

Inledning

HJÄRT-KÄRLSJUKDOMAR ÄR ETT SAMLINGSNAMN FÖR SJUKDOMAR I HJÄRTA OCH BLODKÄRL, som bland annat omfattar aortaaneurysm, hjärtinfarkt, hjärtklaffsjukdom, hjärtrytmrubbningar, hjärtsvikt, hjärtstopp, kärlkramp, hypertoni, Raynauds fenomen och stroke. Dock inkluderas inte alla dessa sjukdomar i detta avsnitt, eftersom flera av dessa i huvudsak behandlas med kinesiska läkemedel och/eller västerländska biomedicinska läkemedel, samt att flera av dessa sjukdomar är allvarliga och behandlas i huvudsak på sjukhus. Denna litteratur vänder sig främst till polikliniskt arbetande akupunktörer.

I detta kapitel beskriver jag hjärtklappning, hypertoni, hypotoni, varicer och *xiong bi*. Vissa sjukdomar har överlappande etiologi och patogenes mellan olika sjukdomsgrupper, som i detta fall med Raynauds fenomen och stroke. Jag har valt att beskriva Raynauds fenomen i kapitlet om sjukdomar i rörelse- och stödjeapparaten, eftersom denna sjukdom främst drabbar extremiteterna. Stroke har i huvudsak en vaskulär etiologi, dock är de patologiska följderna främst neurologiska och därför har jag valt att beskriva stroke under neurologiska sjukdomar.

Den gemensamma patogenesen för de flesta hjärt-kärlsjukdomar är i huvudsak relaterad till ateroskleros, men etiologin är däremot mångfacetterad. Etiologiska faktorer omfattar bland annat rökning, diabetes, hypertoni, sömnbrist, hyperkolesterolemi, fysiskt inaktivitet/stillasittande livsstil, stress och depression.



5.1 | HJÄRTKLAPPNING

Hjärtklappning, palpitation, är i sig ingen sjukdom utan ett symtom som ofta uppträder både vid milda såväl som vid allvarliga sjukdomstillstånd. I begreppet kan inkluderas att man uppmärksammar hjärtats slag på olika sätt. Bland annat genom att det slår snabbare eller långsammare än normalt, slår oregelbundet eller med extraslag (extrasystole). Oro för hjärtsjukdom i samband med hjärtklappning är en vanlig kontaktorsak inom sjukvården. Begrepp som hör samman med hjärtklappning är hjärtflimmer och extrasystole

- **HJÄRTFLIMMER** är ett samlingsbegrepp som inkluderar hjärtarytmier, som snabb puls, takykardi, långsam puls, bradycardi (kan vara normalt hos idrottsmän med hög syresättning av blodet) och retledningsstörningar som leder till arytmier. Förmaksflimmer är den vanligaste orsaken till arytmi.

Förmaksflimmer (FF) är även den vanligaste orsaken till takyarytmi och ökar med stigande ålder till > 10 % vid 80 års ålder. FF kan uppträda hos friska individer men vanligen vid organisk hjärtsjukdom. FF kan indelas i primär FF utan annan bakomliggande sjukdom eller sekundär FF, exempelvis på grund av tyreotoxikos eller läkemedelsintoxikation. Förmaksflimmer kan vara bestående eller komma och gå. När pulsen överstiger 100 slag per minut betraktas det som okontrollerat förmaksflimmer.

Förmaksfladder (FFI) är en relativt vanlig arytmi. Dock förekommer den väldigt sällan hos en hjärtfrisk individ. Den uppträder ofta i akut och paroxysmal form och har en betydligt snabbare puls, 250 – 400 slag per minut (normal puls är 60 – 80 slag per minut). Förmaksfladder är farligare än förmaksflimmer på grund av den mycket höga pulsen. Vanliga symtom vid FF och FFI är hjärtklappning, trötthet, dyspné, angina pectoris, hjärtsvikt och ökad diures.

Det finns flera möjliga faktorer till dessa typer av oregelbunden hjärtrytm. Förmaksflimmer och förmaksfladder orsakas ofta av till exempel kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL), hjärtklaffs-sjukdomar, högt blodtryck, kranskärslsjukdom och sköldkörtelsjukdomar. Förmaksflimmer drabbar inte sällan människor med alkohol- eller drogmissbruk under lång tid. FF och FFI kan även vara ärftligt eller uppstå som en följd av fosterskada. Andra faktorer som ökar risken för FF och FFI är rökning, kaffe, droger, astma- och förkylningsmediciner, vissa blodtrycksmediciner, diabetes, hypertoni, tyreotoxikos, infektioner/sepsis, övervikt, sömnapné, skador relaterade till hjärtat såsom insufficiens i mitralis- eller trikuspidalisklaffar, aortastenosis, hjärtsvikt och pulmonell hypertension.

- EXTRASYSTOLE eller förtidig ventrikulär sammandragning (PVC, premature ventricular contraction) kallas även förtidig ventrikulärt komplex (VPC, ventricular premature complex) eller förtidigt ventrikulärt hjärtslag (VPB ventricular premature beat) och även för ventrikulärt extrasystole (VES). Vanligtvis initieras hjärtslagen via sinusknutan som agerar likt en pacemaker, men i dessa fall initieras hjärtslagen via purkinjefibrer i ventriklarna snarare än av sinusknutan. PVC uppfattas ofta som att hjärtat hoppar över ett slag och känns som ett enstaka hårdare hjärtslag. PVC kan vara ett tecken på minskad syresättning i hjärtmuskeln. För det mesta är PVC godartade och kan även hittas i övrigt friska hjärtan. PVC anses helt ofarligt hos en person som inte har någon påvisbar hjärtsjukdom. Utlösande faktorer vid hjärtklappning är ofta ångest- eller spänningstillstånd. Detta medför en ökad sympatikusaktivitet, med förhöjd insöndring av adrenalin, vilket även ökar pulsen. När pulsen ökar slår hjärtat hårdare, något som skapar oro för eventuell hjärtsjukdom, som i sin tur leder till hjärtklappning och en ond cirkel uppstår.

I kinesisk medicin differentieras hjärtklappning i likhet med andra sjukdomar och symtom i fullhet, tomhet, hetta, slem, stagnerat blod med mera, samt under vilka omständigheter hjärtklappning uppträder. Detta ger en övergripande bild över etiologi, patogenes och behandlingsprinciper.

Traditionellt tillhör hjärtklappning tillsammans med ångest psykiska sjukdomar. Dock väljer jag att placera dessa besvär i denna kategori. *Xin ji zheng chong* [心悸怔忡] hjärtklappning och ångest, avser egentligen två separata sjukdomstillstånd. Båda inkluderar rädslor, oro och ångest som leder till hjärtklappning. *Xin ji* (eller *jing ji*) beskriver i första hand hjärtklappning och *zheng chong* bultande känsla i bröstkorgen och under naveln. *Xin ji* är oftast orsakad av externa orsaker, såsom starka, chockartade händelser som inkluderar rädsla eller skräck. Symtomen är oftast knutna till den turbulenta situationen och kan uppkomma hastigt och avklinga snabbt. Dessa är oftast relaterade till fullhet. *Zheng chong* är sällan orsakade av externa faktorer utan av tomhetstillstånd och oftast allvarligare än *xin ji*. *Zheng chong* är mer av kontinuerlig natur, med allvarlig bakomliggande sjukdom, inte sällan vid stora tomheter av *yin*, *yang* och blod i hjärtat. Hjärtklappningen startar långsamt, jämfört med hjärtklappning inducerad av emotioner. I detta scenario kan hjärtklappning nå allvarligare nivåer, med våldsam hjärtklappning som är starkt ångestladdad och den kan kännas ända ner till naveln (hjärtats tendinomuskulär, *jin jing*, när ner till naveln). Vid misstanke om bakomliggande hjärtsjukdom remitteras patienten till sjukhus.

Differentiering och behandlingsförslag

Fullhet

Stagnation av blod i hjärtats mai
Retention av slem
Stagnation av kyla

Tomhet

Tomhet *qi* och *yin*
Tomhet *yin* i hjärta och njurar
Tomhet *yang* i hjärta och njurar

Tomhet i hjärta och gallblåsa

- SYMtom och TECKEN är *hjärtklappning i samband med oro och rädsla, xiao dan, timiditet, misstänksamhet, fobier, man vaknar tidigt på morgonen och har svårt att somna om, rikligt med drömmar, känsla av omtöckning, oro och oförmåga att fatta beslut, håglöshet, mörkrädd och suckar. Tungan är smal, eventuellt med central, vertikal sprickbildning och klibbig, vit beläggning. Pulsen är stränglik, smal, glidande och ibland långsam.*

Tomhet i hjärta och gallblåsa syftar dels på *qi* och kyla i gallblåsan, dels på tomhet *qi* och blod i hjärtat. Detta kan orsakas av skada på grund av någon eller några av de sju emotionerna, samt tomhet *yang* i njurar och lever som utvecklas till tomhet *yang* och tomhetskyla i gallblåsan. De sju emotionerna, *qi qing*, avser emotioner som går över sina normala gränser och skapar tillfälliga eller permanenta skador, både fysiska och/eller psykiska skador. Tomhet i hjärta och gallblåsa anses även kunna bero på infektionssjukdomar, exempelvis mononukleos.¹ Denna differentiering beskriver snarare en konstitutionell betingelse, vilken kan vara ett resultat av svåra uppväxtförhållanden, bland annat med en lång tids hotbild. *Xiao dan* [小膽], liten galla, är ett begrepp som vittnar om en konstitutionell tomhet i hjärta och gallblåsa. Det kan leda till timiditet, rädslor, beslutsångest, dåligt självförtroende och att man vaknar tidigt på morgonen.

Ett viktigt citat i Nei jing, su wen lyder: ”*De elva organen tar sina beslut från gallblåsan.*”² I kinesisk medicin betraktas gallblåsan som ett väldigt viktigt organ, ett extraordinärt *fu*, som har funktioner vilka överensstämmer med både *zang*- och *fu*-organ. Gallblåsan har bland annat en viktig funktion av att stabilisera de övriga inre organens funktioner, det är det som i citatet ovan beskrivs som ”beslut”. I detta sammanhang är det främst hjärtat och *shen* som stabiliseras genom gallblåsans beslut. Det görs med de essenser som gallblåsan lagrar. Detta yttrar sig som emotionell jämvikt, förmåga att fatta beslut, mod att stå upp för sig själv, god sömn med mera. (Tomhet *qi* och kyla i gallblåsan beskrivs även i del I, sidan 583.) Biomedicinsk motsvarighet kan vara somatoform autonom dysfunktion och hjärtneuro. Behandlingsprinciper är att tonisera hjärta och gallblåsa. Vid tomhet *yang* och kyla i gallblåsan att tonisera *yang* i njurarna och att värma gallblåsan samt att lugna *shen*.

- Punkter som toniserar hjärta och gallblåsa: XINSHU [BL 15], NEIGUAN [PC 6], DANSHU [BL 19], QIUXU [GB 40], ZUSANLI [ST 36] och SANYINJIAO [SP 6] med toniserande nålteknik.
- Punkter som värmer och toniserar njurarnas *yang* och värmer gallblåsan: SHENSHU [BL 23], DANSHU [BL 19], QIUXU [GB 40], MINGMEN [GV 4], GUANYUAN [CV 4], QIHAI [CV 6], SANYINJIAO [SP 6] och ZUSANLI [ST 36], alla med nål och moxa. Även moxalåda kan användas.
- Punkter som lugnar *shen*: SISHENCONG [M-HN-1], ANMIAN [M-HN-54], YANGLINGQUAN [GB 34] och GONGSUN [SP 4] med jämn nålteknik

Tomhet i mjälte och hjärta

- SYMTOM OCH TECKEN är *hjärtklappning, fysisk och psykisk trötthet, blekhet, spontan svettning, talar ogärna, dålig aptit, buksvullnad efter måltid, lös avföring, oklar känsla i huvudet och har svårt att tänka klart*. Tungan är *blek med tandavtryck på kanterna*. Pulsen är *smal, tom och djup*.

Tomhet i mjälte och hjärta avser tomhet *qi* i mjälten och tomhet blod i hjärtat. Detta kan var ett resultat av nedsatt konstitutionell beskaffenhet, hög ålder eller andra kroniska sjukdomar. Hjärtklappning kan uppstå vid fysisk och psykisk ansträngning, den kan vara mild till sin karaktär eller kraftfull och ångestladdad. Vid tomhet i mjälten förmår inte mjälten återskapa *jing wei* [精微] vilken är utvunnen ur mat och dryck och som är grunden för skapande av *qi* och blod. Vid tomhet *qi* och blod kan inte hjärtat näras och få stöd och hjärtklappning följer. Andra vanliga symtom och tecken på tomhet är fysisk och psykisk trötthet, blekhet, spontan svettning, man talar ogärna, känner sig inte klar i huvudet och har svårt att tänka klart. Tungan är blek (tomhet blod) med tandavtryck på kanterna (tomhet *qi*). Pulsen är smal, tom och djup, vilka är tecken på tomhet. Biomedicinska sjukdomar kan vara anemi, hypoglykemi, viral myokardit och olika arytmier. Behandlingsprinciper är att tonisera *qi* i mjälten och blod i hjärtat.

- Punkter som tonisera *qi* i mjälten och blod i hjärtat: XINSHU [BL 15], GAOHUANGSHU [BL 43], PISHU [BL 20], NEIGUAN [PC 6], SHOUSANLI [LI 10], QIHAI [CV 6], ZUSANLI [ST 36] och SANYINJIAO [SP 6], alla med toniserande nålteknik.

Tomhet yang i hjärtat

- SYMTOM OCH TECKEN är *ansträngningsutlöst hjärtklappning, tryck över bröstet, andnöd, skyr kyla, blekhet och kalla extremiteter*. Tungan är *blek med vit, vattnig beläggning*. Pulsen är *djup, smal och långsam*.

Kännetecknande för tomhet *yang* är tomhetskyla, blekhet med kalla extremiteter och man skyr kyla. Hjärtklappning utlöses ofta av ansträngning, fysisk såväl som psykisk sådan, och man har en känsla av tryck över bröstet samt andnöd. Tomhet *yang* i hjärtat har alltid en korrelation med *yang* i njurarna, det vill säga roten *yang*, *yuan yang* [原陽], som understödjer *yang* i hjärtat. Med andra ord behöver man alltid tonisera även *yang* i njurarna. Biomedicinska diagnoser kan vara hjärtneuros, medfödda hjärtfel, arytmier och hypoglykemi. Tungan är blek med vit, vattnig beläggning, vilket vittnar om ett relativt (mindre) överskott kroppsvätskor som inte kan metaboliseras i tillräcklig grad av *yang qi*. (Ökad mängd kroppsvätskor och slem vid stor tomhet *yang*, se Invasion av vätskor och slem.) Pulsen är djup, smal och långsam och är tecken på stor tomhet. Behandlingsprinciper är att värma och tonisera *yang* i hjärta och njurar, och underlätta hjärtklappning.

- Punkter som värmer och toniserar *yang* i hjärta och njurar: XINSHU [BL 15], DAZHUI [GV 14], GAOHUANGSHU [BL 43], SHENSHU [BL 23], MINGMEN [GV 4], YANGCHI [TE 4], GUANYUAN [CV 4], QIHAI [CV 6], TANZHONG [CV 17], ZUSANLI [ST 36] och SANYINJIAO [SP 6], alla med toniserande teknik och/eller moxa.
- Punkter som underlättar hjärtklappning: NEIGUAN [PC 6], GONGSUN [SP 4] och SHENMEN [TF 4] med jämn teknik

Tomhet *yin* i njurar och hjärta

- SYMTOM OCH TECKEN är *hjärtklappning, rastlöshet, irritation, insomni, oklar känsla i huvudet, suddig syn, hetta i fem hjärtan, tinnitus, ömhet och smärtor i ländrygg och knän*. Tungan är röd eventuellt ibland med sprickbildningar, med avskalad eller ingen beläggning. Pulsen är *smal och snabb*.

Tomhet *yin* i njurar och hjärta är egentligen ett kombinerat tomhets- och fullhetssyndrom, eftersom tomhetshetta av varierande grad uppstår ur tomhet *yin*. Njurarna, som tillhör elementet vatten, står i relation till hjärta och elementet eld i en nord- sydaxel där njurar/vatten stiger och balanserar eld, och elden sänker sig till njurar/vatten och assisterar vätskemetabolismen. *Yin* är en metafor för kroppsvätskor, *jin ye*, och för essenser, *jing*, och vid tomhet har njurar/vatten svårt att kontrollera elden. Detta genererar tomhetshetta som stiger och agiterar hjärtat. Följden blir i detta sammanhang hjärtklappning. Individer som drabbas av tomhet *yin* är i synnerhet de som genomlever starka emotionella, psykosociala omständigheter, personer med mycket tankearbete och tomhet *yin* kan även vara arvet. Notera att *yin*, kroppsvätskor och essenser, är viktiga komponenter som har lugnande, svalkande och närande egenskaper. Brist på detta kommer att återspegla sig i symtombilden. Vid tomhet *yin* med stigande tomhetshetta är symtombilden hjärtklappning, rastlöshet, irritation och agitation, insomni, oklar känsla i huvudet, suddig syn, hetta i fem hjärtan, tinnitus samt ömhet och smärtor i ländrygg och knän. Motsvarande biomedicinska diagnoser kan vara hjärtneuro, arytm och hypertyreoidism. Tungan är röd (hetta) eventuellt ibland med sprickbildningar (tomhet *yin*), med partiellt avskalad eller ingen beläggning alls (tomhet). Pulsen är smal (tomhet) och snabb (hetta). Behandlingsprinciper är att tonisera *yin* i hjärta och njurar, eliminera tomhetshetta och lugna *shen*.

- Punkter som toniserar *yin* i hjärta och njurar: SHENSHU [BL 23], XINSHU [BL 15], GANSHU [BL 18], NEIGUAN [PC 6], GUANYUAN [CV 4], TAIXI [KI 3], SANYINJIAO [SP 6] och ZUSANLI [ST 36], alla med toniserande nålteknik.
- Punkter som eliminerar tomhetshetta: DAZHUI [GV 14], QUCHI [LI 11] och DALING [PC 7] med jämn nålteknik.
- Punkter som lugnar *shen*: SHENMEN [HT 7], ZHIZHENG [SI 7] och SHENMEN [TF 4].

Invasion av vätskor och slem

- SYMTOM OCH TECKEN är *hjärtklappning med fullhetskänsla i bröstkorgen och epigastriet, kalla extremiteter, små urinnängder, ödem i de nedre extremiteterna, törst men vill inte dricka, illamående och ökad salivation*. Tungan har en *vit, klibbig beläggning*. Pulsen är *stränglik och glidande*.

Detta scenario är en vidareutveckling av tomhet *yang* i njurarna, vilket leder till att njurarnas vatten flödar över, stiger och invaderar hjärtat. När vätskor och slem skapas på grund av tomhet *yang*, som då inte förmår underhålla metabolism av vätskor, stiger dessa och ger hjärtklappning med fullhetskänsla i bröstkorgen och epigastriet. Andra symtom som är kännetecknande vid tomhet *yang* och överskott av vätskor och slem är kalla extremiteter, små urinnängder, ödem i de nedre extremiteterna, törst men vill inte dricka, illamående och ökad salivation. Motsvarande biomedicinska sjukdomstillstånd kan vara njursvikt, hjärtsvikt med flera (se del I, sidan 572). Tungan har en vit, klibbig beläggning som vittnar om vätskor och slem. Pulsen är stränglik och glidande. Behandlingsprinciper är att värma och

tonisera *yang* i njurar, mjälte och hjärta, understödja diures samt transformera vätskor och slem. Även mjälten har en viktig roll i detta sammanhang. Roten *yang* i njurarna understödjer även *yang* i mjälten, för upprätthållande av vätskormas metabolisering och reglering av kroppsvätskornas viskositet. Notera att dessa patienter ofta står på vätskedrivande biomedicinsk medicinering och om man använder alltför potent diuretisk akupunkturbehandling finns risk för överpotentiering av diures.

- Punkter som värmer och tonisera *yang* i njurar, mjälte och hjärta: SHENSHU [BL 23], PISHU [BL 20], XINSHU [BL 15], DAZHUI [GV 14], MINGMEN [GV 4], QIHAI [CV 6], GUANYUAN [CV 4], ZUSANLI [ST 36] och SANYINJIAO [SP 6], alla med nål och moxa. SHENQUE [CV 8] med moxa.
- Punkter som understödjer diures: SHUIDAO [ST 28] och WEIYANG [BL 39] med jämn nålteknik.
- Punkter som transformerar vätskor och slem: FENGLONG [ST 40], JIANSHI [PC 5] och YINLINGQUAN [SP 9] med jämn nålteknik. SHUIFEN [CV 9] med moxa.

Slem och eld agiterar hjärtat

- SYMPTOM OCH TECKEN är *hjärtklappning på grund av rädsla och skräck, tryck över bröstet, irriterad och agiterad, mardrömmar, muntorrhet med bitter smak i munnen, insomni, förstoppning och mörkgul urin. Tungan är röd med tjock, gul beläggning. Pulsen är stränglik, glidande och snabb.*

När slem och eld agiterar hjärtat har detta ofta föregåtts av en längre tids emotionell turbulens eller en följd av stroke med flera faktorer (se del I, sidan 541). Här läggs betoning på händelser som orsakat stor rädsla och skräck, vilket i sin tur skapar hjärtklappning. När slem och eld agiterar hjärtat i dess uttalade form, är det vanligt att den drabbade utvecklar psykos och/eller bipolär sjukdom. Då uppträder i första hand hjärtklappning och tryck över bröstet, man är irriterad och agiterad, har mardrömmar och muntorrhet med bitter smak i munnen, insomni, förstoppning och mörkgul urin. Alla dessa symtom indikerar slem och eld. Tungan är röd (eld) med tjock, gul beläggning (slem och eld). Pulsen är stränglik, glidande och snabb. Behandlingsprinciper är att transformera slem, eliminera hetta och lugna *shen*.

- Punkter som transformerar slem och eliminerar hetta: FENGLONG [ST 40], TIANJING [TE 10], JIANSHI [PC 5], CHIZE [LU 5] och QUCHI [LI 11], alla med dispergerande nålteknik.
- Punkter som lugnar *shen*: DALING [PC 7], SANYINJIAO [SP 6] och LIDUI [ST 45] med jämn teknik.

Stagnation av blod i hjärtat

- SYMPTOM OCH TECKEN är *hjärtklappning, episodiska huggande eller stickande smärtor i hjärtat som av en nål, ofta uppträdande nattetid, tryck över bröstet, qing- eller purpurfärgade läppar och naglar. Tungan är purpurfärgad ibland med purpurfärgade makula. Pulsen är sträv (se mai) och knutpuls (jie mai).*

Stagnation av blod i hjärtat förekommer som regel i ett senare skede av ett sjukdomsförlopp. I detta sammanhang har besvären föregåtts av en längre tids stagnerad lever-*qi*, något som vidare har stagnerat *qi* och blod i bröstkorgen och så småningom även drabbat hjärtat. Samtidigt kan man finna bakomliggande tomheter i mjälte, njurar och lungor. När blod stagnerar i hjärtat uppträder hjärtklappning varvat med episoder av huggande eller stickande smärtor i hjärtat som av en nål, mestadels nattetid. Andra symtom och tecken kan vara tryck över bröstet samt *qing-* eller purpurfärgade läppar och naglar. Karaktäristiskt

vid stagnation av blod är den purpurfärgade tungan och att det ibland uppträder purpurfärgade makula. Pulsen är sträv (*se mai*) och knutpuls (*jie mai*), vilket pekar på stagnation. Motsvarande biomedicinska diagnoser kan vara hjärtneuros och kranskärslsjukdom. Behandlingsprinciper är att återskapa cirkulationen av *qi* och blod, skingra blodstas och underlätta smärta.

- Punkter som återskapar cirkulationen av *qi* och blod, skingrar blodstas och underlättar smärta: XIMEN [PC 4], JUEYINSHU [BL 14], GESHU [BL 17], HEGU [LI 4] och TAICHONG [LR 3], samtliga med jämn eller dispergerande nålteknik.

★★★