

ΕΡΕΥΝΑ & ΕΦΑΡΜΟΓΗ
ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΥ
ΓΙΑΓΚΟΣ ΚΑΡΑΒΗΣ



Ιατρικός Βελονισμός

Ένα αρχαίο θεραπευτικό σύστημα
στην υπηρεσία της σύγχρονης ιατρικής



Μιλτιάδης Καράβης

Φυσιάτρος

ΕΡΕΥΝΑ & ΕΦΑΡΜΟΓΗ
ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΥ
ΓΙΑΓΚΟΣ ΚΑΡΑΒΗΣ



Ιατρικός Βελονισμός

Ένα αρχαίο θεραπευτικό σύστημα
στην υπηρεσία της σύγχρονης ιατρικής

Μιλτιάδης Γ. Καράβης

Ιατρός Φυσικής Ιατρικής και Αποκατάστασης

Η προέλευση του βελονισμού

Ο καθηγητής E. Ernst του Πανεπιστημίου του Exeter αναφέρει συχνά έναν κινεζικό μύθο του 5^{ου} αιώνα στον οποίο περιγράφεται ο τρόπος με τον οποίο ο φημισμένος ιατρός της εποχής, ο Zhen Quan, θεράπευσε τον ώμο του αυτοκράτορα της επαρχίας Lu Zhou. Ο Zhen Quan προσκλήθηκε από τον Αυτοκράτορα επειδή αντιμετώπιζε ένα έντονο πρόβλημα άλγους στον ώμο, που είχε ως συνέπεια την αδυναμία άσκησης των διοικητικών και στρατιωτικών του καθηκόντων. Ο γιατρός, που έπρεπε οπωσδήποτε να διασώσει την φήμη του, μετά από προσεκτική εξέταση, παρήγγειλε στον αυτοκράτορα να σημαδέψει με το τόξο και το βέλος του το κέντρο ενός στόχου, ενώ ο ίδιος στάθηκε πίσω του. Τη στιγμή που ο αυτοκράτορας σήκωσε το χέρι του για να στοχεύσει, ο γιατρός έβαλε με δύναμη, αλλά και με θαυμαστή τέχνη, μία βελόνα σε ένα σημείο βελονισμού γνωστό ως Jian-Yu (ΠΕ 15), που βρίσκεται στην κορυφή της άρθρωσης του ώμου. Το αποτέλεσμα ήταν άμεσο και εντυπωσιακό: ο πόνος υποχώρησε αμέσως και το βέλος βρήκε το κέντρο του στόχου. Η φήμη του Zhen Quan διασώθηκε.



Η ιστορία του βελονισμού είναι γεμάτη από παρόμοιες ανέκδοτες θρυλικές ιστορίες. Στον προσεκτικό και υποψιασμένο αναγνώστη παρόμοιων περιστατικών μοιραία γεννιούνται κάποια ερωτηματικά: πώς ήξερε ο Zhen Quan ποιο σημείο βελονισμού να επιλέξει; Ο αυτοκράτορας βελτιώθηκε λόγω της ειδικής δράσης της βελόνας, λόγω της υποβολής από τη φήμη του Zhen Quan ή ήταν απλώς μία αιφνίδια ίαση, μία φυσική εξέλιξη της πορείας του πόνου του; Αν όντως η θεραπευτική δράση του βελονισμού θεράπευσε τον αυτοκράτορα, μέσω ποιου μηχανισμού επέδρασε; Με ποια συχνότητα ο Zhen Quan έκανε παρόμοια θαύματα; Τι παρενέργειες μπορεί να είχε ο συγκεκριμένος χειρισμός στον αυτοκράτορα;

Η διάθεση των ιατρών να βρουν απαντήσεις στα παραπάνω ερωτήματα οδήγησε στη δημιουργία μιας νέας σχολής σκέψης στον βελονισμό με συγκεκριμένο και αυστηρό θεωρητικό και διδακτικό περιεχόμενο: **τον Ιατρικό Βελονισμό**.



Πώς μπορεί να περιγραφεί απλά ο βελονισμός;

Ο **Βελονισμός** είναι από τις **αρχαιότερες θεραπευτικές τεχνικές** που χρησιμοποιήθηκαν στον πλανήτη. Κοιτίδα της αρχαίας αυτής τέχνης θεωρείται η **Κίνα**. Στην περιοχή του Κίτρινου ποταμού, ήκμασε ένας σπουδαίος πολιτισμός, που παρήγαγε μεγάλες ανακαλύψεις σε επιστήμες, γράμματα και τέχνες.

Αρχαιολογικές έρευνες έφεραν στο φως ένα σημαντικό ιατρικό σύγγραμμα (ονομάστηκε **Βιβλίο Ιατρικής**), στο οποίο περιγράφονται αναλυτικά, για πρώτη φορά σε ιατρικό κείμενο, οι βασικές θεωρίες στις οποίες στηρίζεται η θεραπευτική του Βελονισμού. Από νεότερες επανεκδόσεις του (γύρω στον 8^ο αιώνα μ.Χ.), μαθαίνουμε ότι η κινεζική ιατρική στηρίζεται την εποχή εκείνη στη φαρμακολογία (αναφέρονται 2000 συνταγές σκευασμάτων από βότανα), στη χειρουργική και στο βελονισμό. Στο σύγγραμμα περιγράφονται αναλυτικά οι βασικές θεωρίες στις οποίες στηρίζεται η παραδοσιακή κινέζικη ιατρική. Περιγράφονται επίσης οι μεσημβρινοί, τα σημεία βελονισμού, οι τύποι των βελόνων και η χρήση τους, οι κανόνες θεραπευτικής καθώς και διαγνωστικές μέθοδοι της εποχής, όπως η ψηλάφηση των σφυγμών και η επισκόπηση της γλώσσας. Στις σελίδες του Βιβλίου Ιατρικής παρατίθενται ανεκτίμητης ιστορικής αξίας πληροφορίες για τα ισχύοντα την εποχή εκείνη στοιχεία ανατομίας

και φυσιολογίας των οργάνων, με σχήματα και αναλυτικές περιγραφές της καρδιακής, πνευμονικής και ηπατικής λειτουργίας.

Γνωρίζοντας περιόδους ακμής (δυναστεία των Μινγκ 1368-1644 μ.Χ.) και παρακμής (δυναστεία Dao Guang 1822-1950 μ.Χ.) το θεραπευτικό σύστημα του βελονισμού παρέμεινε αναλλοίωτο μέχρι τις μέρες μας. Αξίζει να σημειωθεί ότι σε κανέναν άλλο λαό του κόσμου δεν καταγράφονται **αναφορές για θεραπείες τόσο πολύπλοκες και ολοκληρωμένες** όσο αυτή του βελονισμού. Η πληρότητα, η μοναδικότητα και η αποτελεσματικότητά του, ήταν οι βασικότερες αιτίες διάδοσής του στη Δύση.



Η διάδοση του βελονισμού

Αναμφίβολα οι εναλλακτικές/συμπληρωματικές μέθοδοι (όπως ο βελονισμός) είναι δημοφιλείς μεταξύ των ασθενών. Το 45% των Αμερικανών χρησιμοποιεί για την αντιμετώπιση των προβλημάτων υγείας του κάποια μορφή θεραπείας εκτός της σύγχρονης βιοϊατρικής, ενώ το 32% των ενηλίκων ασθενών ακολουθεί σύγχρονες θεραπευτικές αγωγές παράλληλα (συμπληρωματικά και όχι εναλλακτικά) με βελονισμό.

Στη Μεγάλη Βρετανία παρέχονται υπηρεσίες βελονισμού στο 34% των κέντρων υγείας, στο 86% των ιατρείων χρόνιου πόνου και από το 40% των γενικών ιατρών. Παρόμοια ποσοστά υπολογίζονται σε Γερμανία, Αυστρία, Νορβηγία, Σουηδία.

Είναι χαρακτηριστικό ότι δημοσιεύονται περισσότερες από 11.000 ιατρικές μελέτες τον χρόνο για τον βελονισμό και τους μηχανισμούς δράσης του, ενώ έχουν εκδοθεί εκατοντάδες βιβλία βιοϊατρικού βελονισμού, (αρκετά από αυτά στην ελληνική γλώσσα), που εξετάζουν την "μυστηριώδη" φύση του.

Στο βελονισμό τοποθετούμε ιδιαίτερα λεπτές βελόνες σε καθορισμένες περιοχές του σώματος, γνωστές ως **«σημεία βελονισμού»** με σκοπό :

- *Να θεραπεύσουμε διάφορες παθήσεις.*
- *Να ανακουφίσουμε τον άρρωστο από βασανιστικά συμπτώματα.*
- *Να προλάβουμε την εκδήλωση μιας ασθένειας.*
- *Να τονώσουμε και να αναζωογονήσουμε τον οργανισμό.*
- *Να σταματήσουμε τον οξύ ή χρόνια πόνο.*
- *Να ελαττώσουμε τα φάρμακα σε μία χρόνια πάθηση.*
- *Να διαχειριστούμε το στρες, την παχυσαρκία, το κάπνισμα, τον αλκοολισμό.*
- *Να περιορίσουμε το θεραπευτικό αδιέξοδο που συναντάμε συχνά σε χρόνιες εκφυλιστικές παθήσεις.*
- *Να μειώσουμε τη πολυφαρμακία, ιδιαίτερα σε παιδιά και ηλικιωμένους ασθενείς.*

Στην ουσία, με την τοποθέτηση των βελονών στα σωστά σημεία, κινητοποιείται πολύπλοκο σύστημα προστασίας από τον πόνο (ενδογενές σύστημα αναλγησίας), που καθοδηγείται πλήρως από το νευρικό σύστημα. Ο εγκέφαλος παράγει ισχυρές παυσίπονες και αντιφλεγμονώδεις ουσίες, που δρουν θεραπευτικά, περιορίζοντας πόνο και φλεγμονή.



Ο βελονισμός στερείται παρενεργειών και είναι εντελώς ακίνδυνος όταν εφαρμόζεται από σωστά εκπαιδευμένους ιατρούς, που τηρούν αυστηρά τους κανόνες εφαρμογής του. Οι βελόνες που χρησιμοποιούνται είναι μιας χρήσης ή ατομικές και αποστειρώνονται σε χειρουργικό κλίβανο, όπως ακριβώς τα χειρουργικά εργαλεία.

Η ιατρική κοινότητα παγκοσμίως αντιμετωπίζει με σοβαρότητα το θέμα του βελονισμού. Ο όγκος των εργασιών που εκπονούνται με αυστηρά επιστημονικά και μεθοδολογικά κριτήρια καθημερινά μεγαλώνει, με αποτέλεσμα την πληρέστερη στατιστική καταγραφή της αποτελεσματικότητάς του. Η πρόοδος της νευροφυσιολογίας και νευροφαρμακολογίας και η ανάπτυξη νέων τεχνικών απεικόνισης (όπως η λειτουργική μαγνητική τομογραφία), δείχνουν τα όρια της μεθόδου. Για πρώτη φορά στην ιστορία της ιατρικής, οι νευροεπιστήμονες «βλέπουν» τον εγκέφαλο, ενώ αυτός αντιδρά στην ένθεση της βελόνας κατά τη διάρκεια μιας θεραπείας, ερμηνεύοντας φαινόμενα και κατανοώντας λειτουργίες, που στο παρελθόν ήταν ακατανόητες. Καταγράφονται με ακρίβεια οι ενδείξεις, αντενδείξεις και παρενέργειες του βελονισμού και θεσπίζονται αυστηροί κανόνες ως προς την θεραπευτική διαδικασία. Σήμερα, η επιστημονική θεώρηση του βελονισμού επιτρέπει στους ιατρούς να εφαρμόσουν βελονισμό βασισμένοι σε σύγχρονες τεχνικές.

Είναι πλέον αναμφίβολο ότι όλο και πιο συχνά, ο βελονισμός βρίσκει απήχηση στις αναπτυγμένες δυτικές κοινωνίες, όχι μόνο ανάμεσα στους πολίτες, δηλαδή στους πάσχοντες ή τους συγγενείς τους, αλλά κυρίως ανάμεσα στους κύκλους της επιστημονικής κοινότητας. Ακόμη και στην Αμερική, τη Μέκκα της τεχνολογίας και

τεχνογνωσίας το 64% των Αμερικανών Πανεπιστημίων Ιατρικής (Cornell, John Hopkins, UCLA, Maryland κ.α.) περιλαμβάνουν το βελονισμό στο πρόγραμμα εκπαίδευσης των φοιτητών Ιατρικής.

Ταυτόχρονα εφαρμόζονται πολλά ερευνητικά προγράμματα για να βρεθεί έδαφος και να στηριχθεί με επιστημονική εγκυρότητα το σύνολο των εφαρμογών του βελονισμού. Στις έρευνες αυτές βασίστηκε το εθνικό Ινστιτούτο Υγείας της Αμερικής για την προώθηση της έρευνας και την καταγραφή των προϋποθέσεων άσκησης του βελονισμού στην Ιατρική.

Το 1993, το έγκριτο ιατρικό περιοδικό New England Journal of Medicine δημοσίευσε τα αποτελέσματα μιας

εθνικής έρευνας που αποκάλυψε ότι πάνω από 34% του Αμερικανικού λαού έχει καταφύγει τουλάχιστον σε μια μη συμβατική θεραπεία τον προηγούμενο χρόνο.



Ο βελονισμός στην πράξη

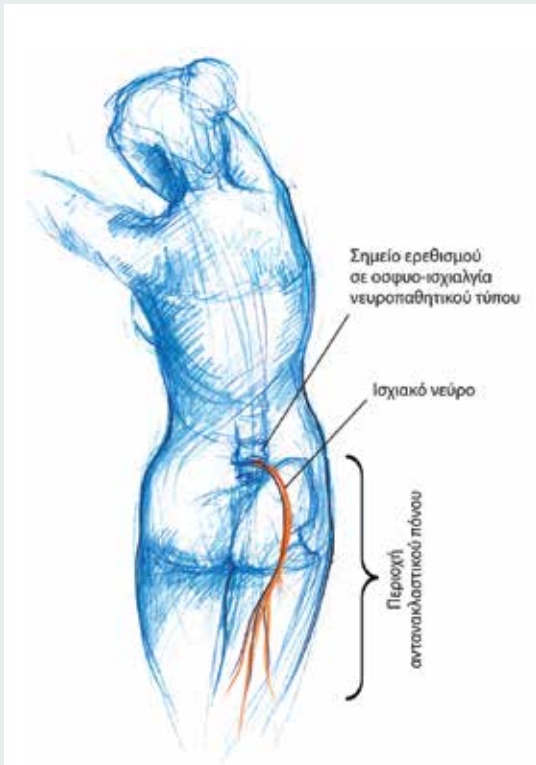
- ▶ Τοποθετούνται 5 έως 15 βελόνες σε ειδικά επιλεγμένα (ανάλογα με την πάθηση) σημεία του σώματος.
- ▶ Οι βελόνες είναι ειδικά κατασκευασμένες, ιδιαίτερα λεπτές (0,25 mm) και ελαστικές (για να μην υπάρχει κίνδυνος θραύσης).
- ▶ Είναι μίας χρήσης, τοποθετημένες σε ειδικές συσκευασίες για να χρησιμοποιούνται από τον γιατρό χωρίς αυτός να τις ακουμπάει.
- ▶ Η τοποθέτηση είναι ανώδυνη. Η τεχνική είναι τέτοια ώστε να μην προκαλείται πόνος στον άρρωστο.
- ▶ Οι βελόνες παραμένουν στα σημεία βελονισμού για 15 έως 45 λεπτά. Κατόπιν αφαιρούνται.
- ▶ Μετά τον βελονισμό ο ασθενής μπορεί να συνεχίσει την δραστηριότητά του χωρίς πρόβλημα.
- ▶ Οι θεραπευτικές συνεδρίες εκτελούνται με συχνότητα 2 ή 3 θεραπείες την εβδομάδα.
- ▶ Για μια πλήρη αγωγή απαιτούνται 8 έως 12 συνεδρίες βελονισμού. Υπάρχει σαφές όριο το οποίο όμως εξαρτάται από πολλούς παράγοντες.
- ▶ Κατά την διάρκεια της θεραπείας μπορούν παράλληλα να λαμβάνονται φάρμακα ή συμπληρώματα διατροφής. Αυτά δεν αλλοιώνουν το αποτέλεσμα της θεραπείας.
- ▶ Η βελτίωση εμφανίζεται τις πρώτες 4 έως 6 συνεδρίες βελονισμού. Σε αρκετές περιπτώσεις όμως είναι αργότερα.
- ▶ Ο βελονισμός δεν είναι μόνο ένα καλό παυσίπονο. Είναι μια θεραπεία που έχει μεσοπρόθεσμη-μακροπρόθεσμη δράση. Ένα καλό αποτέλεσμα διαρκεί μήνες ή χρόνια.

Παθήσεις στις οποίες ενδείκνυται ο βελονισμός

Υπάρχουν επιστημονικά δεδομένα για την αποτελεσματικότητα του βελονισμού στον μετεγχειρητικό πόνο, στη ναυτία και τον εμετό μετά από χειρουργική επέμβαση ή κατά τη διάρκεια χημειοθεραπείας, σε πλήθος συνδρόμων χρόνιου πόνου (μυϊκά σύνδρομα πόνου, ινομυαλγία, επικονδυλίτιδες, τενοντίτιδες, χονδροπάθεια επιγονατίδος), στην εκφυλιστική νόσο της σπονδυλικής στήλης (δισκοπάθεια, σπονδυλαρθρίτιδα, σπονδυλική στένωση και τα άλγη που αυτές οι αλλοιώσεις συνεπάγονται, δηλ. αυχεναλγία, θωρακαλγία, οσφουαλγία, οσφυοϊσχιαλγία κ.ά), σε κάποιες μορφές κεφαλαλγίας (ημικρανία, κεφαλαλγία τύπου τάσης, αυχενογενή κεφαλαλγία, νευραλγία τριδύμου), στον πόνο της οστεοαρθρίτιδας και στη δυσμηνόρροια.

Για κάποια άλλα νοσήματα, όπως στην αποκατάσταση ασθενών από αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, στη ρευματοειδή αρθρίτιδα, αγκυλωτική σπονδυλίτιδα, στο σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα, στο άσθμα, στις αλλεργίες και στις εξαρτήσεις υπάρχουν θετικές αναφορές για τη δράση του βελονισμού, οι απόψεις όμως είναι αντικρουόμενες, οι εργασίες λίγες και ως εκ τούτου η αποτελεσματικότητά του δεν πρέπει να θεωρείται πλήρως τεκμηριωμένη. Όσο οι έρευνες προχωρούν, τόσο η εικόνα που σχηματίζουμε είναι πληρέστερη.

Αναφέρουμε μερικές κυριότερες ενδείξεις του βελονισμού, όπως τις παρέθεσε ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (W.H.O Chronicle 34,249,1980), επιβεβαιώθηκαν από εκτεταμένες κλινικές και εργαστηριακές έρευνες και ανακοινώθηκαν σε εθνικά, διεθνή και παγκόσμια ιατρικά Συνέδρια.



Κατάλογος ενδείξεων βελονισμού

ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΥΓΕΙΑΣ

Bannerman RH,
The World Organization
Viewpoint on Acupuncture,
Am. J. Acupuncture, 8, 1990, 231-235

(τροποποιημένο από Μ. Καράβη, Αθήνα 2018)

Λειτουργικές παθήσεις

- Αλλεργικό βρογχικό άσθμα
- Παιδικό άσθμα
- Αλλεργική ρινίτιδα, ιγμορίτιδα
- Δυσλειτουργίες του πεπτικού συστήματος
- Ευερέθιστο έντερο, δυσκοιλιότητα
- Κλιμακτηριακές διαταραχές

Μυοσκελετικά επώδυνα σύνδρομα

- Αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο
- Οσφυαλγία-Ισχιαλγία
- Αυχεναλγίες – Θωρακαλγίες
- Αρθρίτιδες και περιαρθρίτιδες γόνατος, ώμου, ποδοκνημικής, ισχίου, αγκώνος, άκρας χειρός, άκρου ποδός
- Ρευματοειδής αρθρίτιδα
- Μυϊκά άλγη (διάχυτα ή εντοπισμένα)

Παθήσεις νευρικού συστήματος

- Ημικρανία
- Κεφαλαλγίες τύπου τάσης
- Νευραλγία τριδύμου, άτυπες προσωπαλγίες
- Πάρεση προσωπικού νεύρου
- Στοματογοναθοπροσωπικός πόνος
- Μεθερπητική νευραλγία, νευραλγία τριδύμου νεύρου
- Ήλιγγοι, εμβοές

Ψυχικές διαταραχές -ψυχοσωματικές διαταραχές

- Χρόνια κόπωση, ινομαλγία
- Αγχώδης διαταραχή, κατάθλιψη, φοβίες
- Νευροφυτικές διαταραχές
- Διαταραχές μνήμης, συγκέντρωσης, προσαρμογής, ύπνου και συμπεριφοράς
- Διαταραχές Libido

Δερματικές παθήσεις

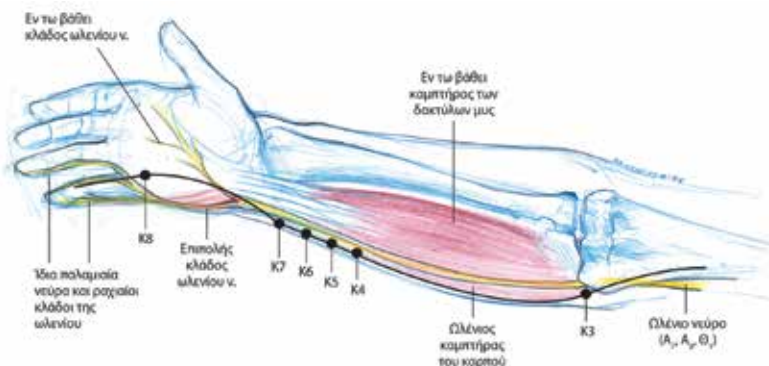
- Ψωρίαση και άλλες ψυχοδερματοπάθειες
- Αλλεργικά εκζέματα, εξανθήματα
- Ακμή

Ογκολογία

- Ναυτία, έμετος, κόπωση μετά από χημειοθεραπεία
- Περιφερικές νευροπάθειες

Άλλες

- Υπογονιμότητα
- Διαταραχές προ-εμμηνορρυσιακού κύκλου
- Σύνδρομο πολυκυστικών διαταραχών
- Χρόνιος πυελικός πόνος



Στα πιο πάνω νοσήματα (ή συμπτώματα νόσων) ο βελονισμός εφαρμόζεται μόνος ή σε συνδυασμό με φαρμακοθεραπεία, πάντα κατά την κρίση του ιατρού που αναλαμβάνει και την ευθύνη όλης της αγωγής. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι ο βελονισμός εξυπηρετεί άριστα, συνήθως συμπληρωματικά, τις φαρμακευτικές, χειρουργικές θεραπείες και ψυχοθεραπείες της επίσημης δυτικής ιατρικής.

Η Ελληνική Πολιτεία με αποφάσεις του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων «... δέχεται το βελονισμό ως μία μέθοδο θεραπείας η οποία εφαρμόζεται μόνο από ιατρούς...» (Αρ, Πρωτ. Υ7/οικ./4270/25-6-96) και συμπληρώνει ότι «...η εφαρμογή του βελονισμού πρέπει να γίνεται αποκλειστικά από ιατρούς που διαθέτουν εμπειρία και έχουν εκπαιδευτεί στην βελονοθεραπεία...» (574/Α4/-1191/21-2-1980).

Οι αποφάσεις αυτές τιμούν τον ιατρικό κόσμο, διασφαλίζουν πλήρως τους Έλληνες ασθενείς που απευθύνονται στο βελονισμό και βρίσκονται σε πλήρη αρμονία με τις αρχές και το καταστατικό της «Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Βελονισμού».

Το Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογής Βελονισμού ιδρύθηκε το 1973 από τον παθολόγο-παιδίατρο Γιάγκο Καραβή. Έκτοτε υπηρετεί τον Ιατρικό Βελονισμό τόσο σε θεραπευτικό όσο και σε εκπαιδευτικό επίπεδο. Θεραπευτικά, αντιμετωπίζουμε όλο το φάσμα των βασικών ενδείξεων του βελονισμού. Από το 1998, λειτουργεί παράλληλα το Διεθνές Μετεκπαιδευτικό Κέντρο Βελονισμού- Acu-Science. Σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο εκπαιδεύονται ιατροί διαφόρων ειδικοτήτων στο βελονισμό, σε διετή σεμινάρια, που γίνονται υπό τη αιγίδα της Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Βελονισμού και με την καθοδήγηση του Διευθυντή του Εκπαιδευτικού Προγράμματος, Ιατρού Μιλτιάδη Καραβή.

Από το 2017, το πρόγραμμα εκπαίδευσης και η εκπαιδευτική διαδικασία ελέγχεται από το πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής.

Συγγραφή κειμένων **Μ. Καραβής**
Εικονογράφηση **Δ. Λαμπρέτσα**

Γενικός κατάλογος ενδείξεων βελονισμού

Πεπτικό σύστημα

Γαστρίτιδα
Έλκος στομάχου
Επιγαστραλγία
Διαταραχές πεπτικού
Ευρέθιστο έντερο, σπαστική κολίτιδα
Δυσκοιλιότητα, διάρροια*
Νευροφυτικές διαταραχές πεπτικού

Καρδιαγγειακό σύστημα

Ιδιοπαθής υπέρταση*
Στηθαγγικός πόνος**
Νευροφυτικές αρρυθμίες**
Περιφερική αγγειακή νόσος*

Αναπνευστικό σύστημα

Άσθμα*
Υπεραντιδραστικότητα βρόγχων
Αλλεργική ασθματική βρογχίτιδα
Νευροφυτική δύσπνοια – βήχας

Ω. Ρ. Λ.

Αλλεργική ρινίτιδα
Αλλεργική ιγμορίτιδα
Νόσος (ίλιγγος) Meniere
Ξηροστομία, ξηροφθαλμία**
Ναυτία, ζάλη, ίλιγγοι**
(νευροφυτικής, αγγειακής ή αυχενικής αιτιολογίας)

Γυναικολογία

Δυσμηνόρροια
Αμηνόρροια (υποθαλαμική)*
Διαταραχές κύκλου
Μικροπολυκυστικές ωσθήκες*
Προεμμηνορρυσιακό σύνδρομο κλιμακτήριος
Δυσλειτουργικές μητρορραγίες
Πυελικός πόνος**
Ανώδυνος τοκετός
Υπογονιμότητα

Δερματολογία

Ακμή
Ψωρίαση*
Νευροδερματίτιδες*
Κνίδωση
Κνησμός αλλεργικής αιτιολογίας
Εκζέματα*

* Απαιτείται μεγαλύτερο πλήθος εργασιών και συγκριτικών μελετών για ασφαλή συμπεράσματα.

** Πρόκειται για σύμπτωμα που συναντάται σε πολλές ασθένειες. Απαιτείται προσοχή στη διαφοροδιάγνωση.



Ο κατάλογος αυτός είναι ενδεικτικός και δεν υποκαθιστά την προσεκτική επιλογή των περιστατικών. Δημιουργήθηκε μετά από μελέτη της υπάρχουσας βιβλιογραφίας. Βασίζεται στις ενδείξεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO, chronicle 34/249,1980), του National Institutes of Health της Αμερικής (Consensus Development Conference Statement, 1997), της IASP (International Association for the Study of Pain, Newsletter May / June, 1994), σε ανασκοπήσεις διπλών τυφλών μελετών με ομάδα ελέγχου, δημοσιευμένων σε έγκριτα ιατρικά περιοδικά και σε συγγράμματα ιατρικού βελονισμού (Medical Acupuncture – White & Filshie 1998, Acupuncture, a Scientific Appraisal, Ernst & White, 1999, Φυσιολογία του Βελονισμού, Μ. Καράβης, 1999).

Ψυχικές διαταραχές

Νευρώσεις, αγχώδης διαταραχή
 Διαταραχές ύπνου (αϋπνίες)
 Διαταραχές συμπεριφοράς
 Μελαγχολία, κατάθλιψη*
 Σύνδρομο χρόνιας κόπωσης*
 Νευροφυτικές διαταραχές
 Άγχος, stress, ένταση.
 Δυσπροσαρμογή
 PTSD

Αποκατάσταση

Σύνδρομο Sudech*
 Σύνδρομο υπέρχρησης
 Παγιδευτικά σύνδρομα*
 Αποκατάσταση σε Αγγειακά Εγκεφαλικά Επεισόδια*
 Αποκατάσταση σε μυϊκά σύνδρομα.
 Εκφυλιστικές παθήσεις σπονδυλικής στήλης
 Πάρεση προσωπικού*
 Δυσλειτουργική ουροδόχος κύστη

Οξύς πόνος (ειδικά σύνδρομα)

Μετεγχειρητική αναλγησία
 Κολικός νεφρού
 Ανώδυνος τοκετός
 Οξεία μυοσκελετικά άλγη
 Νευροπαθητικός πόνος
 Μεθερπητική νευραλγία
 Άλλος κροταφογναθικής διάρθρωσης

Χρόνιος πόνος

Αυχναλγίες
 Θωρακαλγίες - ραχιαλγίες
 Οσφυαλγίες
 Οσφυο-ισχιαλγία (οξεία - χρόνια)
 Μυοπεριτοναϊκός πόνος
 Σύνδρομο ινομυαλγίας*
 Μονοαρθρίτιδες ή Πολυαρθρικά σύνδρομα
 Εξωαρθρικά σύνδρομα (επικονδυλίτιδες, θυλακίτιδες, τενοντίτιδες, περιαρθρίτιδες)
 Ρευματοειδής αρθρίτιδα*
 Φαινόμενο Raynold's
 Οστεοαρθρίτιδα

Κεφαλαλγίες (πρωτοπαθείς)

Ημικρανία*
 Κεφαλαλγία τάσης (επεισοδιακή και χρόνια)
 Κεφαλαλγία κροταφογναθικής διάρθρωσης
 Τριδυμική νευραλγία*
 Ινιακή νευραλγία

Διάφορα

Αντιμετώπιση βουλιμίας, υπερφαγίας, παχυσαρκίας
 Προγράμματα απεξάρτησης από κάπνισμα, αλκοόλ
 Δράση στο νευρο-ενδοκρino-ανοσολογικό άξονα
 Αντιεμετική δράση (μετά χημειοθεραπεία, μετεγχειρητικά, εγκευμοσύνης, travel sickness)

Πρόσφατη απόφαση για το βελονισμό

ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΥΓΕΙΑΣ

«...Η πρόσφατη απόφαση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) να συμπεριλάβει τον βελονισμό στο πιο επίσημο κείμενο του (ICD-11, Διεθνής Στατιστική Ταξινόμηση Ασθενειών και Σχετικών Προβλημάτων Υγείας, Κεφάλαιο 26, Αναθεωρημένη έκδοση 2019, Υποχρέωση υιοθέτησης από τα κράτη μέλη το 2022), που αποτελεί σημείο αναφοράς για εκατομμύρια υγειονομικούς παγκοσμίως, δικαιώνει πενήντα (50) ετών ερευνητικές προσπάθειες και καταξιώνει την παραδοσιακή κινεζική ιατρική και τον βελονισμό ως διεθνώς αποδεκτή προσέγγιση για συγκεκριμένες ασθένειες και ασθενείς.

Ζούμε σε μια περίοδο που ο κόσμος αλλάζει και εξελίσσεται ραγδαία. Όσο τα θανατηφόρα λοιμώδη νοσήματα μειώνονται παγκοσμίως, λόγω της βελτίωσης των συνθηκών υγιεινής, της καθαρότητας του νερού και της σωστά διατηρημένης τροφής, τόσο η διαχείριση χρόνιων προβλημάτων υγείας του ενήλικου πληθυσμού θα αποτελεί πρώτη προτεραιότητα και σημαντική πρόκληση για την ιατρική κοινότητα. Ο βελονισμός σε όλες τις μελέτες επιδεικνύει υψηλά επίπεδα ασφάλειας και αξιοπιστίας, όταν εφαρμόζεται από σωστά εκπαιδευμένους ιατρούς και λειτουργούς υγείας. Η δυνατότητά του να αντιμετωπίζει χρόνιες και δυσίατες παθήσεις, τον καθιστά κατάλληλο, ώστε να ενσωματωθεί επίσημα στα εθνικά συστήματα υγείας των χωρών – μελών του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ)...».

*Καράβης Μιλτιάδης, φυσίατρος
Ιανουάριος 2019*



Εικονογράφηση Δ. Λαμπρέτσα

ΕΡΕΥΝΑ & ΕΦΑΡΜΟΓΗ
ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΥ
ΓΙΑΓΚΟΣ ΚΑΡΑΒΗΣ



Αλκιμάνος 2 & Παπαδιαμαντοπούλου
11528 Αθήνα (Περιοχή Χίλτον) 4ος όροφος
Τ: 210 7220 542 - 210 7293 345
Ε: info@karavis.gr - www.karavis.gr

Διανέμεται δωρεάν

