

3) Gastroenterologia



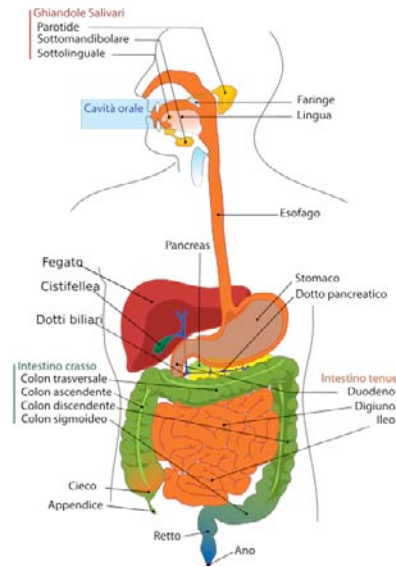
MedPop

Galenica domestica

HOME [◇ .php](#) [◇ .html](#) [◇ .pdf](#)

Categoria: [Erboristeria](#) [◇ Galenica](#) [◇ Fitoterapia](#) [◇ Digestione](#)

Autrice: [Bianca Buser](#)
secondo testi in [MedPop](#)



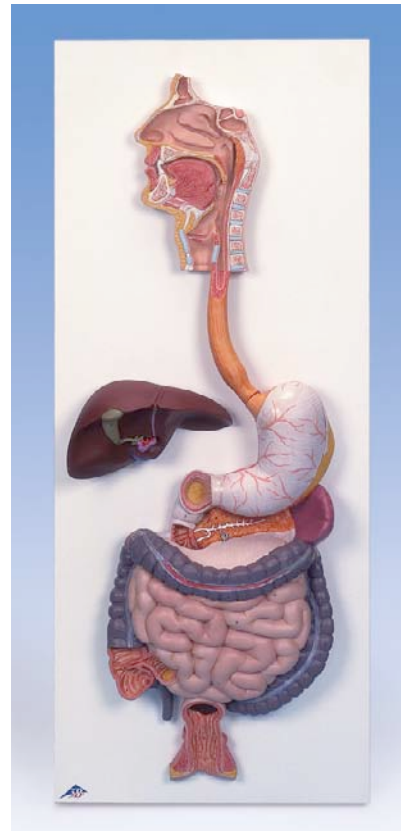
Fonti **MmP:**

- [Apparato digerente](#): indice MmP 11
- [Lucidi](#): [Costruzione e funzionamento digerente](#): lucido MmP 11.0
- [Infiammazioni e infezioni intestinali](#): lucidi MmP 11.1
- [Disturbi digerenti](#): lucidi MmP 11.3
- [Dispense](#): [Malattie digerenti](#): indice
 - [Bocca - esofago - stomaco](#)
 - [Intestino - infezioni - parassiti](#)
 - [Fegato - cistifellea - pancreas](#)

CSA:

- [Apparato digerente](#): dispensa Anatomia / Fisiologia CSA
- [Malattie fegato, bile, pancreas](#): dispensa CSA
- [Malattie gastrointestinali](#): dispensa CSA

Galenica apprendistato:
3) Gastroenterologia
indice ([fai vedere](#))



Cura, illustrazioni, collegamenti:
[Daniela Rüegg](#)

1. Introduzione

L'apparato digerente è deputato all'assunzione degli alimenti, alla loro digestione, assorbimento e all'eliminazione dei loro residui. Si estende dalla cavità orale all'ano, ed è formato da un lungo tubo digerente (ca. 10m). Si distinguono in esso, procedendo dall'alto verso il basso: la cavità orale, la faringe, l'esofago, lo stomaco, l'intestino, quest'ultimo suddiviso in tenue e crasso.



I più frequenti disturbi sono:

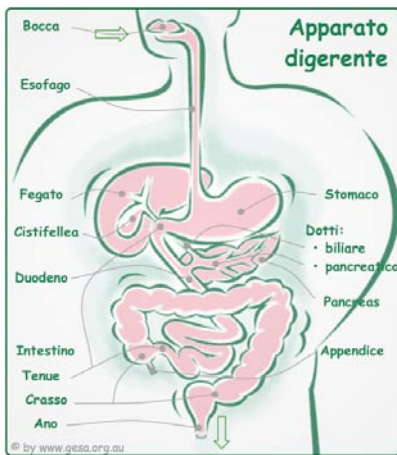
- cattiva digestione per composizione e/o quantità di pasti
- infezioni gastrointestinali da alimenti
- infiammazioni, ulcere e diverticoli

con sintomi di:

- mal di ventre
- diarrea
- costipazione
- eccessiva flatulenza

Visto che anche il fegato, la bile e il pancreas fanno parte del sistema digerente, anche le loro patologie e disturbi fanno parte dei disturbi digestivi.

1.1 Funzionamento digestivo



Apparato digerente

- L'apparato digerente **decompone** gli alimenti ingeriti
- in sostanze assorbibili dall'organismo tramite la parete intestinale
 - in residui espulsi come feci

I principali **processi** biofisici e chimici sono:

- *ingerimento e sminuzzamento* di alimenti
- *trasporto e mescolamento* tramite movimenti intestinali (peristalsi)
- *acidificazione* con acido cloridrico (HCl) prodotto dallo stomaco: serve alla disinfezione e alla coagulazione di proteine
- *alcalinizzazione* con bicarbonato di sodio (NaHCO_3)

prodotto dal pancreas: serve alla preparazione dei susseguenti processi enzimatici

- *emulgazione* dei lipidi con la bile prodotto dal fegato
- *decomposizione enzimatica* (biochimica) con enzimi digestivi prodotti maggiormente da ghiandole salivari e pancreatiche
- decomposizione di "resti" della flora intestinale (simbionti) in sostanze assorbibili
- *assorbimento e riassorbimento* di sostanze nutritive tramite diversi processi della mucosa intestinale tra stomaco e ano e trapasso nei capillari sanguigni e linfatici (lipidi)
- *espulsione* dei residui nella defecazione

Gli **enzimi digestivi** sono numerosi e si classificano in tre tipi:

Scambio sostanze digestive

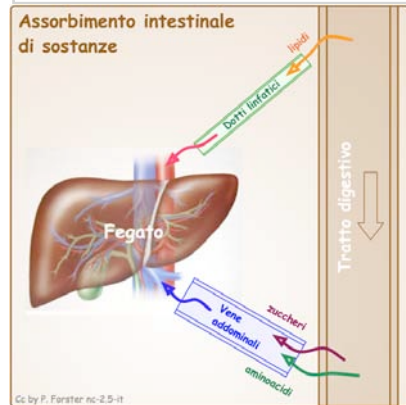
- **Amilasi:** decomposizione di amidi e glucidi (zuccheri) complessi in zuccheri semplici: glucosio, fruttosio, lattosio
- **Lipasi:** separazione e decomposizione di oli e grassi complessi in fosfolipidi, trigliceridi, steroli e acidi grassi
- **Proteasi:** decomposizione di proteine complesse nei 22 aminoacidi

Alimentari		Secernano		Assorbimento	
Duodeno	amido cotto malto gero, ecc.	Platina => =>	Amilasi => =>	glucosio, fruttosio malto gero, ecc.	
Stomaco	gero, ecc. proteine funziori. saccaridi proteine coag. gero, (feci)	Acid. cloridrico HCl => =>	Acid. pepsici => =>	acido a peps. Biosca Platina gero, ecc. proteine coagulate glucosio & fruttosio gero, ecc.	
Fegato	lipidi non emulsi.	Bile =>	Lipasi emulsificanti =>	lipidi emulsificati	
Pancreas	lipidi emulsi.	Bicarbonato di sodio NaHCO₃ => =>	Acid. pepsici => =>	lipidi emulsi => =>	
Fieno	gero, ecc. amido cotto malto gero, ecc.	Tripsina => =>	Amilasi => =>	amido cotto glucosio malto gero, ecc.	
Grasso	gero, ecc. gas intestinali (metano, ecc.) acqua parte di minerali parte della flora intestinale etero. non digeribili	Fibra intest. => =>	Acid. organici => =>	lipidi emulsi => =>	

Assorbimento e riassorbimento

Le immagini dimostrano le trasformazioni, l'assorbimento e il riassorbimento di diverse sostanze nell'apparato digestivo.

L'assorbimento di lipidi avviene tramite la linfa e poi tramite la circolazione generale sono assorbiti ed elaborati nel fegato. Le altre sostanze raggiungono direttamente, tramite la circolazione addominale e la vena porta il fegato, dove vengono elaborate e poi ripartite in tutto l'organismo.



Assorbimento di sostanze

2. Malattie, disturbi, sintomi

Fonti **MmP:**

- *Inflammazioni e infezioni intestinali:*
lucidi MmP 11.1
- *Disturbi digestivi:* lucidi MmP 11.3
- *Dispense: Malattie digestive: indice*
 - *Bocca - esofago - stomaco*
 - *Intestino - infezioni - parassiti*
 - *Fegato - cistifellea - pancreas*

CSA:

- *Malattie fegato, bile, pancreas:*
dispensa CSA
- *Malattie gastrointestinali:* dispensa CSA

2.1 Diarrea

[Diarrea it. Wikipedia](#) ◇ [Diarrea nutritionvalley](#) ◇ [Diarrea saninforma](#) ◇

La diarrea è un sintomo che accompagna anzitutto infezioni intestinali ma può essere anche provocata da un "colon irritabile" oppure da infiammazioni intestinali.

Di solito la diarrea ha la funzione di liberare l'intestino dai germi. È antiterapeutico intervenire nei primi due o tre giorni con rimedi antidiarroici. Importante è anzitutto la sostituzione di sodio, potassio e acqua con brodi, Coca Cola e salatini.

2.2 Costipazione

[Costipazione nuoveterapie](#) ◇ [Costipazione detox](#) ◇ [Costipazione lifegate](#) ◇

La costipazione è un sintomo di cattiva digestione. Spesso è un effetto tardivo di cure dimagranti, abuso di lassativi vegetali o "cure depurative". Spesso si tratta anche di una "fissazione" in quanto i ritmi di defecazione sono individuali: si ritiene "normale" un ritmo tra quattro volte al giorno fino a due volte la settimana.

Fattori promotori della costipazione sono una netta mancanza di liquidi causata da pasti secchi e mancanza di movimento (< 20 min per giorno).

La cura di vere e croniche costipazioni è un'impresa per esperti e non va presa alla leggera, perché in certi casi si rischia un peggioramento della situazione pur avendo successi immediati.

2.3 Flatulenza

[Flatulenza it. Wikipedia](#) ◇ [Flatulenza my-personaltrainer](#) ◇ [Flatulenza laleva](#) ◇

Una persona con una normale alimentazione produce ca. un litro e mezzo di gas intestinale al giorno. Persone che si nutrono con molti vegetali producono un multiplo di questo, specie se il cibo è per lo più crudo.

Eccessiva flatulenza è molto raramente un sintomo da "curare", perché significa un vivo funzionamento della flora intestinale. Chi si sente disturbato dagli odori sgradevoli

sopprime una gran parte di loro con l'ingerimento di alte dosi di clorofilla.

2.4 Mal di ventre

(o pancia)

Mal di pancia medicinaalternativa ◇

Il dolore di pancia è spesso un insieme di gonfiore e compressione; alle volte pure accompagnato da rutti, bruciore di stomaco e pienezza (conseguenza di abbuffate). I motivi possono essere molto diversi e non c'è da meravigliarsi se pensiamo ai molti organi che si trovano all'interno dell'addome.

Come affrontare la cura ?

Prima di tutto cercate di individuare le possibili cause dei dolori addominali. Importante è accertarsi:

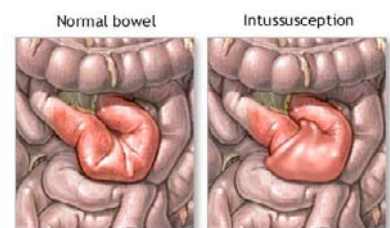
- da quando durano i disturbi
- come e quando si manifestano
- nel corso della giornata, quanto spesso e quando compaiono i sintomi
- con quale intensità
- quali sono le abitudini alimentari, la quantità di alcool, il numero di sigarette nonché i medicinali che potrebbero creare dei disturbi
- anche un abbigliamento troppo stretto (cinture e altro) o una pressione morale potrebbero provocare un dolore allo stomaco.

I dolori addominali possono avere parecchie cause, dovuti ai molti organi posti in quella regione.

Se conosciamo la causa o almeno possiamo seguirne l'indizio, diventa più facile eliminare o alleviare il problema.

Quando consultare il medico?

- Se d'un tratto si manifesta un dolore addominale persistente e per parecchie ore, dovete rivolgervi immediatamente a un medico.
- Se al tocco sentite la **parete addominale inferiore destra** dura e toccando percepite dei dolori, potrebbe essere il sintomo di un'appendicite da curare immediatamente.
- Se con i dolori addominali vomitate molto, potrebbe trattarsi di un'oclusione intestinale e quindi dovete rivolgervi immediatamente al pronto soccorso.
- Se dolori addominali, anche lievi, non migliorano entro tre giorni, dovete rivolgervi al medico per chiarire la diagnosi.



Oclusione intestinale

3. Cure popolari / domestiche

3.1 Cure orali

Fitoterapia boccale PT 5.2 ♦ *Ricettario cavità boccale PT 5.2* ♦ *Ricettario gastrico PT 5.2* ♦ *Cure orali e gastriche Pro memoria MMP* ♦ *gargarismi sapere.* ♦

→ [Rc. Cura gengive](#) ♦

→ [Rc. Gengivite](#)

Risciacqui e gargarismi di preparati fitoterapeutici non solo per patologie boccali, ma anche per tonsille, faringe e laringe e per l'igiene boccale.

Si usano le seguenti droghe singole o combinate:

	herpes labialis	ragadi	Stomatite					paradontosi	accessi	tonsilliti	faringiti	glositi	laringite	xerostomia	T → tintura	I → infuso	D → decotto	A → olio eterico
			infettosa	dolorosa	catarrale	micotica	cronica/atopica	gengivite										
Mucilaginosae		R	R	R	R	R	R				G	G	G					
Fol. Malvae																		I
Fol. Salviae			R					R		G								I, T, A
Rad. Althae																		D, T
Antiflogistica												G	G					
Camomilla			R	R			R		R	G	G							I, T, A
Arnica			R		R				P	R	G	G						T
Perossido											G							I c. 1/tazza
Adstringenzia			R	R	R	R	R	R			G							
Rhiz. Tormentillae			R						P		P							D
Fruct. Mirtilli			R									G	G					D
Mirra			R	P		R		R										T, A
Tonica					R	R						G	G	G				
Hb. Centaurii																		I
Fol. Trifolii Fibr.																		I
Rad. Gentianae																		D, T
Germicidi												G						
Melaleuca	P		R		R													A
Lavendula	P	P	R		R	R												I, A
Melissa	P		R															I, T, A
Mirra			P	P					P	P								T, A
Anestetici locali																		
Cannabis		P	P	P							P							T
Garofano			R	R			R	R	P	R	G	G	G					D, A
Menthae pip.			R	R			R				G	G	G					I, T, A
Pilocarpin. hydrochlor 0.2%																		• ingerire, medico

Fitorimedi bocca (clic per leggere)

3.2 Mal di denti

Adulti

La causa potrebbe essere provocata da infezioni dentarie o gengivali. Comunque è consigliabile rivolgersi a un dentista!

Nella medicina popolare e come aiuto momentaneo potrebbe servire:

- Un chiodo di Garofano da tenere in bocca
- L'olio essenziale di Garofano da spalmare intorno alla zona dolente con un bastoncino di ovatta. L'effetto dura ca. 2 ore ed è pure un notevole antibiotico.

→ [Rc. Cura gengive](#) ♦ → [Rc. Gengivite](#) ♦ → [Rc. Mal di denti I](#) ♦ → [Rc. Mal di denti II](#)

Bimbi

Per alleviare il mal di denti, ci capita di consigliare alle mamme di mettere una goccia di olio essenziale di mandarino sul cuscino (non macchia) oppure sul fazzolettino (che il bimbo può mettere in bocca e, se vuole, anche succhiare).

L'olio essenziale ha un aroma delicato, molto simile a quello del frutto fresco ed è caratterizzato da una colorazione giallo-dorata.

Grazie alla sua natura delicata, l'olio essenziale di Mandarino è considerato come il "l'olio dei bambini" e viene usato come leggero anestetico per calmare il loro mal di denti.

Il Mandarino è uno degli oli più sicuri da utilizzare in gravidanza, perchè non risulta nocivo né per la madre né per il feto.

Controindicazione:

Allergie agli agrumi.

→ric. Mal di denti

3.3 Dieta curativa gastrica

Piano curativo gastrico PT 5.2 ◊

Il medico viennese Dr. Bernhard ASCHNER, nella sua opera "Konstitutionstherapie" (HAUG), ha descritto il suo poco ortodosso trattamento consigliato a pazienti con disturbi gastrointestinali. Di seguito, mi permetto di riportare la sintesi di un suo piano curativo per "pazienti distonici/dispeptici", la cui applicazione effettuata per qualche mese, ha migliorato notevolmente la situazione di diversi miei pazienti:

Piano curativo "ulcera" (secondo Dr. Aschner)						
Tip., anam.:						
Sintomi:						
Diagnosi:						
Proposte dietetiche:						
Generalis:						
Igiene:						
Alimentazione	obbligatoria	raccomandata	a piacere	raramente o poco	sconsigliata	osservazioni
prima colazione 6.00 ... 7.00	caffè nero zucchierato		acqua gasata		latte	non correre
colazione 7.00 ... 9.00	pane, panini poco burro	aperitivo: vino abbinati cumino, anice, finocchio prosciutto crudo, uova tenere, lingua affumicata	acqua gasata champagne o vino rosso zuccherato o verde salmi magri, carne fredda formaggio tenero, sardine, pesce affumicato	matrimonata biscotti fene biscotate	pane pesante o integrale, uova dura o frita	non prima della defecazione
pranzo 12.00 ... 14.00	brodo di manzo (pollo, pesce) evtl. con riso, pasta, verdura, poco, forte, salata, con spezie**	aperitivo: vino abbinati carne, volatili, pesce, frutta di arancio o fritto, pasta, riso verdure cotte, insalata verde (lattuga) frutta cotta: albicocca, pesca, ananas, banana	acqua gasata champagne birra, vino amabile; patate lesse, omelette, formaggio, soufflé; frutta cotta: mele, pere, prugne, ciliege... bucche e uova gelato, ev. caffè nero zucch.	patate fritte frutta cruda verdura cruda panna gelatina	purè di patate pane integrale o pesante viali giovani, acidi, dolci, leguminosi	10 min. di passaggiata dopo il pranzo
merenda 16.00 ... 17.00	fr. (ev. al limone) nero, verde, ev. papav. se piace; oppure caffè	campafes piccanti	acqua gasata limonata	cioccolato biscotti dolci latte	dolci lievitati	
cena 19.00 ... 20.00	o come colazione o come pranzo					passaggiata 10 min.
dolcianti		acqua gasata, birra limonata	composti di frutta, latte, saccharo, succhi di frutta (salati)	latte	acqua vino	
Regole gen.: mai mangiare senza appetito o cose che si detestano; mai sopprimere l'appetito; un cibo sabbio, insipido si digerisce male prendersi il tempo, masticare bene, ambiente accogliente, cibo né troppo caldo né troppo freddo, ...						
Specifici: cura "ritolante" camomilla, olio di iperico (1 c.t. mattina, digiuno); menta, althea, abbinati, centauri, gentiana						
Adjuvanti: melissa, zosteronitelli, cardari benedicti,						
* Oli eterici: lavanda, melissa, bergamotto, ...						
** Spezie: cumino, finocchio, anice, cardamomo, ...						

Piano curativo ulcera gastrica

3.4 Cura base disturbi gastrici

Prevenzione e cura di gastriti e ulcera peptica.

Decotto di capolini Camomilla comune

Indicato dalla medicina popolare come tisana "rilassante", in realtà agisce come leggero antiinfiammatorio e protettivo per lo stomaco. Indicato in caso di gastrite cronica.

Decotto (dose consigliata 1/2 litro al giorno):

Mettere una piccola manciata di capolini di Camomilla comune per 1/2 litro di acqua fredda (visto che l'acqua evapora, aggiungete la quantità evaporata alla dose prescritta). Portare ad ebollizione e cuocere a fuoco lento per 5 fino a 10 minuti (per far evaporare lo sgradevole odore della Camomilla). Lasciare in infusione per 5 minuti, filtrare, aggiungere un pizzico di sale e non addolcire. Mettere in una Thermos e bere a sorsi nel corso della giornata.

Extractum Chamomillae fluidum (Kamillosan)

Posologia media:

Mettere 30 gocce in un bicchiere d'acqua e ingerire mezz'ora prima dei pasti.

Cura di rotolamento

La comunissima Camomilla ha un'azione antiinfiammatoria e spasmolitica a livello della mucosa gastrica e ciò ne favorisce la guarigione.

Tuttavia, proprio nel caso delle malattie allo stomaco, il liquido ingerito deve entrare in contatto con la mucosa gastrica sia nelle quantità sia per la durata, ambedue i fattori devono essere sufficienti per poter ottenere un effetto curativo.

Questo é il motivo per il quale é indicata la cura di rotolamento con il decotto o l'estratto di Camomilla.

Procedura:

Bevete a sorsi il liquido (vedi ricette), sdraiatevi per la durata di 5 minuti sulla schiena, altrettanto sul lato sinistro, poi sul ventre e alla fine rimanete ancora sdraiati per altri 5 minuti sul fianco destro.

Continuare a bere a sorsi il decotto di Camomilla nel corso della giornata.

3.5 Digestivo dei grassi

L'olio essenziale di Rosmarino svolge un'efficace azione digestiva ed è un eccellente "grassodigerente" per il fegato e la cistifellea.

Per l'uso orale, a scopo digestivo, si possono utilizzare gli oli essenziali di Rosmarino però soltanto quelli privi di canfora. Non deve mai essere utilizzato prima dei pasti e neppure su una zolletta di zucchero. Ciò potrebbe causare acidità di stomaco!

Uso interno per favorire la digestione

Dopo i pasti grassi mettere una goccia di olio essenziale direttamente sulla lingua.

Controindicazioni

L'olio essenziale di rosmarino deve essere utilizzato con cautela e solo in quantità infinitesimali, perché la sua azione é veloce e penetrante.

3.6 Carminativo

E' indicato per i disturbi gastrointestinali quali senso di pienezza, flatulenze, leggeri fenomeni spastici. Il carminativo é un rimedio che toglie l'aria che si é accumulata nello stomaco e nell'intestino e lenisce i dolori (detti coliche) che ne derivano.

Masticare questi semi favorisce la digestione:

- I frutti (semi) del Cumino, utilizzati anche in gastronomia, contengono un olio essenziale ad attività antispastica digestiva e del tubo digerente, in quanto riduce la formazione di bolle di gas e quindi la flatulenza.
- I frutti (semi) del Finocchio costituiscono la vera e propria parte utilizzabile a scopo medicinale. L'essenza di Finocchio esercita contemporaneamente un'attività antispastica senza ridurre la fisiologica peristalsi intestinale: il risultato finale é una miglior progressione del contenuto intestinale, una minor formazione di grosse bolle di gas e un ridotto tempo di permanenza e transito nel tubo gastroenterico. Può

esser considerato un buon rimedio vegetale ad attività antispastica, indicato in: stati spastici del tubo digerente, ernia iatale, flatulenza, digestioni lente e stitichezza.

- I semi bianchi del Cardamomo, masticati, rilasciano un particolare odore e sapore. Sono utilizzati anche contro l'alitosi e per la correzione del gusto di tisane. La medicina popolare lo indica anche in infusi o tisane come rimedio contro le digestioni lunghe e pesanti.
- I frutti (semi) dell'Anice nella medicina popolare viene utilizzato perché stimola la digestione, riducendone gli eventuali spasmi. Può essere responsabile di reazioni allergiche.

→[Rc. Carminativo](#)

3.7 Vermifugo

Semi di Zucca (Cucurbita pepo L.) Cucurbitaceae

La pianta dei semi di Zucca abitualmente coltivata ovunque, fornisce un frutto usato comunemente come alimento, ricco soprattutto di fibre, acqua, minerali e vitamine. La tradizione popolare, particolarmente in alcune regioni francesi, a scopo medicinale utilizzava invece i semi della zucca, contenenti la cucurbitina che è un aminocacido presente in quantità variabili nelle sue diverse speci, dotato di **attività antielmintica**; paralizza infatti i vermi intestinali facendoli distaccare dalla parete intestinale.

Un tempo, contro i vermi intestinali, veniva consigliata l'assunzione di una pasta a base di semi di zucca e miele o zucchero:

Posologia

2 g per kg di peso (sia per un adulto, per un bambino e per un animale).

Esempio ricetta

140 g di semi maturi di zucca, sbucciati e pestati in un mortaio con 60 g di miele (si può usare anche zucchero o latte), fino a ridurli ad una pasta omogenea. Viene assunta a cucchiari durante la giornata; fa poi seguito la somministrazione di un lassativo drastico (olio di ricino, ma solo se la flora intestinale non è lesa), al fine di eliminare i vermi morti (tenia ed ascaridi).

Avvertenza

Dopo 10 giorni è importante rifare la cura perché i vermi depongono le uova nell'intestino.

3.8 Curarsi con gli impacchi

Impacchi dottorperuginibilli ♦ *Curarsi con gli impacchi rudolfsteiner* ♦

Gli impacchi caldi recano quasi sempre sollievo nei dolori addominali aspecifici. Sono comunque indicati in caso di dolori infiammatori dell'addome, costipazione, dolori al fegato e alla bile, diarrea e infiammazione intestinale.

Impacchi caldi

Il calore distende e calma e gli impacchi hanno un'azione antispastica, migliorano l'irrorazione sanguigna degli organi addominali e sono indicati nel caso di dolori all'addome, nelle coliche gastriche ed epatiche. Per mantenere più a lungo il calore dell'impacco, stendeteci sopra un panno di lana o un asciugamano e una borsa d'acqua calda. L'impacco va rinnovato non appena si raffredda.

Avvertenza

- Gli impacchi sono da evitare in caso di ulcera e sanguinamenti allo stomaco.

3.9 Massaggio rilassante

[Massaggio rilassante wellnessoasi](#) ◇ [Massaggio rilassante benessere dal mondo](#) ◇

→ [Artigianato del tatto](#)

4. Cure pediatriche

4.1 Disturbi digestivi in neonati

Disturbi digestivi di neonati sono dovuti:

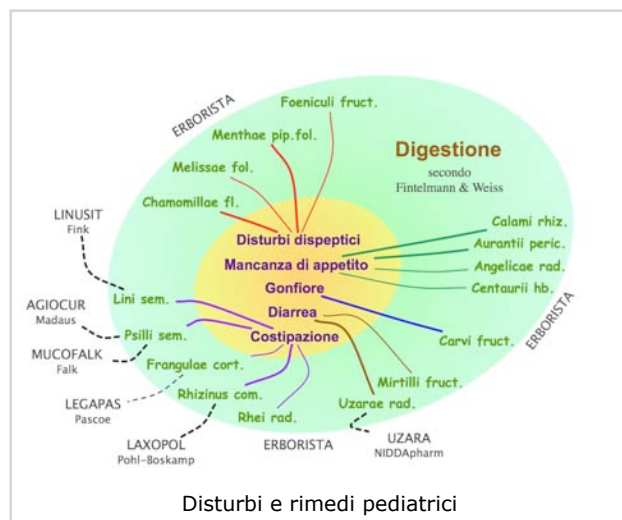
- All'ingerimento di molta aria senza conseguente rutto
- Alla preoccupazione di genitori quando un neonato nutrito con latte materno non va di corpo: fino a tre settimane può essere normale, significa che il piccolo digerisce tutto
- A una flora intestinale che non è ancora idealmente formata e può creare degli spasmi addominali.

Un metodo molto efficace per sciogliere spasmi addominali è l'uso di un asciugacapelli a temperatura tra 35 e 40 gradi. Il caldo soffiato sulla zona addominale (sopra l'abbigliamento) spesso fa miracoli.

Un altro rimedio tradizionale ed efficace è il tè di finocchio non addolcito o semmai con lattosio (in farmacia).

Si dà a cucchiaini di caffè, perchè nel biberon toglie l'appetito e squilibra l'equilibrio idroelettrolitico.

4.2 Disturbi digestivi in infanzia



Il cambiamento di nutrizione di un bimbo è sempre delicato: la flora intestinale si deve adattare alla nuova composizione alimentare. Inoltre il cambiamento da meno grasso e dolce a più proteico deve avvenire lentamente. L'adattamento della flora richiede da 2 ... a 4 settimane. Anche l'adattamento del gusto avviene solo molto lentamente: ci sono dei meccanismi biologici (molto sani) che rifiutano gusti non noti. E in un bimbo l'intelligenza e la memoria "enterale" è altamente sviluppata. Rifiuta inizialmente tutto ciò che non è grasso e dolce. Altri gusti richiedono tra 2 ... 4 settimane finché vengono accettati (o meno).

In bimbi un po' più grandi possono riscontrarsi disturbi digestivi come:

- Diarrea: di solito causata da infezioni o intolleranze alimentari
- Costipazione: di solito causata da flora intestinale non adatta
- Gonfiore: di solito causato da alimentazione fibrosa
- Disturbi dispeptici: da chiarire
- Mancanza di appetito: di solito è un chiodo fisso (ossessione) dei genitori; finché il peso è accettabile non c'è da preoccuparsi
- Tutti i disturbi digestivi possono essere anche espressione di distress psichico!

Il grafico riprodotto sopra elenca dei rimedi tradizionali e approvati per i diversi disturbi

digestivi infantili.

Ma più importante è un'osservazione cauta, delle riflessioni misurate circa la causa e solo dopo (eventualmente) il ricorso a un rimedio. Normalmente un organismo sano si cura da solo.

4.3 Ricettario digestivo in infanzia

I disturbi digestivi in infanzia sono molto frequenti perchè la flora intestinale è in via di formazione per cui non è il caso di intervenire al minimo problema.

Ricettario pediatria: **Disturbi digestivi**

In disturbi digestivi duraturi è meglio consultare il pediatra

Diarrea

Rp. Diarrea infantile - adulti		
Tinct.	UZARA	30
D.S. secondo la prescrizione del produttore.		
Cave! Sostituire liquidi e s ali persi!		
		NIDDAPHARM Bad Vilvel (Germania)

Costipazione

Rp. Costipazione infantile			
Fruct.	Foeniculi		Carminativo
f. Decoct 2 gr/dl 5 min.; adde:			
Vitam.	C (acido ascorbico)	mg/ kg	7
	Lattosio	gr/ dl	2
D. da bere a sorsi o cucchiari			
			"Lassativo" in alte dosi Correggere l'aspro

Rp. Costipazione ragazzi			
Sir.	Ficus (puro)	500	Farmacista
D.S. Ingerire dopo cena 1 cucchiaino da m inestra di s cioppo (eventl. diluire in acqua tiepida o tè)			

Rp. Costipazione ragazzi			
DUPHALAC			Lactulose
D.S. secondo la prescrizione del produttore			
			Solvay

Rp. Costipazione adolescenti - adulti			
Tinct.	Berberis		
Tinct.	Taraxaci	aa	12
Tinct.	Rhamni		
Tinct.	Rhei		
Tinct.	Foeniculi		
Tinct.	Centaurii aa	ad	50
D.S. in caso di necessità ingerire 40 gtt. alla sera in un po' di acqua tiepida. Cave! Non consumare più di un mese			

Ricette digestive pediatriche

5. Cure mediche

Consultatevi con il vostro medico di famiglia o farmacista di fiducia.

6. Piante "gastrointestinali"

Il finocchio e la digestione [inerboristeria](#) ◇ [Rimedio fitoterapico](#) [it.wikipedia](#) ◇

La fitoterapia non è solo la progenitrice della medicina ufficiale, ma un suo completamento fondamentale: numerosi farmaci, infatti, ancora oggi sono a base di estratti derivati da piante, oppure da molecole di sintesi chimica costituite a immagine e somiglianza dei principi attivi delle erbe.

Negli ultimi anni, sono stati effettuati numerosi studi per verificare l'efficacia delle piante indipendentemente dalle indicazioni della tradizione popolare tramandate da millenni. I ricercatori hanno scoperto che sì, le erbe funzionano: basta rispettare i dosaggi e le indicazioni corrette, ma hanno anche messo in luce che si possono verificare effetti collaterali, interazioni con farmaci e altre sostanze.

6.1 Tarassaco



Tarassaco

(*Taraxaci radix*, *Tarxaxi folium*, *Taraxaci flos*)

Sono trattati i seguenti argomenti:

[Descrizione](#) ◇ [Le parti utilizzate](#) ◇ [Indicazioni](#) ◇ [Controindicazioni](#)
 ◇ [Interazioni](#) ◇ [Firenzeuoli](#) ◇ [Uso in cucina](#) ◇ [Giorgio Valli](#) ◇
[Posologia](#) ◇

Descrizione

Il tarassaco è una delle erbe più note e diffuse della cultura popolare.

E' molto comune nelle nostre regioni e diffusa nei prati e ai margini dei sentieri, volgarmente chiamata anche cicoria selvatica o di campagna, dente di leone, piscialetto, soffione.

E' una pianta erbacea perenne con un rizoma a fittone. I fiori sono gialli e riuniti in capolini portati singolarmente all'apice dei fusti. I fusti sono disposti a forma di ombrello e sono dotati di un ciuffo (pappo bianco) che favorisce la disseminazione.

Le parti utilizzate

Il rizoma del tarassaco si raccoglie in settembre-ottobre o in febbraio, prima che la pianta fiorisca. Si lava bene per liberarlo dalla terra e si tagliano le radici laterali.

Il rizoma si essicca poi al sole o sulla stufa, a temperature moderate, e si conserva in vasi di vetro al riparo da luce e umidità.

Le radici raccolte in autunno (quando sono ricche di inulina) vengono o venivano tostate ed utilizzate come surrogato del caffè.

Oltre alla tisana e alle tinture vengono utilizzati per le cure anche i succhi ricavati dalla spremitura della pianta fresca. Soprattutto nei Paesi latini è diffusa l'utilizzazione come insalata delle foglie fresche raccolte in primavera, per le cosiddette "cure depurative di primavera".

Indicazioni

Il tarassaco viene impiegato per alleviare i disturbi digestivi, soprattutto in caso di difficoltà di digestione dei grassi. Inoltre, in caso di alterazioni del deflusso biliare, il tarassaco può alleviare i disturbi gastrointestinali quali senso di pienezza, flatulenze e i disturbi digestivi in generale.

Nella medicina popolare, la radice della pianta viene utilizzata come cosiddetto "depurativo del sangue", come blando lassativo e diuretico.

Il maggior beneficio dall'uso del tarassaco riguarda il fegato e la colecisti, ma è nota anche un'azione capace di normalizzare i valori alti di colesterolo. La radice di tarassaco è pure indicata in caso di inappetenza perché stimola l'appetito.

Controindicazioni

Occlusione delle vie biliari, ilei (segmento dell'intestino tenue).

Interazioni

Come per tutte le droghe a principi amari, possono comparire disturbi gastrici da iperacidità.

"Interazioni tra erbe, alimenti e farmaci" di Fabio Firenzuoli

Fabio Firenzuoli dirige il Centro di Medicina Naturale dell'Ospedale S. Giuseppe di Empoli, centro di riferimento per la fitoterapia della Regione Toscana.

Nel suo libro: "Interazioni tra erbe, alimenti e farmaci", edizione tecniche nuove, ISBN 88-481-1211-0, che vi consiglio di sfogliare, a pagina 213 si legge:

Il Tarassaco è conosciuto anche come Dente di leone, o Soffione, o Piscialetto. Le parti oggi utilizzate a fini medicinali possono essere le foglie o le radici. Quest'ultima può contenere, in relazione al periodo di raccolta, fino al 40% di inulina, similmente alla cicoria. Altri importanti costituenti attivi sono: lattoni sesquiterpenici (eudesmanolidi e germacranolide), polifenoli derivati dell'acido idrossifelinacetico e dell'acido caffeico, triterpeni, fitosteroli, sali di potassio.

Sappiamo che il Tarassaco stimola la secrezione cloridro-peptico dello stomaco (foglie), migliora la espresione della bile dal fegato (foglie), esercita una modesta attività diuretica (foglie), attività lassativa, unicamente in relazione al contenuto in inulina (radice). Il Tarassaco e i suoi estratti sono oggi indicati nelle atonie gastriche, dispepsie e microcalcoli biliari, mentre è controindicato nei soggetti con iperacidità gastrica oppure patologie ostruttive delle vie biliari o, ancora, da sofferenza del parenchima epatico come nei casi di epatite. Gli estratti ottenuti dalla radice e titolati in inulina possono invece essere razionalmente impiegati anche nei soggetti con stitichezza. Non è consigliato, invece, per i soggetti affetti da obesità o sovrappeso (francamente non mi è chiara l'ultima frase. Indagherò!).

Controindicazioni

- Gastrite.
- Ulcera peptica.

- Ipersensibilità accertata verso uno o più componenti.

Interazioni

- FANS: possibile irritazione della mucosa gastrica.
- Amari: possibile irritazione della mucosa gastrica.
- Diuretici.
- Litio: la tossicità del litio può aumentare per deplezione sodica dovuta all'effetto diuretico del Tarassaco.
- Farmaci ipoglicemizzanti.

Possibile interazioni per somma di effetti. "

Uso in cucina

Le tenere rosette delle foglie primaverili vengono consumate in insalata o cotte come verdura depurativa. Molto ricercata perchè è realmente una delle migliori verdure primaverili da presentare sulle nostre mense: spesso viene infatti appositamente coltivata. E' comunque meglio servirsi del tarassaco selvatico che si raccoglie con l'aiuto di un coltello. Dopo averlo mondato di terra e radici, il tarassaco viene consumato generalmente come verdura cotta. Il suo gusto amarognolo dispone l'organismo alla digestione quindi fa della pianta un contorno ideale. Le foglie del tarassaco sono spesso utilizzate crude come insalata fresca, condita con olio, aceto e sale. Anche in questo caso i risultati sono ottimi.

Indicazioni di Giorgio Valli per l'uso

→ [Erboristeria Giorgio Valli](#)

Si raccoglie la pianta intera. Le foglie tenere sono utilizzate per le insalate, le minestre, le frittate. I boccioli come capperi. La radice, lessata e condita. I fiori, per fare un miele con lo zucchero stracotto.



Posologia

(salvo diversa prescrizione)

Come infuso: 1 cucchiaino di radice di Tarassaco tagliata per 1 tazza d'acqua.

Come decotto: 3-4 g di radice sminuzzata o polverizzata di Tarassaco per 1 tazza d'acqua.

6.2 Tormentilla

(Tormentillae rhizoma)

I rizomi della Tormentilla sono ricchi di tannini e da sempre,



se assunta per via orale, costituiscono un rimedio vegetale contro la diarrea grazie all'elevato contenuto di tannini, i quali, in opportune concentrazioni, esercitano sull'organismo umano proprietà astringenti intestinali utili nei dolori di ventre, gastroenteriti e nella dissenteria.

Tormentilla erecta

Uso interno (rizoma):
Come astringente intestinale e andidiarroico.

Si mette 1 cucchiaino circa (2-3 g) di rizoma di Tormentilla in acqua bollente (150 ml circa), lasciando bollire per circa 10 minuti ed infine filtrandolo ancora caldo attraverso un colino.

Tintura - 3 fino a 4 cucchiaini da tè nell'arco della giornata.

Il rizoma della Tormentilla va sminuzzato per decotti ed infusi nonché per altre preparazioni galeniche da assumere per via orale.

Durata di utilizzo

L'utilizzo andrebbe limitato a 3-4 giorni; qualora la diarrea dovesse persistere, si consulti un medico.

6.3 Rosmarino

(Rosmarinus officinalis L.) Labiatae



Rosmarino

Dopo la lavanda, il rosmarino è forse la pianta della famiglia delle Labiate più usata in aromaterapia. La pianta del Rosmarino è nota a tutti come aromatizzante culinario, ma fornisce in particolare un olio essenziale sfruttabile anche a fini terapeutici. Si deve tuttavia specificare che esistono tre chemiotipi di Rosmarino, che si differenziano proprio per l'olio essenziale prodotto:

- un chemiotipo produce un olio ricco di eucaliptolo (1,8 cineolo), che stimola la secrezione delle ghiandole dell'apparato digerente e respiratorio, responsabile degli effetti sulla digestione e dell'attività mucolitica;
- un chemiotipo produce olio ricco in borneolo e derivati, come previsto dalla Farmacopea, meglio indicato nella patologia spastica delle vie biliari;
- un chemiotipo, invece, produce olio ricco in canfora*, un chetone che può essere invece utilizzabile come antireumatico per uso locale, ma responsabile di effetti tossici sul Sistema Nervoso Centrale se usato per via orale.

Controindicazioni

- Epilessia (olio essenziale di *canfora)
- Ipersensibilità accertata verso uno o più componenti.

Interazioni



Canfora

- Possibili interazioni con oli essenziali ricchi di chetoni (Salvia, Assenzio ecc.), per somma di effetti sul Sistema nervoso Centrale.

6.4 Camomilla officinale

(*Matricaria recutita* L.)



La pianta è tradizionalmente usata nelle preparazioni domestiche e nel nostro paese è patrimonio della medicina popolare. In medicina viene usata per le sue proprietà antiinfiammatorie e antispastiche sulla muscolatura liscia del tubo digerente. E' indicata nelle gastriti, esofagiti, ulcera peptica, coliti, piuttosto che come blando sedativo. Del resto, non esistono studi clinici circa l'impiego come sedativo neppure con estratti



concentrati della pianta, smentendo quella che sembrava una tradizione quanto consolidata conoscenza.

Controindicazioni

- Ipersensibilità a uno o più componenti

Interazioni

- Previene le lesioni gastriche da alcol e indometacina

6.5 Camomilla romana

(*Anthemis nobilis* L.)

Il fiore della Camomilla romana, al contrario della Camomilla comune, viene utilizzato per infusi nelle gastriti croniche con atonia e pesantezza, ed il suo impiego è invece controindicato nelle gastriti acute e nei pazienti affetti da ulcera gastrica o duodenale.

Essendo più forte l'odore tipico della "camomilla" nell'*anthemis nobilis*, quest'ultima viene spesso aggiunto alle spezie di camomilla officinalis in prodotti a buon mercato.



6.6 Carciofo

(*Cynara scolymus* L.) Asteraceae

Il Carciofo, apprezzato ortaggio del quale in cucina si consuma il ricettacolo del fiore, é tuttavia da sempre apprezzato anche dalla medicina popolare come tradizionale rimedio per curare il fegato, migliorare la digestione e depurare il sangue. E non mancano studi sperimentali, così come ricerche di fitochimica che hanno permesso di comprendere meglio l'esatta composizione e verificarne le proprietà biologiche.

Innanzitutto, a scopo medicinale, si utilizzano le foglie caulinari e non quindi la parte edibile. I costituenti chimici più importanti sono rappresentati dai polifenoli: flavonoidi, tannini e i derivati dell'acido clorogenico, fra i quali molta importanza veniva attribuita alla cinarina. A questo proposito oggi sappiamo che la cinarina, un tempo ritenuta il principio attivo del carciofo, in realtà non é presente nella pianta, ma si forma soltanto durante il processo di essiccazione, dall'acido 1,3-dicafeoilchinico.

Il realtà le proprietà farmacologiche attribuite al Carciofo e ai suoi estratti, sono:

- coleritico
- diuretico
- ipolipemizzante

Controindicazioni

- Ipersensibilità accertata verso uno o più componenti
- Cautela nei soggetti affetti da calcolosi delle vie biliari

Interazioni

- Con farmaci gastrolesivi

Possibile irritazione della mucosa gastroenterica.

6.7 *Salviae folium*

(*Salvia officinalis*) Labiatae

Indicazioni

Inflammazioni di gengive, mucose orofaringee; come coadiuvante nel trattamento delle infiammazioni gastrointestinali.

La Salvia viene impiegata, soprattutto in forma di gargarismi, come antiflogistico nelle infiammazioni della regione orofaringea (gengiviti e stomatiti), ma anche come tisana per disturbi digestivi, flatulenze, infiammazioni delle mucose intestinali, diarree.



Salvia

Controindicazioni

- *Olio essenziale* puro e *gli estratti alcolici*

non vanno assunti *durante la gravidanza*.

La tisana di Salvia non va assunta per periodi prolungati.

Effetti collaterali

- In caso di assunzione prolungata di estratti alcolici o di olio essenziale puro possono comparire convulsioni di tipo epilettico.

Da prevedere soltanto in caso di sovradosaggio (più di 15 g di foglie di salvia per dose) o di utilizzo prolungato. Il tujone, componente tossico dell'olio essenziale, porta a sintomi quali tachicardia, vampate di calore, crampi e sensi di vertigine.

Interazioni

- Non esistono rischi per l'*uso culinario* della pianta

Posologia e forma d'impiego

- Droga tagliata per infusi; estratti alcolici e distillati per gargarismi, sciacqui e spennellature nonché per uso interno; come succo di pianta fresca e olio essenziale. Salvo diversa prescrizione:

<p>Uso interno. Dose giornaliera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • da 4 a 6 g di droga, • da 0,1 a 0,3 g di olio essenziale, • da 2,5 a 7,5 g di tintura, • da 1,5 a 3 g di estratto fluido. 	<p>Per gargarismi e sciacqui:</p> <ul style="list-style-type: none"> • come infuso, 2,5 g di droga o • 2-3 gocce di olio essenziale in 100 ml d'alcol, oppure • 5 g di estratto alcolico in un bicchiere d'acqua.
<p>Spennellature: Estratto alcolico non diluito.</p>	

Dosi di foglie di Salvia da mettere in acqua bollente:

- per i disturbi gastrointestinali, 1/2 cucchiaino (1-2 g);
- per le infiammazioni del cavo orale, 1 cucchiaino (3 g circa).

Dopo 10 minuti si filtra il liquido attraverso un colino.



Salvo diversa prescrizione, in caso di disturbi gastrointestinali si beva una tazza di tisana calda più volte al giorno, mezz'ora prima dei pasti.

Contro le infiammazioni delle mucose orofaringee si effettuino più volte al giorno sciacqui o gargarismi con la tisana ancora calda.

Preparazione della tisana

- A seconda dell'indicazione. Come gargarismo: versare acqua bollente su 3 g di droga finemente tagliata, filtrando dopo 10 minuti.
- Contro la sudorazione notturna: preparare la tisana come sopra descritto, lasciandola tuttavia raffreddare.
- Contro i disturbi gastrointestinali: versare acqua bollente su 1,5-2 g di droga, filtrando dopo 5 minuti. Un cucchiaino da tè corrisponde a circa 1,5 g.

6.8 Menta

(*Mentha piperita* L.) Labiate

La *Mentha piperita* viene utilizzata anche in gastronomia, la pianta fornisce materia prima soprattutto per l'industria liquoristica, in quanto gli estratti ottenuti dalle foglie esplicano attività "eupeptica", cioè favoriscono la digestione, e come tali entrano nella composizione di



numerosi amari. La Menta entra come correttore del gusto Mentha piperita in numerosi alimenti, tisane, preparazioni galeniche e farmaci, anche se la medicina popolare la identifica come il rimedio digestivo per eccellenza. La ricerca scientifica ha tuttavia fornito una serie di informazioni preziose per definirne il contenuto, le attività biologiche e le indicazioni terapeutiche, riconoscendole un ruolo di pianta medicinale a tutti gli effetti. Le foglie, infatti, oltre a flavonoidi, acidi fenolici e triterpeni, contengono un olio essenziale che rappresenta il cuore dell'estratto dal punto di vista farmacologico, costituito per la maggior parte da mentolo (35-55%) e mentone (10-35%).

Indicazioni

La Menta piperita è nota soprattutto come rimedio per i disturbi digestivi; infatti, grazie alla sua benefica azione sullo stomaco, il fegato e gli intestini, si rivela utile in caso di coliche, diarrea, indigestione, vomito e mal di stomaco, anche perché ha un effetto antispasmodico sulla muscolatura liscia dello stomaco e dell'intestino.

Preparazione della tisana

Le foglie di Menta sono la tradizionale preparazione popolare usata a scopo digestivo. Versare acqua bollente su 1-1-5g di droga lasciando in infusione per circa 10 minuti in recipiente coperto; indi filtrare. Come carminativo contro disturbi digestivi di grado lieve, si beva 1 tazza più volte al giorno. Un cucchiaino da tè corrisponde a circa 0,7 g. Assumere dopo i pasti.

Olio essenziale

Grazie alle sue proprietà stimolanti, l'olio essenziale di Menta piperita viene talvolta usato come misura d'emergenza in caso di nausea; a questo scopo basterà metterne una goccia direttamente sulla lingua (è molto penetrante) oppure alcune gocce su di un fazzoletto o inalarlo direttamente dalla boccetta.

Per l'effetto analgesico e antispastico l'olio essenziale è ben tollerato anche dai soggetti affetti da ulcera peptica, per i quali anzi costituisce anche un complemento terapeutico; in questi pazienti sono invece controindicati la tintura e l'estratto fluido.

Controindicazioni

- Esofagite con ernia iatale (controindicato l'olio essenziale)
- Non utilizzate la Menta piperita (soprattutto l'olio essenziale) di sera, perchè potrebbe tenervi svegli
- Ipersensibilità accertata verso uno o più componenti

Interazioni

con Farmaci gastrolesivi.

7. Indicazioni fitoterapiche

I farmacisti, droghisti, erboristi, speziali e medici di una volta classificavano le piante anche secondo il loro uso come rimedio. Questa tradizione è ancora oggi molto utile, perché permette il raggruppamento di piante molto diverse fra di loro per un specifico disturbo.

P.es. *Carminativo* → contro flatulenza e "gonfiore della pancia" → Finocchio, Cumino, Camomilla,

D'altra parte una singola pianta può appartenere a diverse indicazioni fitoterapiche, visto la molteplicità di sostanze terapeuticamente attive che può contenere. P.es. *Tarassaco*: → Epatico, mite Diuretico, mite lassativo,

7.1 Carminativi

[Carminativo wapedia](#) ◇ [Finocchio medicinealtre](#) ◇ [Carminativo books](#) ◇

Carminativi sono rimedi che facilitano la digestione con effetti spasmolitici sulla muscolatura striata intestinale e l'espulsione di gas intestinali.

Un **carminativo** è una sostanza utilizzata per favorire e regolare l'espulsione dei gas intestinali (**Flatulenza**):

- [Carvi](#) , [Anice](#) , [Finocchio](#) , [Camomilla](#) , [Menta](#) , [Ginepro](#) , [Cardamomo](#)
- [Salvia](#) , [Senape](#) , [Timo](#) , [Issopo](#) , [Cannella](#)

Sono in genere sostanze ricche di **oli essenziali** che calmano lo stomaco e nel medesimo tempo aumentano la peristalsi e sopprimono i processi di putrefazione **intestinale** (non solo scomodi ma anche "malsani" per via della produzione di **Metanolo** nell'intestino).



Finocchio



Cumino



Finocchio



Cardamome



Anice

7.2 Digestivi, Amara

[Digestivi benessereblog](#) ◇ [Digestivi MmP](#) ◇ [Amara it.wikipedia](#) ◇

Digestivi sono rimedi e sostanze che facilitano la digestione prevalentemente lipidica tramite la stimolazione di fegato e bile. Di solito sono amari:

Amara

Gli **amara** aumentano la secrezione gastrica (prima dei pasti) e tonificano il sistema digestivo. Una parte di loro sono anche ottimi [epatici](#).

Meccanismo d'azione degli amari

1. stimolazione dei recettori per l'amaro sulla lingua
2. stimolazione del vago, rilascio di gastrina, stimolazione secrezioni gastriche e salivari, che a loro volta stimolano una catena di secrezioni da parte del pancreas, cistifellea, duodeno, ecc.
3. riducono infezioni enteriche e dispepsia
4. riducono la fermentazione, specialmente durante le febbri quando il tratto gastrointestinale è meno attivo a causa della ridotta perfusione ematica
5. riducono l'iperattività ad allergeni ed antigeni
6. aumentano il flusso di bile
7. aiutano a regolare le secrezioni di insulina/glucagone
8. stimolano l'appetito e contribuiscono alla rigenerazione delle pareti intestinali
9. promuovono l'assorbimento di grassi e vitamine A, D, E, K.
10. Promuovono una leggera leucocitosi
11. Riducono la temperatura corporea (aumentano il flusso ematico al fegato)

Usi:

- Anoressia e cattiva digestione
- Disturbi epatici e biliari (azione coleretica)
- Disturbi della glicemia
- Gastrite cronica e ulcera gastrica
- Intolleranze alimentari e allergie
- Condizioni di debilitazione associate ai disturbi sopra elencati
- Condizioni febbrili
- Ittero



Gli amari possono risultare utili anche in casi di disturbi non direttamente gastrointestinali:

Genziana

- emicranie e cefalee
- problemi infiammatori, soprattutto cutanei
- condizioni di ipersensibilità ed allergia

Controindicazioni

- Ulcera duodenale
- Condizioni descritte come 'caldo-fredde' nelle medicine tradizionali



Ruta

Prescrizione

- Vista l'azione riflessa, non c'è bisogno di utilizzare dosi elevate; sarà sufficiente elicitare una forte sensazione di amaro, e bere lentamente. Il medium preferito è una tintura diluita
- Dato che l'azione è mediata dal [sistema nervoso parasimpatico](#) (*nervo vago*), è necessario aspettarsi un ritardo di 20-30 minuti nell'azione, quindi assumere l'amaro mezz'ora prima dei pasti.
- L'assunzione a lungo termine è possibile se è di beneficio, ma sarebbe preferibile l'utilizzo degli amari solo in caso di necessità, cioè come stimolazione ad una miglior funzionalità autonoma piuttosto che come 'gruccia'.

Piante

- Puri: trifoglio fibrini, [genziana](#) , centauro, [ruta](#) , curcuma, [assenzio](#) , ...
- con mucolasi: [tussilago](#) , [canapa](#) , ...
- con astringente: [asclepia](#) ,

7.3 Lassativi , purghe

[Lassativo it. Wikipedia](#) ◇ [Senna geocities](#) ◇ [Lassativo mimi](#) ◇

Lassativi e purghe rimediano la [Stitichezza](#) promuovendo lo svuotamento degli intestini tramite diversi meccanismi:

Ricino Cave!
tossico

- rigonfiamento della massa fecale per l'assorbimento dell'acqua nelle fibre vegetali e nei polisaccaridi: [Lino](#) , ...
- stimolazione rilascio di succhi digestivi: [Tarassaco](#) , [amara](#) , ...
- aumentata peristalsi per via di una reazione vegetativa:
 - salinici come [Natrii sulfurici](#) (Sal Glauberi), [Magnesii sulfurici](#) , ... altri sali
 - oleici come [olio di ricino](#) , [olio di paraffina](#) .
- aumentata peristalsi per dei meccanismi regolatori: [aloe](#) , [Senna](#) , [Rhamnus](#) , [Rheum](#) . Cave! Le sostanze contenute (antrachinoni) con l'uso regolare ledono irrimediabilmente i [plessi nervosi](#) per la [Motilità intestinale](#) ! Da usare quindi solo in episodi della durata di poche settimane.

7.4 Antidiarroici

[Antidiarroici farmacoteca](#) ◇ [Antidiarroici scribd](#) ◇ [Antidiarroici lookfordiagnosis](#) ◇

Un **antidiarroico** è una sostanza che elimina o attenua la **Diarrea**.

La diarrea non è una malattia bensì una reazione intestinale a:

1. intolleranze, allergie alimentari o sostanze tossiche;
2. infezioni intestinali e/o lesioni di flora intestinale;
3. metaboliti di germi patogeni intestinali;
4. infiammazioni o lesioni intestinali per sostanze ingerite o processi intrinseci.
5. processi psico-neurovegetativi come "colon irritabile"

L'antidiarroico può essere quindi solo una misura palliativa finché l'organismo stesso o il terapeuta ha potuto rimediare alla causa a monte.



Uzara

La diarrea disturba anzitutto e immediatamente l'equilibrio idro-elettrolitico (acqua e sali) di tutto l'organismo e nelle persone con poche riserve di grassi dopo poco tempo anche l'approvvigionamento energetico. Come pronto soccorso si ricorre, prima di somministrare degli antidiarroici, alla sostituzione di liquidi, sali e zuccheri: Coca-Cola (liquidi, zuccheri e soluzioni leggermente astringenti), salatini (sodio, un po' di potassio) sono efficaci e piacciono ai bambini. Il meglio è bere brodi (animali o vegetali e tisane con miele in alternanza).

Solo dopo si ricorre agli antidiarroici:

- **Carbone attivo** : lega tossine, sostanze aggressive, microorganismi;
- astringenti: [mirtilli](#) secchi macerati in ricotta, [olmaria](#), corteccia di [quercia](#) , [Tormentilla](#) ...
- inibitori di motilità peristaltica: preparati di radice di [Uzara](#) (*Xysmalobium undulatum*; anche per bambini), [Atropa belladonna](#) , [Tinctura oppio](#) .

Rimedio Antidiarroico

→ [Antidiarroico Uzara, UZARA®](#)

7.5 Antiemetici



Zenzero

B6 ...300mg).

Un **antiemetico** è una sostanza che previene o elimina la **Nausea** ed il **Vomito** . Ad esempio:

- [Menta](#) , [finocchio](#) , [garofano](#) , [Lavanda](#) , [Olmara](#) , [Melissa](#) , [Paprica](#) , [Cannabis](#) (Tinct. Suffumigatura, ...)...
- In gravidanza è indicata la consumazione di 1 dl della propria urina mattutina.
- Un rimedio molto efficace nella cura del vomito è il rizoma di **Zenzero (Zingiber officinalis)** sotto forma di estratto secco macinato (2-3 grammi al giorno) o di rizoma fresco. Fare attenzione al suo utilizzo in [Gravidanza](#) specialmente nei primi tre mesi. In questo caso può risultare utile la [Piridossina](#) (vitamina

7.6 Antibiotici intestinali

Molte spezie come rosmarino, pepe, noce moscata, garofano... e tutti i [carminativi](#) e [aromatici](#) sono considerati miti antibiotici per via degli oli essenziali contenuti, elaborati dalle piante in difesa con vari microorganismi.

Anche gli [astringenti](#) sono "antibiotici" perché sono capaci di coagulare delle proteine e renderle così disfunzionali. Visto che la membrana di batteri, di miceti e anche di tanti virus sono proteiche, vengono lese efficacemente.

Del resto: lasciare al medico la cura di infezioni serie che non possono essere domate dal sistema immunitario.

7.7 Rigenerativi flora intestinale

Yogurt fresco il-massaggio ◇ *L'equilibrio dell'apparato digerente drviscardo* ◇

Rimedio per la ricostruzione della flora intestinale

Per la ricostruzione della flora intestinale noi consigliamo di:

- mangiare lo yogurt fresco;
- Bactisubtil capsule, produttore: Cassella-med GmbH, D-50670 Köln. Questo rimedio lo potete acquistare in qualsiasi farmacia.

Il Bactisubtil in gocce sarebbe indicato per i bambini e persino per i neonati. Nel caso dei neonati però, per prudenza, informatevi dal nostro farmacia, dott. Luca Milesi, Farmacia San Provino ad Agno in Svizzera, no. di telefono: +41 091 605 49 59 che vi darà istruzioni più precise, in quanto conosce bene il rimedio.

7.8 Astringenti

Un **astringente** è una sostanza che attenua le funzioni dei tessuti tramite processi di coagulazione di proteine. Di solito si distinguono astringenti a **tannini** e a **resine**. Per scopi terapeutici dell' apparato digestivo si usano solo gli astringenti a tannini.

Astringenti a tannini

L'astringenza è data dalla presenza di [tannini](#), che astringono la superficie della pelle e delle mucose, formando una sottile membrana causata dalla coagulazione proteica che provocano. Utilizzati per la coagulazione del sanguinamento capillare, per le escrezioni plasmatiche (siero) e la guarigione di ferite. Sono nello stesso tempo dei germostatici, perché coagulano anche la superficie proteica dei germi.

Usi

- Infiammazioni dell'alto tratto digestivo
- Diarrea a seguito di infiammazioni gastrointestinali
- A livello topico: lesioni aperte, emorroidi, bruciature di 3° grado

Controindicazioni

- Costipazione



Agrimonium

- Anemia sideropenica
- Malnutrizione

Prescrizione

Nella maggior parte dei casi l'assunzione è subito dopo i pasti principali. In alcuni casi di infiammazione gastrica, l'utilizzo a breve termine, lontano o prima dei pasti, è giustificato. Non usare a lungo (4-6 settimane di seguito)

Piante



Crameria

Acacia catechu (Acacia) ◇
 Agrimonia eupatoria (Eupatoria) ◇
 Alchemilla vulgaris (Alchemilla) ◇
 Arctostaphylos uva-ursi (uva ursina) ◇
 Bellis perennis (margheritina) ◇
 Bidens spp. (Bidens) ◇ Camellia
 sinensis (tè) ◇ Carduus benedicta
 (Cardo santo) ◇ Filipendula ulmaria
 (olmaria) ◇ Geranium maculatum
 (Geranio) ◇ Geum urganum ◇
 Hamamelis virginiana (Amamelide)
 Krameria triandra (Crameria) ◇ Polygonum bistorta
 (Poligonio) ◇ Potentilla erecta (Tormentilla) ◇ Quercus spp.
 (quercia) ◇ Rosmarinus officinalis (rosmarino). ◇ Salvia
 officinalis (salvia) ◇ Vaccinium myrtillus foglie (mirtillo)



Bistorta officinalis

7.9 Antielmintici

Un **antielmintico** è una sostanza che uccide o facilita l'espulsione di **Parassiti** intestinali:
 chenopodio ◇ tanacetum ◇ Carota ◇ Cipolla ◇
 seme di Zucca (**Cucurbita**).

Il seme di Zucca è un vecchio rimedio popolare, utilizzato come vermifugo.



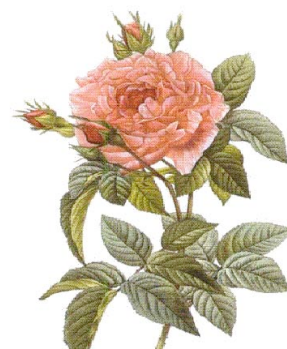
Semi di zucca

7.10 Aromatici

Gli **aromatici** sono sostanze con dei forti gusti e odori perché contengono oli eterici. Essi vengono usati anche per migliorare i gusti e gli odori di altre sostanze.

Tutte le **spezie culinarie** fanno parte di questo gruppo. Hanno spesso delle proprietà **antisettiche** e promuovono le **secrezioni** e la **motilità gastrointestinale** (tonificanti **digestivi**).

Interessando inoltre l'**olfatto**, direttamente connesso con il **limbico**



, influiscono in modo potente (e inconscio) le emozioni, gli umori e Rosa
 gli stati d'animo, ciò che viene largamente sfruttato nell'**Aromaterapia** con gli **oli essenziali**.

Assolutamente da rispettare sono i sottilissimi dosaggi e le **simpatie e avversità** individuali, proprio perché si tratta di meccanismi non volontariamente controllabili. Esempio: usare l'aglio per una persona che lo detesta o nelle dosi individualmente esagerate è molto malsano (perché organicamente stressante), malgrado le sue proprietà "antisclerotiche".

7.11 Colagoghi

I **colagoghi** facilitano l'evacuazione delle vie **biliari**. Sono sostanze che aumentano la produzione di **Bile** da parte del **Fegato** e stimolano altre funzioni epatiche:

Agrimonia ♦ **Carciofo** ♦ **Carduus mariae** ♦ **Rafano** ♦ **Rheum** ♦ **Genziana** ♦ **Cnicus benedicti**



Carciofo

7.12 Epatici

Gli **epatici** regolano le attività metaboliche del **Fegato**, promuovono la proliferazione del tessuto epatico e regolano la produzione **biliare**:

Cnicus benedictus ♦ **Carduus mariae** ♦ **Berberis** ♦ **Curcuma** ♦ **Carciofo** ♦ **Tarassaco** ♦ **Assenzio** ♦ **Dioscorides** (yam) ♦ **Amara** in genere e spezie culinarie come il **Rosmarino**.

Rosmarino

7.13 Mucilluginosi

I **mucilluginosi** promuovono la produzione di muco sulle **Mucosa** (maggiormente dell'apparato digestivo). Sono erbe che contengono alte dosi di sostanze mucotiche come:

Althea ♦ **Malva** ♦ **Lino** ♦ **Fieno greco** ♦ semi di **Mela cotogna** ♦ semi di **Psillio**.

Di solito non vengono assorbite dall'intestino (polisaccaridi indigeribili).



Mela cotogna

7.14 Sialagoghi

I **sialagoghi** promuovono la **salivazione**:

- amarae come **Genziana** ♦ **Centarium**.
- Pungenti come **Paprica** ♦ **Peperoncino** ♦ **Echinacea spp.**



Peperoncino

8. Galenica

8.1 Preparazioni acquose

Le preparazioni acquose, specie i macerati e gli infusi, non si conservano a lungo perché vengono facilmente invasi da microrganismi che si propagano velocemente, consumando le sostanze nutritive e producendo residui solitamente poco salutari.

Estratti acquosi (macerati, infusi, decotti) concentrati si fanno per estrarre dalle piante sostanze specificatamente idrosolubili. Come passo seguente (dopo l'estrazione) viene evaporata molta acqua:

- fino a che la rimanente soluzione raggiunge il peso della droga impiegata=> Extractum fluidum; Extr.fluid.
- fino a che il rimanente resto raggiunge una consistenza simile a una pappa o a del miele=> Extractum spissum; Extr.spiss.
- fino a che è stato evaporato tutto il liquido=> Extractum siccum; Extr.sicc.

Per gli agenti farmaceutici sensibili al calore si esegue l'evaporazione a basse temperature e sotto vuoto. Le forme non secche sono molto delicate e soggette a contaminazioni microbiotiche. Per questo motivo noi preferiamo le preparazioni galeniche alcoliche (vedi preparazioni alcoliche).

Macerati, infusi e decotti

→ [Galenica](#)

Con le preparazioni acquose dall'erba, radice fresca o essiccata si estraggono delle sostanze attive facilmente solubili (idrofile). Secondo il tipo, la temperatura e la durata dell'estrazione si distinguono in:

- macerati acquosi: estrazione in acqua a temperatura ambiente normalmente per molte ore (al sole, durante la notte, ecc.). Con questo metodo si ottengono estratti inalterati da sostanze mucillaginose;
 - infusi: versare sull'erba o sulla radice tagliata fine fine dell'acqua bollente (o meno) e lasciare riposare (coperto) per qualche minuto (la radice richiede un po' più di tempo) prima di separare l'erba o le radici tagliate dall'infuso. L'infuso estrae bene le sostanze idrofile e conserva gran parte delle sostanze volatili. Estrazione sensata per quasi tutte le sostanze (salvo quelle resinose) di erbe, foglie, fiori e radici tagliuzzate finemente;
 - decotti: estrazioni di sostanze delle parti di erbe dure, legnose non volatili e resistenti ad alte temperature, tramite una cottura di mezz'ora.
-

Preparazione della tisana



Porre 1-3 g (un cucchiaino da tè corrisponde a circa 1,2 g) del rizoma di tarassaco finemente tagliato in acqua fredda e lasciarlo

Tisana bollire brevemente in acqua (150 ml circa) , filtrando dopo 15 minuti di infusione. Salvo diversa prescrizione, va bevuta 1 tazza di tisana fresca, calda, alla mattina e alla sera oppure fino a tre tazze al giorno, a sorsi e lontano dai pasti.

Posologia (salvo diversa prescrizione)

Come infuso: 1 cucchiaino di droga tagliata per 1 tazza d'acqua.

Come decotto: 3-4 g di droga tagliata o polverizzata per 1 tazza d'acqua.

8.2 Preparazioni zuccherate

→ [Galenica](#)

Di seguito sono trattati:

[Elisir \(Elix.\)](#) ♦ [Sciropo \(Sirupus, Sirup.\)](#) ♦ [Marmellate, Elettuari \(Elett.\)](#) ♦

Elisir (Elix.)

Tinture con delle aggiunte di zucchero, acqua, estratti, oli eterici, - sono applicate (o erano) a scopi preventivi o per migliorare i gusti di ingredienti spiacevoli da ingerire a lungo termine.

Sciropo (Sirupus, Sirup.)

Soluzione di zucchero con estratti di droghe. Si usa spesso per i bambini, per rendere un rimedio di cattivo sapore più amabile, come gli sciroppi contro la tosse.

La ricetta base per preparare uno sciroppo è:

Ricettario galenico magistrale: **Sciropo**

Rp.: **Sciropo**

Acqua o soluzione acquosa (macerato, infusione, decotto, succhi di bacche) bollente 5dl

Zucchero 1kg

m.f. Syrupus versando la soluzione acquosa sullo zucchero nella pentola sulla fiamma, mescolando fino che lo zucchero si è sciolto e il miscuglio comincia a bollire. Togliere dalla fiamma. **adde:** ev. ingredienti alcolici come tinture, vini (l'alcol evapora) fino a 1 dl

m.f. Syrupus, imbottigliare a caldo e chiudere ermeticamente (muffa!).

D.S. Ingerire 1 c.m. diluito con acqua o puro

[Abbreviazioni](#)



Sciropo

Sciropo di Tarassaco

Ingredienti:

300 gr di fiori freschi di tarassaco (solo fiori),
 1 manciata di fiori di farfara,
 1 manciata di piantaggine (solo foglia),
 1 kg. zucchero,
 2 limoni,
 3 arance,
 1 stecca di vaniglia



Vaniglia

Procedimento:

Mettere tutto in 2 litri di acqua e bollire per 10 minuti. Raffreddare e macerare per 24 ore, in seguito filtrare. Aggiungere lo zucchero e il succo dei limoni e arance e la vaniglia. Cuocere a fuoco lento per 2 ore. Imbottigliare a caldo.

Posologia: Bere a cucchiari o allungato con acqua.

Marmellate, Elettuari (Elett.)

Sono preparazioni di piante nelle forme "zuccherose" e raramente vengono considerati come "rimedi"; più che altro come alimentari. Ciononostante rimane il fatto che marmellate ed elettuari di piante medicinali sono rimedi "gastronomici".

Le marmellate sono passati, decotti o succhi di frutta con aggiunta di ca. la stessa quantità di zucchero (per conservarli) e (per decotti o succhi) sostanze gelatinose come gelatina, pectina o agar-agar per renderli più consistenti.

Gli elettuari sono estratti di piante o succhi di frutta con aggiunta di ca. la stessa quantità di zuccheri e inspessiti per cottura fino ad arrivare alla consistenza del miele.

Conservati in vasi sterilizzati ed ermeticamente chiusi (per evitare la formazione di muffa e la fermentazione) si mantengono per parecchio tempo e sono una bontà per il palato oltre ad essere dotati di più o meno doti curative. Essendo dolci servono spesso da "rimedi sovversivi" per la cura dei bambini.

Riporto due esempi di elettuari poco conosciuti in auge nella mia infanzia, ma che meritano di essere ricordati:

Ricettario galenico magistrale: Miele di tarassaco**Rp.: Miele di tarassaco**

Acqua	2 l
Fiori di tarassaco	2 l (recipiente della capacità di 2 l riempito di fiori)

m.f. decoctus:

- cuocere per ca. mezz'ora a pentola coperta
- filtrare e spremere le piante con la tela (decocto)



f. concentrato: Cuocere il decotto a pentola aperta fino all'evaporazione di ca. la metà (concentrato)
adde: Zucchero da cucina peso del concentrato (costituente)
 Succo di limone (o vino bianco, sidro) 1 dl (corrigens acido/dolce)
 ev. Spezie (moscato, garofano, pepe, cannella, ecc. ad lib. (aromaticum)
m.f. electuarium: cucinare a bassa fiamma a pentola aperta fino alla consistenza di miele
D. a caldo in vaso sterilizzato, ermeticamente chiuso (electuarium)
S. Electuarium taraxaci; da spalmare sul pane o per addolcire le bibite a piacere.

Tarassaco

[Abbreviazioni](#)

I fiori di tarassaco (non concimati) sono da raccogliere nei prati lontani almeno 200m dalle strade trafficate. Non calpestare i prati, perchè il contadino deve falciarli per fare il fieno.

8.3 Fermentati medicinali

(Vini), Ferm.vin

In tempi non tanto remoti, si usava preparare dei vini medicinali, non con il mosto di uva, ma con qualsiasi soluzione di zuccheri (miele da cucina, sciroppi, estratti di frutta). Di seguito una ricetta saporita:

Gli ingredienti *costituenti* (acqua, zuccheri e lievito di birra) garantiscono la fermentazione, perché i miceti del lievito decompongono tramite processi metabolici gli zuccheri in alcol e anidride carbonica (bollicine). Invece dello zucchero si possono usare anche dei succhi di frutta (sambuco, mele, pere, pesche, ecc. ev. concentrati per l'ebollizione, al fine di raggiungere la gradazione desiderata) che vanno "corretti" con del miele e degli zuccheri fino a raggiungere una gradazione sufficiente ed ev. con degli "acidi" (limone, acido citrico, ecc.) per garantire un equilibrio dolce/acido gradevole. Il processo di fermentazione alcolica di un macerato e decotto, rende queste forme "conservabili" e gustose.

La fermentazione vinosa di *Rimedi principali e coadiuvanti* può essere fatta quasi con qualsiasi pianta come anche i "corrigens" che di solito sono delle spezie aromatiche. La relativa composizione richiede non solo delle conoscenze farmaceutiche, ma altrettante doti creative gastronomiche. Mia nonna usava fare vino con tutti gli avanzi di frutta e bacche e utilizzava molte erbe e spezie per arricchirlo di doti curative.

Sarebbe un compito nobile risvegliare queste capacità proprie della tradizione popolare.

Esempio: **Vino di fiore di denti di leone**

Ricettario galenico magistrale: "Vino" dei fiori di dente di leone**Rp.:** "Vino" dei fiori di dente di leone

Fl.	Taraxaci	2 l	(recipiente della capacità di 2 l riempito di fiori)
Acqua	bollita fredda	2 l	costituens, sterilizzazione dell'acqua

m.f. macerato per un giorno. **adde:**

Rad.	Zingiberis	c.m.	1 rimedio coadiuvante, spezie gustativa
Peric.	Limonis		1 corrigens, spezia aromatica
Peric.	Arancidis		1 corrigens, spezia aromatica

m.f. decoctus 30 minuti, filtrare ("sterilizzare"). **adde:**

Saccaridum		700 gr	costituens, zucchero da cucina, anche miele, ecc.
Succ.	Limonis	1	corrigens equilibrio acido/dolce

m. lasciare raffreddare. **adde**

Lievito	di vino	c.t.	1 costituens, fermentatore
---------	---------	------	----------------------------

m. con un po' del liquido prima, **f.** "pappa", **adde** al liquido sopra,

f.

- Farlo fermentare in un posto caldo per 2 giorni in un recipiente coperto con un tessuto per proteggerlo dalle contaminazioni (altrimenti bolle, schiuma e trabocca facilmente).
- Travararlo in una grande bottiglia chiusa con ovatta o un tubettino di fermentazione "codina maialina" e
- lasciare terminare la fermentazione (fino a che non ci sono più bollicine);
- chiudere ermeticamente la bottiglia e lasciare riposare il liquido per due mesi;
- travasare filtrando il vino in bottiglie di consumo e lasciarlo decantare per almeno altri sei mesi.

S. Ferm.vin.Taraxaci spez.; data, firma.

D. Un cichettino prima dei pasti

[Abbreviazioni](#)



Ginger



Lemon



Arancia

All'inizio conviene sperimentare molto facendo piccole dosi. La minima svista, lavoro o materiale "inadeguato" fa andare il risultato in "aceto" (spore di microrganismi acetosi che trasformano l'alcol in aceto).

8.4 Estratti

(Extr., Extr.fluid., Extr. spiss., Extr.sicc.)

Estratti acquosi (macerati, infusi, decotti) concentrati si fanno per estrarre specificatamente dalle piante solo sostanze idrosolubili. Come passo successivo (dopo



l'estrazione) si fa evapora molta acqua,

Estrattore

- fino a che la rimanente soluzione raggiunge il peso della droga impiegata → **Extractum fluidum** → Extr.fluid.
- fino a che il rimanente resto raggiunge una consistenza di pappa o di miele → **Extractum spissum** → Extr.spiss.
- fino a che viene evaporato tutto il liquido → **Ectractum siccum** → Extr.sicc.

Per agenti farmaceutici sensibili al calore si esegue l'evaporazione sotto vuoto a basse temperature. Le forme non secche sono parecchio sensibili alle contaminazioni microbiche.

Più frequenti sono gli estratti alcolici (normalmente macerati per percolazione simili a tinture come operazione di partenza). Secondo la concentrazione di alcol/acqua e l'acidità/basicità, dalla pianta vengono estratti sostanze idrosolubili (glicosidi, alcaloidi, zuccheri, mucilluginosi, ecc.) e altre come lipidi, resine, alcaloidi, eterici, ecc. La concentrazione per evaporazione è come quella degli estratti acquosi con le seguenti differenze:

- l'evaporazione di alcol si esegue normalmente a circuito chiuso con il recupero dell'alcol (perché è caro e per evitare odore ed esplosioni). I residui alcolici si usano come "spiriti";
- siccome l'alcol evapora prima dell'acqua, la soluzione rimanente con l'erba diminuisce continuamente di concentrazione alcolica: già l'Extr.fluid. ha normalmente una concentrazione poco superiore al 20%, anche se l'alcol originalmente impiegato ne aveva 60%; l'Extr.spiss. e l'Extr.sicc. non contengono più alcol.

Esempi di prodotti divulgati:

- Extr.spissum Rad. Petasitide (p.es. PETADOLOR®), analgesico confezionato in capsule.
- Extr.spissum Rad. Piper methystici (p.es. KAVASEDON®, MAVENA®), sedativo confezionato in capsule.
- Extr.fluid.alcol. Fl.Chamomillae (p.es. KAMILLOSAN®, ecc.), antiflogistico confezionato in bottiglie.

Per il commercio e per i farmacisti gli estratti sono di grande comodità:

- le concentrazioni standardizzate permettono un facile commercio e dosaggio;
- le alte concentrazioni richiedono poco posto e permettono medicazioni concentrate in capsule e compresse;
- le monosostanze si prestano come ingredienti per preparazioni magistrali (composizioni individuali manufatte dal farmacista).

Come terapeuta mi servo degli estratti nei casi in cui non ho a portata di mano la tintura. Visto che in ogni preparazione di estratto (Fluid. spiss. sicc.) è perfettamente determinata la concentrazione relativa alla pianta secca e visto che l'estratto è usabile per tutte le preparazioni che intendo preparare, spesso l'Extractum è il "Santo ausiliatore", perché per fare le tinture posso anche diluirlo nell'alcol.

8.5 Preparazione di una tintura

→ 2) Respirazione

(ripetizione per via delle nuove allieve)

Posologia: (salvo diversa prescrizione) tintura: 20...40 gocce, 3 volte al giorno

8.6 Oli essenziali

(eterici)

→ [2\) Respirazione](#)

(ripetizione per via delle nuove allieve)

Posologia: Cave! non usare (salvo per specifici casi descritti) gli oli eterici puri. Diluirli con oli vegetali o alcol a concentrazioni sensate.

9. Diversi

9.1 Morale ed etica professionale

→ [Morale ed etica professionale](#)

10. Annessi

Sono trattati i seguenti argomenti:

[Sitografia](#) ◇ [Organizzazioni](#) ◇ [Impressum](#) ◇ [Commenti](#) ◇ [Allegati](#): Motori di ricerca, Commentbox

10.1 Sitografia

alla pagina 3) *Gastroenterologia*

Sono trattati le seguenti fonti:

[Google](#) ◇ [Galenica MedPop](#) ◇ [Ricette magistrali: Foglietti MedPop](#) ◇ [Enciclopedia di Medicina popolare](#) ◇ [it.Wikipedia](#) ◇

Google

[Disturbi digestivi](#) ◇ [Malattie digestive](#) ◇ [Indigestione](#) ◇

Galenica MedPop

Squadra	Galenica	Erboristica	Fitorimedi	Abbreviazioni	Preparazioni	Ricettari
		Ricette	Applicazioni	Apprendistato		

Ricette magistrali: Foglietti MedPop

Le ricette galeniche in merito si trovano sotto:

- Digestione:
 - [Antidiarroico gtt.](#) ◇ [Antidiarroico past.](#) ◇
 - [Apparato digerente:](#) ◇ [Bocca - esofago - stomaco:](#) ◇
 - [Carminativo](#) ◇ [Cura gengive](#) ◇ [Diverticolite: base](#) ◇
 - [Fegato - cistifellea - pancreas:](#) ◇
 - [Flatulenza](#) ◇ [Foglietti illustrativi: indice](#) ◇ [Gengivite](#) ◇
 - [Intestino - infezioni - parassiti:](#) ◇ [Modulo/Titolo](#) ◇
 - [Stomatite](#) ◇ [Stomatite, Glossite](#) ◇
- Odontoiatria:
 - [Cura gengive](#) ◇ [Foglietti illustrativi: indice](#) ◇ [Gengivite](#) ◇ [Mal di denti \(bimbi\)](#) ◇ [Mal di denti I](#) ◇ [Mal di denti II](#) ◇ [Paradontite](#) ◇ [Paradontite dolente](#) ◇ [Paradontite: cura](#) ◇
 - [Stomatite](#) ◇ [Stomatite, Glossite](#) ◇

Il tema è approfondito:

- nell'unità di studio [Apparato digestivo MmP 11](#) con un [Ricettario: Apparato digestivo](#)
- nel gruppo [Ricettario popolare](#).
- nel corso CSA: [Apparato digerente e Malattie del sistema digerente](#)
- Altre voci si trovano nei domini di MedPop sotto [Digestione](#), [digestivo](#) e [Odontoiatria](#)

Enciclopedia di Medicina popolare

[Indigestione](#) ◇ [Disturbi digestivi](#) ◇ [Malattie digestive](#)

it.Wikipedia

[Digestione](#) ◇ [Stitichezza](#) ◇ [Diarrea](#) ◇ [Peristalsi](#) ◇ [Apparato digerente](#) ◇ [Dispepsia](#) ◇ [Flatulenza](#) ◇ [Meteorismo](#) ◇ [Vomito](#) ◇ [Rigurgito](#) ◇

11. Immagini

Gastroenterologia ↓





Diapositive Smetti

11.1 Impressum

Autrice: Bianca Buser

a cura di D. Rüegg

12. Commenti

alla pagina *GalenicaApprendistato / 3) Gastroenterologia*

12.1 Domini di MedPop



[MedPop](#) | [Novità](#) | [Enciclopedia](#) | [Forum](#) | [Redazione](#) | [CSA](#) | [Immagini](#)

© Cc by P. Forster & B. Buser nc-2.5-it



Proveniente da <http://pforster.no-ip.org/~admin/pmwiki/pmwiki.php?n=GalenicaApprendistato.Gastroenterologia>
Pagina creata il 20 Jan 2009, ultima modifica February 04, 2009, at 01:00 PM