

# Una cura su misura per l'allergia «al verde»

*Con l'augurio sincero che questo articolo possa essere di aiuto ad altre persone allergiche*

*«Bisogna tornare alla Medicina della Persona. Per curare qualcuno dobbiamo sapere chi è, che cosa pensa, che progetti ha, per che cosa gioisce e soffre. Dobbiamo far parlare il Paziente della sua vita, non dei suoi disturbi. Oggi le cure sono fatte con un manuale di cemento armato»: «Lei ha questo, faccia questo; ha quest'altro, prenda quest'altro». Ma così non è curare. (Umberto Veronesi)»*

**A cura di**

**Francesca Biancardi**  
Medico Chirurgo, Agopuntore  
e Fitoterapeuta

**Sofia Sonia Gini**  
Paziente di Francesca Biancardi

# La voce della Paziente

## Sofia Sonia Gini

### Il mio punto di svolta

A febbraio 2023, eccomi su un'ambulanza in corsa verso il Policlinico di Milano.

La mia asma allergica, questa volta, mi ha giocato un brutto scherzo! Sto saturando 84 (una schifezza!). A casa non sono stata in grado, con i soliti «fedeli compagni» (bentelan, ventolin, fexallegra), di far rientrare la crisi.

Risultato: esami, cocktail di broncodilatatori, cortisone alto dosaggio e... un kit aerosol da tenere pronto per le eventuali prossime emergenze.

Torno alla carica con allergologi e pneumologi, spiegando che vorrei provare ad agire sul mio sistema immunitario in modo più naturale e duraturo, ma la risposta è solo sempre più cortisone (che prendo ormai da anni, senza pause, con effetti faticosi!), antistaminici più forti e «polveri» (con effetti collaterali che non mi piacciono) per gli attacchi di asma.

Ho pensato: «ora basta! Se quest'anno inizio così nella stagione invernale, figuriamoci in quella primaverile!».

Ho navigato su Internet per capire cosa avrebbe potuto esserci di alternativo per me. Per puro caso, mi imbatto in un articolo che parlava di alcuni dei benefici dell'Agopuntura, tra cui quelli per le vie respiratorie.

Un mio caro amico, il Dott. Mario Fadin, è direttore del Centro Medico Sempione a Milano, ove operano diversi professionisti medici. Chiedo a lui. Mi consiglia la Dott.ssa Francesca Biancardi che, nel Centro, visita pazienti e pratica l'Agopuntura.

# Inizia la mia svolta!

# La voce della Paziente

## Sofia Sonia Gini

### La mia esperienza: il percorso intrapreso con Francesca Biancardi

La mia è una storia di allergia che parte da quando avevo 22 anni (ora ne ho quasi 56), dapprima stagionale alle graminacee e poi, negli anni, a «tutto ciò che è verde... e dico tutto!». Tra questo «verde», l'ambrosia è quella che maggiormente ha contribuito a rendermi asmatica tutto l'anno, ormai da 7 anni! Il vaccino, per il mio caso, non è stato ritenuto adatto.

La prima cosa che mi colpisce della Dott.ssa Biancardi, è la sua capacità di ascoltarti, decisamente sopra la media! Al primo incontro, quasi 2 ore di domande e di ascolto attivo di tutto ciò che stavo vivendo da anni. «Finalmente!», penso.

La seconda cosa che percepisco subito è la sua profonda preparazione come Medico e come Esperta di Agopuntura.

E così, mi sono affidata a lei e le ho chiesto, con tutto il mio cuore: «Aiutami, ti prego».

Gli obiettivi da raggiungere: prima di tutto, farmi stare meglio e secondo, ma non meno importante, creare le condizioni affinché potessi ridurre, a tendere, la dose di farmaci cortisonici e antistaminici.

Da marzo 2023, è partito un percorso integrato di cura, che prevede Agopuntura ed un mix di probiotici, da prendere quotidianamente.

### I RISULTATI FINORA RAGGIUNTI

#### Dopo i primi 3 mesi

Riduzione evidente degli attacchi di asma e degli altri sintomi legati all'allergia.

*Nonostante la primavera, stavo meglio!*

#### A 6 mesi dall'inizio della terapia

Riduzione del 50% dei farmaci: cortisone, antistaminici e broncodilatatori.

*Sto meglio e con meno farmaci!*

#### I prossimi obiettivi

Entro fine dicembre 2024, ridurre ancora la quota farmacologica, di un altro quarto, mantenendo i sintomi sotto controllo

# La voce del Medico

## Francesca Biancardi

### Il mio punto di vista sulla patologia

Sofia aveva una storia di allergia che durava da 34 anni e che, nel corso degli anni, le aveva progressivamente peggiorato la qualità della vita, con crisi asmatiche sempre più frequenti ed intense.

Un trend di sofferenza in costante crescita, che sembrava non avere via di uscita ed imponeva di aumentare la dose di cortisone ed antistaminici.

L'ultimo episodio di broncospasmo acuto l'aveva costretta ad un ricovero ospedaliero e ad assumere importanti dosi di cortisone. A pochi giorni da questo episodio, Sofia è venuta da me per una visita e mi ha detto: «Non posso continuare così, aiutami, per favore!».

Dal punto di vista della Medicina Occidentale, le allergie alle graminacee e all'ambrosia portavano Sofia ad avere sollecitazioni ambientali per quasi tutto il corso dell'anno, con acutizzazioni tra i mesi di marzo e maggio e tra luglio e novembre e l'asma si protraeva senza periodi di remissione.

Dal punto di vista della Medicina Tradizionale Cinese, Sofia presentava un «Vuoto di Rene» e un «Vuoto di Polmone, che la rendevano più vulnerabile agli agenti esterni e allo stress, quali *trigger* asmatici.



**Francesca Biancardi** – Medico Chirurgo, Agopuntore, Fitoterapeuta  
**Sofia Sonia Gini** – la Paziente

### Dott.ssa Francesca Biancardi

- Medico Chirurgo, Agopuntore, Fitoterapeuta; Diploma specialistico in Medicina Generale; Formazione in Probiotica e Nutrizione
- Diploma di Agopuntore, conseguito nel 2014 al termine del corso quadriennale presso il C.S.T.N.F di Torino
- Nel Centro Medico Sempione svolge, in particolare, l'attività di Agopuntore, integrando questa disciplina con le conoscenze nell'ambito della Probiotica e della Nutrizione, della Fitoterapia e della Medicina Generale (ha svolto per 8 anni la professione di Medico di Medicina Generale).

## Il percorso terapeutico

Il mio impegno, professionale e personale, è stato di migliorare la qualità della vita di Sofia avviando, a marzo del 2023, un percorso terapeutico che integrava i benefici di diverse tipologie di «approcci alla cura».

L'obiettivo era di arginare i sintomi allergici e permettere a Sofia di ridurre la quota di farmaci cortisonici e antistaminici che assumeva costantemente.

Ho utilizzato l'Agopuntura per equilibrare il sistema immunitario e fortificare il Rene ed il Polmone. In contemporanea, ho prescritto una cura di probiotici specifici, iniziando con un trattamento per ottenere un ripristino dell'equilibrio della flora batterica intestinale e proseguendo con altri probiotici per regolare il sistema immunitario, di cui circa il 70 % pertiene all'intestino.

Sofia si è impegnata con sedute di agopuntura settimanali ed in seguito quindicinali.

Ora prosegue con una sessione al mese e/o al bisogno.

Già dopo 6 mesi, Sofia è riuscita a ridurre del 50% la terapia farmacologica cortisonica e antistaminica e a limitare ai soli momenti di necessità (molto meno frequenti che in passato) i *puff* respiratori.

Sofia ha potuto poi viaggiare, cambiando diversi ambienti naturali, senza incorrere in episodi di allergia e broncospasmo acuti. La sua qualità di vita è quindi decisamente migliorata!

## Il perché scegliere l'«equilibrio»: la mia esperienza tra Occidente ed Oriente

Ho sempre pensato che trovare un equilibrio tra terapie farmacologiche e cure «dolci» e naturali fosse importante per affrontare le principali patologie, accompagnando la Persona nel suo percorso di guarigione.

La «Persona nella sua interezza», non solo nel corpo (o più spesso in una singola parte del corpo), ma anche nella mente, nelle sue componenti psichiche così come vengono definite in Medicina Cinese, di cui l'Agopuntura fa parte.

Di più, ho integrato ad essa tutte le mie conoscenze di medicina, probiotica, fitoterapia e nutrizione, con l'intento di mettere a punto percorsi terapeutici più olistici e mirati ad individuare cause comuni a più sintomi.

Le allergie, in particolare, e il loro legame con disequilibri e infiammazioni del sistema immunitario sono da sempre una delle mie principali aree di intervento, anche in virtù della mia esperienza personale di successo con mia madre, altamente allergica e che difficilmente riesce a prendere farmaci tradizionali.

# Il Centro Medico Sempione



**Mario Fadin** – Ginecologo, Direttore  
del Centro Medico Sempione

**Francesca Biancardi** – Medico Chirurgo, Agopuntore,  
Fitoterapeuta

## I benefici di una «Agopuntura professionale»

- Stimola la produzione di sostanze analgesiche e antinfiammatorie naturali (endorfine e neuromediatori) da parte delle cellule, bloccando la sensazione dolorifica
- Regola il sistema immunitario
- Agisce sulla sfera psichica (per il contenimento di ansia, stress, depressione..)