



Nelle forme primarie, è un disturbo autonomo, è esso stesso una malattia. In quelle secondarie è un sintomo, un campanello d'allarme per altre patologie.



spesso descritto come un senso di pesantezza o di "cerchio alla testa". Inoltre, appare diffuso, localizzato su tutta la testa e di intensità lieve o moderata che, per quanto fastidioso, in genere non compromette il normale svolgimento delle attività giornaliere».

Infine, tra le cefalee primarie troviamo la cefalea a grappolo: «Il termine "a grappolo" è riferito al susseguirsi di più attacchi che si presentano in un periodo di tempo limitato in genere della durata da pochi giorni a 3-4 mesi, con intervalli liberi dal dolore, di assoluto benessere, anche lunghi nel tempo. L'attacco di cefalea è breve, con una durata variabile in genere dai 15 ai 40 minuti, ma si caratterizza per un dolore estremamente forte, avvertito spesso come lancinante e trafittivo, localizzato dentro o intorno all'occhio. Il dolore si accompagna ad abbassamento della palpebra, intensa lacrimazione e irritazione della congiuntiva che diventa arrossata».

## Prevenzione e dolore: agopuntura efficace



### RAVENNA

L'agopuntura può essere un valido trattamento per la cefalea-emicrania, da sola, oppure in associazione (integrata) ai trattamenti medici convenzionali – spiega il dottor Daniele Grassi, urologo, esperto in Medicina Cinese e Agopuntura, Aromaterapia Medica, Medicina Integrata, attivo a Cervia e Ravenna- e l'indicazione per il suo utilizzo è stata una delle prime a essere riconosciute dall'OMS. Può essere senz'altro impiegata per trattare un attacco doloroso, ma vede la sua massima efficacia nella prevenzione delle crisi di cefalea-emicrania (prevenzione secondaria). Infatti, numerosi studi scientifici hanno dimostrato che, utilizzando l'agopuntura in prevenzione, si riduce sia la frequenza degli episodi, sia la loro intensità, con conseguente minore necessità di assumere farmaci».

Il riferimento è alla Medicina Cinese: «I sintomi dolorosi della cefalea-emicrania – continua Grassi – possono essere dovuti a cause diverse e quindi anche i trattamenti devono essere diversificati, sia da persona a persona, sia, per la stessa persona, di volta in volta».

Secondo i precetti di questo metodo, il mal di testa dipende da un disequilibrio: «Fegato/vescicola biliare e milza/stomaco sono le coppie organo/viscere che più spesso sono chiamate in causa quando si parla di mal di testa. Per quanto riguarda le donne, la prima coppia correla con il ciclo ormonale (ovulazione, mestruazione), spiegando così la maggiore frequenza di attacchi dolorosi in vicinanza del ciclo (cefalea catameniale)».

Specifici sono i punti del dolore: «Nei trattamenti di agopuntura vengono trattati sia i punti locali (che corrispondono alla zona in cui si sente dolore), sia punti situati in aree assai distanti del corpo, come mani e piedi (punti distali), ma che sono correlati con i punti locali».