

Erboristeria: la Salute con le Piante Officinali

Dott. Francesco Mariucci

Dottore in Tecniche Erboristiche – Università degli Studi di Pavia

Dottore magistrale in Scienze della Nutrizione Umana – Università San Raffaele di Roma

Master di I Livello in «Sostanze Naturali» - Università degli Studi di Milano

Master di I livello in «Neuroscienze: Mindfulness, Meditazione e Pratiche contemplative»

Università degli Studi di Pisa e Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia (PI)

Diploma di Specializzazione in Iridologia presso Scuola Italiana di Medicina Olistica (MI)

Formazione Integrale in Suono Armonico secondo l'insegnamento di Albert Rabenstein

Dalla tradizione alla ricerca scientifica



La Storia

I primi uomini si accorsero dell'effetto benefico o malefico che le piante avevano su di loro

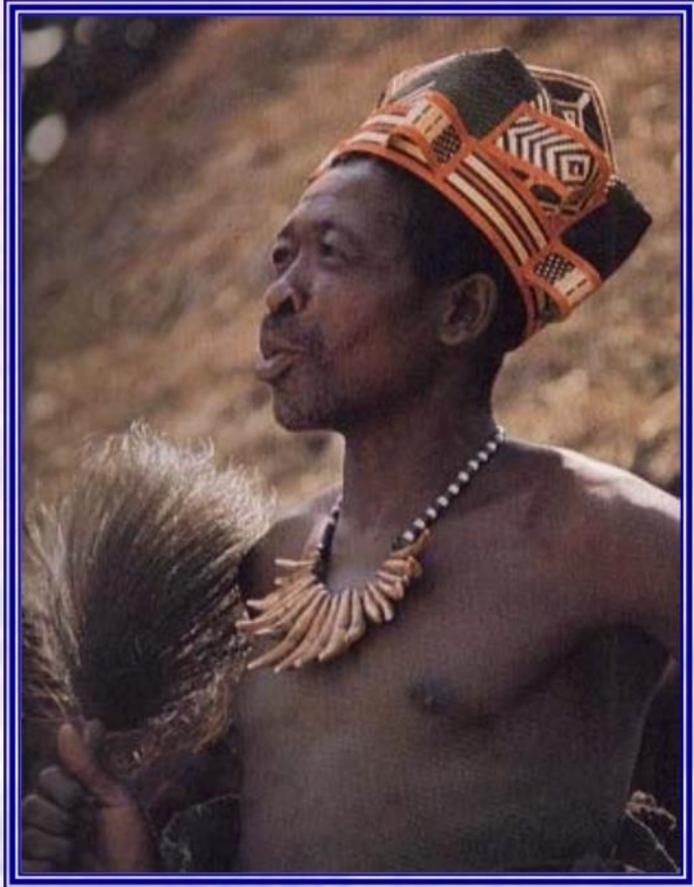
Dalle prime esperienze fatte, mangiando o bruciando parti di piante, percepirono che erano in grado di produrre effetti soporiferi o eccitanti o di produrre esperienze mistiche,

scaturì l'idea che alcune piante avessero particolari poteri dategli da un essere superiore



La Storia

Quando fiorì la civiltà, nacque la figura dello **stregone**



Per molti anni era diffusa la convinzione che le piante fossero state contrassegnate dal "Creatore" con alcune caratteristiche, più o meno visibili, a simboleggiarne le virtù terapeutiche

Questa credenza è nota con il nome di
"dottrina dei segni"

La Storia



MESOPOTAMIA

Corte neosumerica di Ur e Lagash

Prima delineazione della malattia

(ca. 3000 a.C.)

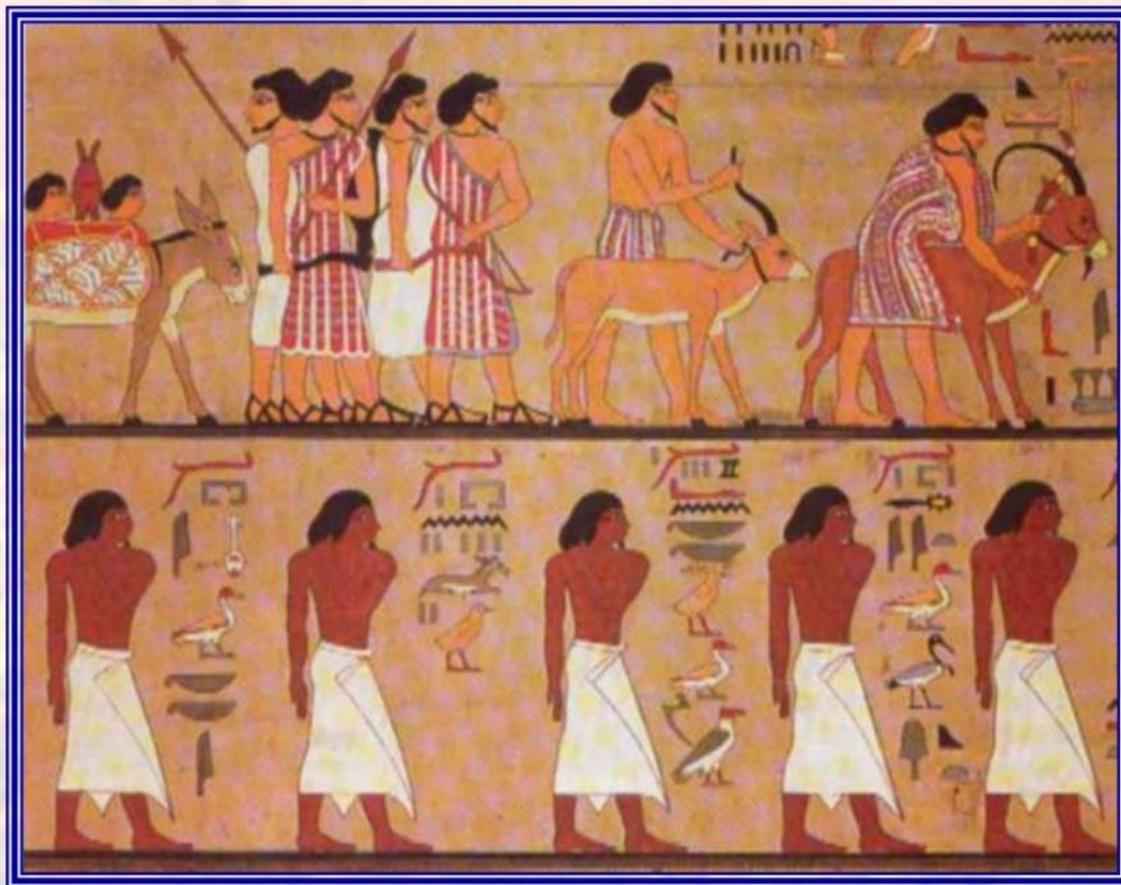
Bozza di farmacopea,

prevalentemente vegetale

Shamnu = piante = rimedi

La Storia

Gli antichi Egizi come i Caldei usavano piante medicinali e aromatiche intorno al 3000 A. C.



La Storia

Papiro di Ebers del 1500 a.C., un trattato di medicina dell'epoca



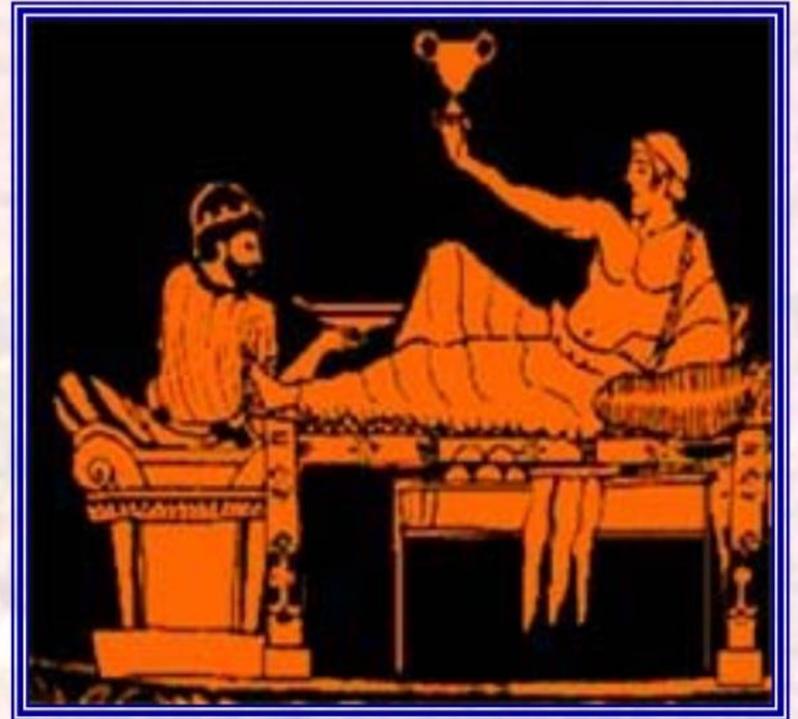
In questo papiro si menzionano numerose piante, sostanze naturali e pratiche igieniche per la cura delle malattie:

Cipolla, aglio, miele, birra, fichi, semi di lino, loto, finocchio, mirra, aloe, zafferano, oppio, lattuga, mandragora, coriandolo, ginepro, giusquiamo

Il lavaggio dell'intestino era una pratica terapeutica diffusa

La Storia

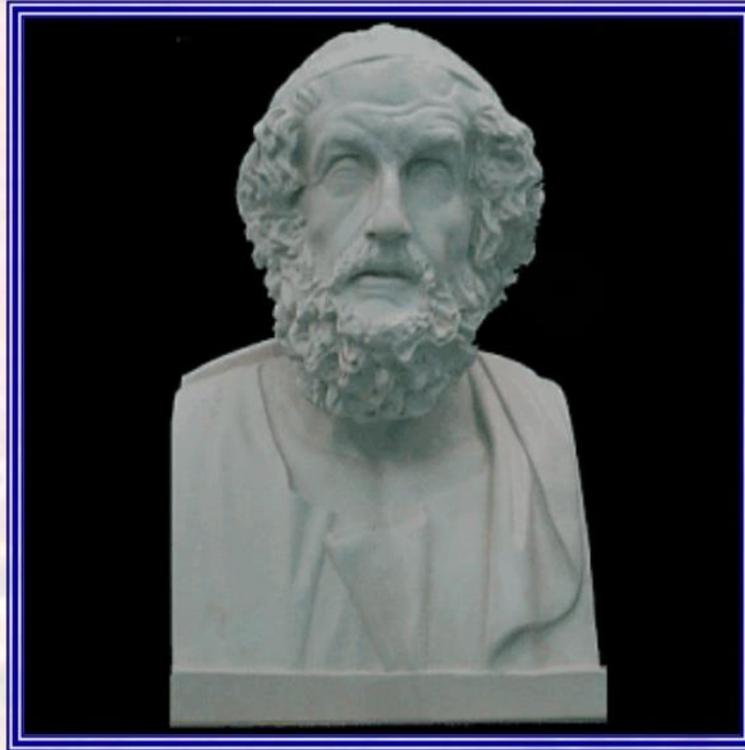
I Greci ereditarono dagli Egizi gran parte delle loro conoscenze mediche e notarono che alcune piante erano rinfrescanti mentre altre stimolanti, altre ancora soporifere e altre rilassanti



La Storia

Omero, 1200 a.C.

Odissea



**“Molte sostanze potenzialmente utili
diventano fatali quando somministrate assieme”**

La Storia

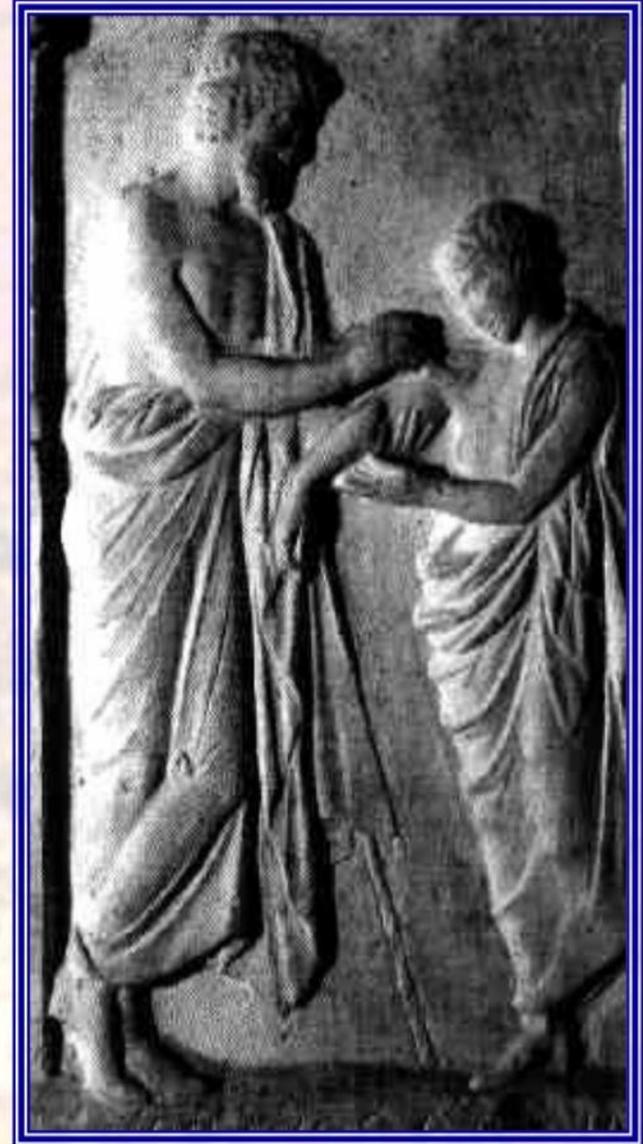
La scuola di Cos: Ippocrate!

Primo, non fare danno!

Delineazione del metodo clinico:

“Considerare cosa si può
discriminare con l'intermediazione
di tutti i mezzi che ci sono
concessi: vista, tatto, udito, naso,
lingua e pensiero ... al fine di dire

**ciò che è stato, conoscere ciò
che è, predire ciò che sarà ...”**



La Storia

Roma antica: Celso

"Penso che la medicina debba essere razionale, che debba ricercare le cause evidenti e rifiutare quelle oscure ..."

Grande descrittore di patologie e delle loro cause.
Ottima tecnica ortopedica



La Storia

Roma antica: Galeno

Solo Galeno ideò un corpus organico dottrinale e un sistema di classificazione



La Storia

La Medicina Persiana

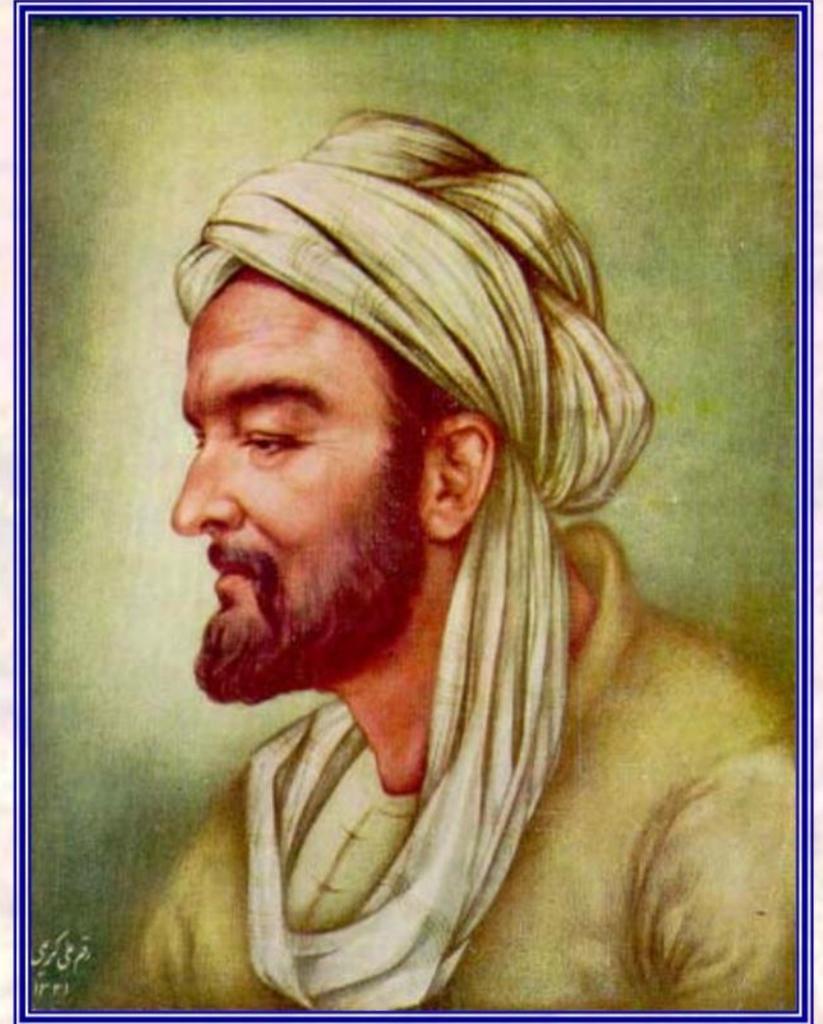
Gruppi di cantori e ballerini allietavano la permanenza di malati e convalescenti.

La farmacopea di Al-Biruni comprendeva un repertorio di piante medicinali 5 volte più ampio di quello di Dioscoride, incluse molte piante impiegate comunemente nella medicina Ayurvedica, è Maestro ed amico di Avicenna



La Storia

Avicenna (980-1037 d.c.),
descrive per primo la
tecnica della distillazione.

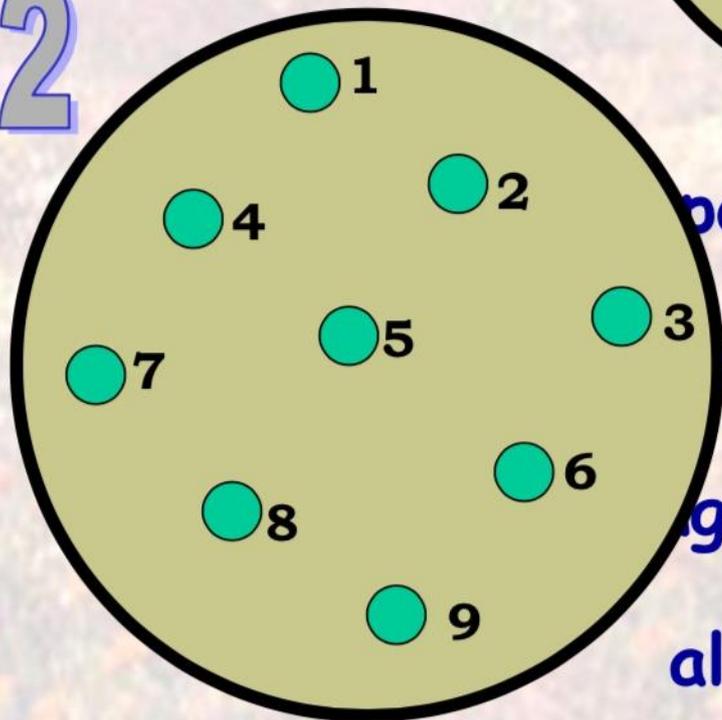


L'Aromatogramma

1



2



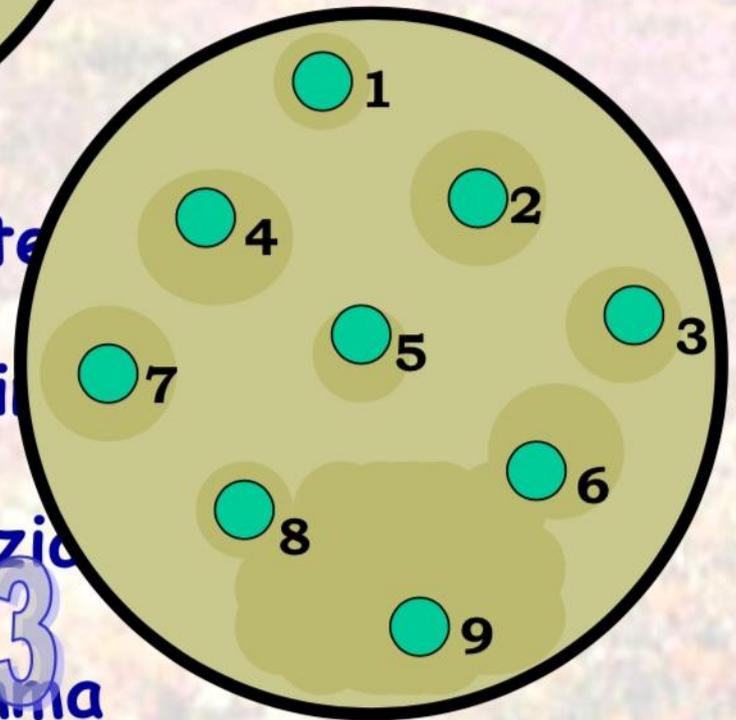
potere antibatte

videnziato ed il

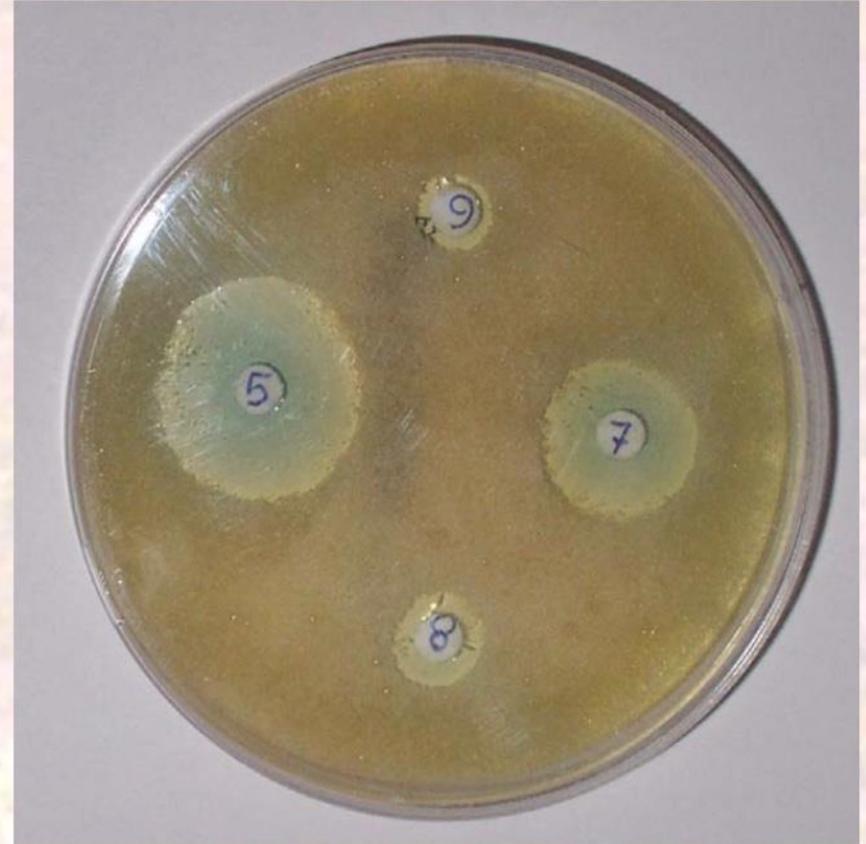
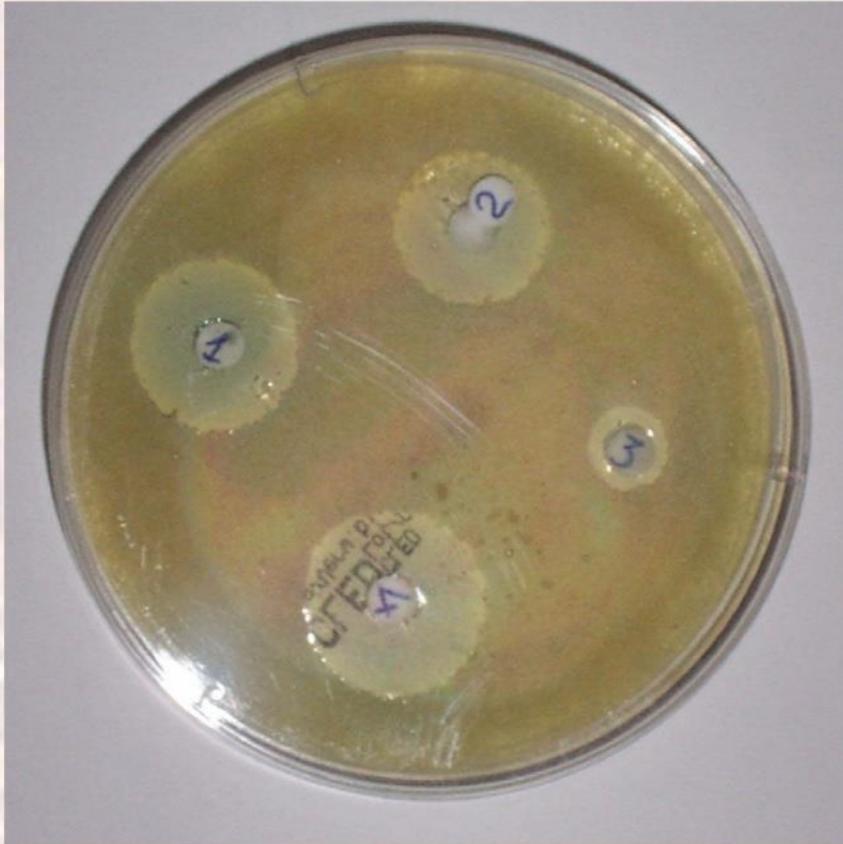
ngolo olio essencia

all'aromatogramma

3



L'Aromatogramma



Cistite ricorrente da *escherichia coli*
5\4\1 (timo, cannella, eucalipto)

Il Potere battericida degli Oli essenziali

Per inibire la crescita di batteri

in mille cm. cubi di liquido prelevato da una fossa

sono necessari:

0,7 ml di o.e. di timo

1,0 ml di o.e. di origano

1,6 ml di o.e. di verbena

1,7 ml di o.e. di cannella cinese

1,8 ml di o.e. di rosa



Per ottenere lo stesso effetto sono necessari

5,6 ml. di fenolo

Il Potere battericida degli Oli essenziali

L'olio essenziale di Cannella uccide il tifo

con una diluizione 1:300



Il Potere battericida degli Oli essenziali

L'olio essenziale di Camomilla è efficace

in diluizioni 1:2000

nei confronti dello stafilococco aureo,

lo streptococco beta emolitico,

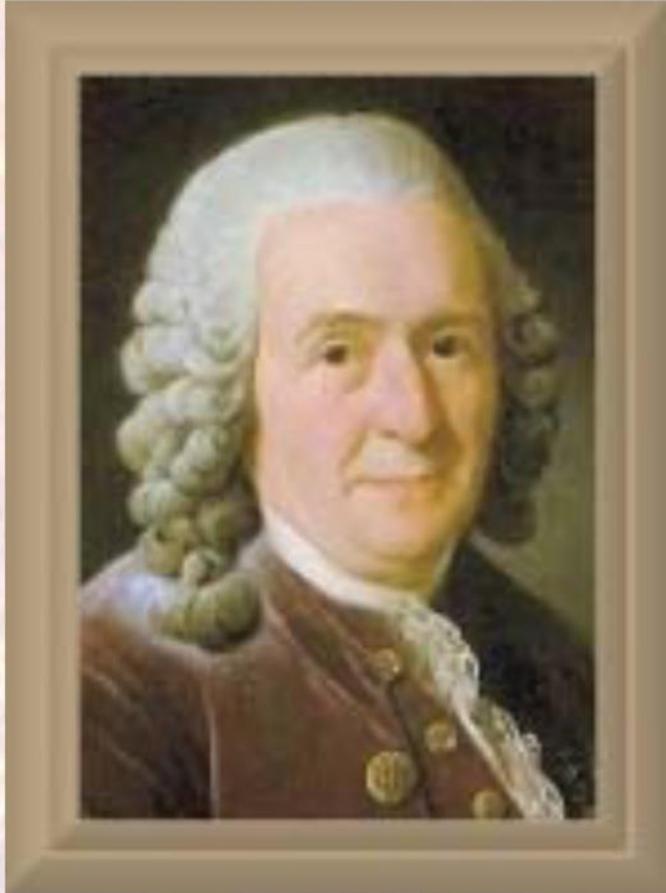
e il proteus vulgaris

Lo stesso vale

per l'olio essenziale di Limone



La Sistemazione delle Piante



Linneo (1707-1778)

Classificazione moderna

Lo studio della fitoterapia diventa:

Sintomatico

Sistematico

Strutturale

Scientifico



**Dal XIX secolo inizia l'avvento di
botanica, chimica e fisica,
le piante vengono descritte con precisione scientifica**

**Comincia l'isolamento dei
principi attivi delle piante**

1803 Morfina

1818 Stricnina

**1820 Chinino, Caffaina, Codeina,
digitossina, reserpina ecc.**



L'Evoluzione della Fitoterapia

L'uso delle Piante Medicinali si basa, non più su criteri puramente empirici, tradizionali ma solo suffragati da Cognizioni Scientifiche.

**Non più Costituzionali
ma solo criteri sintomatici**



Negli ultimi anni c'è l'esaltazione in chiave scientifica dello studio dei principi attivi



e addirittura la loro sostituzione con prodotti di sintesi

Il dolore in agopuntura e oltre

lesì 6/7 ottobre 2000



Dalla tradizione alla ricerca scientifica

Pianta	Origine	Usi tradizionali	Conoscenze scientifiche
Aglio <i>Allium sativum</i> L.	Asia	Influenza e diarrea Afrodisiaco ed abortivo Usato contro parassiti e streghe	Antiaggregante piastrinico Ipolepemizante Ipotensivo
Agnocasto <i>Vitex Agnus castus</i> L.	Europa	Nevrosi Convalescenze Sedativo sessuale	Sindrome premenstruale
Aloe <i>Aloe vera</i> L. <i>Aloe ferox</i> Miller	Nord-Africa	Digestivo Abortivo e contraccettivo Rimedio popolare anticancro	Gel: antinfiammatorio, immunostimolante e cicatrizante Succo FU: lassativo
Arpagofito <i>Harpagophytum procumbens</i> DC	Africa	Gastroduodeniti Disturbi della gravidanza	Antinfiammatorio
Astragalo <i>Astragalus membranaceus</i> Fish	Cina	Tonico del Qi. Riscalda i meridiani, solleva lo Yang, tonifica l'energia ed il sangue, riscalda l'utero.	Antinfiammatorio Immunostimolante
Boswellia <i>Boswellia serrata</i> Roxb	India	Diabete Febbre	Antileucorrenico
Calendola <i>Calendula officinalis</i> L.	Europa	Emmenagogo Depurativo del fegato Ulcera gastrica, dismenorrea	Emolliente e cicatrizzante (solo uso esterno)
Camedrio <i>Teucrium chamaedrys</i> L.	Europa	Depurativo Dimagrante Digestivo	Epatotossico
Centella <i>Centella asiatica</i> L.	Madagascar	Sedativo Nootropo	Insufficienza venosa
Farfara <i>Tussilago farfara</i> L.	Europa	Sedativo della tosse	Epatotossica e mutagena
Ginkgo <i>Ginkgo biloba</i> L.	Cina	Astringente Sedativo della tosse Insetticida	Arteriopatie obliteranti Deficit cognitivi
Iperico <i>Hypericum perforatum</i> L.	Europa	Cacciadiavoli antinfiammatorio	Antidepressivo
Larrea <i>Larrea tridentata</i> L.	USA	Anticancro	Epatotossica
Kava-kava <i>Piper methysticum</i> Forster	Oceania	Bevanda tradizionale inebriante utilizzata durante le feste religiose e civili	Ansiolitico
Uncaria <i>Uncaria tomentosa</i> Willd DC	Amazzonia	Diarrea Tumori Artriti	Immunostimolante
Tasso <i>Taxus brevifolia</i> L.	USA	Abortivo Suicidiario Tossico	Fonte di taxolo e derivati: chemioterapia antineoplastica
Zenzero <i>Zingiber officinale</i> Roscoe	Asia orientale	Afrodisiaco Disturbi mestruali Scorbuto, serofola	Antiemetico Digestivo

“Novum in vetere latet”

Il nuovo è nascosto nell'antico

Un impiego più razionale delle droghe vegetali prese avvio comunque nel XVII secolo, di pari passo con le prime conoscenze di chimica e con la conseguente possibilità di ottenere estratti sempre più purificati.



Molte piante sono ancora oggi utilizzate secondo la tradizione, senza essere neppure giunte al momento della verifica scientifica. Gli studi chimici e farmacologici possono confermare, modificare o smentire le conoscenze tramandate nei secoli circa l'uso di una pianta, fino a stravolgere completamente le conoscenze della tradizione.

“Novum in vetere latet”

Il nuovo è nascosto nell'antico

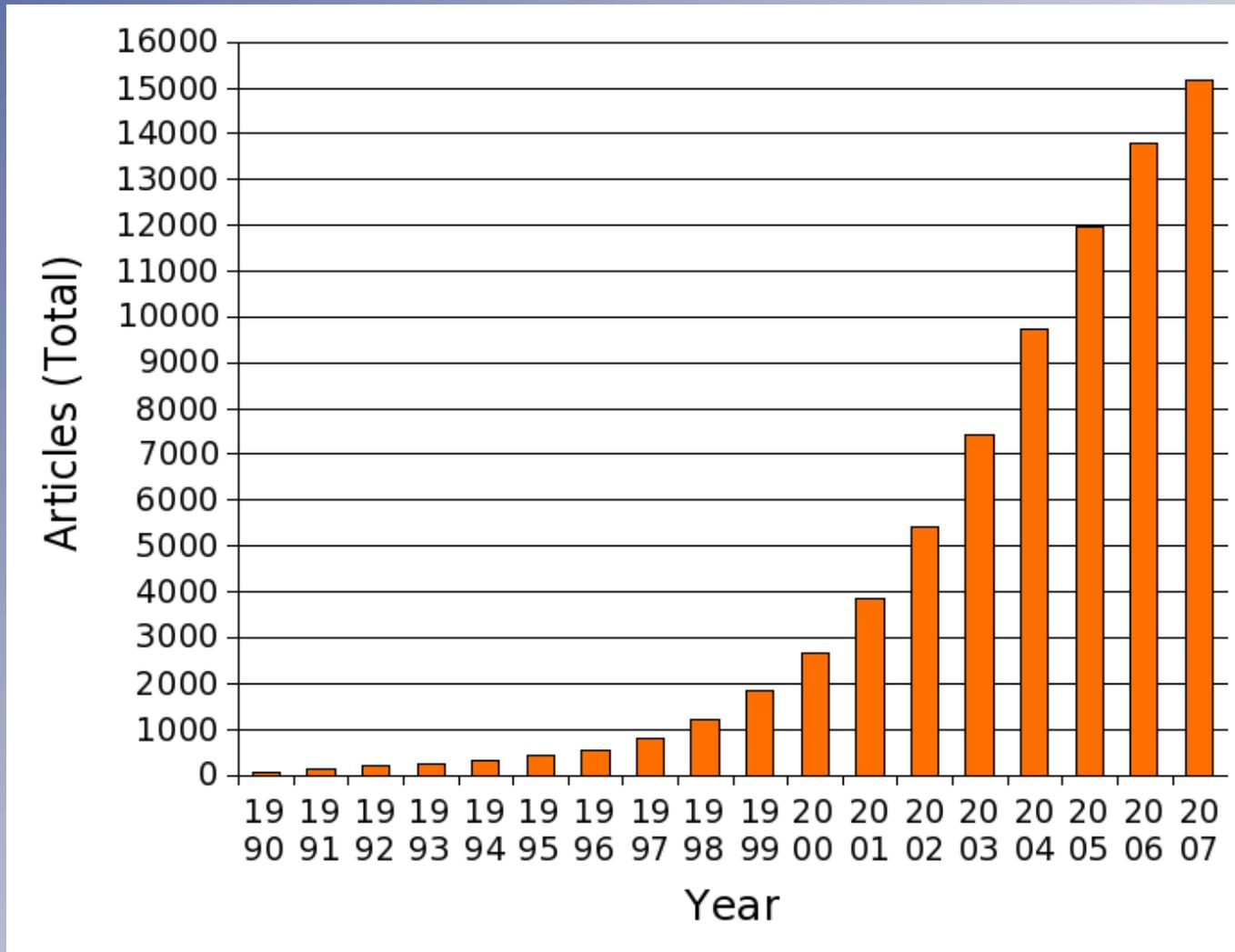
Un luogo comune smentito dal riscontro scientifico è che le piante agiscano per effetto placebo. Questo è il senso di molte critiche che ancora provengono da una larga parte della comunità scientifica e che vorrebbero screditare la moderna erboristeria, la fitoterapia e la medicina naturale. Le piante officinali, in realtà, agiscono in quanto contenenti sostanze chimiche di origine naturale, ma farmacologicamente attive.



Per contro è indispensabile affermare che troppe delle droghe comunemente impiegate sul mercato erboristico tradizionale non presentano requisiti tali da poter attribuire loro un'efficacia certa.

“Vetus in novo patet”

L'antico di manifesta nel nuovo



Numero complessivo di studi scientifici dal 1990 al 2007 contenenti “phytotherapy” su PubMed

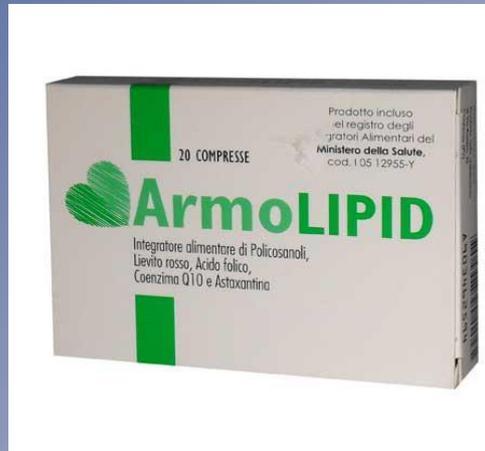
Fitovigilanza: OMS e Ministero della Salute

In Italia l'ASL è l'autorità competente che si occupa della fitovigilanza, intesa come sorveglianza sul territorio di reazioni avverse in seguito alla somministrazione di preparati erboristici.

Altre competenze specialistiche sono assegnate a diversi centri di studio dell'ISS, Istituto Superiore di Sanità. Da qualche anno il laboratorio di Epidemiologia e Biostatistica dell'ISS ha attivato uno studio pilota che si occupa della sorveglianza delle reazioni avverse da prodotti a base di erbe officinali e integratori alimentari in genere.

E' pianta medicinale ogni vegetale che contiene in uno o più dei suoi organi, sostanze che possono essere utilizzate a fini preventivi o terapeutici o che sono i precursori di emisintesi chemiofarmaceutiche.
(OMS)

Contorni e confini dell'erboristeria moderna



I prodotti a base di piante officinali rientrano a far parte di una grande categoria merceologica, quella degli integratori alimentari.

Sono pochi i prodotti erboristici registrati come dispositivi medici.

Contorni e confini dell'erboristeria moderna

Decreto Legislativo 169/2004
DEFINIZIONE di INTEGRATORE

“Prodotti alimentari destinati ad integrare la comune dieta. Sono una fonte concentrata di sostanze nutritive, quali le vitamine e i minerali, o di altre sostanze aventi un effetto nutritivo o fisiologico, in particolare (...) aminoacidi, acidi grassi essenziali, fibre ed estratti di origine vegetale, sia monocomposti sia pluricomposti, in forme predosate”.

Sinonimi: “Complemento alimentare” - “Supplemento alimentare”

La loro immissione in commercio è subordinata alla procedura di notifica da effettuarsi al Ministero della Salute che stabilisce quali ingredienti (e in quali dosaggi) possono far parte della loro composizione. Lo stesso vale per le piante officinali vendibili in erboristeria e quelle vendibili soltanto in farmacia.

Contorni e confini dell'erboristeria moderna

... sostanze aventi un effetto nutritivo o fisiologico...



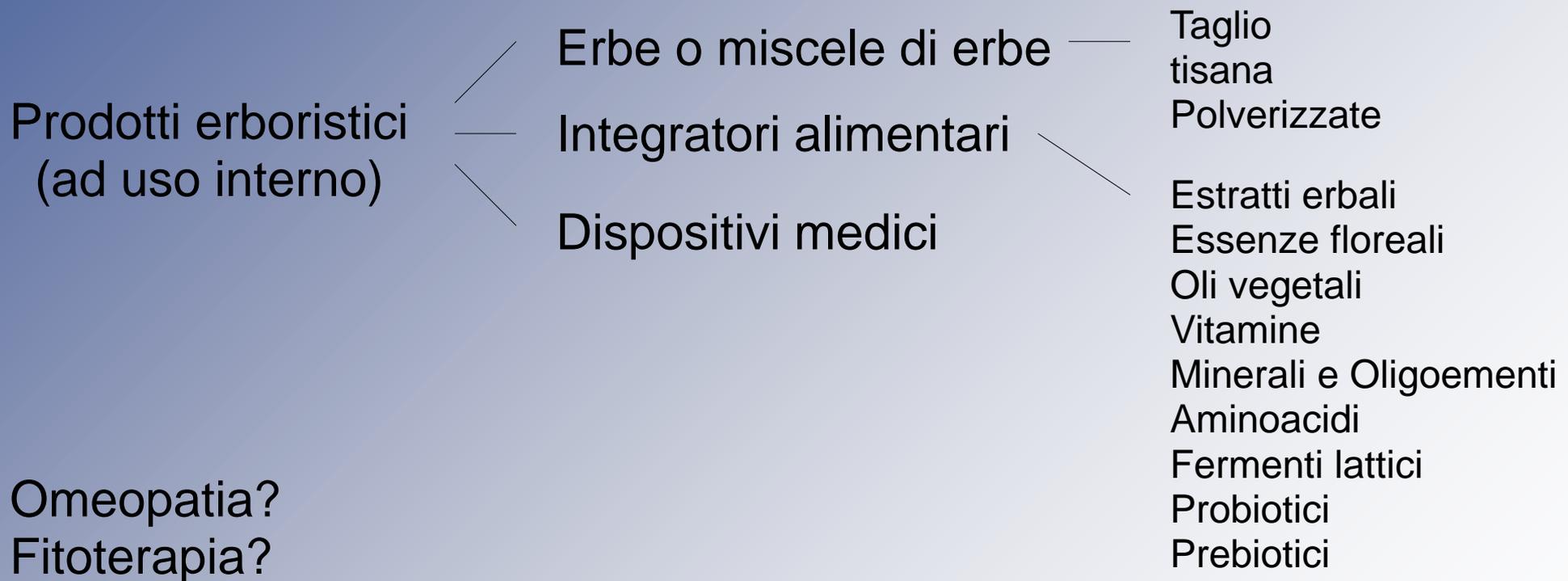
Gli effetti fisiologici degli integratori vanno intesi come ottimizzazione di una funzione fisiologica e non come ripristino, correzione o modifica di essa.

Contorni e confini dell'erboristeria moderna

Decreto Legislativo 46/1997
DEFINIZIONE di DISPOSITIVO MEDICO

“Qualsiasi strumento, apparecchio, impianto, sostanza o altro prodotto, utilizzato da solo o in combinazione (compreso il software informatico impiegato per il corretto funzionamento) e destinato dal fabbricante ad essere impiegato nell'uomo a scopo di diagnosi, prevenzione, controllo, terapia o attenuazione di una malattia; di diagnosi, controllo, terapia, attenuazione o compensazione di una ferita o di un handicap; di studio, sostituzione o modifica dell'anatomia o di un processo fisiologico; di intervento sul concepimento, il quale prodotto non eserciti l'azione principale, nel o sul corpo umano, cui è destinato, con mezzi farmacologici o immunologici né mediante processo metabolico ma la cui funzione possa essere coadiuvata da tali mezzi.”

Contorni e confini dell'erboristeria moderna



Omeopatia?
Fitoterapia?

Un discorso a parte...

Brevemente... Fitoterapia



Galeno e Ippocrate

Brevemente... Fitoterapia

Phyton = pianta

Therapeia = cura

La fitoterapia è la disciplina medica che consente un corretto uso a scopo preventivo o terapeutico di piante medicinali e loro derivati (fitoterapici), in relazione alle proprietà farmacologiche dei costituenti chimici presenti nella pianta ed in particolare nel prodotto utilizzato. (Firenzuoli, 1998)

La fitoterapia è una medicina complementare, non alternativa alla medicina classica. E' allopatrica, si fonda sull'azione sinergica di principi attivi presenti nelle piante.



**Centro Clinico
Medicina Naturale**
Centro di riferimento per la Fitoterapia
Regione Toscana

SST Azienda
USL II
Empoli
Servizio Sanitario della Toscana

L'esperienza del Centro di Medicina Naturale dell'Ospedale S. Giuseppe di Empoli inizia nel febbraio del 1997, quando prende avvio l'attività dell'Ambulatorio di Fitoterapia, il primo in Italia in una struttura pubblica, anche se per sole 4 ore settimanali. Con delibera della Giunta regionale n° 1384 del 9.12.2002 alla struttura viene riconosciuta la qualifica di Centro di riferimento regionale per la fitoterapia.

Brevemente... Fitoterapia

Fitoterapici: farmaci che contengono esclusivamente come sostanze attive una o più sostanze vegetali.



Nonostante il numero dei farmaci fitoterapici stia progressivamente aumentando, la maggior parte dei prodotti a base di piante presenti in commercio sono integratori alimentari.

Brevemente... Omeopatia



Brevemente... Omeopatia

ὁμοιος = simile
πάθος = sofferenza



L'omeopatia è un metodo terapeutico non convenzionale i cui principi sono stati formulati

dal medico tedesco Samuel Hahnemann verso la fine del XVIII secolo.

Alla base dell'omeopatia è il principio di similitudine del farmaco (similia similibus curantur)

per il quale il rimedio appropriato per uno stato di malattia è dato da quella sostanza che, in una persona sana, induce sintomi simili a quelli osservati nella persona malata.

La sostanza, una volta individuata, viene somministrata al malato in una quantità fortemente

diluita. Secondo gli omeopati diluizioni maggiori della stessa sostanza non provocano una riduzione dell'effetto terapeutico bensì un suo potenziamento.

“Nessuna alternativa!”

L'erboristeria moderna, approcciata correttamente, non rappresenta un'alternativa alla medicina ufficiale per alcune ragioni primarie:

- Non costituisce una terapia medica;
- Non sostituisce alcuna terapia medica;
- Non esclude la compresenza di una terapia medica;

“Nessuna alternativa!”

E per altre ragioni legate all'orientamento della moderna erboristeria e della fitoterapia, che condividono con la medicina allopatica alcuni fondamenti:

- Analisi chimiche qualitative e quantitative dei preparati naturali;
- Approccio “farmacologico” e studi di efficacia;
- Indicazioni d'uso che rispettino le direttive del Ministero della Salute;

“Nessuna alternativa!”

Quali rischi si corrono con i prodotti erboristici?

Bisogna essere prudenti poiché l'incidenza delle reazioni avverse e di interazioni farmacologiche aumenta con l'aumentare del numero dei farmaci assunti contemporaneamente ad un rimedio erboristico – fitoterapico.

E ci vuole prudenza nel caso degli anziani, per la ridotta funzione di molti organi e apparati, la frequente presenza di più patologie e di terapie polo-farmacologiche.

In pediatria, nelle donne in gravidanza e in allattamento è necessario prestare massima cautela, ed è sconsigliabile qualsiasi iniziativa autonoma nella scelta dei rimedi e della posologia.

Botanica: specie, pianta, droga

Piante simili ma di specie botaniche differenti producono costituenti chimici peculiari,
per questo la pianta deve essere sempre definita con il suo nome botanico (latino) e non quello volgare, variabile da paese e paese.

Ad esempio il nome generico Origano in realtà è utilizzato per intendere al tempo stesso
piante botanicamente differenti:

Origano messicano
Origano turco
Origano spagnolo
Origano greco

Lippia graveolens
Origanum onites
Thymus capitatus
Origanum vulgare



Botanica: specie, pianta, droga



Origano = *Origanum
vulgare*

Botanica: specie, pianta, droga



Illicium stellatum sin. *Illicium*
Verum



Illicium
religiosum

L'Anice stellato cinese (*Illicium stellatum*), quello tradizionalmente utilizzato anche in occidente come aromatizzante ed antidispeptico, è morfologicamente molto simile all'Anice stellato giapponese (*Illicium religiosum*), conosciuto per la sua neurotossicità (contiene infatti un olio essenziale con miristicina e safrolo, e può essere responsabile di crisi convulsive ed alterazioni dello stato di coscienza).

Botanica: specie, pianta, droga



*Salvia
officinalis*



*Salvia
sclarea*



L'olio essenziale di *Salvia officinalis* è diverso da quello della *Salvia sclarea*, così come quello del *Thymus vulgaris* è diverso da quello del *Thymus serpyllum*.

Botanica: specie, pianta, droga



*Thymus
vulgaris*



*Thymus
serpyllum*

L'olio essenziale di *Salvia officinalis* è diverso da quello della *Salvia sclarea*, così come quello del *Thymus vulgaris* è diverso da quello del *Thymus serpyllum*.

Botanica: specie, pianta, droga

Le piante devono essere sempre indicate con il loro nome scientifico!

NOMENCLATURA BINOMIA IN LINGUA LATINA



Gentiana lutea

L.

GENERE

+

SPECIE

+

INIZIALE DELL'AUTORE CHE HA
DESCRITTO E DATO IL NOME
ALLA SPECIE

Botanica: specie, pianta, droga

In tutte le piante esistono differenti localizzazioni dei vari costituenti chimici nelle varie parti (semi, foglie, corteccia ecc.), e pertanto anche le parti utilizzate a scopo medicinale sono differenziate tra loro.

“buccia” della
foglia



“polpa”
centrale

Ad esempio il gel di *Aloe vera* presente nella parte centrale della pianta contiene prevalentemente polisaccaridi e lectine, mentre la parte subendoteliale della foglia contiene glucosidi antrachinonici.

Botanica: specie, pianta, droga



Cinnamomum zeylanicum
foglie



Cinnamomum zeylanicum
corteccia

Le foglie di Cannella contengono un olio essenziale ricco in eugenolo, mentre la corteccia un olio essenziale ricco di aldeide cinnamica.

Botanica: specie, pianta, droga

Citrus aurantium



Frutti maturi e
fiori



Frutti immaturi

Le foglie dell'arancio amaro forniscono un olio ricco di acetato di linalile, mentre i fiori un olio ricco in linalolo e geraniolo. La scorza del frutto maturo invece è ricca di citroflavonoidi, olio essenziale e furanocumarine, mentre quella del frutto immaturo di amine simpaticomimetiche (sinefrina).

Botanica: specie, pianta, droga

DROGA: in botanica farmaceutica si intende un corpo vegetale o una parte di questo che contiene, insieme ad altri componenti inattivi o di scarso interesse

farmacologico, una o più sostanze farmacologicamente attive (fitocomplesso).

FITOCOMPLESSO: insieme delle sostanze che direttamente o indirettamente

concorrono all'attività farmacologica di una pianta.

Oltre che dalla pianta intera, la droga può essere rappresentata da:

SOMMITA' FIORITE:



*Hypericum
perforatum*



*Origanum
majorana*

Botanica: specie, pianta, droga

RIZOMA: modificazioni del fusto con principale funzione di riserva. E' ingrossato, sotterraneo con decorso generalmente orizzontale.



Zingiber officinalis

TUBERO: porzione di fusto modificata che assume un aspetto globoso più o meno allungato e la funzione di organo in cui vengono accumulate sostanze di riserva.



Lepidium meyenii

Botanica: specie, pianta, droga

PARTI AEREE: *Passiflora incarnata*



FOGLIE: *Mentha x piperita*



FRUTTI: *Foeniculum vulgare*



SCORZA FRUTTI: *Citrus aurantium*



Botanica: specie, pianta, droga

SEMI: *Linum usitatissimum*



CORTECCIA: *Salix alba*



RADICI: *Glycyrrhiza glabra*



BULBI: *Allium sativum*



Metodi di estrazione e Forme galeniche

DEFINIZIONE DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



INFUSI: preparazioni liquide ottenute estemporaneamente versando sulle droghe, ridotte ad un grado conveniente di suddivisione, acqua alla temperatura di ebollizione e lasciando poi a contatto con l'acqua stessa per un tempo di 5-15 minuti.

Metodi di estrazione e Forme galeniche

DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



DECOTTI: preparazioni liquide ottenute estemporaneamente facendo bollire in acqua le droghe opportunamente polverizzate per un tempo di 2-10 minuti. Non si applica mai a droghe contenenti principi attivi volatili.

Metodi di estrazione e Forme galeniche

DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



MACERATI: per ottenere un macerato occorre disporre la droga in acqua a temperatura ambiente e lasciarvela per alcune ore, senza però l'azione del calore. Questa è una preparazione adatta all'estrazione di mucillagini dalle radici di Altea, così come l'arbutina dalle foglie di Uva ursina, il cui macerato rispetto al decotto contiene circa la metà dei tannini e 1/3 in più di arbutina.

Metodi di estrazione e Forme galeniche

DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



POLVERI: sono preparazioni solide omogenee ottenute mediante operazioni meccaniche dirette sulla droga. Vengono usate per confezionare compresse, oppure in capsule o cachet. L'inconveniente maggiore è rappresentato dalla presenza dei principi attivi ancora intrappolati nel tessuto vegetale, non sottoposti ad alcun processo estrattivo e quindi scarsamente biodisponibili.

Metodi di estrazione e Forme galeniche

DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



TINTURE: la tintura officinale (Tintura F.U.) è ottenuta a partire dalla pianta secca. Il rapporto in peso droga : solvente è 1 : 5, cioè 200g di droga per 1L di alcool ad una gradazione variabile tra i 60° e gli 80° in relazione alle singole piante. Soltanto in casi particolari si usa un rapporto droga : solvente 1:10 (peperoncino, mirra, zafferano).

Metodi di estrazione e Forme galeniche

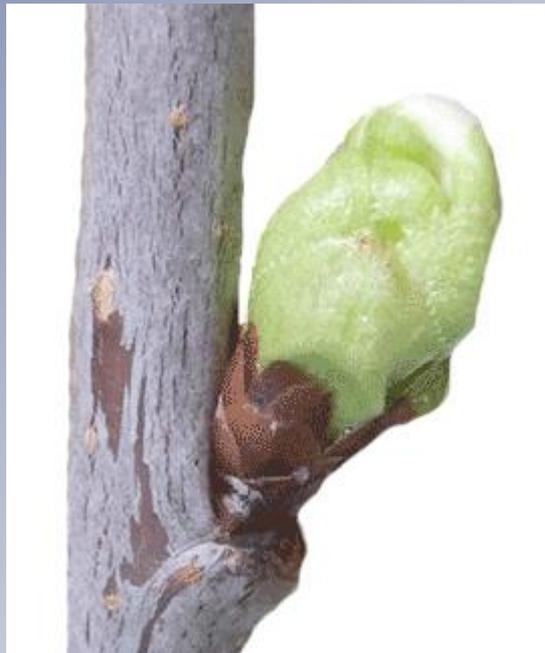
DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



TINTURA MADRE: è un estratto idroalcolico (60-70°) ottenuto da pianta fresca, in modo tale che 1g di TM = 0,1g di pianta desiderata.

Metodi di estrazione e Forme galeniche

DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



MACERATO GLICERINATO: ottenuto per azione del solvente acqua – glicerina su gemme fresche e giovani germogli. Ricco in fattori di crescita e ormoni vegetali il macerato glicerinato viene solitamente diluito ad 1 : 10.

Metodi di estrazione e Forme galeniche

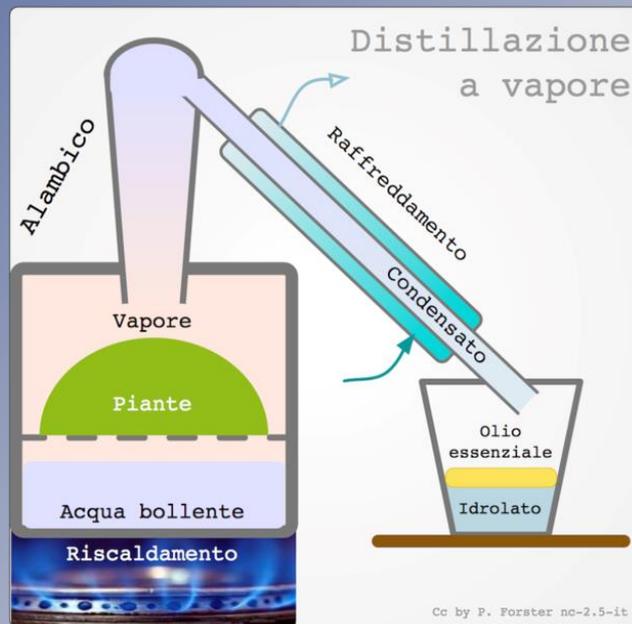
DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE

ESTRATTO

- FLUIDO: preparazione liquida, densa, ottenuta con vari procedimenti a partire normalmente dalla droga secca messa a contatto con solvente (percolazione) per l'estrazione e successivamente concentrata per evaporazione fino ad ottenere il rapporto 1 : 1 con i principi attivi della droga secca.
- SECCO: ottenuto per evaporazione totale del solvente a temperatura inferiore a 50°C. Stabilità e standardizzazione ottimale, rendono gli estratti secchi le preparazioni più tipiche della moderna erboristeria e fitoterapia.
- MOLLI: eliminazione intermedia del solvente.

Metodi di estrazione e Forme galeniche

DEFINIZIONI DELLE PIU' COMUNI SOLUZIONI ESTRATTIVE



OLIO ESSENZIALE

PRESSIONE o SPREMITURA
ENFLEURAGE
ESTRAZIONE CON SOLVENTI
CORRENTE DI VAPORE
CO₂ SUPERCRITICA

Oli essenziali



Arancio



Melissa



Timo serpillo



Eucalipto



Lavanda



Timo volgare

Oli essenziali: utilizzo e problematiche di sicurezza

Conosciuti fin dall'antichità (gli “spiriti” di Paracelso), sono stati presenti in tutte le Farmacopee e sono utilizzabili in varie preparazioni, in soluzione alcolica e in capsule (con adeguato adsorbente).

Possiedono un basso indice terapeutico (Issopo, Menta, Salvia) e molti risultano tossici (Assenzio, Ruta, Noce moscata). Le sostanze maggiormente implicate sono: anetolo, mentolo, tujone. Alcuni possono essere comunque irritanti per la cute e le mucose.

Per un uso sicuro, non andrebbero mai utilizzati puri, nemmeno in piccole quantità, bensì opportunamente diluiti o in alcool o altro solvente, oppure in capsule.

Sono da utilizzare prevalentemente per uso esterno!

Un uso razionale delle piante officinali

Per un uso corretto delle piante officinali:

- Apprendere informazioni circa lo stato di salute dell'organismo;
- Individuare il rimedio e la dose più indicati;
- Conoscere le possibili interazioni con i farmaci;
- Essere consapevoli dell'efficacia e del limite di ciascun rimedio!

Precauzioni indispensabili

Prima infanzia

Bambini

Soggetti allergici

Ragazzi

Donne in gravidanza o in allattamento

Adulti

Patologie e predisposizioni

Anziani

Terapie farmacologiche

Posologia?

Precauzioni d'uso?

Controindicazioni?

Informare **sempre** il proprio medico, e valutare con l'erborista o il farmacista ogni caso specifico **prima** di iniziare l'assunzione **di qualsiasi preparato**.

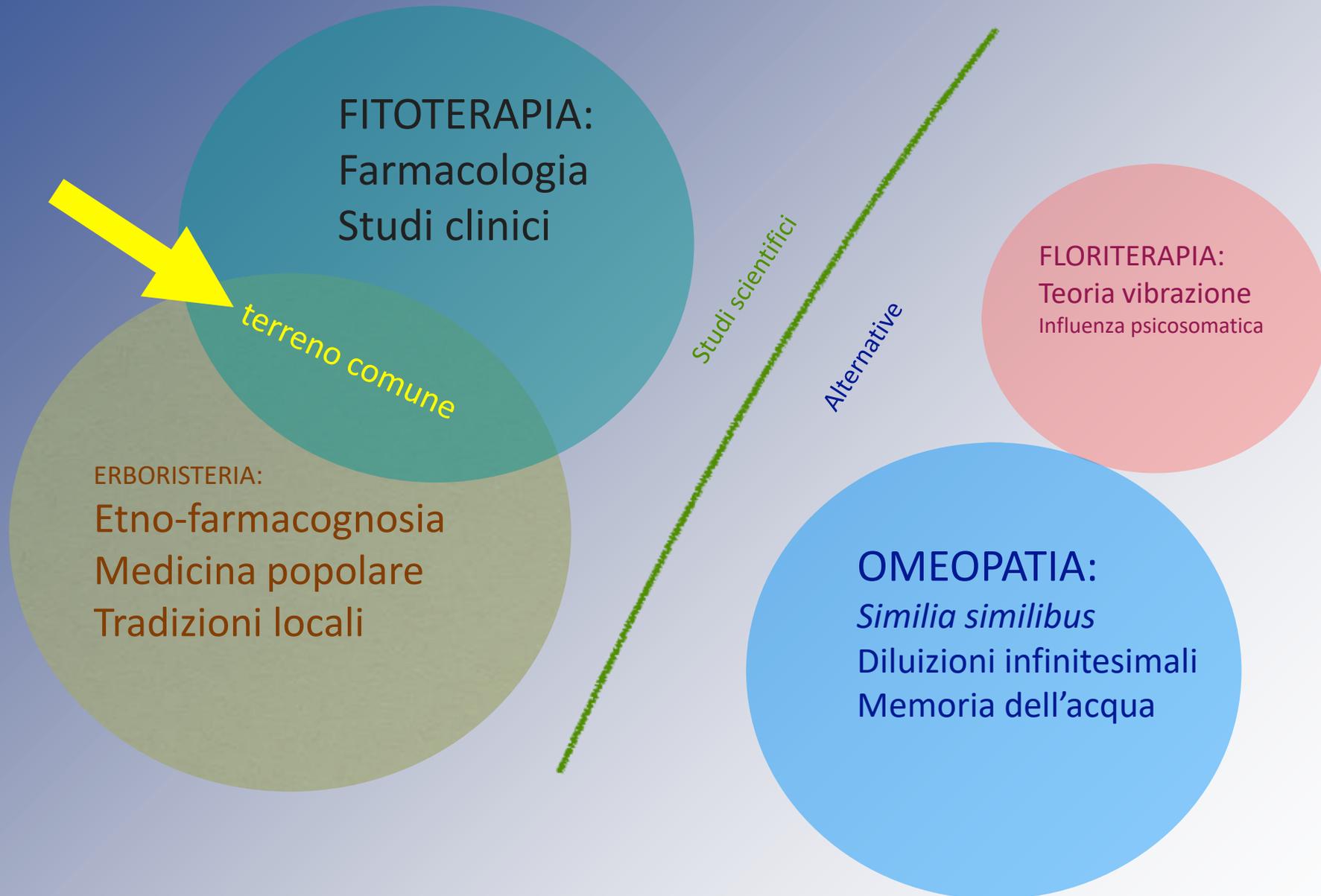
Precisazioni indispensabili

Durante la trattazione dell'uso e dell'efficacia dei trattamenti erboristici a base di piante officinali, verrà usata una terminologia medica riconducibile a situazioni patologiche ed effetti farmacologici.

L'intento non è quello di mistificare e confondere le idee circa l'effetto dei prodotti erboristici, creando una falsa informazione medica e scientifica, ma quello di dare indicazioni efficaci circa la loro utilità, come complementi alla terapia medica.

Con questo spirito, dopo un piccolo glossario di terminologia medica, si inizierà a trattare di seguito i diversi ambiti di utilizzo dei prodotti a base di erbe officinali, la loro posologia e le controindicazioni note.

Il “colpo d’occhio”



Precisazioni indispensabili

Glossario di terminologia medica

Afrodisiaco: ingrediente che accresce lo stimolo e il tono dell'eccitazione sessuale.

Algia: sinonimo di dolore.

Anabolizzante: farmaco che agisce sul metabolismo inducendo un risparmio proteico e determinando un accrescimento della massa muscolare.

Analettico: sostanza che stimola la funzione respiratoria e cardiaca.

Analgesico: sostanza che diminuisce o calma il dolore.

Anestetico: sostanza che attutisce parzialmente o abolisce totalmente ogni sensibilità (tattile, dolorosa, ecc.).

Antianemico: sostanza che combatte l'anemia, cioè la carenza di globuli rossi.

Antibiotico: sostanza che combatte i germi patogeni.

Antidrotico: sostanza che contrasta la sudorazione.

Antielmintico: che provoca l'espulsione dei vermi intestinali (sinonimo di vermifugo).

Antiflogistico: medicamento atto a combattere un processo infiammatorio (sinonimo antinfiammatorio).

Antisettico: previene e/o arresta le infezioni

Antispastico: (sinonimi spasmolitico, antispasmodico) calmante delle contrazioni muscolari involontarie di origine nervosa (spasmi, convulsioni).

Antipiretico: (sinonimo febbrifugo) abbassa la febbre.

Antidiarroico: (sinonimo costipante) contro la diarrea.

Precisazioni indispensabili

Glossario di terminologia medica

Aperitivo: sostanza che stimola l'appetito.

Astenia: indebolimento dell'organismo.

Astringente: restringe i tessuti diminuendone la secrezione e favorendo la cicatrizzazione di piaghe.

Balsamico: calmante nelle infiammazioni delle mucose.

Bechico: espettorante contro la tosse e le affezioni delle vie respiratorie.

Cardiotonico: regolatore del tono cardiaco.

Carminativo: facilita l'espulsione dei gas intestinali e ne evita la formazione.

Catartico: con azione purgativa.

Cicatrizzante: facilita e stimola la formazione di nuovi tessuti.

Colagogo: che stimola la secrezione della bile.

Coleretico: eccitante la secrezione del fegato.

Coagulante: facilita il processo di coagulazione del sangue.

Collutorio: adatto per sciacqui.

Decongestionante: sostanza atta a diminuire o eliminare uno stato di congestione.

Depurativo: leggero disintossicante che tende a favorire l'espulsione dell'organismo (attraverso sudore e urina) delle sostanze nocive.

Diaforetico: (sinonimo sudorifero) attiva la sudorazione.

Digestivo: facilita la digestione.

Disinfettante: elimina i microrganismi che causano infezioni.

Diuretico: aumenta la secrezione dell'urina.

Precisazioni indispensabili

Glossario di terminologia medica

Ematopoietico: favorisce la produzione di globuli rossi e bianchi nel sangue.

Emetico: provoca il vomito.

Emmenagogo: ristabilisce o regolarizza le mestruazioni.

Emolliente: diminuisce l'infiammazione e protegge le mucose mediante l'idratazione dei tessuti.

Emopoietico: stimolante la produzione dei globuli del sangue.

Emostatico: arresta le emorragie.

Espettorante: favorisce l'espulsione delle secrezioni della trachea e dei bronchi.

Eupeptico: che stimola la secrezione dei succhi gastrici, eccita l'appetito e facilita la digestione.

Febbrifugo: che combatte la febbre.

Galattogogo: (sinonimo galattoforo) che favorisce la secrezione latte.

Galattofugo: diminuisce la secrezione latte.

Ipertensivo: aumenta la pressione arteriosa.

Ipoglicemizzante: abbassa la quantità di glucosio nel sangue.

Ipotensivo: abbassa la pressione arteriosa.

Lassativo: che favorisce i movimenti peristaltici dell'intestino; con lieve azione purgante.

Lenitivo: diminuisce o elimina l'irritazione delle mucose.

Narcotico: sostanza che calma, intorpidisce e induce al sopore, con conseguente perdita di riflessi e sensibilità.

Precisazioni indispensabili

Glossario di terminologia medica

Nervino: con azione tonica sul sistema nervoso.

Purgante: che provoca l'evacuazione dell'intestino.

Revulsivo: procura irritazioni superficiali alla cute (per uso esterno) per cui il sangue affluisce in superficie e decongestiona la parte più profonda.

Rubefacente: medicamento irritante (per uso esterno) che provoca arrossamento della cute nel punto in cui viene applicato per richiamo di sangue nei capillari.

Sedativo: calmante del dolore.

Stomachico: che giova allo stomaco e favorisce la digestione.

Stomatico: giova alle malattie della bocca.

Stupefacente: provoca torpore e altera la sensibilità generale.

Sudorifero: che stimola la traspirazione e, di conseguenza, elimina le tossine e placa gli stati febbrili.

Tenifugo: contro la tenia.

Tonico: aumenta la vitalità e l'energia dell'organismo.

Topico: medicamento che agisce ove è applicato.

Tossico: nocivo o velenoso.

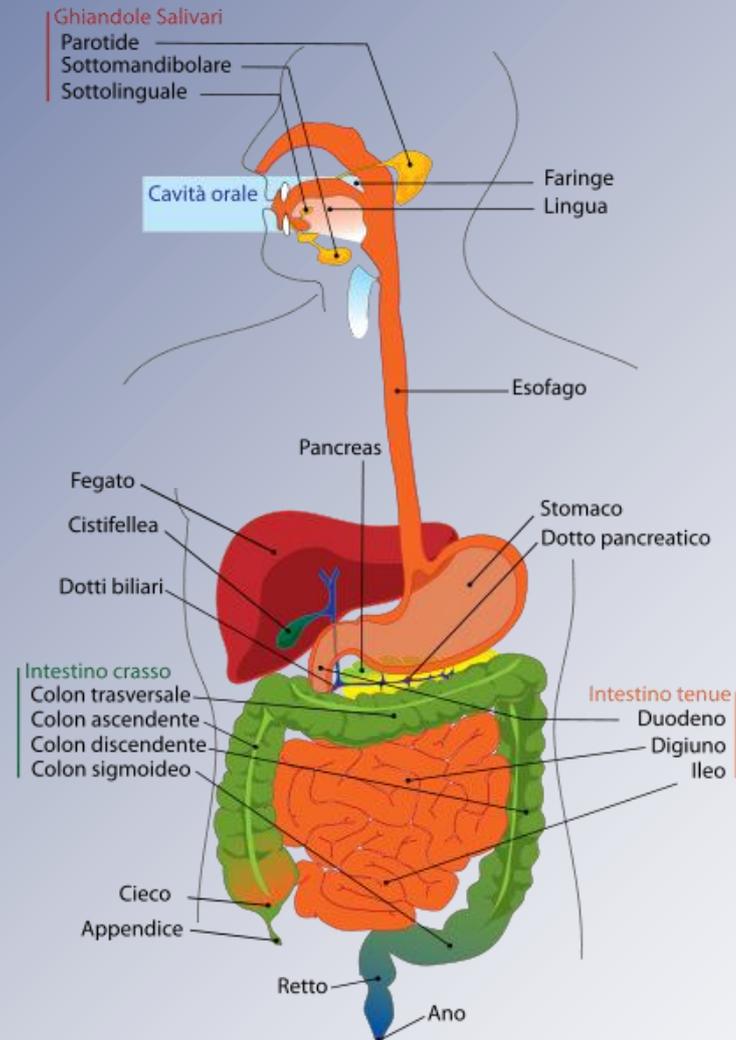
Vasocostrittore: sostanza in grado di dilatare i vasi sanguigni determinando un abbassamento della pressione arteriosa.

Vasodilatatore: sostanza in grado di dilatare i vasi sanguigni determinando un abbassamento della pressione arteriosa.

Vermifugo: che provoca l'espulsione dei vermi intestinali.

Vulnerario: medicamento che favorisce la cicatrizzazione delle ferite.

Stomaco e intestino



Stomaco e intestino

Aloe vera



Stomaco e intestino

Aloe vera

Nome comune	Aloe
Famiglia	Liliaceae
Parte utilizzata	Foglie: succo condensato, <u>gel</u>
Costituenti principali	<u>Succo</u> : 15-40% derivati idrossiantraceni di cui l' <u>aloina</u> (<u>barbaloina</u>) è il componente maggiore. 10-20% di resine, tracce di sostanze ad attività ormonale, principi amari. <u>Gel</u> : aminoacidi, lipidi, steroli, enzimi, polisaccaridi, acqua (98,5%).
Attività principali	lassativa, immunomodulante, cicatrizzante, antiflogistica
Impiego	stipsi atonica, affezioni dermatologiche

Stomaco e intestino

Aloe vera

Tossicità ed effetti secondari	Tra i purganti antrachinonici l'Aloe è quello che possiede l'attività più irritante. Controindicato durante la gravidanza e l'allattamento, durante le mestruazioni, in età pediatrica, in presenza di emorroidi, nelle coliti e in tutte le situazioni infiammatorie intestinali e del piccolo bacino. Allergia alle liliaceae.
Succo di aloe privato di aloina	<p>Il succo di aloe senza aloina è un buon depurativo intestinale. Il suo effetto è delicato e non ha nulla a che vedere con l'uso del succo intero della foglia.</p> <p>Se ne consiglia una dose di 10-20 ml al giorno in un'unica assunzione o mattina e sera.</p>
Polvere di aloe	Compare in tanti lassativi presenti in erboristeria (grani di lunga vita, dieci erbe etc.). E' raro trovare la polvere pura come unico componente in un prodotto per il transito intestinale. L'uso domestico della pianta fresca è da ponderare con molta cautela.

Stomaco e intestino

Angelica archangelica



Stomaco e intestino

Angelica archangelica

Nome comune	Angelica
Famiglia	Apiaceae
Parte utilizzata	Radici, frutti, parti aeree
Costituenti principali	olio essenziale (alfa e beta fellandrene, bisabololo, pinene), furanocumarine, cumarine
Attività principali	antispasmodica, carminativa, antidispeptica, tonica
Impiego	dispepsia, anoressia, manifestazioni psicosomatiche

Stomaco e intestino

Angelica archangelica

Durante l'assunzione è opportuno evitare esposizioni prolungate al sole o ai raggi UV. La scarsa solubilità in acqua delle furanocumarine rende innocua la preparazione dell'infuso. Sconsigliata in gravidanza e allattamento.

Dispepsia e flatulenza	<i>Angelica archangelica</i> TM 30 gtt <i>Pimpinella anisum</i> TM 20 gtt 50 gtt dopo ogni pasto
Gocce eupeptiche	<i>Angelica archangelica</i> TM <i>Passiflora incarnata</i> TM <i>Melissa officinalis</i> TM ana parti 40 gocce tre volte al dì
Tisana digestiva	<i>Angelica archangelica radix</i> 40 % <i>Gentiana lutea radix</i> 30 % <i>Foeniculum vulgare fructus</i> 30 % Un cucchiaino per tazza in infusione con acqua bollente per 10 minuti. Bere una tazza dopo i pasti principali.

Stomaco e intestino

Cassia senna



Stomaco e intestino

Cassia angustifolia

Nome comune	Senna
Famiglia	Caesalpinaceae
Parte utilizzata	foglie
Costituenti principali	2-5% eterosidi idrossiantraceni (sennosidi A e B), flavonoidi
Attività principali	lassativa
Impiego	stipsi

Stomaco e intestino

Cassia angustifolia

In alcuni casi l'assunzione della pianta comporta spasmi a livello intestinale per cui è buona norma diminuire la posologia o sospendere il trattamento. A causa della perdita di potassio sono possibili interazioni con farmaci quali glicosidi cardiaci e farmaci antiaritmici. I diuretici tiazinici, i corticosteroidi, la liquirizia ecc. potenziano le perdite di potassio. L'uso è controindicato in gravidanza e allattamento, durante il ciclo mestruale, in tutte le forme di colite, appendicite, diverticolite, emorroidi, proctite. Le foglie di senna non vanno mai bollite!

Associazione standardizzata di Senna (Commissione E)	<i>Sennae folium</i> 40% <i>Menthae piperitae folium</i> 30% <i>Carvi fructus</i> 30%
	Infuso al 5%; una-due tazze al dì, per non oltre due settimane.
Specie lassativa composta alla Senna (Formulario Nazionale F.U.)	<i>Sennae folium</i> 60% <i>Menthae piperitae folium</i> 20% <i>Matricariae flos</i> 10% <i>Foeniculi fructus</i> 10%
	Infuso all'8%, una tazza al dì.

Stomaco e intestino

Foeniculum vulgare



Stomaco e intestino

Foeniculum vulgare

Nome comune	Finocchio selvatico
Famiglia	Apiaceae
Parte utilizzata	frutti maturi (impropriamente detti semi)
Costituenti principali	olio essenziale (trans-anetolo, fencone, estragolo, alfa-fellandrene, pinene, tuyene), acidi organici, flavonoidi
Attività principali	stimolanti-aromatiche, digestive, carminative, antispasmodiche, galattagoghe
Impiego	disturbi dispeptici, meteorismo, spasmi del tratto gastrointestinale

Stomaco e intestino

Foeniculum vulgare

Miele al finocchio	1 g di olio essenziale in ½ Kg di miele: un cucchiaino al dì.
Infuso di Finocchio	5 grammi di droga frantumata immediatamente prima dell'uso lasciata in infusione, coperta, per 10-15 minuti; filtrare e bere.
Finocchio TM	<i>Foeniculum vulgare</i> TM 40 gtt x 3 volte al dì dopo i pasti
Tisana rilassante per una buona digestione	<i>Matricaria recutita inflorescentiae concisae</i> 20% <i>Passiflora incarnata flores et folia</i> 40% <i>Foeniculum vulgare fructus</i> 40% 5 grammi di miscela in infusione, coperta, per 10 minuti. Filtrare e bere dopo i pasti principali.

Stomaco e intestino

Gentiana lutea



Stomaco e intestino

Gentiana lutea

Nome comune	Genziana maggiore
Famiglia	Gentianaceae
Parte utilizzata	radice
Costituenti principali	sostanze amare (gentiopicrina, amarogentina), zuccheri (genzionosio, genziobionosio)
Attività principali	amaro-tonica
Impiego	disturbi digestivi

Stomaco e intestino

Gentiana lutea

Tintura di Genziana	<i>Gentiana lutea</i> TM 30 gtt mezz'ora prima dei pasti.
Vino di Genziana	<i>Gentiana lutea radix</i> 30 g Vino bianco 1 L Tritare finemente la radice e lasciarla macerare nel vino per 10 giorni. Filtrare ed assumere un bicchierino (20 ml) prima dei pasti principali. Consumare entro 6 mesi.
Dispepsia gastrica: associazione standardizzata (Commissione E)	<i>Angelicae radix</i> 40% <i>Gentianae radix</i> 30% <i>Carvi fructus</i> 30% Infuso al 3%, una tazza dopo i pasti principali.

Stomaco e intestino

Glycyrrhiza glabra



Stomaco e intestino

Glycyrrhiza glabra

Nome comune	Liquirizia
Famiglia	Fabaceae
Parte utilizzata	radici e stoloni
Costituenti principali	saponine triterpeniche (glicirrizina), amido, glucosio, saccarosio, mannite, flavonoidi
Attività principali	secretolitica ed espettorante, emolliente, antiflogistica e spasmolitica, cicatrizzante
Impiego	gastriti, forme catarrali delle vie aeree superiori

Stomaco e intestino

Glycyrrhiza glabra

Non utilizzare in caso di ipertensione, non assumere in gravidanza, non associare a trattamenti corticoidi.

Gastrite e spasmi gastrointestinali	<i>Liquiritiae radix</i> 40% <i>Menthae piperitae folium</i> 30% <i>Matricariae flos</i> 30% Infuso al 3%, due-tre volte al dì, dopo i pasti principali.
Specie lassativa (Ph. Helvetica VII ed.)	<i>Anisi fructus</i> 15% <i>Foeniculi fructus</i> 15% <i>Liquiritiae radix</i> 10% <i>Sambuci flos</i> 10% <i>Sennae folium</i> 50% Infuso al 5%, una tazza 1-3 volte al dì. Non abusare!
Impiego	gastriti, forme catarrali delle vie aeree superiori

Stomaco e intestino

Malva sylvestris



I rimedi per la pelle e gli annessi cutanei

Malva sylvestris

Nome comune	Malva
Famiglia	Malvaceae
Parte utilizzata	fiori e foglie
Costituenti principali	8-10% mucillagini, tannini, antociani, flavonoidi
Attività principali	emolliente ed antinfiammatoria
Impiego	uso interno: blando lassativo , bronchiti, tosse uso esterno: lenitivo, ricostituente cutaneo

Stomaco e intestino

Malva sylvestris

Infuso di Malva	<p><i>Malva sylvestris flores et folia</i></p> <p>Infuso al 5% in acqua bollente per 10 minuti. Bere più tazze al giorno.</p>
Tisana lassativa	<p><i>Frangulae cortex</i> 25%</p> <p><i>Angelicae radix</i> 20%</p> <p><i>Salviae folia</i> 15%</p> <p><i>Malvae flos</i> 15%</p> <p><i>Lini semen</i> 25%</p> <p>Infuso al 3% in acqua bollente per 30 minuti. Una tazza alla sera.</p>

Stomaco e intestino

Manna – Fraxinus ornus



Stomaco e intestino

Manna – Fraxinus ornus

Nome comune	Frassino da manna
Famiglia	Oleaceae
Parte utilizzata	manna = essudato dolce che cola naturalmente o per incisione del fusto e si rapprende all'aria
Costituenti principali	mannitolo, fraxoside
Attività principali	blandamente lassativa, emolliente e bechica
Impiego	stipsi dell'età pediatrica, stipsi degli anziani

Stomaco e intestino

Manna – Fraxinus ornus

Il mannitolo conferisce alla manna proprietà lassative dolci e diuretiche osmotiche. Disciolta in acqua calda o latte, rappresenta un blando lassativo per l'infanzia e la terza età, dal sapore gradevole e che non provoca né coliche né nausea. Lo zucchero di manna o mannite, scarsamente diffusibile ed assorbibile, trattiene l'acqua nell'intestino, ciò comporta aumento della massa fecale e stimolazione meccanica della peristalsi. Porre attenzione al tasso di glicemia.

Dai 3 ai 5 anni	15-20 grammi disciolti in un liquido
Oltre i 5 anni	30 grammi
Adulto	60 grammi e più

Stomaco e intestino

Matricaria chamomilla



Stomaco e intestino

Matricaria recutita

Nome comune	Camomilla comune (sin. <i>Matricaria chamomilla</i>)
Famiglia	Asteraceae
Parte utilizzata	sommità fiorite
Costituenti principali	olio essenziale (camazulene, bisabololo), proazuleni (matricina), flavonoidi
Attività principali	aromatica, amaricante, antiflogistica ed antispasmodica, lenitiva
Impiego	difficoltà digestive, insonnia, dermatosi, congiuntiviti

Stomaco e intestino

Matricaria recutita

Specie composta per tisana all'anice F.U. IX	<table><tr><td><i>Anisi fructus</i></td><td>20%</td></tr><tr><td><i>Matricariae flos</i></td><td>20%</td></tr><tr><td><i>Carvi fructus</i></td><td>20%</td></tr><tr><td><i>Menthae piperitae folium</i></td><td>20%</td></tr><tr><td><i>Foeniculi fructus</i></td><td>20%</td></tr></table> <p>Infuso al 3%, una tazza dopo i pasti.</p>	<i>Anisi fructus</i>	20%	<i>Matricariae flos</i>	20%	<i>Carvi fructus</i>	20%	<i>Menthae piperitae folium</i>	20%	<i>Foeniculi fructus</i>	20%
<i>Anisi fructus</i>	20%										
<i>Matricariae flos</i>	20%										
<i>Carvi fructus</i>	20%										
<i>Menthae piperitae folium</i>	20%										
<i>Foeniculi fructus</i>	20%										
Gastrite	<p><i>Matricaria recutita</i> TM <i>Melissa officinalis</i> TM <i>Glycyrrhiza glabra</i> TM ana parti</p> <p>40 gtt tre volte al dì</p>										
Nausea, vomito, crampi	<p><i>Melissa officinalis</i> TM <i>Matricaria recutita</i> TM <i>Menthae piperitae</i> TM ana parti</p> <p>40-50 gtt prima dei pasti</p>										

Stomaco e intestino

Melissa officinalis



Stomaco e intestino

Melissa officinalis

Nome comune	Melissa
Famiglia	Labiatae
Parte utilizzata	foglie
Costituenti principali	olio essenziale, triterpeni, acidi fenoli (ac. rosmarinico), flavonoidi
Attività principali	sedativo del Sistema Nervoso, spasmolitico, stomachico e spasmolitico
Impiego	spasmi gastrointestinali, aerofagia, flatulenza

Stomaco e intestino

Melissa officinalis

Disappetenza	<i>Melissa officinalis</i> TM <i>Angelica archangelica</i> TM ana parti 40 gtt prima dei pasti principali
Tisana di Melissa	<i>Melissa officinalis folia</i> Infuso al 2% in acqua non bollente in infusione per 5 minuti. Bere due-tre tazze al giorno
Difficoltà digestive	<i>Melissa officinalis</i> TM <i>Foeniculum vulgare</i> TM <i>Menthae piperitae</i> TM ana parti 30 gtt dopo i pasti principali.

Stomaco e intestino

Mentha x piperita



Stomaco e intestino

Mentha x piperita

Nome comune	Menta
Famiglia	Lamiaceae (Labiatae)
Parte utilizzata	foglie
Costituenti principali	olio essenziale (mentolo, mentone), tannini, flavonoidi
Attività principali	azione spasmolitica, carminativa, coleretica
Impiego	disturbi gastrointestinali

Stomaco e intestino

Mentha x piperita

La somministrazione di menta può provocare un aumento della secrezione gastrica per cui è da sconsigliare in soggetti gastritici e portatori di ulcere gastroduodenali. Per quanto riguarda l'olio essenziale, evitare la somministrazione anche per via topica nell'età pediatrica, in gravidanza e allattamento.

Dispepsia a spasmi intestinali	<i>Mentha x piperita</i> TM <i>Melissa officinalis</i> TM <i>Passiflora incarnata</i> TM ana parti 35 gtt dopo i pasti principali
Specie composta per tisana all'anice F.U. IX	<i>Anisi fructus</i> 20% <i>Matricariae flos</i> 20% <i>Carvi fructus</i> 20% <i>Menthae piperitae fol.</i> 20% <i>Foeniculi fructus</i> 20% Infuso al 3% in acqua bollente, una tazza dopo i pasti principali.

Stomaco e intestino

Plantago psyllium



Stomaco e intestino

Plantago psyllium

Nome comune	Psillio
Famiglia	Plantaginaceae
Parte utilizzata	semi
Costituenti principali	Mucillagine, lipidi
Attività principali	Lassativo meccanico
Impiego	stitichezza

Stomaco e intestino

Plantago psyllium

Due cucchiari da minestra (1 cucchiaino = 15 g) da assumere con due grandi bicchieri d'acqua; oppure lasciare rigonfiare 10 g di semi in 100 ml di acqua e ingerire il tutto, bevendo subito dopo almeno 200 ml di liquidi. Assumere la sera ed eventualmente anche la mattina.

Stomaco e intestino

Rheum palmatum



Stomaco e intestino

Rheum palmatum

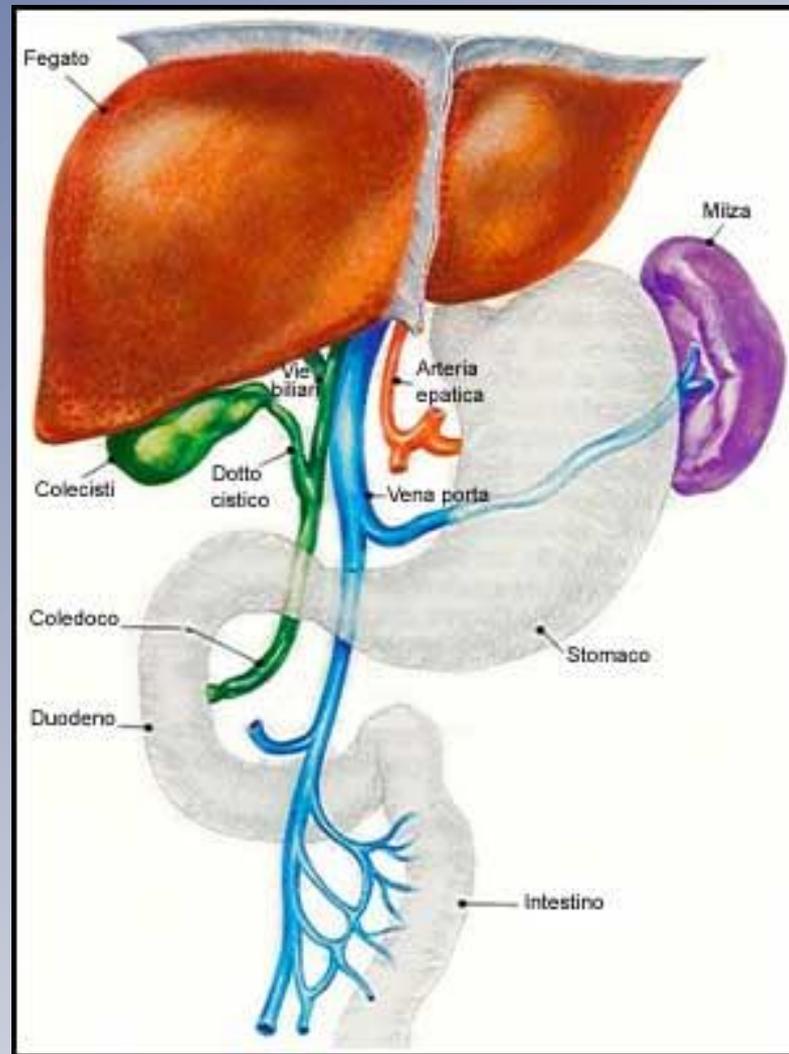
Nome comune	Rabarbaro cinese
Famiglia	Polygonaceae
Parte utilizzata	radice
Costituenti principali	Glicosidi antrachinonici, tannini, flavonoidi
Attività principali	Azione lassativa
Impiego	stipsi

Stomaco e intestino

Rheum palmatum

Gocce stomachiche	<i>Rheum</i> TM <i>Gentiana</i> TM <i>Pimpinella</i> TM ana parti 30 gtt ai pasti
Posologia per la polvere di Rabarbaro	0,05 – 0,20 g come stomachico 0,20 – 0,50 g come lassativo 1,00 – 4,00 g come purgativo

Apparato epatobiliare



Apparato epatobiliare

Sybillium marianum



Apparato epatobiliare

Sybillium marianum

Nome comune	Cardo mariano
Famiglia	Compositae
Parte utilizzata	frutti
Costituenti principali	Silimarina e isomeri, dal 16 al 28% di olio grasso al alto tenore di acidi grassi insaturi, mucillagine, flavonoidi
Attività principali	Antiepatotossica, epatoprotettrice, antiossidante
Impiego	Steatosi epatica, alterazioni della pressione arteriosa

Apparato epatobiliare

Sybillium marianum

Associazioni di Tinture per il fegato	<i>Cynara scolymus</i> TM <i>Fumaria officinalis</i> TM <i>Sybillium mariuanum</i> TM ana parti 40 gtt x 3 volte al dì
Tintura di Cardo Mariano	<i>Sybillium marianum</i> TM 30 gtt x 3 volte al dì
Sovrappeso	<i>Sybillium marianun</i> TM <i>Orthosiphon stamineus</i> TM ana parti 30 gtt due volte al dì

Apparato epatobiliare

Cynara scolymus



Apparato epatobiliare

Cynara scolymus

Nome comune	Carciofo
Famiglia	Compositae
Parte utilizzata	Foglie caulinari
Costituenti principali	Cinarina, flavonoidi, cinaropicrina, acidi organici
Attività principali	Azione epatorenale, ipocolesterolemizzante
Impiego	Disturbi epatobiliari, ipercolesterolemia

Apparato epatobiliare

Cynara scolymus

Drenaggio epatorenale	<i>Cynara scolymus</i> TM <i>Taraxacum officinalis</i> TM <i>Fumaria officinalis</i> TM ana parti 30 gtt due volte al dì per cicli di 20 giorni
Ipercolesterolemia	<i>Cynara scolymus</i> TM <i>Olea euripaea</i> TM <i>Taraxacum officinalis</i> TM ana parti 50 gtt tre volte al dì
Tisana di Carciofo composta	<i>Cynara fol.</i> 40% <i>Taraxacum rad.</i> 20% <i>Betula fol.</i> 10% <i>Olivo fol.</i> 20% <i>Bardana rad.</i> 10% Infuso al 3%, due tazze al dì lontano dai pasti.

Apparato epatobiliare

Fumaria officinalis



Apparato epatobiliare

Fumaria officinalis

Nome comune	Fumaria
Famiglia	Papaveraceae
Parte utilizzata	Pianta intera
Costituenti principali	Flavonoidi, alcaloidi (fumarina), principi amari, acido fumarico, mucillagini
Attività principali	Regolatrice del flusso biliare, depurativa-diuretica
Impiego	piccole disfunzioni epatiche, acne

Apparato epatobiliare

Fumaria officinalis

Piccola insufficienza epatica	<i>Fumaria officinalis</i> TM <i>Angelica archangelica</i> TM <i>Fraxinus excelsior</i> TM ana parti 30 gtt prima dei pasti per cicli di 20 gg
Tisana di Fumaria	<i>Fumaria officinalis</i> Infuso al 3% in acqua bollente per 10 minuti. Bere due o tre tazze al giorno, prima dei pasti.

Apparato epatobiliare

Taraxacum officinalis



Apparato epatobiliare

Taraxacum officinale

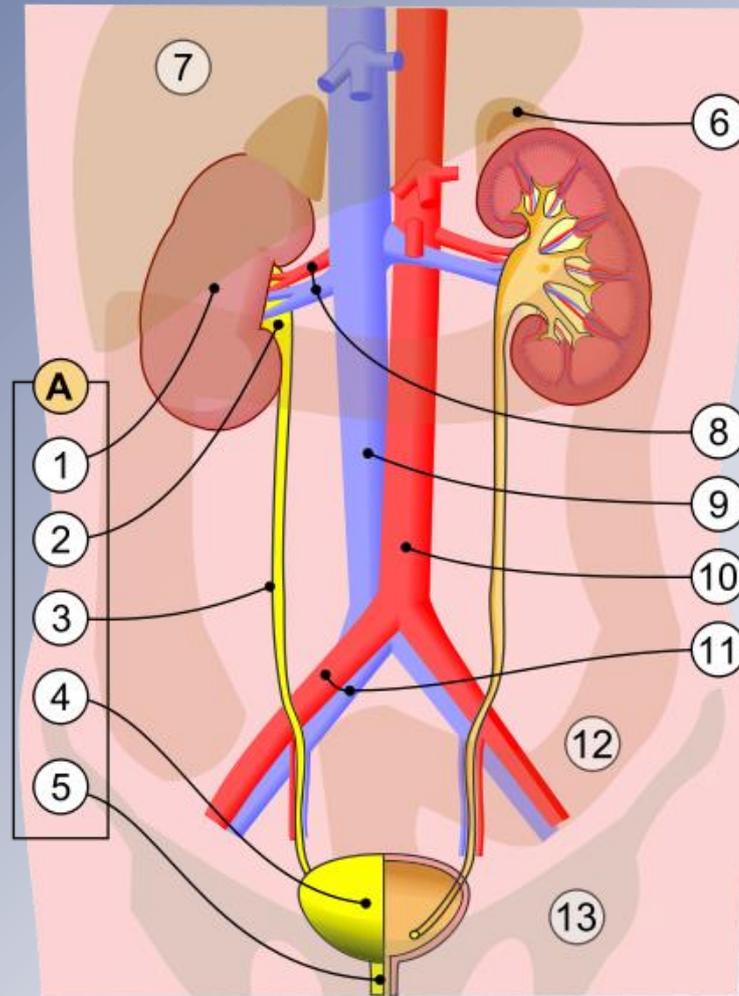
Nome comune	Tarassaco, dente di leone, piscialetto
Famiglia	Asteraceae
Parte utilizzata	Radice, pianta intera
Costituenti principali	Principi amari (tarassacina, tarassasterolo), flavonoidi, fino al 18% di zuccheri (fruttosio) in primavera, fino al 40% di inulina in autunno
Attività principali	Coleretica, diuretica
Impiego	Epatoprotettrice, turbe digestive in genere

Apparato epatobiliare

Taraxacum officinale

Drenaggio	<i>Cynara scolymus</i> TM <i>Taraxacum officinale</i> TM <i>Fumaria officinalis</i> TM ana parti 30 gtt prima dei pasti per 20 giorni
Dispepsia - gastralgia	<i>Taraxacum officinale</i> TM <i>Passiflora incarnata</i> TM <i>Matricaria chamomila</i> TM ana parti 50 gtt prima dei pasti
Sovrappeso	<i>Taraxacum officinale</i> TM <i>Hieracium pilosella</i> TM <i>Spirea ulmaria</i> TM ana parti 50 gtt due volte al dì per un mese

I rimedi per le vie urinarie



I rimedi per le vie urinarie

Arctostaphylos uva ursi



I rimedi per le vie urinarie

Arctostaphylos uva ursi

Nome comune	Uva ursina
Famiglia	Ericaceae
Parte utilizzata	foglie
Costituenti principali	Eterosidi fenolici (arbutoside), tannini gallici, flavonoidi
Attività principali	Antisettico urinario
Impiego	Cistite, uretrite

I rimedi per le vie urinarie

Arctostaphylos uva ursi

Cistite	<p><i>Uva ursi fol.</i> 40% <i>Solidago sum.</i> 30% <i>Orthosiphon fol.</i> 30%</p> <p>Infuso al 3%, tre tazze al dì lontano dai pasti.</p>
Miscela di Tinture per la cistite	<p><i>Uva ursi</i> TM <i>Orthosiphon stamineus</i> TM ana parti</p> <p>40 gtt x 3 volte al dì</p> <p>Oppure:</p> <p><i>Uva ursi</i> TM <i>Hieracium pilosella</i> TM <i>Solidago virgaurea</i> TM ana parti</p> <p>40 gtt x tre volte al dì</p>

I rimedi per le vie urinarie

Serenoa repens



I rimedi per le vie urinarie

Serenoa repens

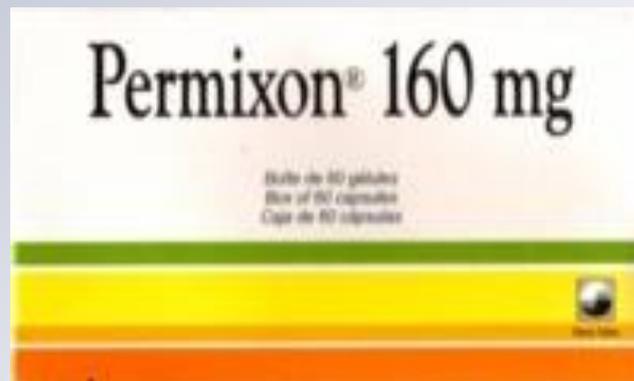
Nome comune	Palma nana
Famiglia	Arecaceae
Parte utilizzata	frutti
Costituenti principali	Acidi grassi (acido oleico, laurico, pamicico, cislinoico, miristico), fitosteroli (beta-sitosterolo, campesterolo, stigmasterolo)
Attività principali	Antiedemigena, antiandrogena
Impiego	Ipertrofia prostatica benigna

I rimedi per le vie urinarie

Serenoa repens

L'estratto di questa droga ha dimostrato di avere azione antiandrogenica, principalmente grazie alla sua componente fitosterolica e di acidi grassi. L'effetto antiandrogenico si esplica soprattutto per inibizione dell'enzima 5-alfa-reduttasi, che catalizza la trasformazione del testosterone a diidrotestosterone.

Questo effetto antiandrogenico avviene selettivamente nel tessuto prostatico, senza influenzare le concentrazioni di testosterone, LH ed FSH nel plasma e senza disturbare il sistema degli ormoni sessuali.



I rimedi delle vie urinarie

Vaccinium vitis-idaea



I rimedi per le vie urinarie

Vaccinium vitis-idaea

Nome comune	Mirtillo rosso
Famiglia	Ericaceae
Parte utilizzata	Foglie e frutti
Costituenti principali	Antocianosidi, tannini, flavonoidi, acidi organici
Attività principali	Antisettica urinaria, astringente
Impiego	cistiti

I rimedi per le vie urinarie

Vaccinium vitis-idaea

Decotto di Mirtillo rosso	<i>Vaccinium vitis-idaea folia</i> 2 cucchiaini da minestra in mezzo litro di acqua; far bollire per 20 minuti; bere due-tre tazze al dì
Cistite	<i>Vaccinium vitis-idaea</i> TM Hieracium pilosella TM eschscholtzia californica TM ana parti 40 gocce in un infuso di Camomilla tre volte al dì per cicli di 10 giorni