



D.O. Giuseppe PENSIERI*
pino.pensieri@gmail.com

*Osteopata. Membro del Registro degli Osteopati d'Italia. Laureato in Scienze motorie e sportive. Specialista in Prevenzione e Rieducazione dell'Università di Roma (Italian University for Sports and Motion)

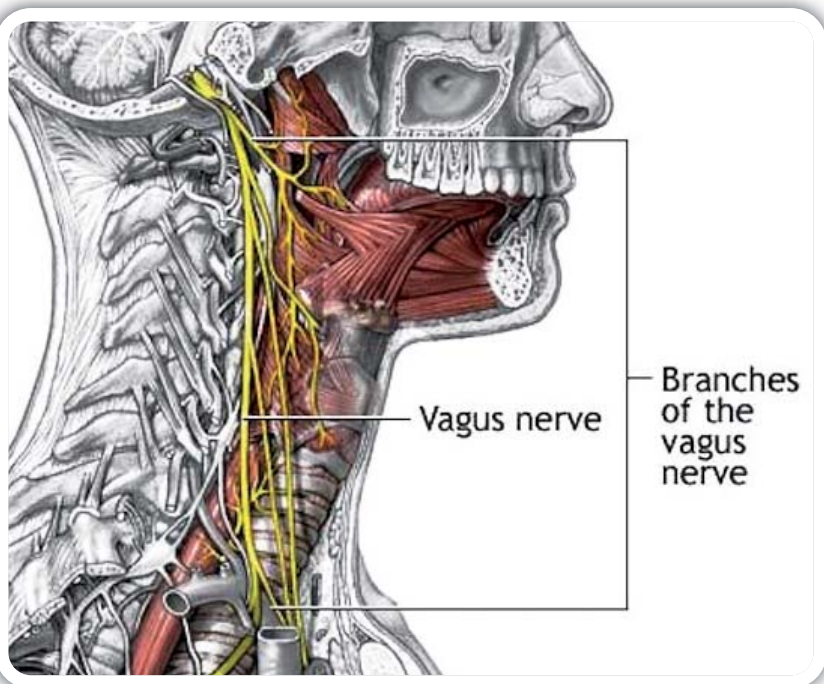
Il nervo vagabondo

Eccomi qui ancora una volta pronto ad inventarmi l'ennesima favoletta sull'argomento che ho scelto questa volta; di cosa parlerò?... di caccia... specchietti per le allodole, trappole!!! Ovvero? SINTOMI e poi SINTOMI e ancora SINTOMI!!! I più temuti da chi ne lamenta o a volte presume di averne, ma gli unici ad esprimere un certo linguaggio e a dimostrarci un disagio!

L'atteggiamento del mondo di oggi (medico-scientifico, politico-sociale, economico ecc.) è quello di sopprimere qualsiasi tipo di sintomo e pensare così di aver risolto il problema! Dinnanzi a un mal di schiena come ci si comporta? E in presenza di un mal di stomaco? Si assume un antidolorifico e tutto passa! Sopprimo il sintomo, e la causa? Un organo funziona male, fegato, cuore, rene, ecc. nessun allarme a volte trapianto e terapia farmacologica; davanti al male del secolo il cancro come ci si comporta? Si sterminano le cellule cancerose, tra cui moltissime sane, chemioterapia, radioterapia e si tira avanti ancora per un po'. In politica accade lo stesso, la situazione del debito e della spesa pubblica incontrollata come viene affrontata? Si aumentano le tasse e si riducono i servizi e si rientra nei parametri. E la criminalità e il disagio sociale? Si aumentano le forze dell'ordine e la repressione. Non sopportiamo il disagio e allora cerchiamo di porre rimedio cambiando quello che ci sembra l'elemento dissonante, fidanzata/o, moglie, marito, televisione, macchina... Chissà come mai, dopo un po' tutto si ripresenta anche in modo accentuato: la malattia, il debito, la spesa, il disagio sociale, l'insoddisfazione ed il tormento interiore e continuiamo a sopprimere questi fastidiosi elementi negativi, con dosi sempre massicce di medicine, tasse, polizia, repressione e nuove donne nuovi uomini, televisori sempre più grandi, e per le macchine ad esempio ci pensa il governo che, per risanare l'industria automobilistica impone di rottamare auto seminuove perché "inquinano" (!!!). Ma non sarebbe doveroso sanare la causa? (I carburanti ecologici per dirne una! No, sono la causa!!). Nessuno si assume la responsabilità di sovvertire un sistema che funziona in un certo modo!!! Noi, i nostri medici, la nostra società, i nostri politici la nostra economia, siamo... avvoltoi! Una delle caratteristiche di chi non

vuole assumersi alcuna responsabilità per invertire la rotta, quella del "business" tanto per dirne una... è quella di dare sempre la colpa all'esterno sopprimendo il rapporto causa-effetto!

Mi sono permesso questa introduzione sibillina proprio perché avverto la sensazione che quello che accade in medicina, il voler debellare l'elemento che disturba, si ripropone in molti altri ambiti e circostanze della quotidianità. Le teorie della "medicina Cinese" che ho studiato con "curiosità" nel mio percorso formativo di terapeuta sempre più avvicinate dal mondo occidentale, ma non troppo approvate perché contrastanti, non considerano il corpo scisso dal mondo interiore. Si può dedurre da ciò che molte malattie hanno origine da un malessere che prima della sua manifestazione fisica, è interiore: la paura ad esempio è causa del mal di stomaco e della troppa acidità del Ph, del bisogno di andare spesso a urinare, i

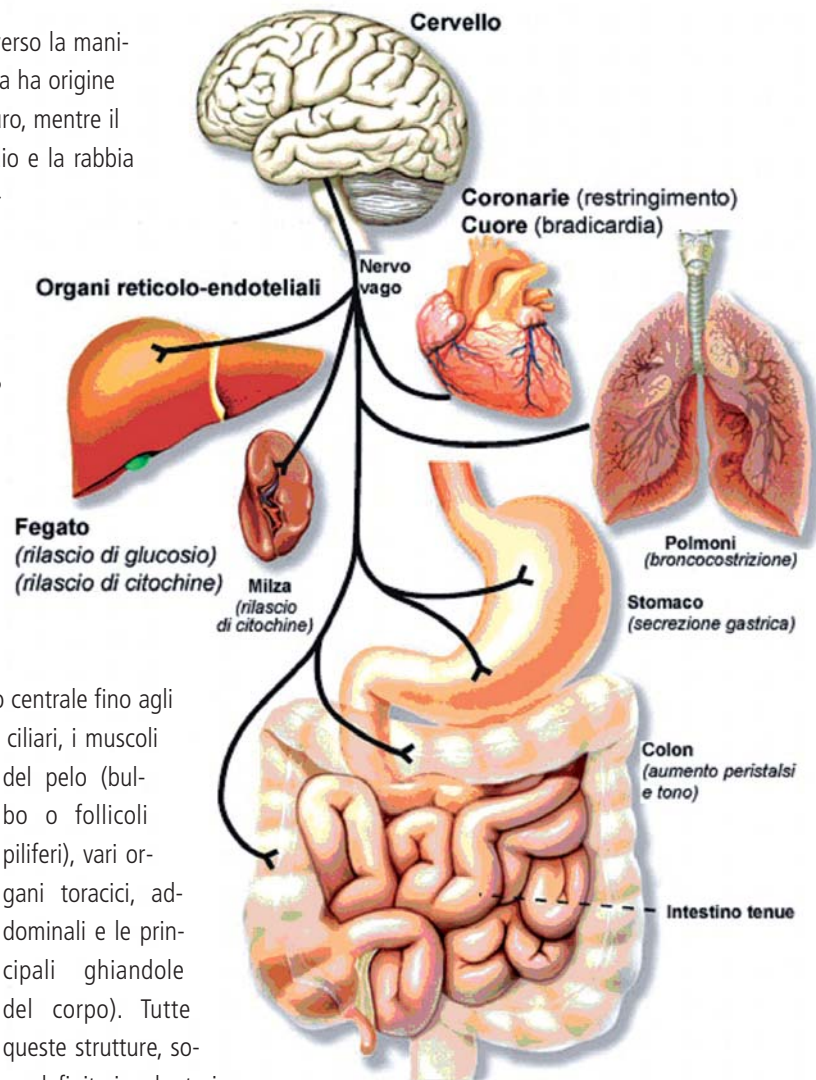


OGNI SECONDO DI OGNI GIORNO, NEL MONDO, QUALCUNO NECESSITA DI UNA TRASFUSIONE DI SANGUE



problemi di cuore sono lo specchio della nostra chiusura verso la manifestazione delle emozioni e dei sentimenti, il mal di schiena ha origine nel nostro timore di non poter far fronte alle sfide del futuro, mentre il tanto "odiato" cancro altro non potrebbe essere che l'odio e la rabbia che inconsciamente riversiamo nel nostro corpo-contenitore. A questo punto diventa chiaro che se una persona è malata, deve sì andare dal medico per curare il sintomo del corpo, ma deve anche lavorare per guarire il suo malessere interiore, la "causa" della manifestazione esteriore. E tutto ciò come può essere attuato? Prendendo in considerazione esaminando e rimettendo in equilibrio ad esempio quella parte del sistema nervoso presa poco in considerazione dagli addetti ai lavori che controlla la "vita vegetativa", parlo del sistema nervoso autonomo o sistema "nervoso vegetativo". Ovviamente servendoci dell'"arte osteopatica"!

(Per definizione, il sistema nervoso vegetativo consiste di neuroni motori che conducono impulsi dal sistema nervoso centrale fino agli organi viscerali (il cuore, i vasi sanguigni, l'iride, i muscoli ciliari, i muscoli



ANATOMIA DEL NERVO VAGABONDO

Il "Nervo Vago", è il decimo dei dodici paia di nervi del cranio (n. encefalici) che parte dal tronco encefalico (composto da midollo allungato, ponte e mesencefalo), e si porta attraverso il foro giugulare (un'ampia apertura che si trova nella base del cranio) verso il basso nel torace e nell'addome. Ne disponiamo due di nervi vaghi uno di destra e uno di sinistra sono i più lunghi e più ramificati tra i nervi cranici. Nel tronco encefalico vi hanno sede i centri della respirazione e il centro vasomotore responsabile principale del controllo del tono muscolare dei vasi, della frequenza cardiaca, del volume-sistole (la quantità di sangue pompata ad ogni battito attraverso ciascun ventricolo) della pressione sanguigna! Il cuore è innervato dal plesso cardiaco, alla cui formazione concorrono fibre parasimpatiche che provenienti dai nervi vaghi e fibre ortosimpatiche derivate da gangli e da tronchi del tratto cervicale e toracico. ♦

del pelo (bulbo o follicoli piliferi), vari organi toracici, addominali e le principali ghiandole del corpo). Tutte queste strutture, sono definite involontarie, sfuggono al controllo della coscienza ed hanno una regolazione che si può dire automatica. Dal punto di vista anatomico-fisiologico, costituiscono il sistema nervoso vegetativo: (la parte ortosimpatica o toraco-lombare, e la sezione parasimpatica o cranio-sacrale).
Perchè, l'ennesima introduzione polemica? Perchè ancora una volta a studio ritrovo spesso persone che mi chiedono aiuto per problematiche fisiche trattate con i bisturi e spesso "irrisolte", e altrettante situazioni trattate dai massimi "esperti-specialisti" con il solito "cocktail" di farmaci, che pretendono comunque in modo superficiale di inibire il "linguaggio del corpo", senza successo! Un caso emblematico che ho trattato a studio è stato appunto quello di un uomo di 50 anni



circa professione meccanico che mi ha contattato con problematiche di extrasistolia cardiaca, stati di malessere generale e debolezza fisica. Gli esami obiettivi ai quali si sottopone depongono a suo favore ovvero sono negativi, (nessuna insufficienza cardiaca, nessun edema [dal greco gonfiore] delle estremità, nessuna congestione epatica [accumulo di sangue], ecc. ecc.) a parte un'ernia iatale da considerare molto nella sintomatologia cardiaca e la conformazione del suo ventricolo dx che risulta di dimensioni aumentate (sospetta displasia), rispetto al controlaterale! (Naturalmente a M. vengono somministrati farmaci betabloccanti!!! Farmaci comunemente usati per trattare varie problematiche come: l'ipertensione (pressione alta), angina (dolore toracico causato da flusso sanguigno limitato al cuore), scompenso cardiaco (in cui il cuore non pompa il sangue nel corpo in maniera efficace), fibrillazione

atriale (battito cardiaco irregolare), infarto ecc. La domanda che mi sono posto è stata: quel ventricolo è aumentato negli ultimi giorni? Non penso! E la displasia pur solo sospetta cos'è? È una modificazione della proliferazione di un tessuto, che presenta cambiamenti nella velocità di riproduzione dei suoi elementi cellulari. E il pro-

Alcuni sintomi imputabili al nervo vago

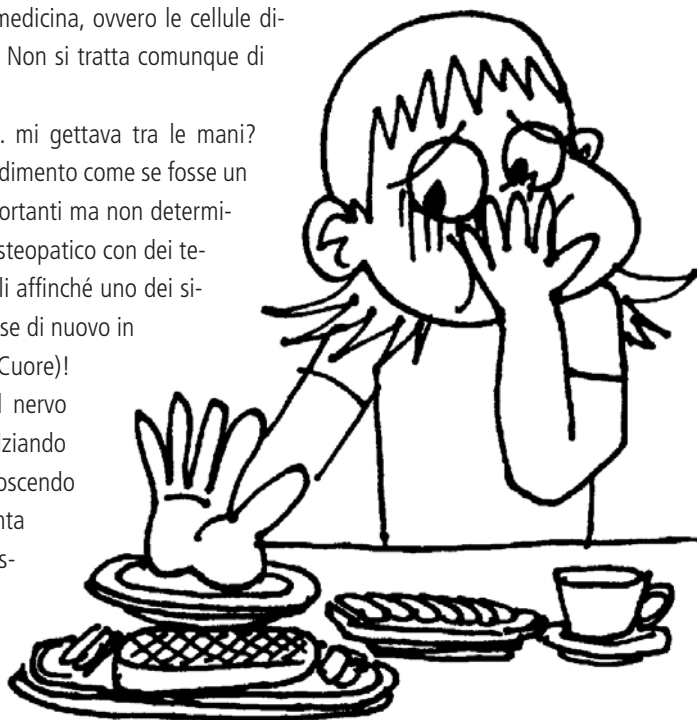
- ♦ **NAUSEA** - È un disturbo tipico connesso alla degenerazione artrosica della cervicale che colpisce spesso al mattino, sembra più frequente durante i cambi di stagione, quando i disturbi come l'artrosi si fanno più frequenti e incalzanti. Non è connesso all'assunzione di cibo, anzi, in questi casi l'appetito non viene compromesso. Si associa spesso a salivazione abbondante (il vago stimola la produzione di saliva) e a un senso di oppressione alla nuca e alle orbite intorno agli occhi (perioculari).
- ♦ **ACIDITÀ DI STOMACO** - Bruciori di stomaco e rigurgiti acidi sono spesso associati alla nausea e dipendono dall'aumento della produzione di acido gastrico da parte del vago.
- ♦ **PALLORI IN VISO** - Sono quasi sempre connessi alla sensazione di nausea e vengono originati dalla stimolazione del nervo vago causata da una compressione delle vertebre e delle articolazioni a livello cervicale.
- ♦ **CRAMPI** - I crampi del cardias (la cosiddetta bocca dello stomaco) e del piloro (l'apertura che mette in comunicazione lo stomaco con l'intestino tenue) sono da ricollegarsi all'aumentata attività del vago e anche della sua compromissione a livello cervicale.
- ♦ **TACHICARDIA E DISORDINI FISIOLGICI DEL CUORE** - Il vago innerva il cuore e, se stimolato eccessivamente, può dar luogo a un aumento dei battiti che si traducono in una frequenza cardiaca superiore ai cento battiti al minuto e alterata.
- ♦ **DISTURBI DELLA DEGLUTIZIONE** - Il fastidioso senso di "gola chiusa" deriva sempre dall'infiammazione del vago che innerva organi come la faringe e la trachea. Questo disturbo, insieme ai ronzii auricolari, alle vertigini e ai dolori alla nuca, è indice della cosiddetta sindrome di Neri, Barrè e Lioeu (dal nome dei tre medici che per primi la identificarono) tipica nell'artrosi cervicale.
- ♦ **DOLORE E RIGIDITÀ DEL COLLO** - Il collo è la prima zona interessata dal processo degenerativo delle vertebre cervicali. Il dolore spesso impedisce una corretta mobilità della testa e rende rigide e contratte le articolazioni. Il vago ne paga le conseguenze!

OGNI SECONDO DI OGNI GIORNO, NEL MONDO, QUALCUNO NECESSITA DI UNA TRASFUSIONE DI SANGUE



cesso displasico può essere reversibile, cita qualsiasi dizionario di medicina, ovvero le cellule displasiche possono tornare alla loro condizione di cellule normali!!! Non si tratta comunque di cellule tumorali.

Cosa potevo fare davanti a questo "pacchetto-problema" che M. mi gettava tra le mani? Semplicemente trattarlo, e non esaminarlo "solo" alla lente d'ingrandimento come se fosse un reperto archeologico, con 1000 indagini strumentali comunque importanti ma non determinanti a mio avviso nella soluzione del problema! Tratarlo a livello osteopatico con dei test e delle tecniche che rimettessero il soggetto nelle condizioni ideali affinché uno dei sistemi del corpo, ad esempio il filo della lampadina (Il Nervo), rifornisse di nuovo in maniera corretta "corrente" alla lampadina stessa (in questo caso il Cuore)! Di quale filo sto parlando? ... del "Nervo Vago". Si proprio lui il nervo "Vagabondo" dal latino "Vagus"! che giro-vaga lungo il corpo! Iniziando ad investigare un pò sul campo interessandomi delle sue Rx e conoscendo l'emergenza e il percorso del Nervo Vago mi accorgo che M. presenta un collo inclinato e rigido nei movimenti di torsione, inclinazione flessione ed estensione. Un collo artrosico, con un torace e un bacino poco mobili! A questo punto la lampadina iniziava ad accendersi, la mia però questa volta! Mi sono fatto allora questa domanda: ma l'artrosi cervicale e la sua relativa rigidità così'



- ◆ **MAL DI TESTA** - In realtà si tratta di dolore alle orbite periorbitali e alla sommità del capo, ma viene più comunemente definito come "mal di testa", tipico dell'artrosi cervicale. Va e viene, spesso scompare mangiando, ma può peggiorare per un qualsiasi movimento brusco del capo, e si concentra intorno agli occhi e nella parte più alta della testa. Anche qui il vago mormora!
- ◆ **DISTURBI ALLE BRACCIA E ALLE SPALLE** - Sono dolori irradiati, brucianti o che colpiscono la parte come trafitture. Qualche volta si localizzano anche sotto l'ascella e raggiungono le mani (si parla allora di cervicobrachialgie), determinando anche debolezza nello stringere la mano.
- ◆ **PROBLEMI ALLA VISTA** - Lo sdoppiamento della vista e gli scotomi (luciole, scintille o oscuramento parziale del campo visivo) sono fenomeni causati dalla compressione dei vasi sanguigni che, attraverso le vertebre cervicali, raggiungono il cervello.
- ◆ **FORMICOLII E INTORPIDIMENTO** - Anche questi disturbi sono collegati alla compressione di nervi della zona cervicale. Si fanno più frequenti soprattutto di notte o quando si sta fermi a lungo e tendono a scomparire con il movimento e praticando attività fisica.
- ◆ **VERTIGINI E GIRAMENTI DI TESTA** - Compaiono spesso quando si fa un movimento brusco o ci si china e poi ci si rialza all'improvviso e sono sempre provocati dalla compressione di nervi e vasi sanguigni a livello cervicale.
- ◆ **RIGIDITÀ MATTUTINA** - Per sua natura l'artrosi si manifesta con un senso di rigidità e di contrattura delle articolazioni, soprattutto al mattino. I disturbi tendono però a regredire spontaneamente con il movimento e la posizione eretta.
- ◆ **COLICHE NEI NEONATI** - Per lo stress del parto spesso il neonato riporta una compressione della zona occipitale, precisamente sutura occipito-mastoidea, zona di passaggio del nervo vago, che rimane intrappolato e scatena colichette ingiustificate, (le cause delle coliche gassose non sono ancora ben chiare recita la medicina allopatrica) trattate con carminativi anti-gas intestinali, farmaci antispastici e probiotici!



come la scarsa mobilità della gabbia toracica possono giustificare l'anomala alterazione del battito cardiaco? Direi di sì. Così rimboccandomi le maniche ho iniziato a lavorare su M. liberando tutte le strutture ospitanti il vago, cranio, cervicale e soprattutto torace, con risultati incredibili, la scomparsa dei sintomi descritti. L'artrosi è una malattia che comporta una sofferenza di tipo degenerativo - che cioè peggiora con il trascorrere degli anni e con l'avanzare dell'età. Le cartilagini e le articolazioni si logorano, i legamenti e le capsule che ricoprono le giunture (costole e relative articolazioni spalle, polsi, gomiti, anche, ginocchia e caviglie) si ispessiscono e si irrigidiscono. La struttura che per prima accusa sofferenza è la colonna vertebrale con tutto il suo armamento costale. Tipica in questo caso, è la localizzazione cervicale (che interessa, le articolazioni poste fra le vertebre del collo) con la presenza di sintomi anche neurologici come radicoliti e nevriti: tutte espressioni dello stiramento, dell'irritazione e della compressione dei tronchi nervosi che escono dal midollo spinale, di una vertebra e l'altra.

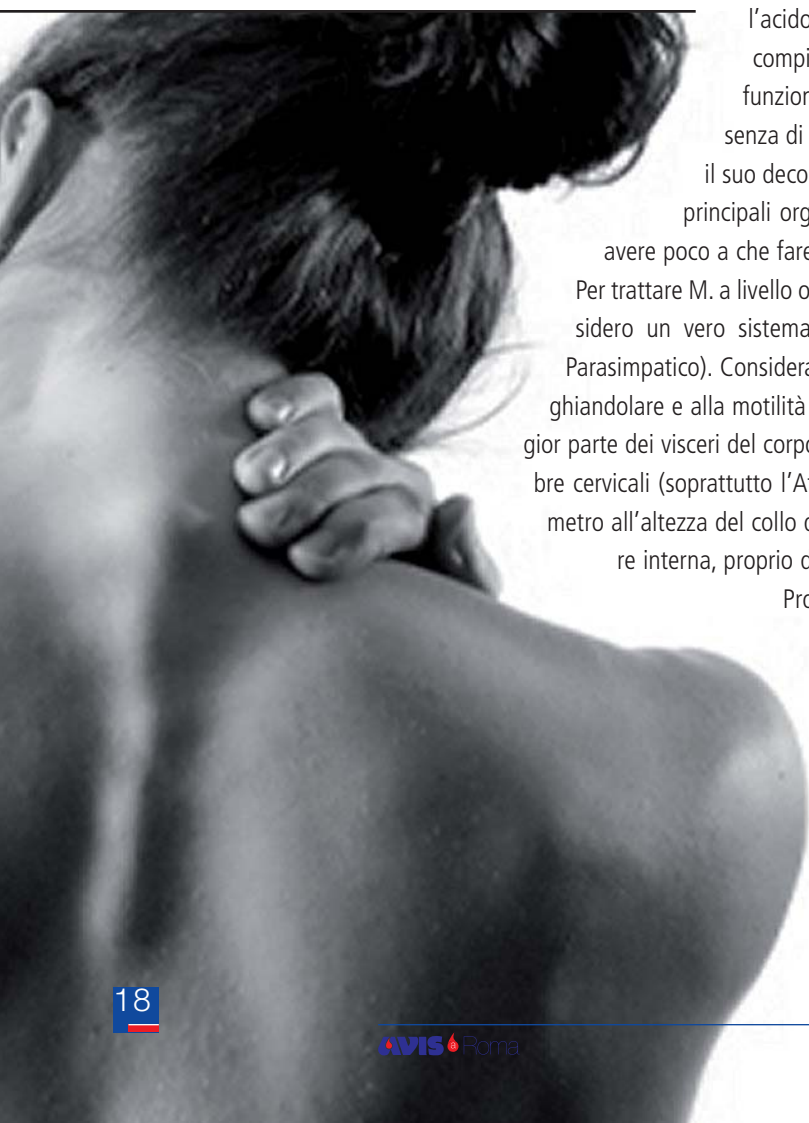
"Posso a questo punto presentare ufficialmente il nervo vago, il principale componente della porzione parasimpatica del sistema nervoso autonomo".

Questo nervo attraversa il collo e il torace, raggiunge l'addome e invia rami alla maggior parte degli organi del corpo (la laringe e la faringe, la trachea, i polmoni, il cuore e buona parte dell'apparato digerente). Il "Vagadondo" esercita la sua azione liberando un "neurotrasmettitore" l'acetilcolina che determina il restringimento dei bronchi

e il rallentamento della frequenza cardiaca. Inoltre stimola la produzione dell'acido gastrico, l'attività della colecisti e la "peristalsi", (cioè i movimenti compiuti dallo stomaco e dall'intestino durante la digestione). Quando la funzionalità del nervo vago viene in qualche modo compromessa dalla presenza di un processo degenerativo articolare, (artrosi cervicale), che ne blocca il suo decorso, possono determinarsi una serie di sintomi che coinvolgono tutti i principali organi del corpo, molti dei quali innervati dal "Vago" e che sembrano avere poco a che fare con una malattia delle articolazioni quale l'"artrosi".

Per trattare M. a livello osteopatico ho analizzato il tortuoso percorso del Nervo Vago che considero un vero sistema per la complessità che lo contraddistingue. (Sistema Autonomo Parasimpatico). Considerando che presiede alla sensibilità dei visceri, all'attività di secrezione ghiandolare e alla motilità della muscolatura liscia localizzata nelle pareti dei vasi e della maggior parte dei visceri del corpo la prima cosa che ho cercato di equilibrare è stato il cranio e vertebre cervicali (soprattutto l'Atlante prima vertebra cervicale, ricordo che il nervo vago ha un diametro all'altezza del collo di 2-3 mm e transita, insieme all'arteria carotide e alla vena giugulare interna, proprio davanti all'Atlante.), la gabbia toracica, bacino e relativi organi!

Proseguendo, ho investigato e trattato il sistema cranio-sacrale che altro non è che il sistema parasimpatico vagale vista l'origine dei centri nervosi nell'encefalo e nel tratto sacrale del midollo spinale. Il tutto per "rilassare" se posso dire così un sistema alterato che mi riequilibrasse le funzioni vegetative. L'importanza delle funzioni e il vasto campo di distribuzione (raggiunge infatti la quasi totalità dei visceri: esofago, cuore, bronchi, stomaco, intestino tenue, pancreas, reni) mi hanno indotto ampiamente a ragionare durante il mio lavoro su M. a 360°, perchè le funzioni del sistema vagale sono opposte e complementari a quelle svol-



OGNI SECONDO DI OGNI GIORNO,
NEL MONDO, QUALCUNO NECESSITA
DI UNA TRASFUSIONE DI SANGUE



te dal sistema ortosimpatico. Attraverso dei test ho appurato che il battito cardiaco, sotto l'effetto dell'ipereccitazione ortosimpatica, aumentava la frequenza e l'intensità, dalla fisiologia viene fuori che questa condizione determina una vasodilatazione coronarica, broncodilatazione, inibizione della secrezione mucosa; mentre si ha una riduzione del tempo di conduzione. Invece un riequilibrio del tono vagale ha provocato un regolare battito cardiaco e una fisiologica vasocostrizione coronarica, broncostrizione, aumento della secrezione mucosa e aumento del tempo di conduzione. (Il Sistema di conduzione elettrica del cuore è un tessuto che crea e conduce un impulso elettrico dagli atri a tutto il corpo ventricolare del cuore, creando così la contrazione adatta a perfondere attraverso il sangue tutto l'organismo).

Ma quando inizieremo a renderci conto che il corpo è un'unità indissolubile? In presenza di una forte artrosi di tutta la colonna allora non è sufficiente assumere antinfiammatori! Davanti a un reflusso gastrico non basta prendere un antiacido! Ma questi due fenomeni non potrebbero essere collegati? Ovvero due facce della stessa medaglia? Sembra di no, e qui entra in gioco la responsabilità di cui ho parlato all'inizio circa la tendenza a "non voler" invertire la rotta e cavalcare l'onda della "presunta" e per forza "giusta"... malattia!!!, non considerando che ogni espressione della nostra personalità, ossia pensieri, speranze, sogni, desideri, emozioni, sono funzioni del sistema nervoso!

Oggi una delle malattie più diffuse è la diagnosi!!! Riflettiamo... ♦

www.studiodontoiatricogianicolense.com