

FITOTERAPIA

note generali

La fitoterapia è una branca della farmacologia allopatrica. Numerosi farmaci vengono estratti da piante e poi lavorati industrialmente.

La fitoterapia fa parte a pieno titolo della medicina allopatrica perchè combatte una determinata patologia con dei principi attivi che determinano effetti opposti a quelli della patologia stessa.

Ad esempio per l'ipertensione, si adoperano piante che hanno un effetto vasodilatatore, fluidificante del sangue, anti-colesterolo e/o diuretico.

Questo è un dato da tenere sempre presente. Molte piante hanno controindicazioni ed effetti collaterali, proprio come i farmaci comuni.

Per questo motivo, una maggiore conoscenza della materia ci permetterà di adoperare queste piante in modo appropriato, tenendo conto delle incompatibilità con altri farmaci ed integratori, delle controindicazioni, degli effetti collaterali e degli effetti tossici in caso di overdose.

Ma c'è anche un modo olistico di usare la fitoterapia. Tuttavia questo è limitato ad alcuni casi e con modalità piuttosto complesse, come ad esempio viene attuato dalla farmacologia cinese, o in altri contesti.

In questo corso guarderemo al modo comune di usare la fitoterapia, e quando è possibile, anche a quello olistico.

Le droghe vegetali sono piante intere o parti di piante.

Esse vengono adeguatamente trattate per la stabilizzazione dei principi attivi, per la standardizzazione e per la conservazione.

Stabilizzazione vuol dire che l'effetto dei principi attivi si mantiene stabile in un certo periodo di tempo cioè quello calcolato per la scadenza.

Standardizzazione vuol dire che in rapporto al peso, devono avere un certo quantitativo di principi attivi, sempre uguale, in modo che la risposta farmacologica sia sempre costante.

Gli estratti delle droghe vengono titolati per conoscere il quantitativo di principi attivi in essi presente.

Consideriamo la droga di una pianta.

Essa contiene tessuti di sostegno, principi attivi farmacologicamente, sostanze non attive, sostanze varie che possono condizionare l'assorbimento dei principi attivi; sostanze indesiderate che possono avere effetti negativi, ad esempio, ai fini della conservazione, oppure che provocano resinificazione dell'estratto, oppure che hanno effetti tossici.

Nelle piante sono presenti numerosi microbi, che vengono neutralizzati nelle fasi di preparazione.

Sono presenti pesticidi e diserbanti o concimi secondo la zona e il modo di coltivazione e le caratteristiche locali del terreno e dell'acqua.



Il fitocomplesso è costituito dall'insieme di tutte le sostanze contenute nella pianta. Infatti l'azione farmacologica di una droga è il risultato della combinazione di tutte le sostanze contenute in equilibrate proporzioni nel fitocomplesso. Per esempio : una cosa è il centellase (specialità medicinale prodotta industrialmente contenente alcuni principi attivi estratti da Centella asiatica), altra cosa la centella in opercoli della ditta Aboca. In confronto alla specialità medicinale , l'azione del fitocomplesso è più lenta; ma insieme al meccanismo d'azione principale, viene aggiunta tutta una serie di meccanismi minori, rivolti a diversi organi bersaglio, per cui si ha un'azione finale più completa e meno tossica.

tempo balsamico e raccolta

per ogni pianta la raccolta va fatta durante il suo periodo balsamico, che varia a seconda della pianta, ed è il periodo in cui è più ricca di principi attivi.

Nel corso di tutto questo testo verrà indicato il il tempo balsamico in una apposita tabella, oltre che in ogni monografia di pianta.

Ecco alcuni dati sulla raccolta di alcune droghe:

CANFORA= la pianta deve avere 40-50 anni di età.

DIGITALIS= le foglie vanno raccolte entro il primo anno poco dopo la fioritura oppure bisogna attendere la fioritura del secondo anno.

PER ALCUNE PIANTE in cui la droga è costituita da fiori, gomme-resine, essenze, = la raccolta va fatta con il tempo secco. L'assenza di rugiada è una condizione importante, dato che se impregnate di umido le piante possono marcire ancora prima che si allestiscano per la conservazione.

RADICI E CORTECCE= vanno raccolte nei periodi di umidità.



PIANTE IN PIENA VEGETAZIONE= in tale periodo , cioè quando si vedono foglie e fiori, non vanno raccolte le radici e parti sotterranee, per mantenere elevata la loro concentrazione in principi attivi.

PIANTE BIENNI= la raccolta va fatta nell'autunno del primo anno o nella primavera del secondo.

PIANTE PERENNI= in primavera o autunno.

FUSTI= vanno raccolti sempre con le foglie.

CORTECCE= vanno distaccate quando la linfa grezza sale, cioè da primavera ad inizio estate, e sempre prima della fioritura.

GLI ALBERI= devono avere diversi anni ma non essere troppo vecchi. Il legno è usato solo in pochi casi, come ad es per la Cassia e la Camphora.

LE FOGLIE delle piante erbacee= vanno raccolte due volte l'anno prima della fioritura e nel periodo più tardivo.



FIORI= vengono raccolti spesso in boccio , in particolare la rosa e il garofano.

LE COMPOSITE= come ad esempio chamomilla, vanno raccolte con i fiori aperti.

FRUTTI= vanno raccolti a maturità quasi completa, ma prima che si distacchino spontaneamente.

I LIMONI= vengono distaccati prima della maturità.

I SEMI= vanno raccolti ben maturi. Se sono di frutti deiscenti non si deve aspettare l'apertura spontanea. Se i frutti sono carnosì vanno allontanati dalla polpa.

l'aspetto della droga secca è indice della buona riuscita dell'essiccazione: il colore deve essere molto simile a quello della droga fresca.

come preparati fitoterapici possiamo trovare:

Piante allo stato fresco.

Piante allo stato secco per infusi e decotti.

Concentrato totale= per ottenere il concentrato totale si attua un procedimento che permette di non usare eccipienti, rispettando la totale integrità del fitocomplesso e di ottenere la massima concentrazione dei principi attivi. Esso è costituito dall'estratto secco ottenuto dalla droga per estrazione con un solvente e successiva concentrazione della soluzione fino a totale secchezza. All'estratto secco viene aggiunta polvere micronizzata della stessa droga in modo da ottenere titolo uniforme. In questo modo viene ricostruito il fitocomplesso nella sua integrità. Il concentrato totale è consigliato quando si vuole ottenere un effetto protratto nel tempo.

Estratti secchi= di solito polverizzati e contenuti in capsule.

Estratti fluidi= esplicano la loro azione in un tempo breve, per cui sono consigliati quando è necessaria un'azione veloce.

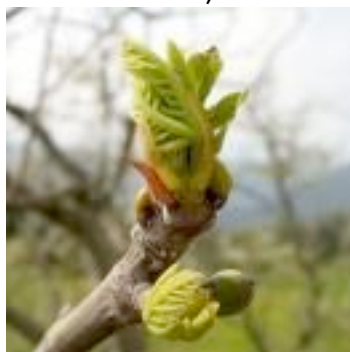
Estratto idroalcolico= si usa l'alcol etilico per portare in soluzione i principi attivi che sono solubili in acqua ed alcol. La ditta Aboca usa alcol etilico ottenuto dal frumento coltivato biologicamente, perchè di qualità superiore.

Di solito le impurezze che si trovano nell'alcol etilico sono esteri, aldeidi, acidi, metanolo, furfurolo ecc.

Tinture madri = sono alla concentrazione del 10% cioè 1:10 per le piante comuni, 2%, oppure addirittura alla 3D (=0,1%) per alcune piante eroiche (cioè con un margine ristretto tra dose terapeutica e dose tossica) come ad esempio la tintura madre di Belladonna.

Estratti concentrati di pianta fresca.

Macerati glicerici= in genere sono gli estratti delle gemme o delle brattee o delle parti giovani della pianta, tessuti embrionari come semi e radichette, o linfa.



I principi attivi in essi contenuti hanno caratteristiche che spesso non si trovano più nella pianta adulta.

OLI ESSENZIALI costituiscono un capitolo a parte quando usati puri. Tuttavia sono contenuti nel fitocomplesso e a seconda della pianta ne va tenuto conto. Ad esempio non daremo ad un neonato un infuso di menta: perchè contiene mentolo (l'olio essenziale) che gli può causare laringospasmo.



SCIROPPI=Ecco la ricetta dello sciroppo di SAMBUCO, molto utile per la tosse e la bronchite asmaticiforme:

sambuco succo g 50,

saccarosio g 40

acqua g 10.

sciogliere a caldo il saccarosio nel succo di sambuco + acqua.

Il succo di sambuco si ottiene bollendo sotto continua agitazione le bacche fresche , quindi centrifugare e torchiare il tutto.

Ed ecco uno sciroppo diuretico:

ortosifon estratto fluido

equiseto estratto fluido

olmaria estratto fluido

tarassaco estratto fluido

sciroppo di arancio qb a g 100. dose= 1 cucchiaino sciolto in acqua più volte al giorno, meglio lontano dai pasti.

Per assumere un diuretico, bisogna valutare bene che non ci siano particolari controindicazioni alla diuresi. Queste condizioni cambiano da persona a persona, quindi io consiglio sempre di chiedere consiglio al farmacista o al medico. Ad esempio un soggetto con ipertrofia prostatica, che urina poco, non dovrebbe indiscriminatamente aumentare la diuresi, in quanto andrebbe ad aumentare la tensione in un passaggio che già la quantità di urina normale trova ristretto. Un soggetto demineralizzato non dovrebbe stimolare la diuresi o dovrebbe usare una terapia personalizzata.

DOSI = Le dosi dei prodotti preconfezionati, sono riferite all'adulto. Per le altre fasce d'età attuare le seguenti proporzioni:

Anziano 3/4

bambino da 6 a 14 anni= 1/2 dose

bambino piccolo= calcolare dose in base in base a età, peso e superficie corporea. In alternativa, per prudenza, dare 1/10 di dose.

I preparati spagirici

Secondo gli antichi speziali (farmacisti), medici ed alchimisti, la materia derivava da tre elementi : Sale, zolfo e mercurio.

Da questi derivavano altre sostanze come ad esempio il Nitro, che si respira nell'aria (azoto), il tar-tar che si deposita sulla terra, ed il vitriol che si deposita nella profondità della terra e costituisce la "grassezza del suolo".

La materia, inoltre, è correlata con i simboli di corpo(sale), anima(zolfo) e spirito(mercurio) e di maschile, femminile e neutro.

Poi ci sono i quattro principi: fuoco, aria, acqua e terra.

Nella pratica spagirica l'arte del dividere e riunire , "solve et coagula" era rivolta esclusivamente ai regni minerale e vegetale.

Essere spagyro era condizione propedeutica per diventare alchimista.

Alle piante erano anche correlati i significati astrologici con i vari pianeti, per similitudine.

Ad esempio una pianta ad azione sul sistema cardiovascolare era governata dal sole e da giovè, una ad azione sul fegato da marte, una ad azione sul cervello o sulle ossa da saturno, una ad azione sul sistema nervoso da mercurio e luna; la luna presiede anche alla sfera genitale.

Molto interessante ciò che dice Basilio Valentino :

“Il cuore è l’organo presieduto dal Sole e dalla sua carica energetica, dipende la capacità minore o maggiore di sopportare quello stato necessario alla ricerca interiore che chiamiamo “solitudine”.

L’accettazione gioiosa del cuore solitario, che prescinde dall’essere solo o tra la gente, permette l’impermeabilità dell’essere, non più mutevole o influenzabile, ma presente a se stesso.

Se non si è carichi dell’energia solare non si possono affrontare le prove dello sviluppo interiore.”

Insomma: “Cerco un centro di gravità permanente che non mi faccia mai cambiare idea sulle cose e sulla gente” , dice Franco Battiato!

Questa chiave di lettura dell’aspetto psico-somatico del cuore ci dà anche uno spunto di riflessione sul collegamento tra depressione latente e disturbo cardiaco; in omeopatia questo concetto viene definito metastasi (non le metastasi dei tumori): quando un disturbo soppresso, o censurato, si sposta sul primo organo pronto ad accoglierlo.

Alcune piante



AESCULUS HIPPOCASTANUM

Ippocastano o castagno d'India
il termine ippocastano deriva dal fatto che i turchi (la pianta è molto diffusa anche nella zona del caucaso), ma anche i romani, usavano i semi per alimentare i cavalli debilitati, quindi come ricostituente per i cavalli.

I fiori sono febrifugni, tonici, decongestionanti, astringenti.
Per uso esterno con 4 cucchiaini di fiori e 2 di farina del frutto si fa un decotto tiepido da porre sulle parti interessate. Serve come astringente e tonificante delle vene. Molto indicato per flebiti ed emorroidi.

foglie= proprietà febbrifughe, vasocostrittrici, toniche ed astringenti.
infuso= 1-2 g in 100 ml di acqua, bere 2 tazzine al giorno.

frutti= astringenti decongestionanti, antispasmodici, vasocostrittori, fluidificanti del sangue.

decotto= 30 g in 1L di acqua bere 2 tazzine al giorno.

l'alcolaturo si prepara così= acqua ml 500, alcool puro ml 400, ippocastano g 400. Macerare a freddo per 8 giorni. Colare e prendere 20 gtt prima dei pasti. E' indicato per emorroidi, varici, ipertrofia prostatica e per riattivare la circolazione.

Uso esterno con il decotto di 100 g in 1L di acqua si fanno impacchi e bagni per la cura delle vene varicose, flebiti ed emorroidi.

La polvere, per il contenuto in saponina, serve per lavare la biancheria e rendere la pelle morbida.

Ma quello che troviamo comunemente in commercio sono i principi attivi estratti dai SEMI.

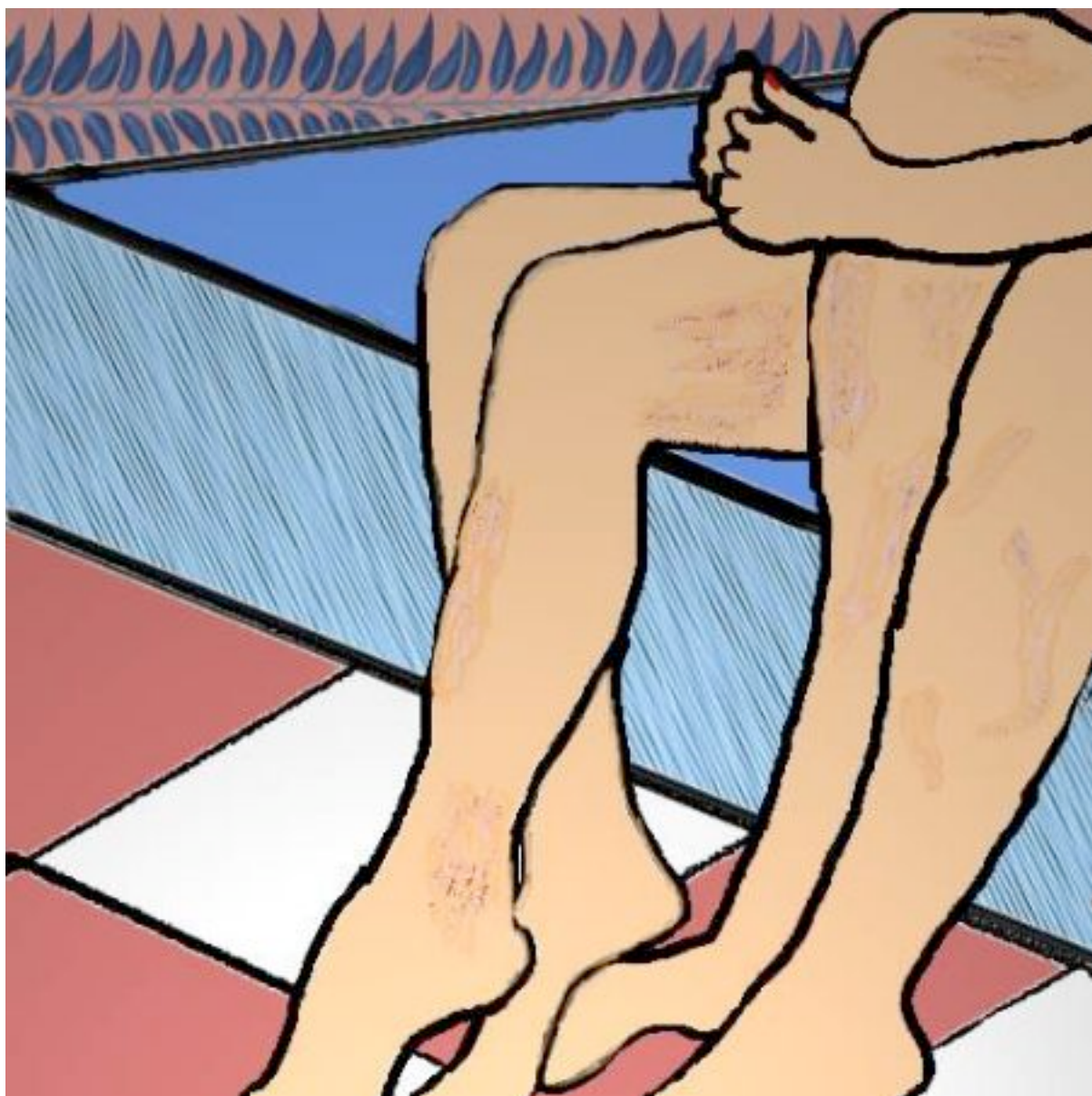
In uno studio fatto da M.H. Pittler e coll, pubblicato su Farmacia naturale ottobre '99, è stato dimostrato che l'effetto terapeutico dell'estratto dei semi è pari a quello che si ottiene con l'elastocompressione. Questo studio era una rassegna dei risultati di 13 studi clinici.

I risultati positivi si ottengono entro 2 settimane con benefici che durano fino a circa 6 settimane dopo il trattamento.

In cinque studi comparativi l'estratto è stato efficace nell'alleviare l'edema tanto quanto i glicosidi flavonoidici che normalmente vengono prescritti come specialità medicinali. Ma l'ippocastano ha dato un minor numero di effetti collaterali. Inoltre l'ippocastano può ridurre i livelli dei leucociti e la proteoglicano-idrolasi che tendono ad essere elevati in modo anomalo negli arti affetti da ICV.

Oltre all'azione protettiva sui vasi venosi, la pianta dimostra proprietà antinfiammatorie, antiedema e antiessudative.

Inibisce la distruzione della vitC, indispensabile per l'integrità dei capillari.



La quantità di escina da assumere giornalmente deve essere di almeno 15 mg x 3 volte al dì con un estratto secco titolato al 15% in escina. Si consigliano 3 capsule al giorno da assumere preferibilmente lontano dai pasti. In genere è consigliato assumerlo per tutta la stagione calda, finchè non si ottiene un netto miglioramento dei sintomi, poi si passa ad una dose di mantenimento pari a metà di quella iniziale. Nel preparato spagirico di secondo grado, della Astrum, troviamo le seguenti caratteristiche:

- segno zodiacale acquario
- componenti principali= tannino, saponine, flavonoidi
- veicolo=acqua
- oligoelementi riferiti a 1L= Mn 2,4 mg, Li 0,34 mg, Co 0,03 mg, Cu 6,86 mg.
- elemento= acqua-terra
- classificazione energetica= sale
- pianta prevalentemente = lunare
- classe terapeutica= vasocostrittore

indicazioni= varici, emorroidi, varicocele, geloni.

Modo d'uso= da 21 a 33 gtt x 3 volte al dì alle ore 5, 12 e 24. Per un'azione più profonda, di tipo energetico, la dose è da 3 gtt a 12 gtt una o più volte al dì per via sublinguale.

associazioni utili=

con Solidago in caso di stasi linfatica

con Cynara in caso di epatopatie

con BERTI per un drenaggio del tessuto connettivo.

Sempre a livello spagirico, Aesculus fa parte della composizione della specialità AGNI che contiene:

Crataegus (Biancospino)

Aesculus (Ippocastano)

Olea (Olivo foglie)

Hypericum (Iperico)

Passiflora.

Veicolo acqua; stagione estate; organotropismo cuore, intestino tenue e vasi; loggia energetica =fuoco; indicazioni= aritmie, insufficienza cardiovascolare, adiuvante nelle cardiopatie, ipertensione arteriosa, patologie del sistema arterioso, venoso e capillare, disendocrinopatie, distonie neurovegetative, tendenza alla depressione, insonnia, sostegno dell'organismo nel periodo estivo.

POLYGONUM BISTORTA

o serpentina



una pianta spontanea molto diffusa nei luoghi a clima temperato. E' tonica, astringente, antidiarroica, antiemorragica. Indicata per il mal di gola, per tonificare le gengive, per curare la leucorrea (perdite bianche).

Decotto= 3 g in 100 ml di acqua, bere 2 tazzine al giorno.

Polvere 1-2 g per dose, 3 volte al dì. L'uso interno della polvere rientra nel repertorio dei rimedi per la cura tannica della tubercolosi.

Uso esterno= con il decotto di 5 g in 100 ml di acqua i fanno gargarismi, clisteri, irrigazioni, impacchi per le ragadi anali, le emorroidi, le congestioni gengivali, frizioni detergenti per i capelli grassi.

CICHORIUM INTYBUS

cicoria, radicchio selvatico.



foglie= diuretiche,lievemente lassative, depurative, stimolanti delle funzioni digestive e del fegato in particolare.
Infuso= 2 g in 100 ml di acqua, bere una tazzina prima di ogni pasto.
Uso esterno= la pianta cotta, applicata sull'addome sotto forma di cataplasma, calma le infiammazioni viscerali.
Le foglie fresche calmano le ulcere.

Radice= amaro, tonico, timolante dell'appetito, depurativo, anti-tiroideo (contro l'ipertiroidismo)
Infuso 2 g in 100 ml di acqua; bere una tazza prima dei pasti nelle inappetenze e nelle malattie cutanee. Prenderlo a cucchiaini (sempre l'infuso) negli ingorghi di fegato e nell'itterizia.

Decotto 30 g in 1L di acqua , far bollire 4 minuti e lasciare riposare per 15 minuti. Bere due tazzine al giorno. Sempre come coleretico e per l'itterizia.

Infuso 1 cucchiaino di cicoria radice, 1 di borragine e 1 cucchiaino di miele utile contro i disturbi intestinali.

Con la radice frantumata e tostata si produce un ottimo surrogato del caffè e del tè (secondo il grado di concentrazione che prepariamo; si può fare nella comune caffettiera) privo di caffeina, con un gusto squisito ed adatto alla prima colazione o alla tisana del pomeriggio. Utile anche in caso di gastroenterite , quando si rifiuta giustamente il pasto, ma bisogna bere qualcosa di rimineralizzante e reidratante. Bere due tazze al giorno.

Con i fiori si prepara il famoso fiore di Bach " Chicory "



Procedimento:
(continua nel testo del corso)
STOP