

b) Poiché i punti di comando principali dell'agopuntura si trovano al carpo e alla mano, al tarso e al piede, pensai di immergere le quattro estremità in acqua resa fredda a circa 8 gradi (per scongiurare congelamenti) mediante cubi di ghiaccio e raccolta in due bacinelle: una in alto per mani e polsi e l'altra in basso per i piedi e le caviglie con paziente seduto. La durata di ogni seduta deve raggiungere un periodo di 10-15 minuti primi. Poiché il freddo alquanto intenso può far insorgere uno spasmo più o meno imponente del sistema capillare periferico nonché una contrazione discinetica diaframmatica e gastrica implicanti la funzionalità cardiaca, è opportuno anzi necessario che, all'inizio di ogni seduta, l'introduzione delle estremità nell'acqua ghiacciata sia effettuata progressivamente e mai in modo repentino e che ogni seduta non superi i 20 minuti primi. Il numero delle sedute, da eseguirsi *prima del riposo notturno* per ottenere l'oscillazione cellulare da congestione, è variabile secondo un criterio dettato dall'andamento clinico, comunque non oltre le 30 sedute, con periodi di interruzione, tra una serie e la susseguente, variabile (di solito un mese) sempre secondo l'andamento clinico. La serie delle sedute deve essere saltuaria onde permettere, come già detto; *la libera oscillazione del sistema neurovegetativo che segue un ritmo biologico pendolare e quindi ottenere una uniforme distribuzione della corrente elettrica e la relativa fisiologica, obbediente pulsazione cellulare nell'intero organismo* poiché questa è *la legge della salute*.

A titolo *profilattico* si dovrebbe effettuare almeno una volta ogni tre mesi una serie di 7-10 sedute in coincidenza con i cambiamenti delle quattro stagioni.

Feci il primo esperimento in un caso di *tendinite della mano* con impotenza funzionale e forti dolori alla flessione. Le applicazioni di freddo con il metodo suddetto per la durata di circa 20 minuti per seduta quotidiana determinarono l'acutizzarsi assai violento della sintomatologia. Continuai tuttavia le applicazioni per circa 60 giorni senza variazioni semeiologiche degne di nota. Sospeso il trattamento la sintomatologia decrebbe progressivamente di intensità ed in circa un mese scomparve completamente. La ripresa delle applicazioni di freddo non determinò nulla di particolare.

A favore della validità di questo metodo vi fu anche l'osservazione che durante le sedute il volto del paziente diventa roseo e talvolta accusa caldo alla testa e si possono avvertire borborigmi addominali uniti a senso di trazione dei muscoli dell'addome, tutti segni che si manifestano costantemente durante una seduta di *agopuntura eseguita secondo le regole da me scoperte* e già descritte nel mio libro: ciò sta ad indicare che l'attività crioterapica condotta con questo sistema è simile all'azione dell'agopuntura. Ritengo opportuno specificare che il volto roseo indica la vasodilatazione dei capillari del volto: infatti con la crioterapia così intesa ho risolto i tre casi di *acne* (necrosi più o meno diffusa da spasmo del circolo superficiale delle guance) che ho potuto sottoporre a trattamento..

Risultato positivo ottenni in altri due casi di tendinite dove tuttavia abbreviai il ciclo di applicazione perché avevo compreso che l'aumento intenso della corrente causata dal freddo determina un'azione congestionante sino all'ustione delle cellule più ribelli alla pulsazione ortodossa e quindi bisogna permettere ai tessuti l'eventuale rigenerazione di cellule con comportamento fisiologico conservando un regime normale ossia senza la congestione del freddo per poi riprendere dopo un certo periodo le sedute. *Il ritmo dei cicli delle sedute deve quindi essere discontinuo* come