

Pautas sobre el uso de acupuntura y moxibustión para tratar el COVID-19 (segunda edición)

Tras la publicación de la Academia China de Acupuntura y Moxibustión del documento "Pautas sobre el uso de acupuntura y moxibustión para tratar el COVID-19 (Segunda Edición)", y con el fin de apoyar las acciones a nivel global contra la epidemia, la secretaría de la Federación Mundial de Acupuntura y Asociación de Moxibustión ha traducido inmediatamente la guía a inglés. A continuación se presenta dicha traducción y se reenvía el texto completo.

Pautas sobre el uso de acupuntura y moxibustión para tratar el COVID-19 (segunda edición)

El COVID-19 es una enfermedad respiratoria aguda altamente infecciosa de fácil contagio que supone una seria amenaza para la vida y la salud de las personas. Se ha incluido entre las enfermedades infecciosas de clase B prescritas en la "Ley de la República Popular de China sobre la prevención y el tratamiento de enfermedades infecciosas", y se ha de gestionar de acuerdo con las enfermedades infecciosas de clase A.

El COVID-19 se enmarca dentro de la categoría de enfermedades "epidémicas" según la medicina tradicional china. Durante miles de años, la medicina tradicional china ha acumulado una rica experiencia en la práctica médica a largo plazo en la lucha contra las epidemias. Como parte importante de la medicina tradicional china, la acupuntura y la moxibustión presentan una serie de características distintivas y ventajas frente a otras terapias, y ha hecho importantes contribuciones en la lucha contra las epidemias en China. **Existen diversos escritos de acupuntura y moxibustión para la prevención y el tratamiento de epidemias en los escritos clásicos de medicina tradicional china.** Por ejemplo, Sun Simiao, médico de la dinastía Tang, señala en su libro "Beiji Qianjin Yao Fang" (Recetas valiosas en caso de emergencia): "Aquellos que viajan a zonas con alto riesgo de enfermedades infecciosas necesitan moxibustión y moxibustión purulenta, así no serán infectados por la malaria o la malaria cálida ". En el "Compendio de Materia Médica", Li Shizhen, médico de la dinastía Ming, explicó: "La artemisa... La moxibustión puede suavizar la permeabilidad del meridiano, curar cientos de enfermedades y tratar a las personas que padecen enfermedades a largo plazo". Estas dos obras muestran que la acupuntura puede prevenir y tratar enfermedades infecciosas. Los estudios clínicos y experimentales modernos muestran que la acupuntura-moxibustión puede además regular el sistema inmunitario y actuar contra la inflamación y la infección.

La acupuntura-moxibustión juega un papel activo en la prevención y el tratamiento de enfermedades infecciosas. Frente a COVID-19, la terapia con acupuntura y moxibustión han ayudado de forma activa en la prevención y el control de la enfermedad con buenos resultados. Con una mayor comprensión de COVID-19 y la experiencia clínica en terapia con acupuntura y moxibustión, y de acuerdo con el Plan de diagnóstico y tratamiento para COVID-19 (sexta versión de prueba) y las indicaciones sobre la rehabilitación con medicina tradicional china durante la convalecencia de COVID-19 (versión de prueba)

emitido por la Oficina General de la Comisión Nacional de Salud y la Oficina General de Administración Nacional de Medicina Tradicional China, se han elaborado las "Directrices sobre el uso de Acupuntura y Moxibustión para el COVID-19 (segunda edición)" como referencia para el personal médico en la implementación de acupuntura y en la orientación de pacientes en casa.

I. Principios de aplicación de la acupuntura

(1) Durante la época de epidemia, la aplicación de la acupuntura debe estar subordinada a la situación general y llevarse a cabo metódicamente bajo la dirección de instituciones médicas de todos los niveles. Durante el tratamiento con acupuntura, debe implementarse estrictamente de acuerdo con los requisitos de cuarentena y desinfección. En el caso de tratamiento con acupuntura para casos confirmados y en recuperación, varios pacientes pueden ser tratados en la misma habitación. Cuando se trata de casos sospechosos de contagio, se debe tratar a los pacientes en habitaciones separadas. La moxibustión puede usarse en condiciones seguras durante la aplicación de terapia de oxígeno con soporte respiratorio.

(2) El diagnóstico clínico, las etapas, la clasificación y la diferenciación del síndrome mediante medicina tradicional china para el COVID-19 deberán seguir el plan de diagnóstico y tratamiento de COVID-19 emitido por la Oficina General de la Comisión Nacional de Salud y la Oficina General de la Administración Nacional de Medicina Tradicional China. Del mismo modo, se deben considerar las características de la acupuntura para que la aplicación sea más apropiada. El COVID-19 es una de las "cinco epidemias" y es de fácil contagio, aunque "todas sean de fácil infección, independientemente de la edad, y los síntomas sean similares". La epidemia penetra en el cuerpo humano a través de la boca y la nariz, y la mayoría de ellos invade primero el pulmón, luego el bazo, el estómago y el intestino grueso, y las lesiones son relativamente leves; una pequeña proporción de ellos pasa al pericardio, hígado y riñón, y se enferma gravemente. La enfermedad cambia rápidamente y tiene una patogenia central clara y una evolución del síndrome. La acupuntura estimulará los puntos de acupuntura en las extremidades a través de las vísceras internas del meridiano y las ramas colaterales externas, y ataca directamente el lugar donde se encuentra el virus, estimulando y fortaleciendo las vísceras y el Qi, separando y expulsando así a la epidemia. La acupuntura también se aplica para estimular el Qi al tiempo que mejora la protección de las vísceras y se reduce el daño sobre los órganos causado por la epidemia.

(3) La aplicación de la acupuntura se divide en tres fases en función de la evolución de la patogénesis: observación médica, tratamiento clínico y convalecencia. Mediante la diferenciación de los síntomas que presentan los órganos y meridianos, el tratamiento se aplicará principalmente sobre los puntos de acupuntura que coinciden con otros puntos de acupuntura de acuerdo con los propios síntomas clínicos, siguiendo el principio de "estimular menos puntos pero de forma más precisa". La aplicación de acupuntura o de moxibustión dependerá de las condiciones específicas de cada caso, siguiendo los principios de conveniencia, sencillez, seguridad y eficiencia. Crearemos condiciones adecuadas y se hará todo lo posible para aplicar la acupuntura durante todas las etapas clínicas. La acupuntura se puede usar junto con la medicina herbal en la fase de tratamiento clínico para desarrollar el papel de sinergia con la acupuntura. El tratamiento de los

pacientes en recuperación debe centrarse en la acupuntura, por lo que se recomienda abrir nuevas clínicas de rehabilitación mediante acupuntura para tratar el COVID-19.

(4) La selección de los puntos de acupuntura y la forma de aplicación está basada en la evidencia recogida en textos de la antigüedad, en los estudios clínicos y en estudios básicos realizados actualmente, e incorpora los resultados de estudios de acupuntura mostrados en estudios anteriores para mejorar la función pulmonar, regular la inmunidad innata, los factores antiinflamatorios y proinflamatorios, activando la ruta colinérgica antiinflamatoria y regulando el sistema respiratorio, superando así los daños producidos por la inflamación pulmonar.

(5) Se debe alentar a los pacientes a realizar moxibustión, aplicar presión y masajes sobre puntos de acupuntura, etc., bajo la orientación de profesionales de la acupuntura, mediante el uso de Internet, terminales móviles y aplicaciones móviles tales como WeChat u otras para lograr un tratamiento auxiliar de la enfermedad y estimular la recuperación física y mental. Se ha de prestar atención a la comunicación y el seguimiento entre el médico y el paciente, así como a la recopilación, resumen, análisis de los datos de diagnóstico y tratamiento de manera oportuna y completa.

II. Métodos de aplicación de acupuntura y moxibustión

1. Aplicación de acupuntura y moxibustión durante la fase de observación médica (casos sospechosos de contagio)

Objetivo: estimular el Qi vital y las funciones del pulmón y el bazo, y descargar, separar y eliminar los agentes patógenos para mejorar la capacidad de defensa de las vísceras contra los agentes patógenos.

Puntos principales: (1) Fengmen (V12), Feishu (V13), Pishu (V20); (2) Hegu (IG4 (intestino grueso), Quchi (Intestino Grueso11), Chize (Pulmón5), Yuji (Pulmón10); (3) Qihai (Renmai6), Zusanli (E36), Sanyinjiao (B6). En cada aplicación seleccionar 1 o 2 puntos en cada grupo de puntos de acupuntura.

Puntos de combinación: síntomas conjuntos de fiebre, garganta seca, tos seca: combinar con Dazhui (Dumai14), Tiantu (Renmai22), Kongzui (Pulmón6); síntomas conjuntos de náuseas y vómitos, heces sueltas, recubrimiento graso de la lengua, pulso suave (empapado), combinar con Zhongwan (Renmai12), Tianshu (E25), Fenglong (E40); síntomas conjuntos de fatiga, debilidad e inapetencia, coincidencia con Zhongwan (Renmai12), los 4 puntos alrededor del ombligo (1 pulgada a cada lado del ombligo), Pishu (V20); síntomas conjuntos de secreción nasal clara, dolor en el hombro y la espalda, lengua pálida con recubrimiento blanco, pulso lento, coincidencia con Tianzhu (V10), Fengmen (V12), Dazhui (Dumai14).

2. Aplicación de acupuntura y moxibustión durante la fase de tratamiento clínico (casos confirmados).

Objetivo: estimular el Qi vital del pulmón y el bazo, proteger las vísceras y reducir los daños provocados, disipar la influencia de los patógenos y "reforzar la tierra para generar metal /oro", con el fin de

detener la tendencia de la enfermedad, mejorar el estado de ánimo y la confianza para superar la enfermedad.

Puntos de acupuntura principales: (1) Hegu (Intestino Grueso4), Taichong (Hígado3), Tiantu (Renmai22), Chize (Pulmón5), Kongzui (Pulmón6), Zusanli (E36), Sanyinjiao (B6); (2) Dazhu (V11), Fengmen (V12), Feishu (V13), Xinshu (V15), Geshu (V17); (3) Zhongfu (Pulmón1), Danzhong (Renmai17), Qihai (Renmai6), Guanyuan (Renmai4), Zhongwan (Renmai12); para tratar casos de baja gravedad y generales, para cada vez, seleccionar de 2 a 3 puntos principales en el grupo (1) y (2). Para tratar casos graves, seleccionar 2 o 3 puntos principales en el grupo (3).

Puntos de combinación: síntomas conjuntos de fiebre prolongada, coincidencia con Dazhui (DUMAI14), Quchi (INTESTINO GRUESO11); o sangrar el lóbulo auricular y de la yema del dedo; síntomas conjuntos de opresión en el pecho, dificultad para respirar, coincidencia con Neiguan (PC6), Lieque (PULMÓN7); o Juque (RENMAI14), Qimen (HÍGADO14), Zhaohai (R6); síntomas conjuntos de tos con flema, coincidencia con Lieque (PULMÓN7), Fenglong (ST40), Dingchuan (EXB1); síntomas conjuntos de diarrea, heces blandas, coincidencia con Tianshu (E25), Shangjuxu (E37); síntomas conjuntos de tos con flema pegajosa y / o amarilla, estreñimiento, coincidencia con Tiantu (RENMAI22), Zhigou (TE6), Tianshu (E25), Fenglong (E40); síntomas conjuntos de fiebre baja, fiebre oculta o incluso sin fiebre, vómitos, heces blandas, lengua pálida o rosa pálida con recubrimiento graso blanco, añadir los puntos Feishu (V13), Tianshu (E25), Fujie (SP14) y Neiguan (PC6) .

3. Aplicación de acupuntura y moxibustión durante la etapa de convalecencia

Objetivo: eliminar el virus residual, restaurar la vitalidad y reparar las funciones de las vísceras, como el pulmón y el bazo.

Puntos principales: Neiguan (PC6), Zusanli (E36), Zhongwan (RENMAI12), Tianshu (E25), Qihai (RENMAI6).

Debilidad del Qi del pulmón y bazo: síntomas como falta de aliento, fatiga, falta de apetito y vómitos, distensión estomacal, falta de fuerza para defecar, heces sueltas, lengua ligeramente grasa con recubrimiento grasiento blanco. Para pacientes con síntomas muy claros, como opresión en el pecho, dificultad para respirar, combinar con Danzhong (RENMAI17), Feishu (V13) y Zhongfu (PULMÓN1). Para pacientes con síntomas claros en bazo y estómago, como indigestión y diarrea, combinar con Shangwan (RENMAI13) y Yinlingquan (B9).

Deficiencia de Qi y Yin: síntomas como debilidad, boca seca, sed, palpitaciones, sudoración excesiva, falta de apetito, fiebre baja o nula, tos seca con poca flema, lengua seca con menos saliva, pulso fino o débil. Para pacientes con debilidad obvia y dificultad para respirar, combinar con Danzhong (RENMAI17), Shenque (RENMAI8). Para aquellos con boca seca y sed, combinar con Taixi (R3), Yangchi (TE4). Para aquellos con palpitaciones, combinar con Xinshu (V15) y Jueyinshu (V14). Para pacientes con sudoración excesiva, combinar con Hegu (INTESTINO GRUESO4), Fuliu (R7) y Zusanli (E36). Para pacientes con insomnio, combinar con Shenmen (C7), Yintang (DUMAI29), Anmian (EX) y Yongquan (R1).

Deficiencia en pulmón y bazo: estasis de flema que provoca bloqueo en meridianos: síntomas como opresión en el pecho, dificultad para respirar, falta de aliento, fatiga, sudoración al moverse, tos con flema,

flema bloqueada, piel seca escamosa, fatiga mental, falta de apetito, etc., combinar con los puntos Feishu (V13), Pishu (V20), Xinshu (V15), Geshu (V17), Shenshu (V23), Zhongfu (PULMÓN1) y Danzhong (RENMAI17). Para aquellos con flema bloqueada, combinar con Fenglong (E40) y Dingchuan (EXB1).

Método de aplicación de acupuntura y moxibustión: elija el más adecuado en función del entorno de implementación y los requisitos de administración. Durante las fases anteriores, se recomienda optar por el uso individual de acupuntura o de moxibustión, combinar ambos, o combinarlos con la aplicación de puntos de acupuntura, acupuntura auricular, inyección de puntos de acupuntura, raspado, masaje pediátrico, acupresión, etc., en función de la situación en particular. La acupuntura se realizará con un método de refuerzo y reducción suave. Las agujas deben dejarse en cada punto de 20 a 30 minutos. Aplicar moxibustión en cada punto de 10 a 15 minutos. El tratamiento se aplicará una vez al día. Para aplicaciones específicas, consulte el "Estándar nacional de aplicaciones con acupuntura y moxibustión" y los datos clínicos al respecto.

III. Intervención domiciliaria con acupuntura y moxibustión bajo supervisión médica

Para ayudar a prevenir y controlar la epidemia de COVID-19, además de reducir las salidas, evitar el contagio cruzado, bloquear la fuente de infección y garantizar la seguridad de los pacientes en cuarentena domiciliaria y de los que reciben el alta en el hospital, puede realizar intervenciones de acupuntura-moxibustión a través de clínicas en línea, orientación y divulgación y educación científica, siempre bajo la guía de profesionales.

Terapia de moxibustión: aplicarse moxibustión en Zusanli (E36), Neiguan (PC6), Hegu (INTESTINO GRUESO4), Qihai (RENMAI6), Guanyuan (RENMAI4) y Sanyinjiao (B6). Cada aplicación de moxibustión tendrá una duración de unos 10 minutos.

Terapia de aplicación: aplicar pasta caliente de moxibustión o crema de moxibustión caliente en puntos como Zusanli (E36), Neiguan (PC6), Qihai (RENMAI6), Guanyuan (RENMAI4), Feishu (V13), Fengmen (BL12), Pishu (V20) y Dazhui (DUMAI14).

Masaje de meridianos: utilice métodos como amasar, presionar, frotar, golpear, dar palmadas en el meridiano de pulmón y de corazón de las extremidades superiores, y del bazo y el meridiano de estómago bajo la rodilla. 15-20 minutos para cada operación. Es normal sentir molestia en la parte donde se aplica el masaje.

Ejercicios tradicionales: practique ejercicios tradicionales adecuados en función de su estado de recuperación, como Yi Jin Jing (Clásico de transformación de tendones/ músculos), Tai Chi, Ba Duan Jin (Brocado de ocho piezas), Wu Qin Xi (Ejercicio de los cinco animales), etc. Practique una vez al día, entre 15 y 30 minutos cada vez.

Salud mental: regular las emociones. Se puede realizar con puntos auriculares, moxibustión, masajes, dieta medicada, té de hierbas, baño de hierbas, música y otros métodos para relajarse tanto física como mentalmente, aliviar la ansiedad o ayudar a conciliar el sueño.

Baño de pies: prepare el baño con hierbas medicinales chinas que tengan la función de expulsar el viento

y el calor, eliminando los patógenos. Coja 15 gramos de nepeta, ajeno, menta, planta camaleón, hoja de la hierba pastel, eupatorium fortunei, acorus tatarinowii, polygonum flaccidum, radix curcumae, clavo, junto con 3 gramos de borneol y llevar a ebullición. Vierta el líquido en una palangana, agregue un poco de agua tibia, espere hasta que se enfríe a aproximadamente 38 - 45 ° C, y sumerja los pies durante aproximadamente 30 minutos.

Esta guía ha sido elaborada por el grupo de expertos de la Asociación China de Acupuntura-Moxibustión.

Consejeros: Shi Xuemin, Tong Xiaolin, Sun Guojie

Director del grupo de expertos: Liu Baoyan, Wang Hua

Miembros del grupo experto: Xiaochun Yu, Wu Huanyu, Gao Shuzhong, Wang Linpeng, Fang Jianqiao, Yu Shuguang, Liang Fanrong, Ji Laixi, Jing Xianghong, Zhou Zhongyu, Ma Jun, Chang Xiaorong, Zhang Wei, Yang Jun, Chen Rixin, Zhao Jiping, Zhao Hong, Zhao Baixiao, Wang Fuchun, Liang Fengxia, Li Xiaodong, Yang Yi, Liu Weihong y Wen Biling