

## **ACUDETOX**

**N°7 Dicembre 1997**

**Bollettino dell'Associazione NADA ITALIA**

### **NADA**

Per non dipendere da nulla, mai più.

Efficace, economico, un metodo alternativo basato sull'agopuntura contro tutti i tipi di dipendenza.

Droga è qualsiasi sostanza che ti cambia.

E sviluppa dipendenza.

Ben pochi di noi fanno a meno di caffè o sigarette, alcol o vino, benzodiazepine o valeriana, tutte quelle sostanze che cambiano l'umore e "aiutano", in varie circostanze e a vario titolo, a vivere.

La dipendenza è dunque tra noi, strisciante. Non è solo cosa da brutti e cattivi. Certo alcune droghe sono fortemente emarginanti come eroina e alcol, ma tutte potenzialmente tolgono la libertà.

Dal 1974 in USA, e da qualche anno anche in Italia, è stata introdotta una nuova metodica per combattere la dipendenza: si chiama Acudetox ed è una terapia non farmacologica. Cinque sottili aghi infissi sull'orecchio senza dolore; terapia di gruppo in ambiente tranquillo ed accogliente. Alla droga il tossico chiede di star bene e con Acudetox si sta bene da subito, qualunque sia la sostanza di cui si abusa, anche se si inizia durante una crisi di astinenza. E' un metodo che non sostituisce dipendenza con dipendenza (come accade col Metadone), ma punta sul tossico, lo sostiene, lo mette man mano in condizione di farcela da solo. Senza dipendere da nulla. Non a caso l'associazione che dal 1985 sta diffondendo il metodo nel mondo si chiama nulla - NADA (National Acupuncture Disintoxication Association).

Il paziente descrive spesso l'agopuntura come esperienza unica: "Ero rilassato ma vigile" "Ero rilassato senza perdere il controllo". Chi è depresso o stanco si sente più energetico.

E' una terapia non verbale: precede le parole e permette la successiva verbalizzazione. E' un aiuto concreto che precede la relazione interpersonale. E permetterà successivamente il passaggio a terapie di supporto psicologico o a gruppi d'aiuto (Alcolisti Anonimi, Centro Aiuto Tossicodipendenti o Nuclei Accoglienze).

E' una terapia di gruppo a sessione aperta, senza appuntamenti (da rispettare), a richiesta (devi presentarti con certi ritmi, ma puoi averla ogni volta che lo desideri), può essere praticata nella struttura pubblica, dunque a costi bassi. Nel gruppo possono essere trattati contemporaneamente alcolisti, dipendenti da crack, eroina, psicofarmaci o nicotina, in vari stadi (dall'astinenza a quelli ormai "liberi"). E il gruppo è d'incentivo: ce la puoi fare, ce la stai facendo.

Risultati del 4° Congresso Internazionale NADA

Le seguenti sono alcune delle relazioni Italiane che sono state presentate al 4° Congresso Internazionale NADA, tenutosi a Milano nei giorni 10-11 Ottobre 1997.

Nei prossimi bolletini saranno riportate le varie relazioni italiane e straniere sulla ricerca e sugli studi casistici dei programmi che usano Acudetox in diverse realtà nei vari paesi europei e non.

## **ESPERIENZE DI TERAPIA CON ACUDETTOX IN UN SERVIZIO PUBBLICO PER LE TOSSICODIPENDENZE (SER. T.) Ottobre 1997**

Belfiore G. \*, Perotti P. \*, Priora C. \*, Fea M. \*\*

\* Assistente Medico, \*\*Dirigente Medico Ser. T.

Azienda U.S.S.L. 42 - SER. T. - Pavia

Introduzione. Il trattamento di disassuefazione dalle sostanze d'abuso tramite agopuntura auricolare (programma ACUDETTOX) è stato introdotto in Italia nel 1993 dopo una lunga esperienza fatta negli Stati Uniti a partire dal 1975. Nell'ospedale Lincoln di New York, dove è iniziata questa esperienza di terapia, il programma di ACUDETTOX viene utilizzato come unica metodica di disassuefazione dimostratosi efficace sia nel risolvere sintomi astinenziali quali dolore, insonnia e ansia che sul craving. Il paziente può accedere liberamente al trattamento lungo tutto l'arco della giornata e in alcuni casi anche più volte al giorno. Riteniamo utile riferire questi particolari dell'esperienza americana in quanto sono gli aspetti che maggiormente si differenziano dalla nostra realtà di lavoro. In effetti nel nostro servizio l'accesso al trattamento non è libero ma viene valutato e concordato col paziente e l'orario di terapia per problemi organizzativi, è strettamente ristretto (13.30 - 14.30). Utilizziamo l'agopuntura auricolare come integrazione di altri programmi terapeutici sia psicologici che psicosocioriabilitativi per i pazienti tossicodipendenti e alcolodipendenti e come unica proposta terapeutica per fumatori e assuntori di psicofarmaci. In alcuni casi l'agopuntura è stata proposta come unica modalità di disassuefazione da eroina a pazienti che però hanno subito abbandonato il programma preferendo accedere a trattamenti farmacologici convenzionali.

D'altra parte non ci si discosta dalla proposta americana per quanto riguarda il monitoraggio dei trattamenti attraverso il controllo dei catabolismi urinari delle sostanze d'abuso, colloqui di sostegno col paziente e ai familiari, psicoterapia individuale.

Nel nostro servizio abbiamo introdotto tale metodica nell'ottobre 1994. Dopo un periodo iniziale di sperimentazione della durata di circa sei mesi abbiamo sospeso la terapia fino all'ottobre 1995 sia per problemi tecnici, quali la carenza di aghi, che per meglio individuare le tipologie dei pazienti ai quali proporre l'agopuntura.

Materiale e metodi: Nel nostro Servizio l'agopuntura viene eseguita da tre medici del SER. T. che hanno seguito il corso "ACUDETTOX".

Sono stati sottoposti a tale trattamento 75 pazienti:

- 21 in trattamento metadonico protratto, nella fase di scalaggio
- 20 in trattamento metadonico, mantenimento con abuso di altre sostanze, quali alcol o cocaina
- 5 consumatori di alcol
- 7 eroinomani, come unica terapia di disassuefazione
- 8 eroinomani in associazione a farmaci sintomatici per la disintossicazione
- 7 non tossicodipendenti attivi con problematiche quali ansia e insonnia, o fumatori di cannabis o consumatori di benzodiazepine
- 3 fumatori

-4 in trattamento con metadone a scalare (< 60 giorni).

L'agopuntura viene attuata tramite l'infissione di 5 aghi monouso per orecchio, che vengono lasciati in sede per 45-50 minuti.

La terapia viene eseguita all'inizio con frequenza giornaliera fino a quando non si raggiungono i miglioramenti attesi, quindi si programma la diminuzione del numero delle sedute, fino a sospensione. La durata minima del trattamento è di due mesi.

Le controindicazioni al trattamento sono: digiuno, epilessia, lesioni cutanee, ipo o ipertensione, anemia e le complicazioni che si possono osservare sono: cefalea, svenimento, infezioni, crisi convulsive ed ematomi.

Ai pazienti viene presentata una scheda di autovalutazione giornaliera attraverso la quale vengono valutati l'uso di sostanze, la qualità e la quantità del sonno, lo stato ansioso ed alcuni dati che rilevano lo stato di benessere soggettivo.

Risultati:

-36 pazienti (48 %) hanno portato a termine il programma concordato con esito positivo in 31 casi (86%):

-12 in trattamento metadonico nella fase dello scalammo

-6 in trattamento metadonico con abuso di altre sostanze

-2 alcolodipendenti

-1 paziente gravida, assuntrice di benzoiazepine

-2 fumatori di sigarette

-4 in disintossicazione da eroina con farmaci sintomatici

-3 con problemi di ansia

-1 in trattamento con metadone a scalare.

Nei restanti 5 pazienti non si sono verificati i miglioramenti attesi:

-1 è ricaduto nell'uso dell'eroina

-3 non hanno sospeso l'uso di alcolici

-1 non ha sospeso l'uso di cannabis.

-39 pazienti (52%) hanno abbandonato il programma:

-12 in trattamento metadonico a mantenimento con uso di altre sostanze

-9 in trattamento metadonico nella fase di scalaggio

-1 fumatore

-7 per disintossicazione da eroina

-2 alcolodipendenti

-1 ansioso

-1 consumatore abituale di cannabis

-3 in trattamento con metadone scalare

-3 in disintossicazione da eroina con farmaci sintomatici.

Discussione: In base ai nostri dati possiamo dire che vi è stato un indice di ritenzione al trattamento del 48%. Infatti 36 pazienti dei 75 hanno portato a termine il programma concordato.

I restanti 39 pazienti hanno abbandonato il trattamento dopo poche sedute (mediamente 7): per 4 pazienti ci sono state difficoltà oggettive legate al nostro orario molto ristretto, per 4 pazienti (7.6% sul totale dei 52) l'interruzione si è resa necessaria per la comparsa di effetti indesiderati (1 paziente ha lamentato cefalea

e in 3 è insorto uno stato di ansia paradossa). Nei restanti 31 pazienti non era presente alcuna motivazione al trattamento; 7 di questi, ai quali l'agopuntura è stata offerta come unica terapia di disassuefazione da eroina, hanno precocemente interrotto tale trattamento in quanto fortemente orientati all'assunzione di metadone o di altri farmaci.

I 12 pazienti in trattamento metadonico nella fase dello scalaggio che hanno portato a termine il programma di agopuntura non hanno avuto sintomi astinenziali, pertanto non è stata necessaria l'assunzione di alcun farmaco sintomatico. Riteniamo di dover riferire più ampiamente del risultato ottenuto con una paziente, in trattamento metadonico a mantenimento, al secondo mese di gravidanza che ha accettato lo scalaggio del farmaco e dal mese successivo ha iniziato la terapia agopuntoria raggiungendo al settimo mese la condizione di drug-free.

Altro importante risultato riteniamo sia stato raggiunto con una paziente anch'ella gravida che abusava di lorazepam e che con l'aiuto dell'agopuntura auricolare è riuscita a sospendere entro il settimo mese l'uso di tale farmaco.

Nei due pazienti forti fumatori vi è stata una riduzione dell'uso di sigarette rispettivamente dell'88% e del 91%.

In 1 paziente eroinomane attivo, conosciuto in Pronto Soccorso, è stato possibile con l'agopuntura sospendere già al terzo giorno la somministrazione di farmaci sintomatici con repentina scomparsa della sintomatologia astinenziale.

In un paziente che riferiva importanti problemi di ansia e insonnia insorti al termine di un trattamento metadonico durato due anni, il trattamento agopuntorio ha portato alla riduzione dei sintomi.

In 2 dei 6 pazienti in trattamento metadonico a mantenimento con abuso di altre sostanze si è verificata una diminuzione importante dell'uso di alcol; 3 hanno sospeso completamente l'uso di alcolici e il quinto è passato da un uso pluriquotidiano di cocaina ad un uso bimensile.

Dei due pazienti alcolodipendenti, 1 ha intrapreso la terapia agopuntoria per poi giungere all'assunzione di antabuse, l'altro paziente (con problemi psichiatrici) ha ridotto notevolmente l'uso di alcolici e, preso atto per la prima volta del suo problema di alcolodipendenza, ha accettato il ricovero in ambiente ospedaliero specialistico.

**Conclusioni.** La tossicodipendenza è una patologia cronica ad eziologia multifattoriale, con tendenza alle ricadute, inoltre non esistono dati in letteratura che evidenzino la maggior efficacia di un trattamento rispetto agli altri.

L'utilizzo dell'agopuntura permette di stimolare nel paziente un approccio diverso al raggiungimento del proprio "stato di benessere", rompendo il forte legame "farmaco-benessere" caratteristico del drug-abuser.

A partire da quest'ultima considerazione ed in virtù dei risultati ottenuti soprattutto con le due pazienti gravide, crediamo sia utile includere a pieno titolo l'agopuntura auricolare tra i trattamenti offerti dal nostro Servizio.

## **L'USO DELL'ACUDETTOX IN UN'UNITA' OSPEDALIERA DI ALCOLOGIA Ottobre 1997**

G. Vittadini \* , R. Maglio \*\*, C. Gremita \*\*, G. Boccasavia \*\*, D. Mino \*\*

\* Unità di Alcologia-Fondazione "S. Maugeri" IRCCS Centro Medico di Pavia

\*\* 1° Sezione di Medicina del Lavoro Università degli Studi di Pavia

L'Unità ospedaliera di Alcologia è un reparto clinico, fornito di posti letto e di personale specializzato per il trattamento di pazienti con problemi e patologie alcol-correlate (PPAC) particolarmente complesse.

La nostra struttura opera da circa dieci anni all'interno della Divisione di Medicina del Lavoro della Fondazione "S. Maugeri" di Pavia, disponendo attualmente di 14 posti letto. Ad essa vengono solitamente inviati alcolisti la cui situazione fisica e/o psicologica è tale da rendere necessario un trattamento in regime di degenza.

Frequente è quindi la presenza di individui particolarmente defedati spesso con una politossicodipendenza associata o con evidenti patologie psichiatriche.

Nel nostro programma di disassuefazione dall'alcol e di riabilitazione psico-fisica è stato inserito, dall'aprile 1996, il protocollo Acudetox. Nello specifico, i pazienti sono stati trattati con una seduta quotidiana di agopuntura della durata di 45 minuti per tutto il periodo del ricovero (mediamente 14 giorni). Il protocollo di agopuntura è stato proposto a tutti i soggetti ricoverati nel periodo di tempo sopra indicato (N. TOT. 450) e da essi liberamente accettato. A tutt'oggi sono stati trattati 433 soggetti (336 maschi e 97 femmine) di età compresa fra i 23 ed i 64 anni. Soltanto 17 pazienti (3.92%) lo ha rifiutato. Fra coloro che hanno iniziato il trattamento 12 (2.77%) ha deciso di interromperlo entro le prime 5 sedute. Ciò è avvenuto prevalentemente per la difficoltà a mantenere gli aghi infissi per un lungo lasso di tempo. La sospensione non si è mai verificata per il sopraggiungere di importanti effetti collaterali. Pertanto il 93.31% dei pazienti ha portato a termine il trattamento dandone un giudizio globalmente positivo. Pur non disponendo attualmente di dati più precisi, possiamo quindi affermare che il metodo Acudetox si è rivelato un trattamento semplice, sicuro, gradito ai pazienti. Per questa ragione e per la situazione di ricovero dei soggetti trattati, che consente uno stato di totale astinenza alcolica e la possibilità dell'uso dell'agopuntura come alternativa ai farmaci anti-astinenziali, riteniamo non solo possibile e consigliabile l'adozione di tale metodologia in qualsiasi reparto ospedaliero di alcologia ma anche opportuna la ripetizione delle sedute di agopuntura almeno due volte al giorno.

## **L'AGOPUNTURA AURICOLARE NEL TRATTAMENTO DELLA DIPENDENZA DA NICOTINA. Giugno 1996**

I. P. A. F. D. M. Brigidoni (Infermiere Professionale Azienda USL 8 Arezzo. Dipartimento delle Dipendenze, Ser. T. Cortona).

Premessa. Dopo aver partecipato al corso di apprendimento della tecnica dell'agopuntura auricolare (Acudetox) presso l'Associazione Nada Italia in Roma, ho provato in via sperimentale questo protocollo nel Marzo 1996.

Insieme con la Dottoressa Patrizia Giorgi Psicologa Coordinatore, responsabile Ser. T. Cortona, abbiamo pensato di utilizzare il metodo Acudetox in soggetti dipendenti da nicotina.

Obbiettivi. Usare il metodo Acudetox in soggetti tabagisti.

Caratteristiche. Viste le numerose richieste, abbiamo selezionato utenti con caratteristiche simili, raggiungendo un numero limitato di sei persone. Qui di seguito elenco le principali caratteristiche:

- avere una dipendenza da nicotina d'almeno dieci anni;
- un uso superiore di venti sigarette al giorno;
- l'età non inferiore a trenta anni e non superiore ai cinquantacinque;
- non presentare altre dipendenze oltre quella da nicotina come "benzodiazepine, barbiturati, sostanze stupefacenti, ecc."

Metodi-Terapia. Il trattamento Acudetox è praticato all'interno del Ser. T. , servizio pubblico dell'Azienda USL 8 Arezzo Zona Valdichiana Aretina. La stanza ha le caratteristiche necessarie come la luminosità, è sufficientemente tranquilla, ha poltrone con braccioli e naturalmente è vietato fumare, ascoltare musica e dormire.

La terapia è praticata a tre persone nella fascia oraria che va dalle 8.00 alle 9.00 e a tre dalle ore 14.00 alle 15.00 in un sitting di gruppo, per cinque volte la settimana (non abbiamo rispettato il protocollo di sei trattamenti la settimana per esigenze di servizio). Gli aghi posizionati nei cinque punti dell'orecchio definiti dal protocollo Acudetox, permangono in sede per quarantacinque minuti.

Abbiamo effettuato la terapia con agopuntura auricolare a sei utenti cinque volte la settimana fino al raggiungimento dell'astinenza. In seguito abbiamo praticato il trattamento con tre sedute la settimana.

I sei soggetti, quattro femmine e due maschi, fin dalle prime sedute hanno ridotto in maniera a scalare l'uso di sigarette. Lo scalaggio è proseguito per tutti i sei clienti e non si sono manifestati sintomi astinenziali. Il trattamento è proseguito per quattro utenti di sesso femminile raggiungendo l'astinenza da sigarette nella quarta e quinta settimana del trattamento. Due clienti di sesso maschile, sono arrivati alla quarta settimana, usando quattro sigarette al giorno ma comunicando la volontà di interrompere il programma.

Risultati. Due utenti di sesso maschile hanno interrotto volontariamente il trattamento nella terza e quarta settimana fumando un numero inferiore di cinque sigarette al dì.

Quattro utenti di sesso femminile hanno raggiunto l'obiettivo dell'astinenza. Il follow-up ha dimostrato l'ottima efficacia del metodo Acudetox; a distanza di tre mesi, nessun utente ha ripreso l'uso di sigarette.

Conclusioni. Visti i soddisfacenti risultati ottenuti e il basso costo del trattamento, si ipotizza la ripetizione dell'esperienza e l'aumento del numero degli operatori alla formazione del metodo Acudetox, così da poter praticare questa metodologia in modo più strutturato.