Agopuntura nella cefalea tensiva

Data 07 agosto 2022
Categoria neurologia

L’agopuntura è efficace nel ridurre la sintomatologia nei pazienti con cefalea tensiva cronica.

La cefalea tensiva è la forma più frequente di cefalea ed è considerata cronica quando il dolore è presente per almeno 15 giorni al mese.
In uno studio randomizzato sono stati arruolati 218 pazienti che soffrivano di cefalea tensiva in media da 11 anni e per circa 22 giorni al mese. Dopo randomizzazione sono stati trattati con agopuntura oppure agopuntura simulata superficiale. In tutto sono state praticate da 2 a 3 sessioni alla settimana per un totale di 20 sedute. Il follow up successivo è stato di 6 mesi.
Una riduzione del numero di giorni/mese con dolore di almeno il 50% si è registrato nel 68% dei pazienti trattati con agopuntura e nel 50% di quelli sottoposti ad agopuntura simulata.
Il numero di giorni in cui il paziente lamentava dolore è diminuito in media da 20/mese a 7/mese nei pazienti trattati e da 23/mese a 12/mese nel gruppo controllo.
In entrambi i gruppi non si sono registrati effetti collaterali gravi.

L’agopuntura si è dimostrata quindi un’opzione utile nel trattamento della cefalea tensiva, tuttavia la durata dello studio di soli 6 mesi non permette di trarre conclusioni sull’efficacia a lungo termine.
Da notare che anche l’agopuntura simulata ha ridotto, seppur in misura minore, la sintomatologia, il che sottolinea l’importanza dell’effetto placebo in questa patologia.

RenatoRossi

Bibliografia

1. Zheng H, Gao T, Zheng QH, Lu LY, Hou TH, Zhang SS, Zhou SY, Hao XY, Wang L, Zhao L, Liang FR, Li Y. Acupuncture for Patients With Chronic Tension-Type Headache: A Randomized Controlled Trial. Neurology. 2022 Jun 22:10.1212/WNL.0000000000200670.
doi: 10.1212/WNL.0000000000200670. Epub ahead of print. PMID: 35732505.