



Giovanna Mazzarino

2° anno Naturopatia

### EFFICACIA TERAPEUTICA DEI FIORI DI BACH NELLA CURA DEL CALAZIO: UN CASO DI STUDIO

Che cos'è il calazio: sintomi, cause e terapia tradizionale

Il calazio è un'infezione granulomatosa delle ghiandole sebacee di Meibomio che si presenta come una piccola tumefazione di forma circolare a livello palpebrale. Le piccole ghiandole di Meibomio, presenti ai margini delle palpebre, sono numerose ed hanno il compito di formare sostanze - quali il sebo - che lubrificano lo scorrimento delle palpebre sull'occhio e permettono di mantenere sempre ben idratata la cornea. L'infezione di una o più di queste ghiandole determina la chiusura del dotto escretore con ritenzione di pus all'interno e quindi la formazione del calazio, che è generalmente una tumefazione di natura benigna e non cancerogena.

I sintomi sono lievi, ad esclusione di una sensazione di peso palpebrale o fastidio, ma può esservi anche dolore e rossore se vi è un'infezione in corso. In alcuni casi si nota sensibilità alla luce e aumento della lacrimazione. Inoltre, può rappresentare un problema estetico da non sottovalutare, specie da un punto di vista psicologico.

Ad oggi, non si conosce la causa che determina l'insorgenza di questo processo infiammatorio, ma esso è stato messo in relazione patogenica con l'acne (la parola greca "chalazion" significa "piccola ciste") e la blefarite. Quest'ultima sembra essere, fra i fattori predisponenti locali, quello più frequente, trattandosi di un'infezione che interessa il margine palpebrale, i cui sintomi principali sono bruciore, prurito ai bordi palpebrali e formazione di piccole croste tra le ciglia.

Alcune teorie mettono in relazione la formazione dei calazi a problemi epatici o a disturbi dell'apparato digerente. Viene da pensare alla Medicina Tradizionale Cinese, secondo cui il fegato si apre nell'occhio, per cui problemi agli occhi potrebbero riflettere un qualche malessere del fegato, il quale a sua volta è legato alle emozioni, specialmente depressione ed ira.

Da qui la concezione più generica e diffusa che il calazio sia la manifestazione di uno stato di stress senza escludere, tra l'altro, una tendenza costituzionale alla malattia.

Nonostante siano stati segnalati casi di risoluzione spontanea, la medicina allopatica considera l'asportazione chirurgica dei calazi l'unico "trattamento" possibile, insieme alla terapia medica con colliri e pomate antibiotiche associate a cortisonici, se instaurata in tempo.

I

Un caso di studio: storia personale

Questo caso riguarda la mia persona. Ho quarantanove anni e soffro di calazi da più di venti. All'inizio, mi era stata indicata una terapia a base di pomate antibiotiche e cortisonici che però non hanno risolto il problema, ma l'hanno invece cronicizzato. Dopo circa 7 anni, mi sono rivolta per caso ad un'omeopata, la cui terapia è stata efficace, ma temporanea. Con l'andare degli anni i calazi non erano più così frequenti, ma mi è stata diagnosticata una blefarite cronica che ha reso il processo della formazione dei calazi quasi inevitabile anche se, appunto, meno frequente.

Fin dall'infanzia ricordo di aver sofferto di stipsi e problemi digestivi, fui operata all'appendice a dieci anni, dopo di che mi fu diagnosticata una colite spastica. Naturalmente, i medici hanno cercato di "aiutarmi" sopprimendo i sintomi con ogni tipo di farmaci e lassativi. Per quanto riguarda le mie abitudini alimentari, all'inizio non erano delle migliori, ma ben presto mi sono dovuta limitare a mangiare cibi cotti in modo leggero. Comunque, con l'età ho ripreso a mangiare "normalmente", con disturbi meno frequenti. Ora che sono più consapevole degli effetti che il cibo può avere sull'organismo - e cioè tossici se mal tollerati o terapeutici se ben dosati e idonei - sto più attenta a ciò che mangio, cercando di capire le esigenze del mio fisico. Come fattori ereditari è comunque da registrare che anche mia madre, deceduta in seguito ad un tumore, aveva sofferto a lungo di problemi digestivi e mio padre era diabetico (deceduto per insufficienza cardiaca).

A 25 anni fui operata di cisti ovarica, e circa un anno dopo ho cominciato a soffrire di calazi ad ambedue le palpebre, sia inferiori che superiori. Era indubbiamente un periodo di forte stress - da un lato, un lavoro come segretaria che mi vedeva a lungo fuori casa, dall'altro un matrimonio infelice.

Per completare il quadro, il problema dei calazi si attenuò circa un anno dopo la mia separazione, in seguito ad una cura omeopatica. Ho sempre riscontrato, comunque, che i calazi ricomparivano in periodi di maggiore stress emotivo o insoddisfazione, e in coincidenza di stipsi e problemi digestivi. Inoltre, da più di un anno sono andata in menopausa.

Per quanto riguarda il mio stile di vita, aggiungo che sono astemia, ma sono stata una fumatrice fino a circa 13 anni fa. Da dieci anni circa inoltre, il mio stile di vita prevede una mezz'ora di ginnastica/yoga ogni mattina appena alzata, ivi inclusi esercizi di respirazione e meditazione. E' comunque dall'età di 21 anni che mi è stata diagnosticata una scoliosi, e quindi da allora ho frequentato regolarmente la palestra ed oramai il movimento è per me indispensabile per "sentirmi bene" sia dal punto di vista fisico che mentale. Inoltre, per "sentirmi bene" è indispensabile per me viaggiare, specie se in paesi lontani, e interessarmi di argomenti spirituali, oltre che praticare la spiritualità anche attraverso la religione.

2

Cura del calazio con la Floriterapia di Bach

Quando nell'ottobre dell'anno scorso, dopo lungo tempo, mi si è formato un calazio sulla palpebra superiore sinistra mi sono rivolta al mio medico omeopata, il quale mi ha dato un rimedio che ha tolto l'infiammazione, ma ha lasciato una ciste palpabile con le dita della mano, anche se poco visibile. L'omeopata non ha ritenuto di darmi altri rimedi, e mi ha detto di aspettare una ulteriore evoluzione del calazio stesso.

A marzo di quest'anno, dopo circa 5 mesi dalla formazione del calazio, la situazione non era cambiata. Il calazio si presentava sempre come una ciste sul bordo esterno della palpebra sinistra. Stanca di questa situazione, che non ritenevo "normale", e non volendo assolutamente farmi asportare il calazio chirurgicamente, ho provato a curarmi da sola con i rimedi floriterapeutici di Bach. Premetto che ero scettica, non fiduciosa del successo della cura, ma pensavo che male non avrebbe fatto, trattandosi anch'essi di prodotti omeopatici. Inoltre, era la prima volta che assumevo i fiori di Bach in generale.

Dovendo scegliere i rimedi in considerazione degli stati d'animo del momento, ho deciso di assumere:

Wild Oat per l'insoddisfazione che provavo in quel periodo, ma che è stata quasi una costante nel corso della mia vita, avendo più volte cambiato lavoro per esempio, alla ricerca di qualcosa che mi piacesse, nonostante avessi gratificazioni dal lavoro che svolgevo.

White Chestnut per un'altra mia costante, che in quel periodo sentivo opprimente, di continui pensieri che si succedevano nella mente e che non mi facevano dormire bene di notte, anche se io cercavo volontariamente di fermarli.

Mimulus per la mia paura che entrassero i ladri in casa mentre dormivo. Questa paura era sopravvenuta dal mese di dicembre, dopo che fui derubata in casa una sera che io non c'ero. Anche per questo motivo non dormivo bene, tanto che mi sembrava di sentire di notte rumori che in realtà non esistevano.

Il primo giorno della cura, la palpebra sinistra - sede del calazio - incominciò a gonfiarsi ed avevo una sensazione di bruciore agli occhi (per me ricorrente, a causa della blefarite). Il mio fisico aveva subito risposto alla cura, e positivamente, perché i sintomi si stavano accentuando.

Il secondo giorno notavo un notevole miglioramento della stipsi. Il bruciore agli occhi era più intenso di notte, e il gonfiore alla palpebra non era più doloroso. Il sonno era buono, anche se mi svegliavo di notte. Durante la ginnastica mattutina notavo un notevole aumento dell'energia fisica. La sera, la palpebra si era gonfiata ulteriormente. In coincidenza del peggioramento della parte interessata, l'energia vitale del mio fisico si stava riequilibrando. La mattina del terzo giorno la palpebra era gonfia con del pus, che è fuoriuscito nel pomeriggio. Non avevo stipsi, avevo dormito bene, l'energia fisica era buona, ed ero di buon umore. Non ero disturbata dal fatto di uscire di casa con l'occhio gonfio. Segno che l'equilibrio fisico corrispondeva a quello emozionale/mentale.

3

Il quarto giorno l'occhio era meno gonfio, poiché l'infiammazione si stava attenuando.

Inoltre, registravo sempre un buon funzionamento degli intestini nell'eliminazione, buona energia fisica e sonno.

Dal quinto giorno al quattordicesimo giorno l'occhio non era più gonfio, ma era rimasta una piccola ciste, più piccola di quella precedente. Decisi perciò di cambiare rimedi, anche perché in quei 14 giorni i miei stati d'animo erano in parte mutati, per esempio, capii che non avevo più bisogno di Mimulus, perché la paura dei ladri mi era passata.

I rimedi che ho deciso di assumere sono i seguenti:

Wild Oat per l'insoddisfazione nella vita e per essere più decisa nella strada da intraprendere, sia nel lavoro che nel privato.

White Chestnut per i pensieri che mi continuavano a frullare in testa, anche contro la mia

volontà.

Holly per cercare di calmare la rabbia che covava dentro di me e stati d'animo negativi quali la gelosia nei confronti del mio partner.

Walnut per assistermi nella menopausa e nelle influenze esterne.

Crab Apple perché il calazio era diventato una vera ossessione per me, ed in generale per ripulire l'organismo sia del calazio che della stipsi.

All'undicesimo giorno della cura la palpebra sede del calazio ricominciò a gonfiarsi, finché il quattordicesimo giorno la ciste si è aperta con la fuoriuscita di molto pus. A questo punto la ciste non c'era più, ma aveva lasciato una pieghetta sulla pelle della palpebra, sulla quale ho fatto impacchi di Crab Apple due volte al giorno (due gocce in una tazzina d'acqua).

Ho continuato la cura per altri dieci giorni circa, fino alla completa scomparsa dell'infiammazione.

Considerazioni

Nel 1935 Stanley Smyth, uno dei primi naturopati inglesi, indicava fra le cause della malattia le emozioni ed i pensieri distruttivi. La manifestazione della malattia, spiegava in un suo articolo pubblicato su "Health for all", non è altro che una crisi eliminatoria, lo sforzo disperato della forza vitale di proteggersi contro gli effetti negativi di tali emozioni. E' indubbio che la mia storia personale parla di problemi digestivi (in India un medico ayurvedico mi ha perfino diagnosticato la difficoltà a digerire grassi animali, che cerco infatti di eliminare dalla mia dieta), ma la loro causa è senz'altro da far risalire a problemi emozionali. E dunque, anche la comparsa dei calazi è da attribuire ad una difficoltà del corpo ad eliminare le tossine prodotte dalle emozioni negative. La Floriterapia di Bach, sollecitando il prodotto di quelle emozioni negative - il calazio -, ha calmato queste emozioni, aiutandomi a vedere i problemi da altre prospettive. Ma vediamo più in dettaglio quale ruolo hanno svolto i rimedi assunti.

4

Nonostante venga da pensare che Wild Oat sia il rimedio più adatto alla mia personalità - il calazio ha subito una trasformazione sin dal primo giorno di trattamento con Wild Oat -, Holly ha sicuramente svolto un ruolo importante, curando il sentimento di rabbia - collegata al fegato nella MTC - nel secondo trattamento risolutivo.

Inoltre, White Chestnut è il rimedio adatto al mio atteggiamento mentale, aiutando ad alleggerire i continui pensieri che si affacciavano alla mia mente, mentre Crab Apple ha aiutato la fuoriuscita del pus ed ha svolto un ruolo di "pulizia" generale dell'organismo, essenziale per rafforzare ed equilibrare l'energia vitale. Ricordo l'importanza che assume in naturopatia l'eliminazione delle scorie. Stanley Smyth nell'articolo suddetto arrivò a definire lo stato di salute l'equilibrio fra assimilazione ed eliminazione, ed è indicativo di nota come i rimedi di Bach da un lato abbiano prodotto una maggiore energia fisica e dall'altro migliorato il funzionamento del mio sistema di eliminazione.

Infine, Walnut è stato aggiunto anche perché questo era il primo calazio che si era formato dall'inizio della menopausa, potendo indicare una debolezza dell'organismo subentrata al cambiamento.

Vorrei inoltre aggiungere che, considerate le molte testimonianze di persone che si sono sottoposte più volte ad interventi chirurgici per l'asportazione di calazi senza riscontrare una regressione nella loro formazione, ne deriva che l'intervento chirurgico non è la soluzione al problema, così come non è una soluzione la soppressione del sintomo con antibiotici e cortisonici, essendosi riscontrate delle recidive e non potendo essere mai la soppressione, come già detto, una soluzione a qualsiasi problema fisico.

Conclusioni

Non è facile curare se stessi, proprio perché le cause dei nostri disturbi non sono "fuori" di noi, così evidenti da poterle individuare ed affrontare. Il disturbo fisico non è che un campanello d'allarme per farci capire che c'è qualcosa che non va "dentro" di noi. Ed è un bene che il disturbo fisico appaia, poiché è indice che la "forza vitale" di cui è dotato il nostro organismo risponde ad un malessere che fondamentalmente è di origine psichica e perciò difficile da individuare. Quando la forza vitale viene soppressa si instaura un meccanismo per il quale il nostro corpo non ci avvisa più, e quindi possono sopravvenire scompensi gravi. E' perciò indispensabile rimanere in ascolto del proprio corpo, per coglierne i segnali e capire la causa del disagio. E, soprattutto, mai sopprimere la malattia, che diventerebbe cronica e cioè, come spiegava Stanley Smyth, la manifestazione di un ultimo disperato sforzo compiuto dal corpo - efficace solo in parte - per evitare la morte a causa dell'avvelenamento di organi vitali.

5

Pertanto, se proviamo a metterci in ascolto, possiamo anche provare a curare noi stessi. Il Dr. Edward Bach con il suo metodo ha voluto insegnarci che ciò è possibile. Egli ha voluto individuare una risposta "semplice" ai problemi emozionali che disturbano la nostra

personalità, sostenendo che la malattia non è altro che la manifestazione di un conflitto fra la personalità e l'anima dell'individuo. Ne deriva che curando le emozioni si riescono a risolvere anche i problemi fisici.

Nella visione del Dr. Bach, il floriterapista ha perciò la funzione di insegnare ai suoi clienti l'uso dei rimedi, perché essi possano curarsi da soli, ogni qual volta se ne presenti l'occasione. Da qui l'idea della prevenzione di alcune patologie attraverso i rimedi di Bach, che necessita, appunto, dell'ascolto dei segnali del corpo o, ancora meglio, di determinati stati d'animo negativi o eccessivi che si riconoscono nel proprio carattere o che possono manifestarsi in determinate situazioni.

#### BIBLIOGRAFIA

1. The British Naturopathic Journal, vol.22, n.1, 2005
2. S. Ball, The Bach Remedies Workbook, The C.W. Daniel Company Ltd., 2001
3. S. Ball, Principles of Bach Flower Remedies, Thorsons, 1999
4. J. Ramsell Howard, The Bach Flower Remedies Step by Step, The C.W. Daniel Company Ltd., 2003
5. E. Bach, Heal Thyself, The C.W. Daniel Company Ltd., 2003
6. E. Bach, The Twelve Healers and Other Remedies, The C.W. Daniel Company Ltd., 1999
7. T.W. Hyne Jones, Dictionary of the Bach Flower Remedies, The C.W. Daniel Company Ltd., 1995





















