

# *Attacchi di panico (i magnifici sei)*

La crisi di angoscia avviene all'improvviso, durante il giorno o la notte, scatenata sovente da una causa evidente quale una cattiva notizia (lutto familiare, disastro economico), una gita in barca, un volo in aereo, una salita-discesa in ascensore, una malattia che procuri un dolore intenso.

Tutte queste eziologie (noxae patogene psico-fisiche) hanno necessariamente ripercussioni diverse su terreni (diatesico-costituzionali) diversi. Nella costituzione *sulfurica* il soggetto forte, rubizzo, robusto quasi mai ammalato si agita oltre misura realizzando quell'atteggiamento di vero terrore, di panico incontrollabile che rappresenta il classico quadro dell'attacco di panico attivo (*Aconitum*).

Nella costituzione *carbonica* il soggetto, più riflessivo e lento a mettersi in moto, va incontro all'arresto psichico con quadro di *Trac* o attacco di panico passivo (*Gelsemium*).

Nella costituzione fosforica il soggetto è molto sensibile ai traumi morali e resta sconcertato, incredulo, contraddittorio e talora paradossale (*Ignatia*); oppure può cedere psichicamente al dolore fisico (specie osseo) con aspetto terrorizzato e agitazione psicomotoria (*Rhus Toxicodendron*).

Nella costituzione *fluorica* il soggetto è imprevedibile, molto accelerato nelle relazioni interpersonali può alternare periodismi di vera angoscia a fasi di estrema prostrazione specie nelle ore notturne (*Arsenicum Album*) oppure assumere un quadro psichiatrico di attacchi di panico fobico (*Argentum Nitricum*).

Le sequele fobico-ossessive che spesso segnano l'attacco di panico puro possono essere trattate, a seconda del quadro clinico con *Thuya*, *Alumina*, *Staphysagria*, *Aurum*, *Causticum*,

*Anacardium*, *Natrum Sulfuricum*.

Il paziente nell'attacco di panico è come sovrastato da un sentimento di catastrofe, di pericolo imminente, spesso con sensazione di morire o di diventare pazzo. Il terrore è ben chiaro dall'espressione del volto (*Aconitum*). Sovente pallido, sudato, tachicardico con polso duro, abbattuto può presentare somatizzazioni viscerali specie cardiovascolari, laringopolmonari o gastrointestinali. La crisi così come è insorta all'improvviso scompare spesso con la stessa velocità (*Aconitum*). Molto spesso permane invece un malessere intenso con sensazione vertiginosa o di perdere i sensi.

In alcuni soggetti la paura, la fifa li manda letteralmente in tilt. È difficile per costoro riprendere la vita di tutti i giorni, lo stesso lavoro, reinstaurare i normali rapporti interpersonali. Si resta come "shoccati", inebetiti con una cefalea occipitale (nucale) preceduta da disturbi visivi e le palpebre cadenti (*Gelsemium*). È il classico quadro di attacco di panico passivo. Il altri soggetti invece l'attacco di panico è attivo (*Aconitum*) o attivo-passivo (*Arsenicum Album*) con sensazione di morte imminente. In altre tipologie lo shock è più psicofisico (*Ignatia*). Non si sa più se piangere o ridere, o paradossalmente si ride nel pianto, la respirazione è sospiriosa, sono presenti formicolii cutanei da alcalosi respiratoria che rappresentano ulteriori fonti di allarme per il paziente; somatizzazione al giugolo (bolo isterico), allo stomaco (crampo gastrico), al cuore (cardiopalmo), all'apparato respiratorio (tosse stizzosa sine materia). Questo sfaccettato ma inconfondibile quadro clinico di *Ignatia Amara* si riscontra sovente nella tipologia fosforico muriatica di *Natrum Muriati-*

cum o Sulfur Iodatum. In altre tipologie fosforiche con prevalente diatesi sicotica il terrore angoscioso nasce invece da cause eminentemente fisiche quali i violenti dolori osteoarticolari che non concedono tregua al paziente costringendolo a muoversi di continuo per migliorare la sua condizione dolorosa (Rhus Toxicodendron).

Dopo l'attacco acuto di panico un discreto numero di soggetti riprende una vita normale accusando però nuovamente i malesseri in condizioni particolari. La paura degli spazi aperti e dei luoghi pubblici (agorafobia), la paura degli spazi chiusi (claustrofobia), in ascensore, nella metropolitana, nei luoghi di spettacolo, nei mezzi di trasporto (Argentum Nitricum). La fobia può rendere insicura la vita e costringere il paziente a percorrere ogni giorno lo stesso tragitto (Thuya, Aconitum, Argentum Nitricum) o, a farsi accompagnare da qualcuno. Possono nascere fobie per animali o coltelli (Alumina, Causticum, Silicea), o per i mezzi di trasporto (Bryonia, Cocculus, Argentum Nitricum). Fobie concentrate sull'aspetto del proprio corpo con ossessione di essere troppo grasso (Thuya) o troppo magro (Ignatia, Ambra Grisea, Sepia, Petroleum, Anacardium).

Mentre l'ansia rappresenta una paura di un qualcosa che non si conosce (paura immotivata), la fobia è una paura reale per cose, persone o condizioni peculiari. L'ossessione è invece una idea che viene partorita dal cervello dello stesso paziente che come un cancro convive con il suo psichismo senza che il soggetto se ne possa liberare.

Tali problematiche psichiatriche esulano però dal tema in oggetto. I magnifici sei rimedi dell'attacco di panico acuto sono pertanto: *Aconitum*, *Arsenicum Album*, *Gelsemium*, *Argentum Nitricum*, *Ignatia* e *Rhus Toxicodendron*. Analizziamoli in dettaglio.

### 1- ACONITUM NAPELLUS

*Eziologia*: spavento, stress, colpo di freddo, malattia acuta.

*Terreno*: Sulfurico (pletorico-stenico)

*Quadro clinico*: angoscia della mente e del corpo, irrequietezza, agitazione che non si riesce a calmare (S.Hahnemann).

In Aconitum c'è una grande paura e ansia con intensa eccitabilità nervosa (paura di morire, di andare tra la folla) tale da renderlo terrorizzato. Il quadro clinico insorge all'improvviso con la classica ed inconfondibile triade sintomatologica: angoscia, agitazione, paura. Nelle situazioni acute, certamente le più frequenti, prevale l'agitazione con paura della morte; nei casi cronici, più rari, è più evidente l'agitazione frettolosa e soprattutto l'agorafobia. L'azione di Aconitum può paragonarsi ad "una bufera che avanza e passa in modo repentino" (Dunhann). Anche in perfrigerazioni, in persone che ammalano improvvisamente e violentemente, lo sta-

to mentale è quello tipico: il timor panico, l'ansietà si leggono bene nell'espressione facciale, negli occhi terrorizzati. Il paziente avverte il cuore battere violentemente; i valori pressori aumentano. Si instaura un circolo vizioso di ansietà, angoscia, terrore, vera paura di morire. Talora la sintomatologia si arricchisce di vertigini e capogiri, di dolori cefalici violenti ed indescrivibili.

È la "testa" (la centralina) a saltare in Aconitum. Il paziente forte, stenico, vigoroso va in un tilt "attivo", dinamico, reattivo. Ben diverso è il quadro del "tilt o trac" inceppato ed adinamico di Gelsemium (cefalico passivo) o quello paradossale e contraddittorio dello schoccato Ignatia Amara, o ancora di quello altrettanto tumultuoso ma con fasi di prostrazione ( bifasico ) che si instaura specie dopo la mezzanotte in Arsenicum Album.

#### *Stradario di Aconitum*

Sulfur	Aconitum	Sulfur
Nux Vomica	Argentum Nitricum	Nux Vomica
	Alumina	Lilium Tigrinum
	Nitricum Acidum	
Thuya		

### 2 - ARSENICUM ALBUM

L'agitazione è almeno pari a quella di Aconitum ma se si associa ad estrema debolezza non bisogna dimenticarsi di Arsenicum Album (E.B. Nash). Il soggetto è meno pletorico e stenico di Aconitum, molto pratico, ordinato, meticoloso, signorile, avaro, acido non solo nel carattere ma anche nelle secrezioni (lacrime, muco nasale, leucorrea etc...). L'agitazione ansiosa con paura della morte avviene più spesso di notte (dalle 24 alle 3) con grande terrore, freddolosità, desiderio di aprire le finestre; in genere è scatenata da attacchi asmatici, dolori brucianti la pelle tipo zooster ma anche da veri e propri attacchi di panico con incubi notturni. La prostrazione del paziente, è altrettanto evidente, lo porta a cambiare spesso posizione. Un senso di *astenia marcata, con stanchezza generale e profonda alternata da periodi di agitazione e vitalità ritrovata ma passeggera*. In genere la superficie del corpo è pallida, fredda, coperta di sudore, l'aspetto è simil cadaverico. A lungo andare questa agitazione mortale contrasta con la debolezza fisica per cui il paziente cade prostrato in preda alla paura di morire specialmente nel cuore della notte. Disturbi psicosomatici a carico dell'apparato cardio-

vascolare, polmonare, gastroenterico e cutaneo possono arricchire la sintomatologia.

Eziologia: tossinfezioni alimentari; soppressioni delle eruzioni cutanee, disavventure economiche.

Terreno: paziente magro o florido ma astenico, freddoloso dalla psiche pratica.

Quadro clinico: debolezza, agitazione, paura della morte con aggravamento notturno.

#### *Stradario di Arsenicum Album*

Phosphorus	Arsenicum Album	Sulfur
TK	Nitricum Acidum	Aconitum
Kreosotum	Argentum Nitricum	

### 3 – GELSEMIUM

*Eziologia:* malattie infettive adinamiche, cattive notizie, spaventati, crisi ipertensive, colpo di calore.

*Terreno:* paziente di costituzione prevalentemente carbonica, pauroso, sensibile, tremante.

*Quadro clinico:* debolezza, stato adinamico, trac, tremori diffusi, cefalea occipitale, immobilità, confusione mentale.

I cattivi effetti di uno spavento, paura, lutto familiare emozioni improvvise portano il soggetto ad uno stato di rilassamento e prostrazione dell'apparato muscolare con paralisi motoria. Debolezza e tremore, diarrea improvvisa da anticipazione di eventi stressanti, vertigine che insorge nella regione occipitale, con diplopia, diminuzione della vista o perdita del visus. È evidente una mancanza del coordinamento muscolare durante la cefalea che dall'occipite si trasferisce con una sensazione urente sulla fronte fino ai globi oculari. In Gelsemium c'è un attacco di panico passivo; il paziente resta immobile, tremante, inceppato come fosse sovrastato da un male psicofisico terribile. Unica pulsione che avverte è quella di muoversi perchè se non lo facesse il suo cuore cesserebbe di battere. È un quadro di panico non vivo ma spento, appassito, abbruttito, con palpebre pesanti che non riesce a sollevare. Può perdere feci ed urine, la testa è calda, le estremità fredde. L'aspetto è goffo, caricaturale. L'attacco di panico si presenta con quella debolezza fisica, tremori, paresi o paralisi, debolezza degli arti inferiori che sembrano pesanti.

#### *Stradario di Gelsemium*

Cal. Carbonica	Gelsemium	Cal. Carbonica
	Ignatia	Ignatia
Pulsatilla	Graphytes	Pulsatilla
		Lycopodium

### 4 – ARGENTUM NITRICUM

In "un mondo di automobili e di gran velocità" Argentum Nitricum è un rimedio leader, di una frequenza sconcertante. È un paziente fluorico, magro, che ama molto i dolci e presenta una grande ansia di anticipazione (vuol finire prima di aver iniziato, deve andare al bagno prima di una prova importante, ha paura di mettersi in viaggio). A differenza dell'Acidum Nitricum è più caloroso e ammalato meno di notte. Il mentale di Argentum Nitricum è diverso a seconda della gravità della malattia, ossia dello stato di "impregnazione" del nitrato di argento. Nelle prime fasi (stadio 1) si assiste solamente ad un costante atteggiamento di febbrile precipitosità. Il paziente fa tutto in fretta; I ritmi della sua vita sono accelerati, vuol finire prima ancora di aver iniziato; ha la sensazione che il tempo passi troppo presto: "presto, presto...", "no tengo tiempo", "presto che è tardi".

In un secondo tempo (stadio 2) il paziente non riesce più a reggere questo ritmo incalzante ed infernale che si è autoimposto, anche inconsapevolmente. Le paure diventano più frequenti e gli creano turbative psichiche. In questa fase comincia a dubitare delle proprie possibilità psico-fisiche e inizia a rattristarsi e chiudersi in se stesso. Questa seconda fase non dura però a lungo e lascia presto lo spazio alla terza (stadio 3) in cui compaiono tutti i segni ed i sintomi più eclatanti della tipologia. Dall'ansia esagerata si sfocia nella vera e propria angoscia ma è soprattutto la fobia quella che domina il quadro. Sono vere e proprie paure reali, concrete individualizzate: della folla, delle malattie, delle grandi altezze, di viaggiare... La vertigine psicogena chiudendo gli occhi è in questa fase quasi sempre presente: A questo punto l'organismo è talmente saturo di A.N. da autoprovocarsi non solo danni psichici ma inevitabilmente anche organici: ulcera duodenale, rettocolite ulcerosa, laringite cronica, ovarite sinistra, epilessia, broncopolmonite, uretrite, disfunzioni erettili (incapacità coeundi).

In questa fase è più difficile differenziarlo dal Nitricum Acidum. Questi tuttavia migliora sempre percorrendo alla guida dell'auto lunghi tragitti. Ar. Nitricum non vuole invece guidare. Se vi è costretto è molto pericoloso (per sè e gli altri)

specie nei sorpassi nelle gallerie (sindrome del tunnel) in cui perde letteralmente il controllo dell'auto sentendosi come intrappolato e senza via d'uscita. Sono convinto che l'omeopatia "stradale" eviterebbe tanti incidenti devastanti. Se è agitato in auto è sempre in febbrile attenzione, raramente si rilassa, molto più spesso chiede (stadio 3) di scendere e di camminare a piedi, ovviamente.... di gran carriera.

#### Stradario di *Argentum Nitricum*

Mercurius	Argentum Nitricum	Aconitum	Sulfur
		Lilium Tigrinum	Nux Vomica
Luesinum	Alumina	Nitricum Acidum	
	Thuya		Arsenicum Album

#### 5 – IGNATIA

Non è certo l'attacco di panico classico quello che incarna la tipologia Ignatia. È tuttavia una sfaccettatura sintomatologica che sta diventando anno dopo anno sempre più frequente. È un quadro di depressione reattiva a difficoltà esistenziali che assume degli aspetti paradossali e contraddittori che sono inconfondibili. Solo di Ignatia. È la paziente schoccata (dopo cattiva notizia, lutto, separazione etc.) che ha "perso la bussola della vita" e non sa più se ridere o piangere. Anzi alterna spesso, senza trovare una spiegazione plausibile, riso al pianto. È presente angoscia che impedisce di parlare, emotività esagerata, rimuginamenti di pensieri tristi, sospiri involontari con pianto facile, umore capriccioso e mutevole; forte nelle situazioni difficili crolla nelle piccole cose quotidiane, cardiopalmo, dolori al cuore che possono essere indicati con un solo dito di una mano, "groppo in gola (bolo isterico)", crampo gastrico, tosse secca "sine materia". Ignatia, con tutte queste sfaccettature sintomatologiche, rappresenta la vera forma di isteria somatizzata. Siamo lontani dalla sempre meno frequente isteria classica, scoppiettante di grida, svenimenti e simulazioni (Mosculus, Crocus Sativus, Tarentula). Ignatia nell'attacco di panico ha tremolii alle gambe, eccitamento nervoso, tendenza a perdere i sensi, ipersensibilità al dolore fisico. In questi soggetti anche un lieve dispiacere, un minimo disturbo può provocare singulti, laringismo stridulo,

tremori alle mani che ostacolano la scrittura. In questi casi la diagnosi differenziale va fatta soprattutto con Gelsemium e Mosculus.

La tipologia può essere risolutiva anche in coliche "paradossali" non certamente precedute da un rabbioso attacco d'ira (Colocynthis, Staphysagria, Bryonia, Causticum). Ignatia è molto utile in questi stati di attacchi di panico proprio perché la tipologia rappresenta (come l'attacco stesso) uno stato. Il cronico naturale di Ignatia è infatti *Natrum Muriaticum*. Negli attacchi di panico, quando l'eccitamento è maggiore è spesso presente una cefalea con sensazione di avere un chiodo fisso nel cranio, accompagnata da "disturbi visivi a zig-zag" (scotomi), annebbiamento della vista, lacrimazione. Ecco che allora, se avete occasione di vedere Ignatia in questo stato, scoprirete quanto veramente soffre, quanto è sconvolto e sfigurato è quel suo viso impallidito. Basterà non consolarla né contraddirla, ma assecondarla, capirla e soprattutto amarla e distrarla se vogliamo veramente guarirla. La sua è una ferita morale, per sanarla occorre pazienza e amore.

#### Stradario di *Ignatia*

		Phosphoricum Acidum	
Sulfur	Ignatia	Pulsatilla	
Chamomilla	Natrum Muriaticum	Ciclamen	Sepia
	Sepia	Mosculus	Platina
		Tarentula Hispanica	

#### 6 – RHUS TOXICODENDRON

È l'attacco di panico più "fisico" di ogni altro. Lo stato di angoscia, di terrore scaturisce da una malattia che provoca in acuto molto dolore come la dermatosi del Sommaco velenoso (*Rhus Tox*, la pianta che provoca, nei giardinieri, dermatosi vescicolose e molto pruriginose). La maggior parte delle volte sono i dolori reumatici scatenati dal riposo nel letto e dall'umidità a creare il panico. Il paziente presenta grande agitazione, ansietà, apprensione; stesso quadro di Aconitum e Arsenicum Album. Sono le motivazioni (eziologia) che sono diverse. *Rhus Toxicodendron* non può rimanere a letto,

deve cambiare posizione. È insonne perchè ha dolori alle ossa non perchè ha turbe psichiche!! In altri casi il suo stato di agitazione gli provoca lo stesso quadro di dermatosi vescicolosa del giardiniere (neurodermite) o una forma zosteriana (deficit immunitario acquisito). La pelle è congestionata e bruciante, ricoperta da vescicole dolorose, da cui trasuda un liquido chiaro molto pruriginoso: gonfiore, bruciore, puntiture. Sempre presente è lo stato di agitazione con espressione sconvolta del viso.

#### *Stradario di Rhus Toxicodendron*

Sulfur Iodatum	Rhus Tox	Natrum Sulfuricum	
Psorinum	Causticum	Dulcamara	Thuya
	Alumina	Tuberculinum	

#### **ALTRI RIMEDI COSIDDETTI "MINORI" NELL'ATTACCO DI PANICO**

##### **STAPHYSAGRIA**

Il paziente durante l'attacco di panico non è più padrone di se stesso: trema specie ai piedi, perde la voce, accusa cefalea con sensazione di palla dentro la fronte. Staphysagria vi dirà che poco prima ha avuto una discussione forte, un alterco con ira soffocata. Vi dirà che ora si sente molto indignata, frustrata per quello che ha subito.

##### **ALUMINA**

In questo caso l'attacco di panico prende i colori della fobia e della vera e propria follia. La secchezza della mucose (soprattutto degli occhi, bocca e laringe) gli provoca tosse secca. Dal punto di vista mentale ha l'impressione che il tempo passi troppo lentamente ed il timore di vedere un coltello (impulso all'omicidio) o il sangue.

##### **THUYA**

Può essere utile nei pazienti psichiatrici con vere e proprie allucinazioni ed ossessioni (paura di essere seguito, di avere una malattia incurabile, gravidanza immaginaria).

##### **AURUM**

Paziente che fa tutto in fretta e non accetta la minima contraddizione in quanto ogni riflessione sul proprio vissuto lo porta all'apatia mentale con tendenza al suicidio. Si sente col-

pevole di qualche cosa, ha l'impressione di aver sbagliato tutto nella vita. Questo stato sopraggiunge in pazienti stenici, autoritari sopraffatti da un grave lutto familiare, da un disastro finanziario o dalla perdita della reputazione (sindrome del generale tedesco con conseguente suicidio o più recentemente sindrome da avviso di garanzia con stato di carcerazione).

##### **CROCUS**

È un Ignatia molto più aggravata che presenta frequenti ed estremi combiamenti di umore. Emorragie di sangue nero, filiforme (per esempio epistassi); corea ed isteria con grande ilarità, con balli e canti alternati a malinconia e furia.

##### **TARENTULA ISPANICA**

È quella paziente che ha necessità di muoversi in continuazione sulle note luesiniche-dionisiache di una musica orgiastica. È talmente agitata da non potere stare ferma in nessuna posizione; l'eccitazione sessuale la porta a mimare il coito (specie mentre sta ballando). È l'attacco di panico della scatenata che ha voglia di muoversi in continuazione. C'è voglia di disordine e trasgressione. Nel mucchio selvaggio (orgiastico - dionisiaco) c'è il piacere del "RAVE".

##### **MOSCUS**

È un Ignatia più grave. L'isteria è quella classica ed eclatante: lipotimia, simulazione, ipersensibile al dolore. Ma a differenza di Ignatia è una tipologia che presenta eccitazione sessuale con desiderio di coito.

##### **BIBLIOGRAFIA**

1. Tipologie omeopatiche attuali. Ercoli A.; Tecniche nuove, Milano 1998
2. Key Notes. Allen H.C.; CE.MO.N, Napoli 1990
3. Materia Medica. Kent J.T.; Ed.RED, Como 1983
4. La tipologia del rimedio omeopatico. Lodispoto A.; Ed.Omit, Roma 1982
5. La tipologia omeopatica. Vannier L.; Ed.RED, Como 1983
6. Materia medica omeopatica. Zissu R.; Ed.Marrapese, Roma 1988
7. La materia medica omeopatica clinica. Tetau M.; Ed. Ipsa, Palermo 1989
8. Omeopatia tradizione e attualità. Masci V.; Tecniche nuove, Milano 1993
9. Cultura e spettacoli. Geraci M.; Il messaggero ,Roma 9.12.1999