

Prof. Dr. Antonio Vespasiani

Professore in Clinica Ortopedica dell'Università di Milano
Primario F.R. del Centro di Chirurgia della MANO dell'Istituto Ortopedico 'G.Pini' di
Milano

Una nuova scoperta sul “Sistema Immunitario”

In piena pandemia da coronavirus, è sempre più incessante l'interesse ed il richiamo al Sistema Immunitario(S.I.),vero

ARBITRO

della nostra salute :Il sistema immunitario ha sede nell'Ipotalamo(parte centrale del cervello) dove svolge un delicato compito: la nostra difesa nella costante ricerca di equilibrio : un eccesso di funzione del S.I. provoca infatti alcune gravi malattie , la più nota delle quali è l'Artrite Reumatoide , la spondilite anchilopoietica ,il lupus ,la psoriasi e molte molte altre ancora ;analogamente una caduta o diminuzione del S.I. apre la porta alla malattia ,che può portare anche alla morte.

Da sempre la scienza medica ha cercato di scoprire l'azione del S.I. e di sollecitare la sua azione ,l'aspetto più tangibile ed evidente ,è il proliferare e moltiplicarsi di medicine, integratori , particolari tipi di ginnastica, o di esercizi fisici , di esercizi di ginnastica mentale , come la meditazione , lo yoga , il training autogeno .

A questo campionario di stimoli sul S.I. da alcuni anni in Italia si è aggiunta la crioterapia sistemica , che nata dalla intuizione di un medico termale giapponese “Toshima Yamauchi nel 1980” si è diffusa con una impressionante velocità in tutto il mondo.

Questa forma di diffusione o (per stare nei termini attuali) di contagio si deve alla Ditta

CRYOMED ITALIA

(www.cryomeditalia.it/www.cryoarea.com) che ha importato in Italia la CRIO-Cabina , un sistema più semplice, che ha permesso di superare la Kaltekammer (Camera del freddo con accesso e 6-8 persone) di Yamauchi, camera molto costosa e anche molto ingombrante a causa anche del silos per l'azoto. La crio-cabina , permette di praticare la crioterapia sistemica per singola persona ,ricavandone tutti i vantaggi e i pregi della crioterapia e che ora è opportuno qui ricordare

insieme al metodo:

la persona in costume da bagno con mascherina ed esclusione del capo ,guanti e scarpe di lana , entra nella crio-cabina è subito avvolto dal gas freddo prodotto dalla trasformazione dell'Azoto liquido in azoto gassoso,alla temperatura costante di 120° -125° per la durata da 2 fino a 3 minuti(tempo massimo).

Questa esposizione determina un rapido raffreddamento della pelle con una vasocostrizione cutanea ,e il passaggio nel circolo profondo della massa ematica circolante nella pelle , il freddo invia un forte messaggio al centro vasomotore (nell'ipotalamo)

che risponde con una vasodilatazione interna ,e una forte

accelerazione del circolo ematico profondo :questa

accelerazione fa aumentare l'ossigenazione dei tessuti, attiva i

cataboliti e le endorfine, ed elimina i mediatori chimici *del*

***dolore* , della fatica ,dello stress, delle malattie autoimmuni:**

La crioterapia migliora la qualità del sonno e della

memoria ,agisce sul metabolismo

ha effetto ponderale ,brucia circa 600 fino a 800 calorie , ma

soprattutto agisce sul S.I. sollecitando il suo equilibrio:

Questo spiega l'effetto positivo della crioterapia di Yamauchi sull'A.R., sulla spondilite di Bechterew e sulle malattie autoimmuni

o dipendenti dal S.I. ,Il metodo ormai noto apprezzato in tutto il

mondo è utilizzato soprattutto dagli atleti . dai calciatori, attori e

da molte persone affette da patologie croniche: da segnalare la

presenza della CRYOMED -ITALIA in alcuni Ospedali e cliniche in

Italia.

In fede

Prof. A.Vespasiani