

דיכאון לאחר ניתוח אף - Case study

מגיש: עומר זיו

<http://www.zivomer.co.il>

מנחה: מוטקה איילון

2007-2008

תוכן העניינים

3.....	מבוא.....
4.....	מהו דיכאון.....
6.....	דיכאון בהיבט הרפואה הסינית.....
7.....	מה לדיכאון ולאף?.....
11.....	האספקט הטיפולי בדיכאון לאחר ניתוח אף מבחינת הרפואה הסינית.....
11.....	TCM.....
11.....	חמשת האלמנטים.....
11.....	רפואה יפנית.....
12.....	סיפור מקרה.....
13.....	אבחנה.....
13.....	טיפולים שנעשו ותגובות אליהם.....
14.....	טיפולים שעשו שינויי ומהותם.....
15.....	סיכום.....

מבוא

הפרעה דיכאונית היא הפרעה אשר בכל זמן נתון כעשירית מהאוכלוסיה סובלת ממנה. ניתוח אף או טראומה באף היא תופעה שכיחה מאוד בקרב האוכלוסיה. לא אוכל להגיד שכל מי שסובל מדיכאון עבר טראומה או ניתוח אף כפי שלא אוכל להגיד שכל מי שעבר ניתוח אף סובל או יסבול מדיכאון. אם זאת, בעבודה זו אציג את הקשר של האף אל הדיכאון. אתן את ההסבר המערבי והסיני לדיכאון, כמו כן אסביר מכמה נקודות מבט את הקשר של אף ושל דיכאון. מנקודת מבט מערבית ומכמה כיוונים שונים של הרפואה המזרחית\סינית. כמו כן אציג מקרה קליני אשר בו יצא לי לטפל, שהגיע עם תלונה עיקרית של בעיית נשימה דרך האף ועם דיכאון שהופיע זמן קצר לאחר ניתוח לתיקון סטייה של המחיצה של האף. בנוסף, אסביר על הטיפול שניתן ומהו הטיפול שעשה את השינוי הגדול ביותר.

מהו דיכאון?

הפרעה דיכאונית היא ממשפחה שנקראת "הפרעות מצב הרוח" או "הפרעות אפקטיביות". זוהי משפחה של הפרעות המתבטאות בשינויים במצב הרוח ותגובות רגשיות אשר לא הולמות את המצב או הסיטואציה בחיים שעמה האדם מתמודד. אזי, דיכאון הינה הפרעה אשר מגדירה ירידה במצב הרוח של אדם, עצבות וייאוש לאחר אירוע או מקרה, אשר הינה חסרת פרופורציה לאירוע עצמו ונמשכת מעבר לפרק זמן סביר או לגיטימי. מצב זה יכול להיות מוגדר כמלנכוליה, עצבות, דכדוך, חוסר חשק, ריקנות ולעיתים אף כחוסר תחושה בכלל, מצב מסוים של אפאטיות. ההפרעה הנקראת דיכאון יכולה לנוע בטווח שבין הפרעה קלה, מצב בו ישנו שינוי במצב הרוח, דכדוך ועצב, ועד למצב שישבו הפרעת הדיכאון היא כה קשה ובה למטופל יש מחשבות אובדניות.

לפי סטטיסטיקות, שיעור הדיכאון בכלל האוכלוסייה בכל זמן נתון הוא כעשרה אחוזים. שיעור החולים המאובחנים כדיכאוניים הינו כחמישה אחוזים ושיעור המטופלים הוא כשלושה אחוזים בלבד. כמו כן נמצא קשר הדוק בין דיכאון לבין התאבדויות (כ- 80 אחוזים מניסיונות ההתאבדות נובעים כתוצאה מדיכאון). כיום ידוע שהסבירות של נשים לחוות דיכאון היא כפולה מזו של גברים, למרות שלא לגמרי ידוע למה זה כך. ישנן דעות אשר אומרות שהשינוי ההורמונאלי אשר נשים עוברות מידי חודש בחודשו עם המחזור החודשי יכול להוות גורם או טריגר להיווצרות דיכאון.

אם כך, מדוע בעצם מגדירים אדם כדיכאוני? מה שונה מצב של עצב או דכדוך אצל אדם אחד ממצב של דיכאון אצל אותו אדם? ומתי בעצם מגדירים אדם כסובל מהפרעה דיכאונית? "דיכאון מופיע כאשר תחושות של עצבות עמוקה וייאוש נמשכים זמן ממושך ומפריעים לשגרת היומיום ולפעולות כמו עבודה או אפילו אכילה ושינה. אנשים מדוכאים חשים חסרי אונים וחסרי תקווה, ומאשימים את עצמם בתחושות אלו. חלקם שוקעים במחשבות על מוות או התאבדות. אנשים בדיכאון הופכים לעתים המומים ומותשים ומפסיקים לעסוק בפעילויות יומיומיות כלשהן. הם עלולים אף לנטוש את משפחותיהם וחבריהם". (דיכאון – סקירה מקיפה, קרן קפלן ופרופ' אורן קפלן - psychologia.co.il).

המושג דיכאון מחולק לכמה וכמה חלקים שונים. ישנם סוגים שונים של דיכאון, רמות שונות של דיכאון (מדיכאון קל ועד דיכאון קשה מאוד עם מחשבות אובדניות) ועוד סיווגים רבים שלפיהם נעשית ההבחנה של המטופל. דוגמה לכמה סוגים:

- דיכאון מצבי- דיכאון בעקבות אירוע טראומטי, בעקבות תקופה מסויימת (עונה, חגים, תקופה שמזכירה משהו לאדם).
- דיכאון אנדוגני- דיכאון שמופיע ללא כל סיבה נראית לעין.
- דיכאון פיזי- דיכאון שנגרם כתוצאה מתופעת לוואי של תרופה מסויימת או כתוצאה ממחלה כרונית או סופנית.
- דיכאון וגטטיבי- דיכאון שמתבטא בכך שהאדם מסתגר, מתרחק מהסביבה, מפסיק לאכול ולעשות פעילויות יומיומיות פשוטות.
- דיכאון סוער- דיכאון שמתבטא בכך שבנוסף לדיכאון האדם כועס, מתוח, מתפרץ ומדבר המון.

- דיכאון פוסט ניתוחי- דיכאון שהופיע לאחר ניתוח או הרדמה כללית של הגוף.
- דיכאון לאחר לידה
- דיכאון פוסט טראומטי- דיכאון שמופיע לאחר טראומה (נפשית או פיזית)

הסיבות לדיכאון אינן מובנות לגמרי, אולם, ידוע שישנם מספר גורמים אשר עלולים להעלות את הסבירות לכך שאדם יחווה דיכאון: תורשה, תרופות מסוימות אשר אחת מתופעות הלוואי שלהן הוא דיכאון, אירועים אשר "נוגעים" בנפש או אירועים רגשיים, חווית מוות של אדם קרוב, לידה, מחלה כרונית, מחלה סופנית ועוד ועוד גורמים שמוזכרים. אם זאת דיכאון יכול להתעורר גם ללא כל טריגר נראה לעין. כיום הטיפול בדיכאון הוא בעזרת תרופות נוגדות דיכאון כגון טריציקליים (מרגיעים וגורמים לעליה במשקל), מעכבי ספיגת סרוטונין ברנניים (מעקבים את ספיגת הסרוטונין והם נחשבים לתרופה הבטוחה ביותר מבין התרופות שנוגדות דיכאון), מעכבי מונואמיין אוקסידאז (ניתנים לעיתים רחוקות בלבד כיוון שישנו סיכויי למנת יתר ויש צורך בהגבלה תזונתית מאוד רחבה בזמן הנטילה שלהם) ופסיכוסטימולנטים (סמים מעוררים כגון ריטלין אשר ניתנים כאשר האדם הוא סגור, איטי ותשוש).

דיכאון בהיבט הרפואה הסינית

הרפואה הסינית מתייחסת לדיכאון מכמה כיוונים שונים. הכיוון העיקרי הוא שהדיכאון נובע מתקיעות של Qi הכבד אשר גורם לדיכאון. זהו מצב שבו Qi הכבד נתקע, מצב בו הכבד אינו מניע את ה-Qi בצורה תקינה, אם מחולשה או מעודף ותקיעות. ישנם ספרים אשר מתייחסים לשוני הזה בכך שכאשר העודף הוא הגורם לתקיעות הכבד, המצב יהיה מוגדר כ-LIVER QI/BLD STAGNATION לעומת המצב שבו התקיעות של ה-QI/BLD נובעת מחוסר ואז ההתייחסות תהייה למצב כ-LIVER QI DEPRESSED. בדרך כלל נהוג יותר להתייחס לדיכאון כמצב של חוסר בכבד שגורם לתקיעות ולא דווקא למצב של עודף ותקיעות. מצב זה של תקיעות (עודף) וחוסר בכבד (LIV DEPRESSION & STAGNATION) יתבטא בנוסף לדיכאון בסימפטומים כגון: אי נוחות באפיגסטריום ובצידי הגוף, נטייה להיתפסויות שרירים, חוסר שקט, בנשים יכולה להיות וסת מאחרת ואו כאבי מחזור לפני הוסת. כמו כן יכול להיות מצב בו הסטגנציה הופכת לאש ואז יופיעו גם סימפטומים של כעס, התפרצויות, עיניים אדומות וחוזר שקט מאוד רציני, למרות הדיכאון ששולט בתחושה הכללית.

בנוסף למצב זה שהוא המצב העיקרי בדיכאון, יכולים להתווסף עוד מספר פרמטרים או סינדרומים אשר יכולים להופיע במצבי דיכאון:

- LU QI XU - עייפות, עצב, נטייה לבכות, חולשה, חיורון, קשיי נשימה.
- HEART QI XU - חוסר שקט, פלפיטציות, עצב וחרדתיות, נטייה לבכות, נטייה לפהק הרבה.
- HEART & SPLEEN XU - מחשבות יתר עם נטייה לדאגה, פלפיטציות, חיורון צהבהב, זיכרון חלש וזיכרון לימודי חלש, סחרחורות, חוסר תאבון, אי וודאות, בלבול, קושי בריכוז, חולשת גפיים וחולשה כללית (פיזית ונפשית).
- SPLEEN & KIDNEY YANG XU - רצון לשכב, פחדים וחרדות, אינסומניה, חיורון בוהק, אימפוטנציה או שפיקה מוקדמת, הפרשות וגינאליות שקופות ומימיות, ליבידו נמוך, כאבי גב וברכיים, קור בכפות הרגליים ובקצוות.
- KIDNEY & HEART NOT HARMONIZED – סחרחורות, פלפיטציות, אינסומניה, חלומות שמפריעים בשינה, חום ב- 5 כפות, הזעות לילה, התפרצויות זעם או נטייה להתעצבן בקלות, קרי לילה, כאבי גב תחתון, מחזור לא סדיר, סלידה מחברת אנשים, מחשבות אובדניות, פה וגרון יבשים, חרדה, חוסר שקט נפשי.

מצבים אלו או סינדרומים אלו בדרך כלל יבואו בנוסף לתקיעות הכבד. האבחנה המבדלת הסינית לדיכאון תעשה על פי הסימפטומים הנוספים אשר מתלווים לדיכאון ועל פי כך נדע מהם האיברים הפגועים ואילו חומרים נפגעו ולפי זה נטפל.

חשוב מאוד להזכיר פה ובהמשך, לעולם לא נמליץ למטופל להפסיק טיפול תרופתי מערבי, אנטי דיכאוני, בזמן הטיפול הסיני. כל שינוי בטיפול התרופתי יעשה על ידי הפסיכיאטר המטפל. אנו יכולים להיות בקשר כמטפלים, עם הפסיכיאטר המטפל אך לא נמליץ למטופל לעשות שום דבר על דעת עצמו או דעתנו.

מה לדיכאון ולאף?

נתחיל בסימניה הסינית למילה אף:

אף: 鼻
הסימנייה למילה אף מכילה בתוכה את המילה זהות: 白

מכך אנו יכולים להסיק שהאף הוא חלק מהזהות שלנו ואם תהיה פגיעה באף אזי גם הזהות שלנו יכולה להיפגע. בנוסף לכך, נביט רגע במילה נשימה:

נשימה: 息
המילה נשימה מכילה בתוכה את המושג זהות ובנוסף מכילה עוד סימן: 心
הסימנייה הזאת אומרת לב, משמע, הנשימה מכילה את הזהות ואת הלב של האדם. אנו נושמים (זהות ולב) על ידי הריאות, אשר נפתחות לאף אשר מכיל בתוכו את הזהות של האדם.

מכל זאת אנו יכולים לראות שתהליך הנשימה מערב בתוכו את האף, את הריאות, את הלב ואת הזהות

של האדם, אנו מכניסים מן החוץ, מן הקוסמוס, אל הגוף, ישירות אל הלב. האף קשור לזהות האדם, הלב

קשור לנפש האדם ותהליך הנשימה הוא זה שמחבר את כולם ביחד. ההתייחסות לזהות של האדם בשתי

הסימניות הללו קשורה ל"נפש" של הריאות, ה-PO. "נאמר שהריאות הן המקום בו שוכנת הנפש

החומרית/הגשמית (PO)... הנפש הגשמית היא הכי פיזית ומטריאלית מתוך נפש האדם... כיוון שהיא

מקושרת לריאות, הנפש הגשמית קשורה באדיקות לנשימה. הנשימה הגשמית אשר שוכנת בריאות, היא

התבטאות ישירה של נשימת החיים... ברמה הרגשית, הנפש הגשמית מושפעת ישירות מעצב או אבל אשר

פוגעים בתנועת הנפש וברגשות אשר היא אחראית עליהם."

(Maciocia, The Foundation of Chinese Medicine, P. 86)

דבר זה מאושש את הקשר של הסימניות הסיניות למצב הגופני. את הקשר של האף והנשימה לנשמה

הגשמית (PO) ואת הקשר של האף לנפש ומצב רגשי.

תהליך הנשימה מתחיל באף, הריאות נפתחות לאף, באומנויות לחימה ופעילות גופנית בסין נותנים

חשיבות מרבית לדרך הנשימה: לשאוף דרך האף ולנשוף דרך הפה. נשימה דרך האף מסננת את האוויר

מרעלים, חיידקים ווירוסים ומחממת את האוויר, דבר אשר גורם למניעה של חדירה של פתוגנים חיצוניים

לריאות. אם האף חסום, אדם יכול לנשום רק מן הפה, מצב אשר בו אין סינון של האוויר וחימום שלו. במצב

זה ישנו יותר סיכון של חדירה של פתוגנים חיצוניים וקור לריאות. אדם שנושם רק מן הפה, עם הזמן יחלשו

הריאות, יחלש ה-Qi של הריאות והאדם יחל לחוש חסר אנרגיה ומותש.

האף הוא חלק חשוב מאוד בתהליך הנשימה, ביצירת הזהות של האדם ויש לו חלק חשוב מאוד בנפש

האדם. אם יפגע האף, יפגעו הריאות, יפגע תהליך הנשימה, תיפגע הנפש הגשמית, יפגע הלב ותיפגע הזהות.

כמו כן, הקשר אדוק של הלב והריאות יוצר אחריות מסוימת על הריאות. הלב בתור הקיסר הוא זה שנותן

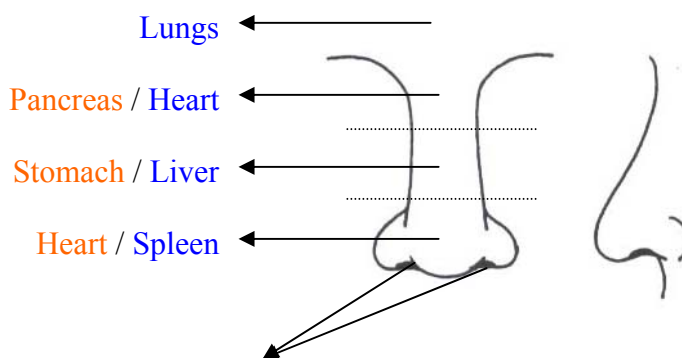
את הפקודות העליונות אך הקיסר אינו יכול להוציא לפועל את הפקודות הללו. ההתייחסות לריאות ברפואה

הסינית היא כאל עוזר הקיסר או השר המוציא לפועל של הוראות הקיסר. הן יושבות ומקיפות את הקיסר

במחמם העליון והן אלו שמוציאות לפועל את הוראותיו ואת הקצב שלו. לכן, הריאות אחראיות על יצירת

תפקיד הריאות לא מסתיים בכך, הריאות אחראיות על הנשימה והן גם אחראיות על הקצב בגוף, בנוסף הן גם אלו שנותנות את הדחיפה ההתחלתית, התנועה הראשונית. תהליך זרימת ה-Qi מתחיל בריאות, בשעה שבה השעון הסיני מתחיל, 3-5 בבוקר, שעת הריאות, ה-Qi נכנס מן החוץ פנימה אל הריאות ומשם מתפזר בגוף, לכן זו השעה הכי טובה להתעורר בה ולבצע אומנויות לחימה ותרגילי נשימה. כמו כן הריאות הן אלו שנותנות את המוטיבציה להתחיל.

דרך נוספת להביט באף היא דרך שיטות האבחנה החיצוניות ברפואה הסינית: ישנן כמה וכמה שיטות אבחנה לאף וכל אחת מחלקת אותו באופן שונה. אני בחרתי להביא פה שתי אבחנות אף שונות אשר בהן נתקלתי. בשתייהן הנחיריים מיוחסים לריאות אך אם זאת ישנו שוני ביניהן:



הראשונה היא זו המסומנת בכתום ריאות האף מחולק לשלוש, החלק התחתון ביותר אשר קרוב

לפה מיוחס ללב. החלק האמצעי מיוחס לקיבה והחלק העליון מיוחס ללב. פגיעה באחד מאיברים אלו יתבטא בחלק אשר משויך אליו על האף. לדוגמה: אם ישנו חום בלב הוא יתבטא בקצה אף אדמומי עם נימי דם. אם ישנו חום בקיבה הוא יתבטא באזור אדום אשר גם בו יתכנו נימי דם אדומים.

השנייה היא זו המסומנת בכחול: במצב זה האף מחולק כך שהקצה שייך לטחול, המרכז שייך לכבד,

והחלקים העליונים שייכים ללב ולריאות. במצב זה אם ישנה פגיעה בטחול היא תתבטא בקצה צהבהב ותפוח, אם ישנה פגיעה בכבד היא תתבטא בצבע ירקרק באזור המיוחס לכבד, וכאשר ישנה פגיעה בריאות או בלב זה יתבטא באזורים שלהם.

כאן המקום לציין שהמצב יכול להיות דו כיווני. דברר זה מוזכר מעט אך ישנה התייחסות מצד מטפלים ברפואה המזרחית (סינית ויפנית) לכך שכאשר ישנה פגיעה באף, האיברים המיוחסים למקום שבו האף נפגע, יפגעו גם הם בצורה זו או אחרת. לדוגמה: כאשר ישנה פגיעה בגשר האף, יפגעו הלב והריאות. כאשר ישנה פגיעה בקצה האף יפגע הטחול או הלב, וכו'.

בנוסף, אל לנו לשכוח שהאף מיוחס גם לעמוד השדרה. נאמר שאם ישנה סטייה בעמוד השדרה (סקולאוזיס או פגיעה אחרת כלשהי), ניתן יהיה לראות את הסטייה באף. כמו כן יש לזכור שהאף הוא חלק

מכך אנו יכולים להסיק שכאשר ישנה פגיעה באף, מאוד יתכן שתהייה פגיעה ב-GV ושאחד או כמה מתפקודיו יפגעו. דהיינו, אם ישנה פגיעה ב-GV יכולת ההזנה של ה-GV את המוח תיפגע. יפגעו גם הפרשות הורמונים והתנועה. מצב זה יכול לגרום לדיכאון.

ההסברים הנזכרים מעלה, כולם מובאים מן הרפואה הסינית. אך עם זאת ישנו גם הצד של הרפואה המערבית. רופאים מערביים מודעים לעובדה שניתוח אף יכול לגרום לדיכאון: "דיכאון שלאחר ניתוח אף יכול להיגרם כתוצאה מהחומר המרדים (לחומר ההרדמה יש נטייה להוציא את החרדות והרגשניות שבאדם), תרופות, תסמונת פוסט-ניתוחית טראומטית, פגיעה בחוש הריח והטעם ובעיות אחרות של אי שביעות רצון מתוצאות הניתוח". (<http://www.drzacharia.com.au/files/rhinoplasty-info2.pdf>).

כמו כן נמצא שאנשים שעברו הרדמה פיתחו דיכאון או סימפטומים נפשיים אחרים לאחר מכן, לא ידוע אם זה כתוצאה מההרדמה, מחוויית הניתוח או מהטראומה שנגרמה לגוף. למרות שדבר זה ידוע בקרב הרופאים המערביים, הן המנתחים הפלסטיים והן מנתחים רגילים, מעטים המחקרים אשר חקרו את עניין הדיכאון שמופיע ספציפית לאחר ניתוח אף. ישנם מספר מחקרים אשר מסבירים דיכאון לאחר לידה, דיכאון לאחר ניתוח לב פתוח או דיכאון לאחר ניתוח קיסרי, אם זאת ההתייחסות לניתוח אף אינה נכללת בניהם.

תקופת הדיכאון משתנה מאדם לאדם. יש אנשים שסובלים מדיכאון שלאחר ניתוח במשך תקופה קצרה בלבד. הם עוברים את תקופת ההחלמה בתחושת דיכאון וכאשר המצב משתפר הם יוצאים מן הדיכאון וחוזרים לחיים נורמאליים. אם זאת ישנם אנשים אשר לאחר ניתוח אף (קוסמטי או לא), מפתחים דיכאון ולא מצליחים לצאת ממנו. לעיתים הדיכאון מתלווה לחוסר שביעות רצון מן הניתוח. לדוגמה אם מטופלת עברה ניתוח קוסמטי והיא לא מרוצה מן התוצאות, יהיה לה יותר קשה לצאת מן הדיכאון מאשר למטופלת שכן מרוצה מן התוצאות.

כך גם במקרים של ניתוחים אשר נועדו לתקן מחיצה או כל פגם אחר במערכת האף\נשימה. מטופל אשר עבר ניתוח לתיקון דרכי הנשימה באף עקב סטיית מחיצה, אולם הניתוח לא שיפר את הנשימה, יכול לפתח דיכאון ויהיה לו יותר קשה לצאת ממנו מאשר למטופל אשר עבר את אותו ניתוח בדיוק ודרכי הנשימה שלו תוקנו.

בספרה, קייקו מטסומוטו מתייחסת לצלקות ולניתוח אף כשהיא כותבת: "לאחר ניתוח לתיקון סטייה של המחיצה של האף- מצב זה עלול לגרום סימפטומים סיסטמיים כגון כאב ראש, אסטמה, פגיעה בזיכרון, פגיעה בריכוז, חוסר שקט, אינסומניה, דיכאון ונטייה לדלקות בסינוסים". עוד היא מוסיפה וכותבת: "מעשיית עם ביפן מזהירה אמהות שיזהרו שילדיהן לא יפגעו באפם בזמן משחק. על פי האמונה, פגיעה באף גורמת לירידה בציונים (פגיעה ביכולות המנטאליות). זה בדומה לאמונה של היוונים והרומאים שהנפש

דבר זה מאשש ומוסיף על הדברים אשר הוזכרו קודם בנוגע לסימניות של אף ושל נשימה אשר מהן אפשר להבין שגם לסינים הייתה המודעות שהאף והנשימה קשורים קשר אדוק עם האישיות והנפש של האדם.

בנוסף לכל אלו, ישנה את ההתייחסות של חמשת האלמנטים. אדם אשר האלמנט הדומיננטי שלו הוא המתכת, במצב מאוזן, יהיה אדם שאפתן עם רצון להגיע למהות, אינטליגנט, בעל גבולות ברורים, מאוד מחויב, הפרדה מאוד ברורה בין טוב לרע, שחור ולבן, שאיפה לכסף. אדם שמבחינה רגשית יכול ליצור קשרים בקלות, להיקשר בקלות, לחוות קשר, אדם שיודע לשחרר, להיפרד בצורה נכונה, לעשות Let go, לחוות עצב בצורה נכונה.

לעומת זאת, אדם שהמתכת שלו היא פתולוגית, יהיה אדם עם קושי להיקשר, קושי לשחרר, תהייה לו בעיית גבולות, קושי להתחייב, קושי ביצירת מערכות יחסים, אדם שנתפס לעצב או אבל, שקשה לו עם גבולות.

בספרו: Five Elements, Constitutional Acupuncture, מסביר פטר מול (Peter Mole) על אלמנט המתכת, הקשר שלו לאיברים – ריאות ומעי גס, על מתב בו אלמנט המתכת מאוזן ועל מצבים בו הוא יוצא מאיזון: "נשים בעלי אלמנט מתכת בריא יכולים לחוות אובדן ולהמשיך קדימה. הם לוקחים את העושר של החיים על מנת להרגיש מסופקים ומקבלים זאת שכאשר משהו מסתיים הם חייבים לשחרר אותו. הריאות נותנות לאדם להכניס Qi מה- Heaven, המעי הגס נותן להם לשחרר את כל מה שהצטבר ואת כל מה שאין בו יותר שימוש. כשאדם יכול להכניס ולשחרר לחייו יש משמעות. אם הוא לא מכניס, הוא מרגיש ריק מבפנים, אם הוא לא משחרר הוא מתמלא בשאריות". (Peter Mole, Five Element Constitutional Acupuncture, P. 143)

כפי שניתן לראות, מצב בו האדם אינו יכול להכניס אויר או Qi אל הריאות דרך האף (יכול להיות שהוא מכניס אויר דרך הפה, אך מצב זה אינו אותו דבר כמו להכניס את האויר דרך האף כפי שהוסבר קודם), יגרום לאדם להיחלשות של המתכת אשר יכולה להתבטא בסימפטומים כגון:

- תחושת ריקנות ואי סיפוק מהחיים, תחושה של חוסר מהות בחיים, חוסר שלמות עצמית.
- תחושת חיצונות, תחושה שאין קשר בינו לבין אנשים אחרים, שהוא לא חלק משום דבר או קבוצה, שהוא חסר חברים או שהוא דחוי.
- חוסר גבולות וחוסר הצלחה, חוסר הערכה עצמית ותחושה שלא מעריכים אותו. מן הצד השני, רצון להראות שהוא הכי מוצלח ועודף רצון להצליח בלי לשים לב לאף אחד אחר בדרך.
- חוסר תחושה, אין תחושה כל שהיא של דברים, הרגש לא מונע על ידי שום דבר, אין מוטיבציה לעשות שום דבר או להתחיל שום דבר חדש.

האספקט הטיפולי בדיכאון לאחר ניתוח אף מבחינת הרפואה הסינית

TCM: מבחינת ה-TCM אנו נטפל בסינדרומים אשר בולטים ביותר. לאחר תשאול מקיף אשר בו יעלה המטופל את כל הבעיות שלו, בלא קשר לדיכאון, אנו נטפל בו על פי הסינדרומים הכי "מתאימים". אם מטופל יבוא עם LUNG Qi Xu נטפל לו בחוסר Qi של הריאות. אם מטופל יגיע עם מצב בו הקשר בין ה-Heart וה-Kidney נפגע אזי ננסה להסדיר את הקשר ביניהם. בנוסף לטיפול בסינדרומים נתמקד גם בתלונה העיקרית שלו ובתלונה המשנית. ננסה לפתור לו את הענפים ובנוסף ננסה לטפל במקור הבעיה, כל זה על פי דופק ולשון ותשאול מקיף. את הנקודות נבחר בהתאם לתפקודים שלהן. לדוגמה:

- מצב של LU QI XU עם דיכאון נטפל דרך נקודות כמו- LU-7, LU-9

- במצב של HT QI XI עם דיכאון נטפל דרך נקודות כמו- HT-3, HT-7

נקודות אלו הן רק דוגמה קטנה לנקודות שאיתן נוכל לטפל. הטיפול עצמו יבחר על פי מצבו של המטופל ביום הטיפול ומצבו הכללי. אנו נטפל דרך המקור אך לא נשכח את הבעיה עצמה אשר מפריעה. טיפול זה יכול לכלול מספר רב של נקודות והטיפולים יכולים להיות שונים מאוד אחד מן השני.

5 אלמנטים: במצב בו אנו רוצים לעבוד דרך 5 האלמנטים אנו נתייחס יותר למצב האלמנטים אצל האדם ופחות לתלונות שלו. לדוגמה, אדם שבא עם מתכת חלשה, דיכאון לאחר ניתוח אף ונשימה רדודה, אנו נתייחס לחולשת המתכת ונטפל בה דרך האלמנטים החזקים יותר או אם יש אלמנטים שמפריעים או מחלישים המתכת. לדוגמה, אדם בא עם מתכת חלשה (בן) ואדמה חזקה (אמא), אנו נעביר מן האדמה אל המתכת על ידי LU-9 שהיא נקודת האדמה על המתכת והיא תמשוך את העודף מהאדמה אל המתכת. אנו יכולים להוסיף את הנקודה SP-5 שהיא נקודת המתכת על האדמה, שתעביר מן האדמה אל המתכת. מצב זה הוא מצב בו אנו מטפלים בצורה יותר קונסטיטוציונית מאשר בסימפטומולוגיה הקיימת אצל המטופל בזמן נתון ולכן הטיפולים יהיו מאוד תלויי דופק ויכולים להיות מאוד דומים. לרוב נדקור פה עד 3 נקודות בטיפול.

רפואה יפנית: קייקו מטסומוטו מתייחסת לפגיעה וצלקות באף ולטיפול בהן. על פיה האסטרטגיה העיקרית של הטיפול תהיה לטפל בצידי האף, בקצה העצם הנזאלית, נקודות המתכת והמים של מרידיאן הקיבה וטיפול דרך מרידיאני ה-CV וה-GV. בנוסף אם יש באזור האף נקודות בעלות רגישות גבוהה, נדקור גם אותן. ישנן עוד מספר אסטרטגיות טיפוליות לגבי צלקות ועייפות ברפואה היפנית אך אלו מסתמכים על בדיקות גופניות מקיפות של המטפל ונקודות רפלקס ספציפיות אשר מקושרות לטיפולים.

סיפור מקרה – Case Study

עומרי, גבר בן 29, רווק, איש מחשבים

תלונה עיקרית: בעיה בנשימה דרך האף כתוצאה מניתוח כושל לתיקון סטיית ספטום (סטייה של המחיצה), מאז גיל ההתבגרות סובל מבעיות נשימה דרך האף בגלל סטייה של המחיצה, בגיל 22 עבר את הניתוח וכתוצאה מזה יש החמרה בקושי בנשימה דרך האף. הניתוח עצמו גרם לנזק במחיצה ולכן ההחמרה בבעיות הנשימה. לא יכול לנשום כמעט בכלל דרך האף, נושם בעיקר דרך הפה. לא נוחר עקב כך וגם אין לו הפסקות נשימה בשינה.

תלונה משנית: כחודשיים לאחר הניתוח פיתח דיכאון קליני אשר מלווה בעייפות כרונית (או להיפך, הוא מרגיש שבגלל הדיכאון ובגלל בעיות הנשימה התפתחה העייפות הכרונית). כאשר נמצא בדיכאון ולא לוקח תרופות, אין לו כוח וחשק לקום מהמיטה, יכול למשוך כל היום במיטה בלי חשק לעשות כלום, לא רוצה לצאת מהבית ולפגוש אף אחד. בנוסף יש לו חולשה ועייפות כאשר לא לוקח את התרופות נגד הדיכאון (לוקח SSRI – כדור אחד ביום של לוסטרל). רמת אנרגיה כאשר לוקח את הכדור – 7, כאשר לא – 2-3 בדרך כלל חם לו לכן מעדיף קור, החום מציק לו ומוציא אותו משלוותו.

הזעות: ספונטאניות בבתי השחי עקב הלוסטרל. זוהי תופעה לוואי ידועה של הכדור.

צמא: יש התקפי צמא במהלך היום שמלווים ביושב רציני בפה, קורה רק ביום ולא בלילה. תחושת צמא "מטורפת" כהגדרתו, יכול לשתות בקבוק ליטר וחצי קר ברגע. חיץ מזה יש תחושת יובש בפה במשך היום. **תאבון:** אין תחושת רעב, יכול לעבור יומיים בלא לאכול כלום אך כאשר יושב לאכול (מתוך הרגל או כי אומרים לו) אז הוא אוכל המון, לא מרגיש תחושת מלאות.

שינה: ישן טוב, לא מתעורר במהלך הלילה, יש מעט קושי בהירדמות כיוון שיש תחושת התעוררות בלילה, לוקח לו כחצי שעה עד שעה להירדם.

יציאות: תקינות

שתן: תקין

אחת לארבעה חודשים בערך סובל מהתקף כאבי ראש חזקים באזור המצח והרקות. כאב חד וממוקד, מחמיר ברעש. לא יודע למה, בעבר חשב שזה בגלל שיש לו משקפיים והן אלו שגורמות לכאבי ראש אך גם כאשר הולך עם עדשות יש כאבי ראש. רמת כאב יכולה להגיע ל 7.

קושי ברעש, הפרעות קשב וריכוז, כאשר יש רעש הוא נכנס לחוסר שקט, אי יכולת להתרכז ועצבנות. רגישות יתר בגרון, נטייה לחלות בדלקות גרון, משתמש הרבה בקול ולכן יש לו הרבה כאבי גרון, פעם בחצי שנה מקבל דלקת גרון חריפה. כאשר כל פעם כזאת מסתיימת במיון עם חום גבוה מאוד וגרון רעיל. כמו כן נמצא שמציץ קיבה עולים דרך הושט ויוצרים דלקת במיתרי הקול.

אלרגיה – קדחת השחת, מתבטא בחילופי עונות, בעיקר מצב של נזלת ודמעת, גרד בעיניים ובריריות. בשנתיים האחרונות פחות מציץ. חוץ מזה אלרגיה לבוטנים ולזיתים.

דופק: עוצמה: V-, עומק תקין, איכות כללית מתגלגל, 2 טיפולים ראשוניים הדופק היה מאוד מיתרי ולאחר מכן הוא השתנה למתגלגל.

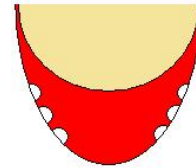
איברים עיקריים:

ריאות: V- מתגלגל, לב: V- ריק, טחול: V- מתגלגל

כליות: V(-) ריק

לשון:

אדומה, חיפויי עכור עבה ב- LJ, חסרת חיפויי ב- UJ, סמנ"ש, ורידים סגלגלים מתחת ללשון (קטנים).



אבחנה:

TCM: על פי התשאול, הדופק והלשון, הסינדרומים העיקריים של המטופל הם:

- KIDNEY & LUNG WEI QI XU
- KIDNEY & HEART NOT HARMONISED
- SPLEEN QI XU
- LIVER QI STAGNATION

5 אלמנטים: על פי האדם, האופי והמראה החיצוני, האלמנט הדומיננטי של המטופל הוא המתכת. במצבו הנוכחי המתכת שלו בחוסר.

טיפולים שנעשו ותגובות אליהם:

מספר טיפול	נקודות שנדקרו	תגובה לטיפול שבוע אחרי
1	ST-3, GB-40, LI-4, KID-4, KID-24	יצא עצבני מן הטיפול, התפוצץ לאחר הטיפול ללא סיבה, האף נפתח מעט והיה יותר קל לנשום דרך האף אך במהלך השבוע היה עצבני מאוד
2	YIN TANG, ST-3, LI-4, LIV-3, PC-6	יצא יותר רגוע, תחושה יותר טובה מבחינת הדיכאון, כאבי גב תחתון, פחות שיפור בנשימה דרך האף.
3	BL- 18, 20, 23, 60, KID-4	שיפור בכאבי גב, תחושת עייפות, אין שיפור בנשימה מהאף, תחושה כללית טובה (רגשית)
4	SI-7, BL-58	ישן טוב, מצב רוח טוב, רמת אנרגיה 7. אין שיפור בנשימה מהאף.
5	CV-17, CV-12, CV-4, KID-6	ללא שיפור משמעותי, מעט יותר עייף, תחושה של נפילה אנרגטית ורגשית, רוצה לישון המון
6	LU-2, KID-6, GB-40, ST-3	מצב רוח בסדר, תחושת קור בפלג גוף תחתון, שיפור משמעותי בחיפויי הלשון ובצבע שלה

שיפור בצבע הלשון ובחיפויי, פיזור החיפוי יותר טוב, פחות עבה, נשימה דרך האף יותר חלקה, מצב רוח טוב, ערני קצת יותר.	LU-2, KID-6, ST-3, GB-40, ST-37	7
נפילה במצב הרוח, גמור מעייפות, שינה פחות טובה, רמת אנרגיה 5.	SP-4, PC-7, ST-39	8
דיכאון, עייפות, אין לו כוח לכלום, מרגיש נפילה אנרגטית וצורך בחיזוק.	SI-3, LI-11	9
היה בטיול בחו"ל, חורף, קיבל דלקת ריאות. לא יכול להגיד מה התגובה לטיפול כתוצאה מכך.	LU-9, PC-6	10

טיפולים שעשו שינויי ומהותם:

- הטיפול ה-1 יצר אצלו ריאקציה מאוד חזקה, השתחרר אצלו כעס מאד רציני שהיה נעול (כהגדרתו), הוא שחרר קיטור על כולם בלי יוצא מן הכלל. עם זאת היה לו מאוד קשה עם הכעס הזה כיוון שהייתה תחושה של חוסר שליטה.
 - הטיפול ה-2 יצר תחושה טובה מבחינת הרגש והדיכאון, הכעס נרגע והייתה תחושה של רגיעה כללית, פחות לחץ.
 - הטיפול ה-6 וה-7 עשו שינויי משמעות הן מבחינת הדופק והן מבחינת הלשון. גם מבחינת הנשימה ומבחינת מצב הרוח היה שיפור משמעות יחסית.
- לסיכום:** הטיפולים שעזרו למטופל בצורה הטובה ביותר או יותר נכון השילוב העיקרי שעזר למטופל הוא שילוב של 2 טכניקות שונות משני כיוונים טיפוליים שונים:

- 1) שילוב הנקודות LU-2 & KID-6: שילוב זה נועד לפזר את נוזלי הגוף בצורה שווה. LU-2 כנקודת שער העננים ו-KID-6 כנקודת הים הבוהק. יש האומרים ששער העננים, בתור הנקודה הגבוה ביותר של מרידיאן הריאות ולפי שמה, היא בעצם המקום ממנו הנוזלים יורדים כלפי מטה (מדמים אותה לתחילת הגשם) ונקודת הים הבוהק היא בעצם המקום בו הים מתחיל להתאדות ולכן הוא בוהק. על פי כך, השימוש בשילוב של שתיהן מפזר את הנוזלים וה-Qi באופן שווה בגוף.
- 2) הטיפול של GB-40 & ST-3: השילוב הזה שבחלקו בא מהרפואה היפנית, מסתמך על ST-3 כעל נקודה מקומית שיושבת ישירות מעל הסינוס ועל GB-40 כעל נקודה שפותחת את הסינוסים (אספקט שנלקח מהרפואה היפנית ואין התייחסות אליו בספרים הסיניים).

סיכום

ניתוח אף הוא פגיעה חיצונית בגוף. בדיוק כמו שיש לנו פתוגנים פנימיים שגורמים למחלה, גם פגיעה חיצונית או טראומה לגוף יכולה לגרום למחלה. הקשר בין האף לריאות הוא משהו ברור לגמרי, הקשר בין הריאות והלב ברור גם הוא. לכן אין זה בלתי אפשרי לראות את הקשר בין האף, דרך הריאות והלב אל הנפש של האדם.

כיוון שכך, ישנו הסיכוי שאדם שנחבל, נפצע או עבר ניתוח אף כלשהו, יפתח פגיעה נפשית כלשהי. ההתייחסות כאן הייתה לדיכאון כיוון שזהו נתיב אשר נמצא כי אכן יש מאחוריו גב לפתח אותו. כיום, זו עובדה ידועה שלאחר ניתוח אף ישנו סיכויי לחוות דיכאון. אמנם ההתייחסות היא בעיקר לדיכאון קצר טווח אך ישנו גם סיכויי לדיכאון ארוך טווח. אולם יכול להיות שבעתיד יחקר נושא האף והנפש יותר לעומק ויתגלה שפגיעה באף היא גורם לפגיעה נפשית חמורה אף יותר.

על פי הרפואה הסינית, היפנית והמערבית, ישנם הסברים והבארות לגבי דיכאון שמופיע לאחר ניתוח אף. ישנן טכניקות טיפול מסוימות שמומלצות כמו גם פעילות גופנית כגון צ'י קונג או תרגילי נשימה.

- במהלך הטיפולים הייתה התייחסות, הן ל-TCM והן לחמשת האלמנטים, כמו כן נלקחו אסטרטגיות טיפול מהרפואה היפנית, מה-TCM ומחמשת האלמנטים.
- בכל מהלך הטיפול לא הפסיק המטופל לקחת טיפול תרופתי מערבי. אין להורות או לרמוז למטופל להפסיק טיפול תרופתי בשום צורה וללא התייעצות עם הפסיכיאטר המטפל.

ביבליוגרפיה

ספרים:

- **Chinese Medical Psychiatry (2003)** by Bob Flaws & James Lake P. 121-124, 323-352
- **Five Elements Constitutional Acupuncture (2004)** by Peter Mole P. 130-151
- **Kiiko Matsumoto's Clinical Strategies, In The Spirit of Master Nagano (2004)** by Kiiko Matsumoto and David Euler Vol.1 P.177
- **The Foundation of Chinese Medicine (2004)** by Giovanni Maciocia P.86
- **The Practice of Chinese Medicine (2005)** by Giovanni Maciocia P.197-280
- **Survey of Traditional Chinese Medicine (1986)** by Elisabeth ROCHAT de la VALLEE, Claude LARRE & Jean SCHATZ P. 164-170, 179-185
- **A Manual of Acupuncture (2001)** by Peter Deadman
- **Acupuncture Point Combination (2006)** by Jeremy Ross
- **Dragon Rises, Red Bird Flies: Psychology & Chinese Medicine (1996)** by Leon Hammer

אינטרנט:

- Post-operative Depression: <http://www.chinaugmentation.com/depression.htm>
- Possible Risks and Dangers of Rhinoplasty (Nose Surgery)
<http://www.docshop.com/education/cosmetic/face/rhinoplasty/risks>
- Rhinoplasty - the Emotional Effects of a nose Job
<http://64.233.183.104/search?q=cache:wVIj5wRUNAkJ:ezinearticles.com/%3FRhinoplasty---the-Emotional-Effects-of-a-Nose-Job%26id%3D375464+article+depression+nose+postsurgery&hl=iw&ct=clnk&cd=1&gl=i>
- Higher Rates Of Personality Disorders In Nose Job Candidates
<http://www.sciencedaily.com/releases/2007/07/070708192539.htm>
- Cosmetic rhinoplasty in body dysmorphic disorder
<http://www.veale.co.uk/PDF/Cosmetic%20rhinoplasty%20in%20BDD.pdf>
- <http://www.infomed.co.il>
- <http://www.psychologia.co.il/depres1.htm>
- <http://www.drzacharia.com.au/files/rhinoplasty-info2.pdf>