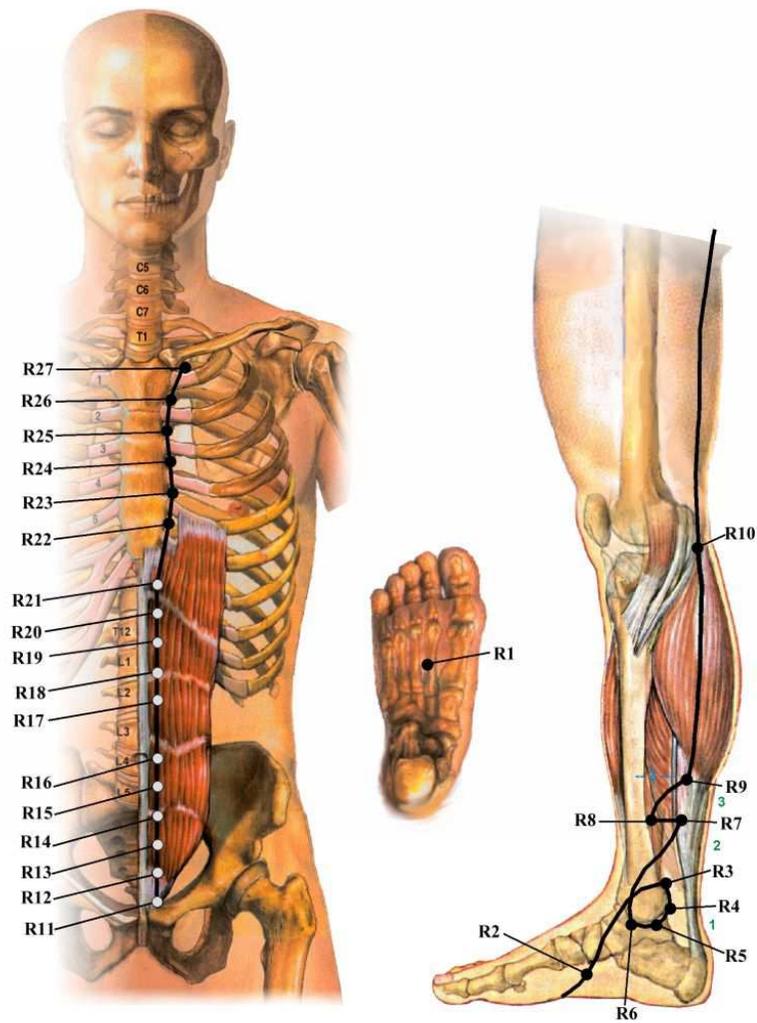


Tav.12 - IL CANALE DELLA VESCICA URINARIA



Percorso meridiano di RENE

Tav.13 - IL CANALE DEI RENI



Corrispondenze nelle 5 fasi

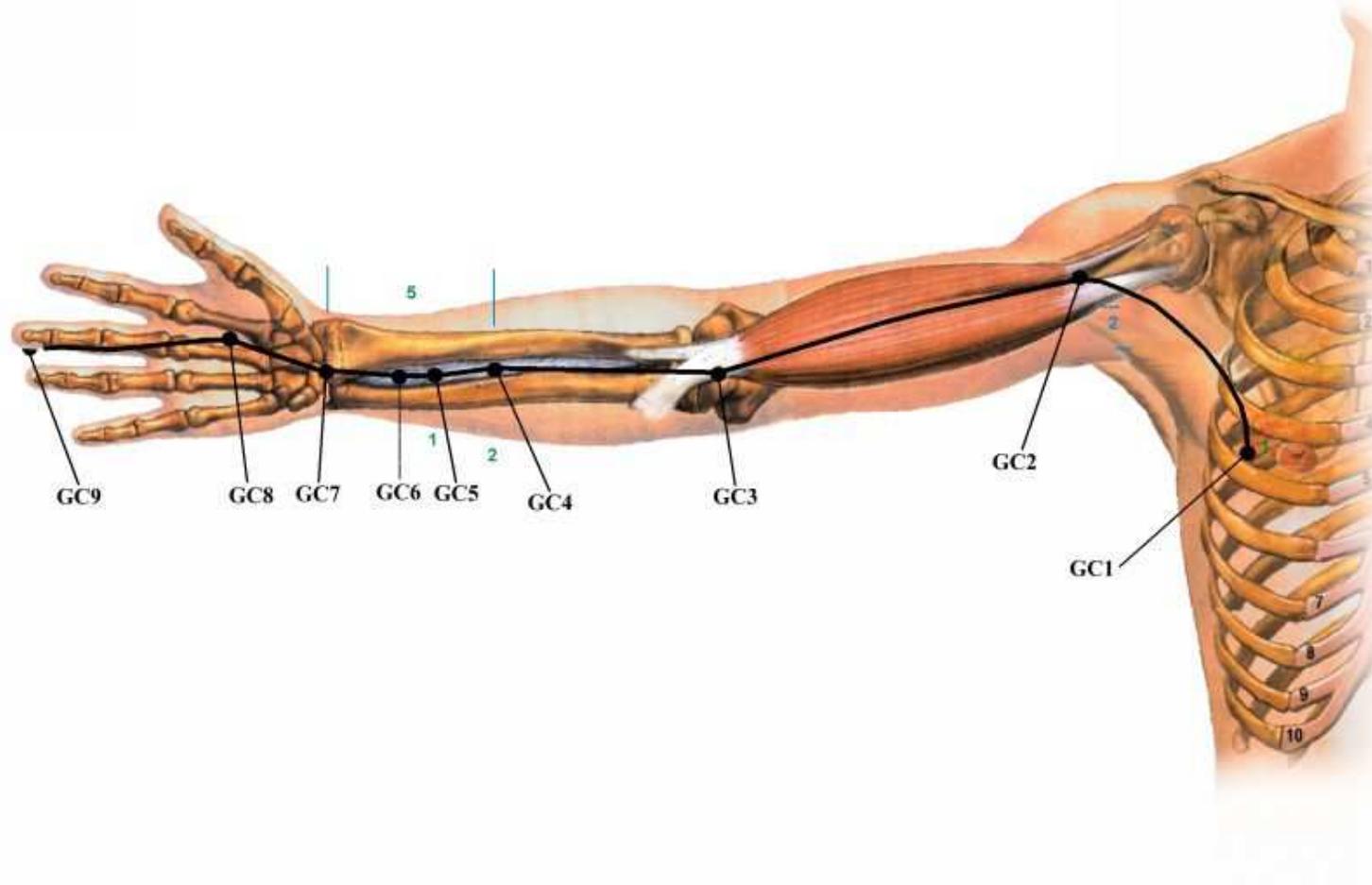
Elemento	Acqua
Meridiani	Vescica urinaria/reni
Orario	15.00-17.00 17.00-19.00
Funzione	Purificazione Spinta vitale
Colore	Blu scuro, nero
Stagione	Inverno
Sapore	Salato
Controllo anatomico-fisiologico	Ossa, denti, capelli
Organi di senso	Orecchio

Corrispondenze nelle 5 fasi

Elemento	Acqua
Fluidi	Urina
Clima	Freddo
Manifestazione positiva	Fiducia, coraggio
Manifestazione negativa	Insicurezza, paura
Espressione (voce)	Gemere (stridula)
Movimento del Ki	Precipitarsi, tremare
Ciclo vitale	Purificazione

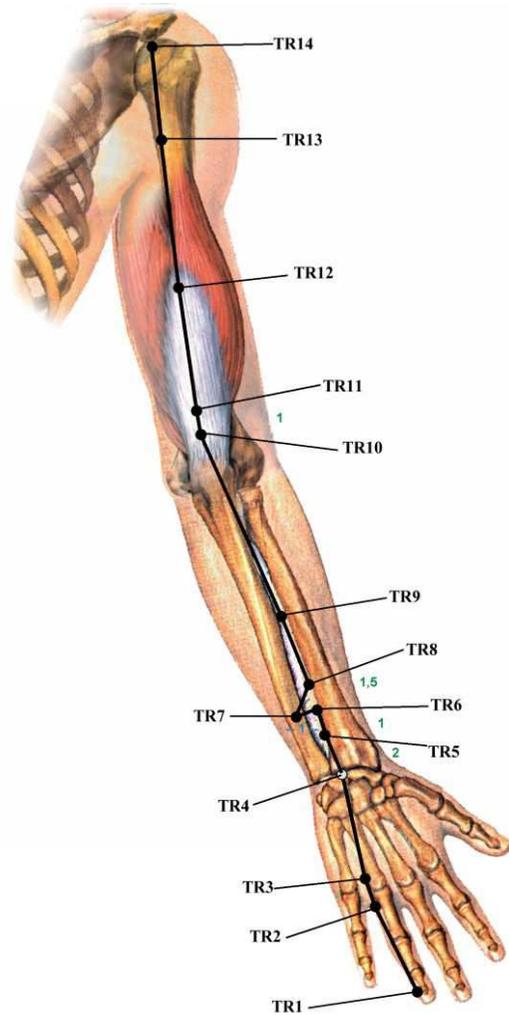
Percorso meridiano di MASTRO DEL CUORE

Tav.14 - IL CANALE DEL PERICARDIO

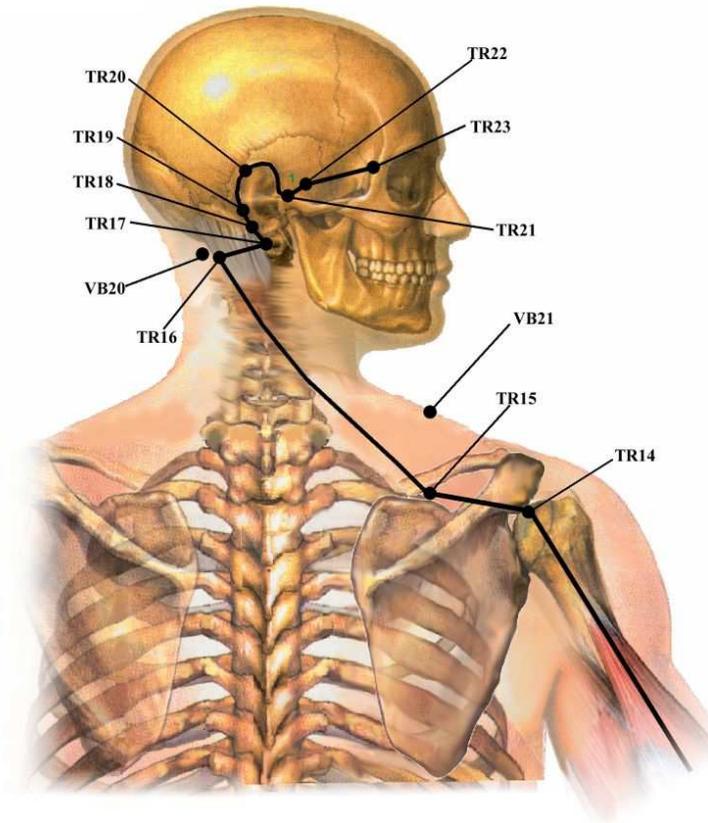


Percorso meridiano di TRIPLICE RISCALDATORE

Tav.15 - IL CANALE DEL TRIPLICE RISCALDATORE



Tav. 16 - IL CANALE DEL TRIPLICE RISCALDATORE



Corrispondenze nelle 5 fasi

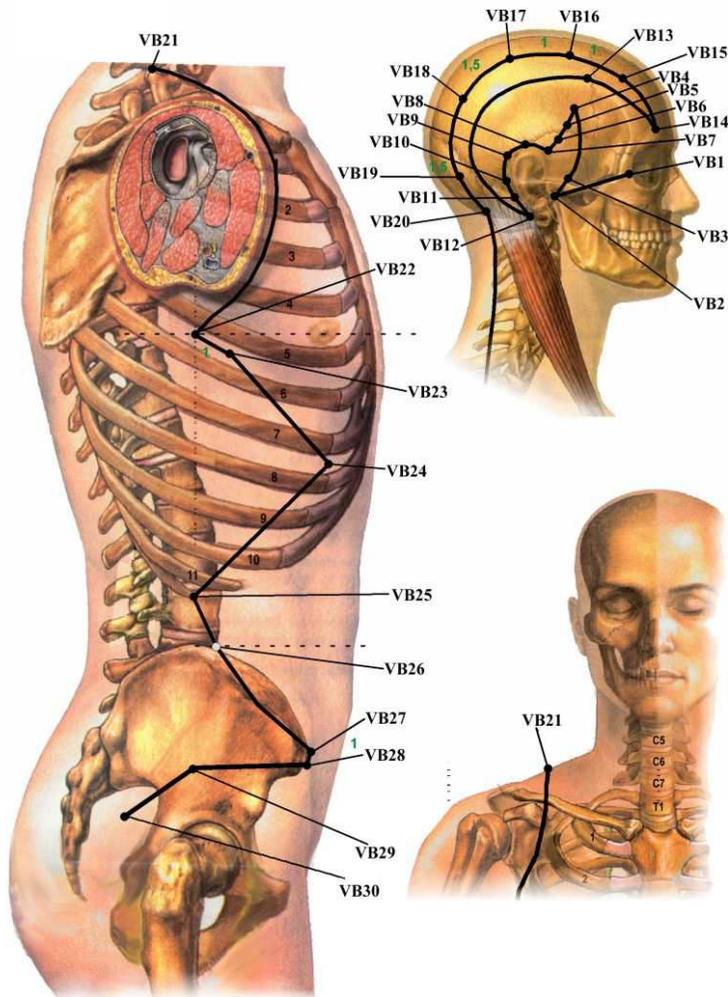
Elemento	Fuoco ministeriale
Meridiani	Mastro del cuore/triplice riscaldatore
Orario	19.00-21.00 21.00-23.00
Funzione	Circolazione Protezione Sessualità
Colore	Rosso
Stagione	Estate
Sapore	Amaro
Controllo anatomico-fisiologico	vasi sanguigni e linfatici, sierose
Organi di senso	Lingua

Corrispondenze nelle 5 fasi

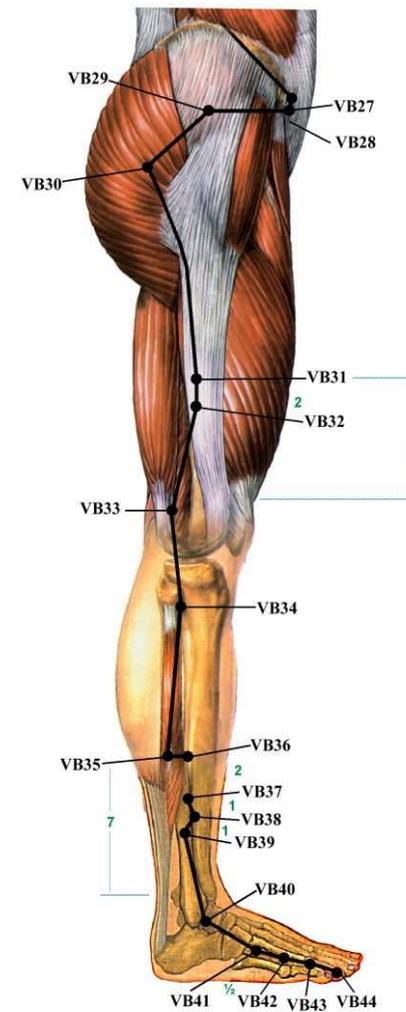
Elemento	Fuoco ministeriale
Fuidi	Sudore
Clima	Caldo
Manifestazione positiva	Gioia, allegria
Manifestazione negativa	Nervosismo, emotività
Espressione (voce)	Ridere (ridanciana)
Movimento del Ki	Scaldarsi, proteggersi
Ciclo vitale	Esperienza

Percorso meridiano di VESICOLA BILIARE

Tav.17 - IL CANALE DELLA VESCICA BILIARE

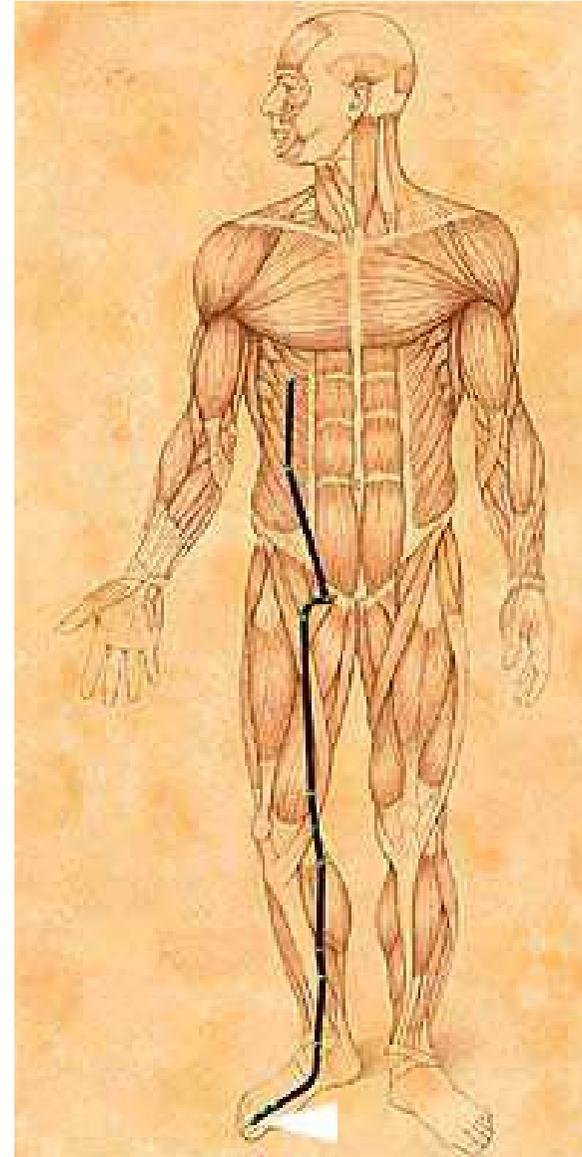
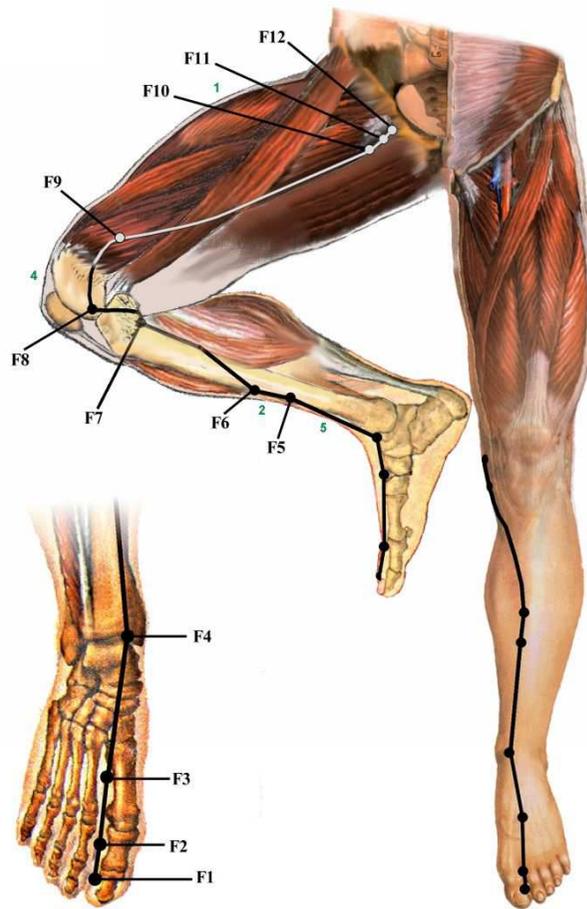


Tav.18 - IL CANALE DELLA VESCICA BILIARE



Percorso meridiano di FEGATO

Tav.19 - IL CANALE DEL FEGATO



Corrispondenze nelle 5 fasi

Elemento	Albero
Meridiani	Vescicola biliare/ fegato
Orario	23.00-01.00 01.00-03.00
Funzione	Pianificazione Controllo decisione Distribuzione
Colore	Verde
Stagione	Primavera
Sapore	Acido, aspro
Controllo anatomico-fisiologico	Muscoli, tendini, legamenti, articolazioni
Organi di senso	Occhio

Corrispondenze nelle 5 fasi

Elemento	Albero
Fuidi	Lacrime
Clima	Ventoso
Manifestazione positiva	Pazienza, calma
Manifestazione negativa	Collera, ira, rabbia
Espressione (voce)	Gridare
Movimento del Ki	vacillare, esitare
Ciclo vitale	Decisione