

Pandangan TCM terhadap rokok

Dalam TCM, rokok adalah material beracun, penyerapan material beracun secara terus-menerus dapat menyebabkan ketidakseimbangan Yin dan Yang, disfungsi Qi dan darah yang dapat menjadi penyebab defisiensi paru, hati, jantung, limpa dan ginjal (Yajuan, 2009).

Menurut ilmu akupunktur kebiasaan merokok menyebabkan rusaknya Yin paru sehingga Yang paru berlebih. Kekurangan Yin secara terus menerus menyebabkan kekosongan dan turunnya api sehingga menyebabkan kecanduan rokok. Gejala putus rokok disebabkan oleh kehilangan Yin Paru (Wijaya, dkk, 2010).

- Menurut TCM, hidung merupakan manifestasi luar dari paru dan mulut merupakan manifestasi luar dari limpa. Menurut teori organ zang fu, paru-paru, usus besar, serta limpa dan lambung, adalah organ yang memiliki hubungan interior-ekterior.
- Saat merokok, asap rokok dihisap melalui mulut dan dikeluarkan melalui hidung. Oleh karena itu, pada perokok sering ditemukan gejala panas di paru dan lambung seperti batuk dengan dahak kuning lengket, nyeri dada, konstipasi, anorexia, dan manifestasi lainnya.
- Selain itu, perokok memiliki lidah merah dengan selaput kuning, dan denyut nadi cepat. Patogenesis merokok secara TCM biasanya menunjukkan gejala panas jahat dari paru-paru dan lambung (Ying *et al.*, 2010).

Diferensiasi sindrom perokok:

a. Defisiensi Qi Jantung dan Paru

- gejala:

batuk, asma, nyeri dada, rasa penuh di dada, sakit tenggorokan, palpitasi, napas pendek, mudah marah, kurang tidur, tidur terganggu mimpi, lidah pucat dan nadi lemah.

b. Defisiensi Yin Hati dan Ginjal

- gejala:

pusing, vertigo, tinnitus, impotensi, spermatorrhea, irregular menstruasi, infertil, lidah merah dengan sedikit atau tanpa selaput, nadi benang.

c. Defisiensi Limpa dan Lambung

- Gejala:

nyeri abdomen kronis, nyeri ringan, rasa tertekan dan penuh di abdomen, tidak nafsu makan, diare, rasa berat di tubuh, rasa berat di kepala, otot lidah pucat dan bengkak dengan selaput lengket, nadi lemah dan moderat.

TERAPI AKUPUNKTUR

1. Titik Utama

- Baihui (DU 20)

Merupakan titik pertemuan meridian DU, Hati, dan 6 meridian Yang tangan dan kaki, terletak pada puncak kepala, berfungsi sebagai penenang pikiran (Bai, 1996).

- Tianweixue (EX-UE 21)

Merupakan titik utama untuk adiksi rokok yang terletak di tangan, pertengahan garis tengah antara Lieque (LU 7) dan Yangxi (LI 5) (Ganglin & Zhenghua, 2000)

2. Titik berdasarkan sindrom

Defisiensi Qi Jantung dan Paru

1. Zhongfu (LU 1)
Merupakan titik Mu depan meridian paru, fungsi untuk menguatkan organ paru
2. Jique (CV 14)
untuk membuka dan melancarkan aliran Qi dada.
3. Neiguan (PC 6)
titik Luo meridian pericardium, sebagai penenang dan membuka Qi dada.
4. Sanyinjiao (SP 6)
titik pertemuan 3 meridian Yin kaki, digunakan untuk menguatkan limpa dan lambung

Sindrom Defisiensi Yin Hati dan Ginjal

1. Shenmen (HT 7)

Merupakan titik Yuan meridian jantung.
Berfungsi sebagai penenang pikiran

2. Xingjian (LV 2)

titik Ying meridian hati, berfungsi untuk
menguatkan organ hati

3. Taixi (KI 3)

titik Yuan meridian ginjal, berfungsi untuk
menguatkan organ ginjal

Sindrom Defisiensi limpa – lambung:

1. Qimen (Lv 14)

titik Mu depan meridian limpa, berfungsi untuk menguatkan organ limpa.

2. Zusanli (St 36)

Titik He bawah meridian lambung. Untuk menguatkan limpa – lambung, digunakan bersamaan dengan Sanyinqian (Sp 6)

3. Nei guan (Pc 6)

Titik Luo meridian Pericardium, sebagai penenang dan membuka aliran Qi dada.

b. Electroacupuncture

- Titik yang digunakan adalah sama dengan titik body acupuncture. Penusukan sampai pasien merasakan De Qi kemudian sambungkan dengan elektrostimulator, menggunakan gelombang continuous selama 20-30 menit sehari. Sepuluh kali terapi satu sesi

c. Auricular acupuncture



Akupunktur telinga mengambil titik sesuai dengan area tubuh yang ingin di stimulasi.

- **Titik mulut, lidah dan paru.**
guna menghambat keinginan untuk merokok.
- **Titik hati dan dada:** menenangkan hati dan mengatur regulasi Qi
- **Titik shenmen:** menenangkan pikiran