



FreeFind

Vai

 MedPop Web

MedPop



7) Pediatria / Odontoiatria ← GalenicaApprendistato

Galenica domestica

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

[Aromaterapia](#) ♦ [Odontoiatria](#) ♦ [Pediatria](#) ♦

Programma

7) Pediatria / Odontoiatria

indice ([sopprimi](#))

1. Aromaterapia in pediatria
 - 1.1 [Impiego domestico](#)
 - 1.2 [Gravidanza](#)
 - 1.3 [Neonati](#)
 - 1.4 [Camomilla tedesca](#)
 - 1.5 [Lavanda](#)
 - 1.6 [Mandarino](#)
2. Impacchi per i bambini
 - 2.1 [Che cosa piace ai bambini](#)
 - 2.2 [Precauzioni importanti](#)
 - 2.3 [Attenzione](#)
 - 2.4 [Storia dello *spiritello degli impacchi*](#)
3. [Dentizione](#)
4. [Igiene dentale per bimbi](#)
5. [Mal di denti dei bimbi](#)
 - 5.1 [Aromaterapia](#)
 - 5.2 [Impacco con il *sacchetto di camomilla*](#)
 - 5.3 [Impacco di cipolla sotto il piede](#)
6. [Alitosi](#)
 - 6.1 [Ridurre l'alito cattivo](#)
7. [Preparazioni galeniche](#)
 - 7.1 [Dentifricio](#)
 - 7.2 [Gel Paradontosi alla gomma mastice](#)
8. [Odontoiatria: MedPop-links](#)
9. [Piante medicinali in dicembre](#)
10. [Annessi](#)
 - 10.1 [Impressum](#)
 - 10.2 [Commenti](#)

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

1. Aromaterapia in pediatria

[Aromaterapia it.Wikipedia](#) ◇ [Aromaterapia it.healthnews.](#) ◇ [Aromaterapia nauropica webster.it/libri](#) ◇ [Aromaterapia donne.virgilio.it](#)



Gli oli essenziali possono essere utilizzati per curare i disturbi dei bambini in modo sicuro ed efficace, a patto che vengano rispettate alcune regole. In generale i bambini reagiscono molto bene all'aromaterapia e a tutti i metodi di guarigione naturale, in parte perché non hanno aspettative o pregiudizi e in parte perché il loro giovane corpo ha un eccellente potere di recupero e non è stato ancora danneggiato da malattie, incidenti, stress smisurato o altro che possono capitare nel corso della vita di un individuo.

Con questo non intendiamo affermare che i bambini non vengano influenzati da questi fattori, anzi, sono molto più vulnerabili, soprattutto considerando il loro peso corporeo in relazione a qualsiasi potenziale sostanza tossica, tuttavia essi sono in grado di liberarsi più velocemente dalle sostanze nocive e dagli organismi infettivi, perché il loro sistema

difensivo è particolarmente vigile ai pericoli.

Tutti gli impieghi "casalinghi" degli oli essenziali, come i bagni, i suffumigi, le compresse e le vaporizzazioni, rappresentano un valido aiuto per curare disturbi minori e banali e sia i neonati che i bambini reagiscono molto bene ai massaggi più semplici e delicati. Non è necessario che le madri abbiano una preparazione specifica per massaggiare delicatamente i loro figli, ma qualora desiderino documentarsi possono reperire parecchi testi validi su questo argomento. Dalla nascita in poi, la madre ha un contatto fisico continuo con il bimbo, quando gli fa il bagno, lo cambia, lo veste, lo nutre e così via, quindi può facilmente estendere il contatto a un delicato massaggio con oli essenziali diluiti. Quando il bambino cresce, il contatto fisico con la madre spesso diminuisce, ma questo distacco può essere evitato abituandolo a massaggi regolari fin dai primi anni di vita, magari dopo il bagno quotidiano prima di andare a letto.

Il regolare utilizzo degli oli essenziali nei bagni, nei massaggi, nei vaporizzatori o nei diffusori rappresenta un'efficace forma di cura preventiva e spesso contribuisce a evitare la propagazione di raffreddori, influenze e altre infezioni. Tuttavia il sistema immunitario dei bambini più piccoli non è ancora completamente sviluppato e, soprattutto quando iniziano ad andare a scuola e ad entrare in contatto con altri bambini (spesso in aule eccessivamente riscaldate) è inevitabile che contraggano raffreddori e malattie infettive. In questo caso le cure con gli oli essenziali potranno ridurre considerevolmente i disagi di queste malattie, riducendone la durata e prevenendo infezioni secondari.

Gli oli sono inoltre particolarmente utili per curare piccole lesioni, tagli, lividi, ustioni minori e punture d'insetto, insomma tutti i piccoli incidenti che possono capire a un bambino normalmente attivo.

Quando si utilizzano gli oli essenziali per curare dei bambini è consigliabile seguire alcune precauzioni:

- non usare mai oli non diluiti (con la sola eccezione di piccole quantità di olio di Lavanda o di Albero del tè su ustioni o lesioni minori a secondo dell'età del bimbo);
- diluire sempre gli oli essenziali prima di aggiungerli all'acqua del bagno e usare meno olio (fino a 4 gocce per i bambini) di quanto ne mettereste in un bagno per adulti;
- per praticare il massaggio, l'olio essenziale deve essere diluito maggiormente nel caso dei bambini a secondo dell'età, cioè dall'1% al 1,5%, contro una media del 3%- 7% per gli

adulti;

- se il bambino sta facendo i suffumigi con una bacinella di acqua calda, non lasciatelo mai solo e sorvegliatelo per tutta la durata del trattamento;
- inizialmente il bambino dovrebbe fare inalazioni brevi, della durata di pochi secondi, mezzo minuto al massimo, e se le tollera, potete aumentare i tempi a un minuto o due;
- non somministrate mai gli oli essenziali per via orale;
- evitate tutti gli oli essenziali classificati come tossici o leggermente tossici e chiedete comunque consiglio a un esperto in materia;
- non tentate mai di curare malattie gravi senza consultare il vostro medico o persona esperta in materia. Chiamate immediatamente il dottore se il bambino ha la febbre troppo alta, ha riportato un'ustione grave, è in preda a convulsioni o presenta altri sintomi allarmanti;
- in caso di condizioni non molto gravi, chiamate comunque il medico se non migliorano entro 24 ore.

Oltre alla vere e proprie *malattie* riconoscibili, ci sono situazioni in cui il bambino è semplicemente indisposto, irritabile, insonne o sovraccitato, e in questi caso l'aromaterapia si rileva un preziosissimo alleato per rilassarlo e calmarlo. La più nota panacea da un bagnetto caldo (ma non troppo) a cui sono state aggiunte da 2 a 4 gocce di olio di Camomilla, Mandarino o Lavanda prediluito. Questi oli svolgono, fra il resto, una delicata azione calmante e sedativa, che aiuteranno a scacciare il malumore e l'irrequietezza, ad alleviare i dolori e a promuovere un sonno ristoratore.

La Camomilla è definita anche *l'olio dei bambini* proprio perché è delicata, atossica, ed efficace per tutti i problemi tipici dell'infanzia, come la dentizione, le infiammazioni cutanee, i disturbi allo stomaco, ecc.

Come già detto prima, l'olio non dovrebbe mai essere adoperato allo stato puro e una volta diluito, può essere utilizzato per bagni e massaggi; anche in commercio esistono ottime creme a base di Camomilla ma volendo si può ricorrere alle preparazioni galeniche domestiche.

Oltre alla già citata Lavanda, Camomilla, Mandarino gli oli più adatti ai bambini sono quelli di Rosa, Benzoe; le proprietà e gli utilizzi più adeguati vi verranno descritti alle singole patologie.

1.1 Impiego domestico

[Aromaterapia it.Wikipedia](#) ♦ [Aromaterapiamaternatura](#). ♦

ATTENZIONE!

Prima di usare sul vostro bambino anche gli oli più delicati, eseguite prima un test di tollerabilità. E' opportuno fare sempre questo test, prima di usare un olio nuovo.

COME FARE UN TEST CUTANEO

- Se provate per la prima volta un olio a casa, che si tratti di un olio essenziale o di un olio di base, prima di usarlo sarebbe bene eseguire un test cutaneo. E' molto importante in caso di pelle sensibile, allergie cutanee o se volete usare l'olio su un bambino.
- Mettete una goccia d'olio su un batuffolo di cotone, applicatelo sulla piega del gomito, dietro il polso o sotto il braccio.
- Ponete un cerotto sul batuffolo per isolarlo dall'acqua, e tenetelo 24 ore.
- Se compare una reazione sotto forma di prurito o rossore, sospendete immediatamente l'uso dell'olio.

Il metodo d'impiego più comune è un delicato massaggio sulla guancia interessata con olio di Camomilla all'1%-1,5% (nel caso di bambini più grandicelli, i molari possono spuntare anche a due per volta, quindi bisognerebbe massaggiare entrambe le guance). L'olio di Camomilla *Matricaria Chamomilla* o Camomilla tedesca sembra il più efficace a questo scopo, quindi consiglieremmo di metterne una o due gocce, non di più, in un cucchiaino da 5 ml di olio vettore (olio di girasole per esempio) e di massaggiare delicatamente la miscela sulla guancia. Durante la fase della dentizione, è facile che il piccolo si sfregi le orecchie e il dolore potrebbe essere dovuto al dente oppure a un'infezione. In questo caso dovrete estendere il massaggio alla zona intorno all'orecchio, ricordandovi di intiepidire l'olio sfregandolo sulle mani accuratamente lavate e disinfettate prima di usarlo oppure, se fa molto freddo, di riscaldarlo lievemente su una fonte di calore moderato o a "bagno maria".

Nella fase della dentizione, spesso il bambino è così irrequieto che non riesce a prendere sonno; in questo caso noi consigliamo di mettere una goccia di olio di Lavanda o di Camomilla nell'acqua del bagno, oppure sul lenzuolo o sul pigiama.

Se state già utilizzando la Camomilla per i massaggi sul viso, potreste impiegare la Lavanda per risolvere il problema dell'insonnia e aggiungervi una goccia di essenza di mandarino che ha delle proprietà calmanti nonché anestetiche, oppure provarli entrambi separatamente per vedere qual è il più efficace.

Gli oli essenziali utili a minimizzare i disagi nella fase della dentizione devono essere usati attenendosi scrupolosamente alle misure di sicurezza elencati alla voce Bambini e Neonati.



1.2 Gravidanza



Cedrus atlantica

Se si vogliono utilizzare gli oli essenziali in gravidanza, è opportuno tralasciare un piccolo gruppo di oli che non devono assolutamente essere utilizzati nei primi mesi di gravidanza, perché sono tossici, abortivi o nocivi per la madre e per il feto. A patto che questi oli siano evitati, l'aromaterapia può arrecare notevoli benefici alla futura mamma, perché contribuisce a minimizzare i vari disturbi della gravidanza, come la nausea, il mal di schiena e il gonfiore alle gambe e alle caviglie.

Gli oli da evitare nei primi tre o quattro mesi di gravidanza includono quelli classificati "emmenagoghi" cioè che inducono la comparsa del flusso mestruale, quelli da usare durante il travaglio per aumentare le contrazioni, e alcuni oli piuttosto tossici che potrebbero risultare nocivi sia per la madre sia per il feto (tra queste tre categorie i confini sono piuttosto vaghi).

ATTENZIONE!

Gli oli che non devono essere usati del tutto in gravidanza sono: Anice, Artemisia, Arnica, Basilico, Betulla, Canfora, Legno di Cedro, Salvia Sclarea, Cipresso, Finocchio, Issopo,

Gelsomino, Ginepro, Maggiorana, Mirra, Origano, Salvia, Timo e qualsiasi altro olio classificato tossico.

Anche la Camomilla e la Lavanda sono oli emmenagoghi, ma possono essere usati in piccolissime quantità e ben diluiti (dall'1% all'1.5%), tranne nel caso in cui ci siano emorragie o altri sintomi anormali oppure se il medico ritiene che la gravidanza presenti qualche rischio. Nella fase più avanzata, dal sesto mese circa, abbiamo spesso usato sia la Lavanda, eccezionale per alleviare le tensioni alla schiena, che la Rosa, diluita dall'1% all'1,5%, perché svolge un'azione particolarmente benefica sulla sfera emotiva.

Con l'avanzamento della gravidanza, molte donne lamentano forti dolori alla parte bassa della schiena, dovuti non solo all'aumento di peso del bambino, ma anche al cambiamento della forma del corpo e all'accentuazione della curva lombare della colonna vertebrale.

Massaggio in gravidanza

- Dopo il quarto mese, il massaggio può essere estremamente benefico per le donne incinte, anche se non è consigliabile prima di questo periodo.
- Comunque il massaggio dolce con gli oli essenziali può alleviare enormemente i dolori e contribuire a tonificare i muscoli che devono sostenere un maggior peso. Dopo il quarto mese di gravidanza potete usare una goccia di Mandarino e Lavanda diluito in un olio base.
- Una donna incinta probabilmente non sarà comoda distesa prona, perciò fatela adagiare su un fianco o sulla schiena, e improvvisate. Potete offrirle altri cuscini da mettere tra le gambe o per appoggiarvi il ventre mentre è stesa su un fianco, poi potrete massaggiare qualunque parte riusciate a raggiungere.
- Potete farle anche un piacevole massaggio alla schiena chiedendole di sedersi al contrario su una sedia, appoggiandosi allo schiena. Le donne incinte talvolta preferiscono sedersi al contrario su una sedia, piuttosto che stare sdraiate.

ATTENZIONE!

Non massaggiate una donna incinta prima del quarto mese di gravidanza e neanche usate gli oli eterici.

Olio per il bagno

I bagni aromatici possono arrecare notevoli benefici in gravidanza, anzi rappresentano una piacevolissima forma di rilassamento per la madre in attesa; anche in questo caso, è necessario evitare gli oli pericolosi e l'acqua eccessivamente calda.

Nella preparazione di un olio per il bagno si seguono le stesse proporzioni dell'olio per massaggio. Dopo il quarto mese potete emulsionare 3 gocce di Mandarino e 2 gocce di Lavanda e 1 goccia di Rosa in 5 cucchiaini di olio di base e versarli nella vasca da bagno. Tre oli spesso rappresentano il giusto equilibrio per creare un aroma intenso e una miscela potente.



1.3 Neonati

L'aromaterapia può essere utilizzata con successo fin dal momento della nascita del neonato e senza dubbio anche prima (>Gravidanza), con la raccomandazione, però di tenere a mente alcune semplici precauzioni.

Gli oli e i metodi più utili durante l'infanzia sono descritti in modo più dettagliato alla voce Bambini, ma nel caso dei neonati bisogna considerare qualche altro fattore. Leggerete nella sezione dedicata ai bambini che gli oli essenziali devono essere sempre diluiti prima di aggiungerli all'acqua del bagno, e per i neonati questa precauzione acquista ancora più importanza perché i piccoli si succhiano le dita e le strofinano molto spesso sugli occhi. Gli oli non diluiti rimangono sulla superficie dell'acqua formando una pellicola finissima e possono depositarsi facilmente sulla bocca o gli occhi del bimbo, con conseguenze pericolose. Gli oli essenziali dovrebbero essere sempre tenuti lontano dagli occhi perché possono irritare la cornea; e, mentre negli adulti questo comporta semplicemente una sgradevole sensazione di pizzicore, nei bambini piccoli può causare danni permanenti agli occhi, se non addirittura mettere in pericolo la vista. Gli oli non diluiti potrebbero inoltre nuocere al delicato tessuto interno della bocca oppure, ancor peggio, danneggiare il rivestimento dello stomaco se vengono ingoiati.

Prima di aggiungere gli oli essenziali all'acqua del bagno è consigliabile mischiarli a qualche cucchiaino di olio di mandorla o di girasole, o a una tazza di latte (non scremato) e agitare vigorosamente la miscela prima di versarla nel bagno. Una sola goccia di olio di Camomilla, Mandarino o di Lavanda nel bagnetto del neonato è sufficiente per alleviare disturbi minori e favorire il sonno. L'aggiunta regolare degli oli all'acqua per prevenire l'eritema da pannolino, poiché quasi tutti gli oli essenziali impediscono lo sviluppo dei batteri sulla pelle.



Un metodo sicuro ed efficace per utilizzare gli oli essenziali nella cura della tosse, del raffreddore o di altri disturbi respiratori, è quello di mettere una goccia dell'olio appropriato sul lenzuolo della culla, così il bambino inalerà continuamente l'olio vaporizzato; è un semplice accorgimento a cui si può ricorrere tranquillamente, con le dovute precauzioni, anche con neonati di pochi settimane di vita. Un altro impiego domestico efficace è quello di spruzzare o vaporizzare gli oli essenziali nella camera del bambino, sia per curare la tosse o il raffreddore, sia per aiutarlo a prendere sonno.

Una sola goccia di olio di Lavanda o Mandarino sulla camicia da notte o sul pigiama di un piccolo molto irrequieto e agitato ha effetti quasi miracolosi: ci è stato riferito da alcuni genitori che i loro bimbi hanno dormito fino a quattordici ore di seguito dopo aver adottato questo piccolo stratagemma, concedendo così una giornata di respiro alla mamma e a tutti i membri della famiglia.

Se il bambino soffre di coliche, un delicato massaggio sul pancino aiuterà ad alleviare i dolori: a questo scopo, mettere due gocce di olio di Camomilla, Mandarino o di Lavanda in un cucchiaino di olio blando, come quello di mandorla o girasole (potrete intiepidirlo leggermente prima di usarlo) e poi massaggiatelo con movimenti fermi e delicati sull'addome del bambino, sempre in senso orario, per circa cinque minuti. Se il piccolo non sembra trarre benefici da questo metodo, provate a distenderlo sulle vostre ginocchia a faccia in giù e massaggiategli delicatamente la parte bassa della schiena.

Ovviamente, se i dolori come il mal d'orecchio, dentizione, raffreddore, coliche ecc. persistono, non esitate a consultare un medico.



1.4 Camomilla tedesca

Matricaria chamomilla

Habitat

Pianta erbacea annuale fortemente aromatica, alta fino a 50 cm. con fusto eretto, glabro e ramificato. Foglie piccole e molto frastagliate, di colore verde-biancastro. Ha bei fiori dal cuore giallo a capolino, come la margherita, con petali bianchi.

Matricaria chamomilla è una pianta comunissima, cresce sui margini dei campi e delle strade, nei posti incolti, tra 0 e 800 m., raramente più in alto, in tutto il nostro territorio. Fiorisce da giugno ad agosto.

Tecnica colturale

La preparazione del terreno consiste in un lavoro di aratura, un'abbondante concimazione organica e qualche erpicatura. La Camomilla predilige i terreni ricchi, leggeri, permeabili e freschi. Il clima deve essere piuttosto caldo, ma non deve mancare l'acqua. La propagazione avviene per semina in semenzaio. I lavori consecutivi consistono in qualche scerbatura per tenere il terreno sgombro dalle piante infestanti.



Matricaria

Raccolta e conservazione

La pianta fiorisce lungo tutto l'arco dell'estate. Si raccolgono le infiorescenze più piccole e non ancora del tutto sbocciate. L'operazione si effettua a mano o con l'aiuto di appositi pettini. I capolini vanno essiccati all'ombra in luoghi ben areati. L'essenza di Camomilla tedesca (Matricaria chamomilla) ha un profumo più penetrante e intenso; viene estratta per distillazione dei soli fiori. Per la distillazione si procede lo stesso giorno della raccolta.

Proprietà e impieghi

La Camomilla, è tra le piante medicinali più popolari, è indicata contro gli spasmi a carico dell'apparato digerente e gli stati infiammatori interni ed esterni.

Si tratta di un'erba con una tradizione medicinale e usata nelle cure popolari per le sue proprietà:

- antinfiammatorie;
- antispastiche sulla muscolatura liscia del tubo digerente;
- antinevralgiche.

La Camomilla viene impiegata nelle:

- gastriti;
- esofagiti;
- ulcera peptica.



Olio essenziale di camomilla

La Camomilla tedesca è composta prevalentemente da camazulene e farnesene; il primo non si trova nelle piante, ma viene prodotto durante la distillazione, quando avviene una particolare reazione tra le varie componenti delle piante e il vapore. Il camazulene conferisce

all'olio una bella colorazione blu ed è un valido agente antinfiammatorio.

La Camomilla è un rimedio sovrano per i bambini piccoli che sono spesso sovraccitati e difficili da calmare a causa delle ragioni più disperate o per problemi tipici come la dentizione, le coliche addominali o l'indigestione di aria. In questi casi non vogliono addormentarsi, desiderano solo essere cullati continuamente o si svegliano nel pieno della notte. Mettere una goccia di essenza di Camomilla nella lampada per aromi direttamente nella loro stanza (oppure fare massaggi dolci, impacchi e compresse) è di grande giovamento.

Caratteristiche

Liquido viscoso blu inchiostro, con forte odore dolciastro. Si armonizza bene con la Lavanda e il Mandarino.

Camomilla in aromaterapia

Tutte le varietà di Camomilla svolgono un'azione lenitiva e antinfiammatoria, e quest'ultima nella Camomilla tedesca, grazie al suo alto contenuto di camazulene. Quest'ultima, pertanto, risulterà utile in tutte le condizioni in cui è presente un'inflammazione, sia interna che esterna; può essere usata in compresse calde su foruncoli, ascessi, tagli infetti, infezioni causate da schegge, e sugli ascessi come metodo di pronto soccorso, in attesa del dentista. Le tisane, il massaggio e le compresse sull'area colpita sono utilissime in caso di infiammazioni interne e in particolare quelle dell'apparato digerente, come ad esempio coliti, gastriti e diarrea, specialmente se cronica.

Alcune delle proprietà e delle applicazioni della Camomilla coincidono con quelle dell'olio di Lavanda, quindi, nel caso dobbiate decidere se optare per l'una o per l'altra, sarà utile ricordare che come analgesico la Camomilla è generalmente efficace per dolori sordi e continui, mentre la Lavanda agisce soprattutto su dolori acuti e penetranti.

La Camomilla rappresenta un valido alleato nella cura di condizioni allergiche, come l'eczema o l'orticaria. In generale produce un ottimo effetto per i problemi di pelle, soprattutto se è secca, si squama facilmente e provoca prurito, oppure se si arrossa a chiazze.

Un caso di allergie di vario genere, l'olio di Camomilla può essere aggiunto ad acque aromatiche, creme o lozioni, da usare direttamente sulla pelle, mentre i bagni costituiscono il metodo più semplice se la superficie interessata è piuttosto vasta.

L'olio di Camomilla è tanto delicato che viene spesso aggiunto in varie preparazioni per i bambini; per alleviare i dolori dovuti alla dentizione, consigliamo di massaggiare delicatamente la guancia del piccolo con qualche goccia di olio di Camomilla diluito all'1%.

Impiego domestico del Aeth. Camomillae

All'essenza di Camomilla tedesca sono riconosciute proprietà:

- analgesiche;
- antinfiammatorie;
- antibatteriche;
- antimicotiche;
- cicatrizzanti.

Notevole è la tollerabilità della Camomilla, questo fa sì che sia particolarmente indicata per formulazioni adatte ai bambini e per prodotti destinati a pelli sensibili.

Eccezioni

CAVE! Può essere responsabile di reazioni allergiche.

Controindicazioni

- Ipersensibilità a uno o più componenti e alle Asteraceae.



1.5 Lavanda

Lavandula vera, Lavandula Angustifolia

Habitat

La Lavanda è una pianta molto rustica e resistente. Cresce sulle colline e sui monti aridi e sassosi, dove fiorisce da giugno a settembre. Ha profumati fiori piccoli, violetti. La Lavanda viene coltivata in orti e giardini ed è perenne.

Tecnica culturale



Lavanda angustifolia

La pianta si moltiplica per talea o per seme. Questo secondo metodo dà risultati più sicuri. Il terreno di coltivazione non deve avere particolari caratteristiche, in quanto la Lavanda è una pianta poco esigente che può crescere fino ai 1.500 m d'altezza. L'esposizione ideale, invece, è quella calda a pieno sole. Il seme può essere messo in semenzaio, ma si può procedere benissimo alla semina diretta. La talea semilegnosa va fatta a fine inverno o a tarda estate.

Raccolta e conservazione

Si raccolgono le spighe in giugno un attimo prima della fioritura. L'essiccazione avviene in luogo ombroso e areato, mentre la conservazione può avvenire in piccoli sacchetti di tela. Nel caso si intenda estrarre l'essenza, la distillazione va effettuata lo stesso giorno della raccolta.

Impiego domestico

Il nome di questa pianta deriva dal latino *lavare*, probabilmente perché veniva usata per pulire le ferite, e anche per l'igiene personale, nei bagni, e per lavare la biancheria.

È l'olio essenziale più utile a livello curativo, perché è sedativo, antisettico, analgesico e calmante. Favorisce un sonno tranquillo e allevia il mal di testa. L'olio essenziale è utilizzabile sicuramente per via esterna: ottenuto per distillazione dei fiori presenta ottime attività antinfiammatorie.

La Lavanda, fresca, essiccata o in forma di olio, è impiegata a scopi curativi da migliaia di anni; infatti, mentre altre erbe medicinali note alle civiltà più antiche sono state dimenticate e poi *riscoperte* in tempi recenti, la Lavanda non ha mai perso la sua popolarità ed è uno dei pochi oli essenziali inclusi nelle farmacopee moderne.

ATTENZIONE!

È meglio evitare la Lavanda nei primi quattro mesi di gravidanza.

Controindicazioni

- Ipersensibilità accertata verso uno o più componenti



1.6 Mandarino

Citrus reticulata

[Wiki Citrus reticulata](#)

Il Mandarino deve il suo nome ai Mandarini cinesi, i funzionari imperiali a cui tradizionalmente veniva donato in segno di rispetto.

Il Mandarino fu portato in Europa nel 1805. Quarant'anni dopo arrivò in America, dove fu ribattezzato Tangerino, perché era importato da Tangeri, in Marocco. Il Tangerino non ha semi, a differenza del Mandarino.

I nomi Mandarino, Tangerino e Satsuma sono usati quasi come sinonimi, anche se gli oli ricavati dai frutti sono alquanto diversi tra loro.

Descrizione

Il Tangerino è ottenuto per ibridazione delle specie originarie dell'Asia e cresce su alberelli sempreverdi con foglie lucide e fiori fragranti. Oggi il Tangerino è più simile al Mandarino cinese originale, perché è più grosso, rotondo e ha una buccia più gialla.

Metodo di estrazione

Spremitura delle bucce.

Proprietà curative

Grazie alla sua natura delicata, in Francia il Mandarino è considerato come *l'olio dei bambini* e viene usato per i disturbi digestivi dei neonati e per calmare il singhiozzo; a questo scopo è consigliabile impiegare una diluizione al 2%, in olio di mandorle dolci, da massaggiare dolcemente sullo stomaco, sempre in senso orario. Il Mandarino è uno degli oli più sicuri da utilizzare in gravidanza, perché non risulta nocivo né per la madre né per il feto.

Rp.: Massaggio calmante

Aeth	Mandarino	gtte III	sedativo odoroso
Olio	Calendula	30	affezioni cutanee, cura la pelle dei bambini

D.S. Miscelare 3 gocce di essenza di Mandarino in 30 ml di olio di Calendula e spalmare dolcemente sul corpo.

[Abbreviazioni](#)



Calendula officinalis

L'essenza di Mandarino è adatta ai bambini e alle donne in gravidanza, calma le paure, l'irritabilità e l'insonnia.

L'olio essenziale è sempre associato a oli vegetali inerti, per evitare le reazioni cutanee. In questo modo i composti riescono a penetrare attraverso la cute, assicurando l'efficacia del prodotto.

E' anche l'olio migliore da provare sulla pelle del vostro bambino, perché è delicato, anche se va usato sempre ben diluito.

Rp.: Bagnetto calmante

Aeth. Mandarino	gtte	II calmante
Miele	cucchiaini	3-4 eudermico, utile per la pelle sensibile

D.S. Miscelare un paio di gocce di olio essenziale con 3-4 cucchiaini da tè di miele.

Versare il contenuto nella vaschetta da bagno e lasciar scorrere l'acqua.

[Abbreviazioni](#)



Dato che gli oli essenziali si sciolgono male nell'acqua, la maggior parte dei prodotti da bagno in commercio contiene emulsionanti artificiali, cioè sostanze oleose. In alternativa possiamo usare gli emulsionanti naturali, che sono al tempo stesso nutrienti per la pelle.

Attenzione!

In caso di allergie agli agrumi per l'essenza di Mandarino.

Il miele non è da utilizzare in caso di accertata allergia al propoli.

Diffusione nell'aria ambiente

In caso di necessità si possono usare in tutta sicurezza gli oli essenziali nei diffusori, che intiepidiscono dolcemente gli oli essenziali, i principi attivi penetrano in inalazione attraverso i bronchi nella circolazione sanguigna.

Consiglio

Gli unici oli che potete usare sul vostro bambino sono quelli di Camomilla, Lavanda e Mandarino. Usatene solo una goccia.

Controindicazioni

Il Mandarino è atossico e non irrita: quest'olio è considerato un rimedio sicuro nelle cure per i bambini. Sia l'olio di Mandarino che l'olio di Tangerino sono perfettamente sicuri in gravidanza.

Attenzione! In caso di allergie agli agrumi. Entrambi gli oli possono essere leggermente fototossici.

2. Impacchi per i bambini

MAYA THUELER: Curarsi con gli impacchi; Red Edizioni ISBN 88-7031-670-X

Bende e impacchi epicuroeleerbe. ♦ *Impacco di patate dottorperuginibili.*

Vengono trattati i seguenti temi:

Che cosa piace ai bambini in particolare ♦ *Precauzioni importanti* ♦ *Attenzione* ♦ *Storia dello spiritello degli impacchi* ♦

Visto che non tutti hanno il libro di Maya Thüler che tratta come curarsi con gli impacchi, vi trascriviamo la parte del testo che è stato così ben stilato sull'argomento dall'autrice del libro (Maya Thüler è infermiera diplomata e specializzata in servizi sanitari pubblici):

"Gli impacchi e le compresse sono rimedi particolarmente adatti per offrire un po' di *solievo a bambini ammalati*.

Sono anche una pratica molto utilizzata; spesso infatti incontriamo adulti che per i propri disturbi non prendono seriamente in considerazione l'utilizzo degli impacchi, mentre in caso di malattia dei loro figli trovano estremamente naturale ricorrere a essi, perché considerano *un rimedio dolce*, in grado di sostenere l'organismo durante il processo di guarigione.

La popolarità degli impacchi presso i bambini può variare: tanti li accettano molto volentieri, altri non ne sono così entusiasti. Questo non dipende solamente dall'inclinazione personale o dagli ingredienti usati, ma anche molto *dal modo in cui gli impacchi vengono applicati*.

Ad alcuni bambini bisogna cercare di trasmettere almeno in parte il *gusto dell'impacco*. Applicatene uno prima alla bambola o all'orsacchiotto; mentre lo fate, *descrivete* al piccolo *ogni operazione*, e *spiegategli* qual è il suo scopo (a seconda della sua età, usate un linguaggio *immaginoso*). Quando il bambino realizza che cosa significa fare un impacco e capisce che all'orsacchiotto non solo non è successo niente di male, ma anzi che sicuramente gli ha fatto bene, probabilmente si sottoporrà a questa pratica *più che volentieri*. Se poi gli promettete anche una fiaba, si dichiarerà completamente d'accordo. Se desiderate rimanere in tema, raccontategli la storia dello *spiritello degli impacchi* che potete leggere dopo questo testo al punto 2.4. di questa dispensa.



A tutti i bambini fa straordinariamente bene anche *l'attenzione esclusiva* che viene dedicata loro durante l'applicazione dell'impacco.

Se poi la mamma o il papà si soffermano ancora un po' seduti accanto al letto del piccolo malato a chiacchierare, l'impacco può diventare davvero una bella esperienza... e non soltanto per il bambino! Così questo rimedio semplice ed efficace può addirittura contribuire a *risolvere* molti piccoli *problemi della convivenza quotidiana*.



2.1 Che cosa piace ai bambini

in particolare:

- Compresse di oli aromatici (per esempio, compressa all'olio di Lavanda).
- Impiastri e compresse di cera d'api.

- Impacchi caldi per l'addome (compressa di *vapore*, impacco di *patate*).
- Impacchi caldi di *patate* al petto contro la tosse.

Tenete presente che spesso i bambini amano *contribuire personalmente* alla realizzazione degli impacchi; per esempio, tagliando le cipolle, oppure schiacciando le patate...



2.2 Precauzioni importanti



I bambini *sudano* principalmente dalla testa e dal collo sia quando sono sani, sia quando sono malati. Quando la pelle è umida anche il minimo alito di vento può provocare un'infreddatura; perciò *coprite loro il capo* con un berretto, e *protegete la pelle del viso* con un olio per neonati o una crema da giorno.

Spesso hanno le *estremità fredde*. Prima di applicare un impacco freddo *le estremità vanno scaldate* e, durante l'impacco, la loro temperatura va tenuta sotto controllo: devono rimanere calde.

I lattanti e i bambini molto piccoli reagiscono più rapidamente e in modo più intenso agli stimoli termici. Perciò in questi casi sarebbe bene *evitare gli impacchi troppo freddi*, che possono urtare la loro delicata sensibilità e magari spaventarli. Meglio preferire quelli *tiepidi o caldi*.



2.3 Attenzione

Gli impacchi caldi per bambini *non devono essere bollenti*; la loro temperatura deve consentire di strizzarli con le mani senza bisogno di guanti. Per controllarla *applicare per un minuto l'impacco sul vostro avambraccio*.

I lattanti e i bambini molto piccoli hanno la pelle delicata; il loro mantello epidermico è meno strutturato di quello degli adulti, perciò la loro capacità di assunzione delle sostanze attraverso di esso è maggiore. Ne consegue che reagiscono più *rapidamente e intensamente* anche in caso di malattia (per esempio, sono soggetti più facilmente a febbre alta). Per queste ragioni, quando dovete curarli prediligete *sostanze attive non troppo forti*, e osservate bene le loro reazioni.

Un' *attenta osservazione* in questi casi diventa poi estremamente importante anche perché essi non sono in grado di comunicare con le parole ciò che provano, perciò siete obbligati a dedurre la loro *reazione* solamente dal *linguaggio corporeo*; per esempio, se il bambino inizia a sentirsi a disagio vuole forse dire che l'impacco si è già raffreddato?

Più il bambino è piccolo, più è importante considerare *se sia il caso di informare il medico*. Per prendere più facilmente una decisione, tenete in considerazione questi "due fattori importanti:

- Età del bambino.
- *Stato generale* (aspetto, alito, appetito, condizioni, eventuali eruzioni cutanee, sensibilità al contatto).

Se il bambino ha la *febbre*, seguite le istruzioni fornite dalla nostro dispensa:
MedPop: [Febbre e Brividi](#)



2.4 Storia dello *spiritello degli impacchi*

C'era una volta una bambina di nome Miriam che, un giorno, giocando, si perse nel bosco. Continuò a cercare e cercare la strada di casa ma, anziché trovarla, si addentrò sempre più tra gli alberi. Ormai si era fatto buio, e iniziò anche a piovere. Bagnata fradicia, stanca e tremante dal freddo, Miriam si sedette sul ceppo di un albero. Come sembravano strani e minacciosi gli alberi in quel momento! E ora, sarebbe proprio dovuta rimanere sola soletta tutta la notte in quel posto oscuro e spaventoso? Al solo pensiero, Miriam iniziò a piangere disperatamente.

All'improvviso udì una vocina accanto a sé: *Dai, ti aiuto io.* Davanti a Miriam ondeggiava una piccola creatura dall'espressione allegra. *Chi sei tu?* domandò stupita Miriam, spalancando gli occhi. *Sono lo spiritello degli impacchi.* Mi chiamo *Cerulì*. Vieni, ti mostro la strada. La bambina, piena di riconoscenza e rasserenata, seguì lo spiritello che scivolava davanti a lei, circondato di luce. Adesso gli alberi avevano riacquisito il loro aspetto consueto, e si chinavano amichevoli verso di lei. Presto la bambina e il suo accompagnatore arrivarono a casa.



La mamma, rincuorata, strinse Miriam fra le braccia: era stata molto in ansia! Miriam tossiva e aveva un freddo tremendo. *Bambina mia, tu devi metterti subito a letto*, disse la mamma preoccupata. *Devi fare un impacco*, pigolò Cerulì danzando allegro per tutta la camera. *Vieni, ti mostro come fare!* Già la creaturina aveva iniziato a correre avanti e indietro come una saetta fra la cucina e il bagno, cercando di mettere insieme tutto l'occorrente. La mamma e lo spiritello prepararono dunque un impacco di patate per curare la bambina e combattere la tosse. Poi lo spiritello fece comparire magicamente nella stanza un mazzo di timo, caldo di sole. Miriam ne riconobbe il profumo: le ricordava tante ore felici trascorse in montagna. L'estate prima, infatti, durante una passeggiata la bambina si era fermata a riposare con i suoi genitori presso una roccia arroventata dal sole; dai cuscini fioriti di timo tutt'intorno Miriam aveva colto per sé un mazzolino grigio-lilla profumato...



Miriam si era molto raffreddata, e le venne la febbre alta. Lo spiritello non la lasciò mai: volava sopra il letto scacciando i brutti sogni della febbre. Insegnò alla mamma come fare gli impacchi freddi ai polpacci, e poi raccontò con la sua vocetta sottile le storie del bosco e di tutti i suoi amici: gli elfi delle erbe, le fatine delle radici e gli gnomi. Allora Miriam iniziò a provare sensazioni meravigliose, e si sentì subito meglio, così *Cerulì* poté cominciare a giocare con lei. Con le sue allegre capriole e i suoi giochi d'aria, lo spiritello fece ridere Miriam, e

il tempo parve volare.

Di sera però lo spiritello si metteva tranquillo, e profumava di lavanda. Prima di dormire, Miriam faceva un impacco all'olio di lavanda per fare addormentare anche la tosse e poter ricevere la visita di tanti bei sogni ristoratori.

Così lo spiritello degli impacchi aiutò Miriam a guarire. Quando la bambina tornò a stare bene, Cerulì prese congedo con queste parole: *Se dovessi ammalarti ancora, tornerò a trovarti. Dillo anche agli altri bambini. Vengo sempre volentieri!*

Questa storia può essere cambiata e ampliata a piacere. Magari lo spiritello può diventare uno gnomo o un elfo. Con poco impegno una creaturina del genere si può fare anche in casa, utilizzando un pezzo di garza o di stoffa leggera e un poco di lana grezza o di ovatta (accennate solamente il viso e le mani, in modo da stimolare la fantasia dei bambini).



3. Dentizione

[Dentizione it. Wikipedia](#) ♦ [Dentizione odontoclinic.](#) ♦ [Primi dentini bimbonaturale.myblog.](#) ♦ [Dentizione salus.it](#)



Primi dentini

I disagi della dentizione abbinati agli altri disturbi di cui i bambini soffrono in questa fase dello sviluppo, possono essere efficacemente ridotti con un impiego oculato degli oli essenziali; l'olio più utile e delicato a questo scopo è quello di camomilla, seguito, in ordine di efficacia, dalla lavanda e dal mandarino. Di solito, quando il dente sta per uscire, il piccolo piange di frequente, non riesce a dormire ed è estremamente irritabile; inoltre, la sua resistenza generale è inferiore alla solita ed è quindi più soggetto a raffreddore, tosse, mal d'orecchie, coliche e irritazione da pannolino, che spesso compare o peggiora notevolmente, proprio in fase di dentizione.

4. Igiene dentale per bimbi

Bambini e igiene orale bimbinsalute. ◇ Igiene dentale e prevenzione nei bambini dentisti-italia

L'igiene dentale è importante per i bimbi fin da quando spuntano i dentini. Così si evitano carie, mal di denti e otturazioni / estrazioni già prima dell'asilo nido.

Ci sono tre regole banali per raggiungere questo obiettivo:

- è meglio che il bimbo **beva dalla tazza** (quando riesce) piuttosto che dal biberon.

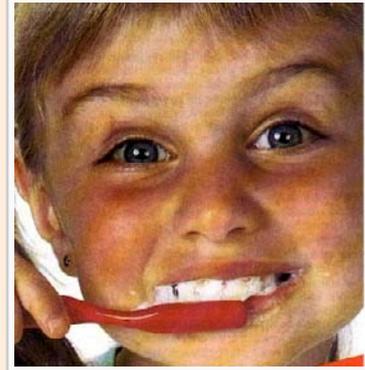
Se si usa il biberon: preferibilmente bibite non addolcite / acidulate!

- fargli **risciacquare la bocca** con l'acqua di rubinetto dopo ogni (anche piccolo) pasto o dopo bibite addolcite / acidulate.

In Svizzera, l'acqua potabile è di prima qualità e normalmente più preziosa dell'acqua in bottiglia. Inoltre, ai bimbi piace giocare con l'acqua che esce dal rubinetto.

- fargli **lavare i denti** prima di andare a letto.

Ai bimbi piace particolarmente se questo è integrato in un piccolo rituale come p.es.: pigiama → lavarsi i denti → risciacquare → a letto → storiella → bacio → spegnere la luce. Importante anche scegliere uno spazzolino per bambini soffice e di loro gusto.



Due sostanze sono da ritenere responsabili del deterioramento dei denti quando si trovano a lungo in contatto con loro:

- gli **acidulati** perché attaccano lo smalto dei denti,
- gli **zuccheri** perché sono il substrato per i batteri della carie.

La frutta e i succhi di frutta contengono tutte e due le sostanze.

Visto che ai bimbi piacciono gli **zuccheri** presenti in dolciumi, caramelle, miele, bibite addolcite, ... (ne hanno d'altronde bisogno e più tardi anche di acidulati) basta assicurarsi che i denti non siano in continuo o a lungo contatto con queste sostanze. Le tre misure cui sopra garantiscono una prima dentatura esente da carie.

Anche i **carboidrati** (come pasta, patate, riso, pane, ...) sono blandamente procariotiche perché l'amilasi della saliva trasforma continuamente piccole dosi di carboidrati in glucosio (zucchero).

I **surrogati degli zuccheri** invece non favoriscono la carie, ma aumentano smisuratamente l'appetito (e quindi il peso corporeo) e sono sospettati di promuovere lo sviluppo del diabete II.

5. Mal di denti dei bimbi

Quando escono i primi dentini mammaepapa. ♦ Eruzione denti da latte pianetamamma. ♦ Mal di denti nei neonati donnaclick. ♦ Mal di denti bimbi Casistica/Forum MedPop

5.1 Aromaterapia

MedPop Foglietti/ Pediatria

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.

Rp.: Mal di denti (bimbi)

Aeth. Mandarino 10

D.S. Mettere una goccia sul cuscino (non macchia) oppure sul fazzolettino in caso di dolori anche più volte al giorno.

Alle volte noi lo consigliamo alla mamme come leggero anestetico per calmare il mal di denti dei loro bimbi.

[Abbreviazioni](#)



5.2 Impacco con il *sacchetto di camomilla*

Cuscino di camomilla



Il cuscino di camomilla rappresenta un rimedio dolce e profumato per *alcuni disturbi* che interessano la regione del *capo*. E' *realizzabile* finché conserva un profumo gradevole. Si applica asciutto.

Effetti: Gli *oli eterici* della camomilla e il *calore* esercitano un effetto *analgesico* e di *benessere generale*.

Indicazioni: E' particolarmente indicato per esempio, per i seguenti disturbi:

- Mal di denti.
- Mal d'orecchi.
- Orecchioni.
- Per conciliare il sonno.
- Sinusiti frontali e mascellari.

In caso di *parotite infantile* (orecchioni), applicate sulle ghiandole gonfie 2-3- volte il giorno un *impacco caldo* (*non bollente: la temperatura deve essere gradita al piccolo paziente*) con

argilla, cipolle, fiori di campo, patate e miscele di oli eterici e *intanto fate appoggiare il bambino su di un cuscino di camomilla*". Ciascuna applicazione non deve durare più di mezz'ora.

Occorrente

- Fiori di camomilla essiccati.
- Un fazzolettino sottile o una garza (circa 25x30 cm).
- Ovatta o lana grezza.
- Cerotto a nastro.
- 2 borse d'acqua calda.

Preparazione: Spargete una manciata di fiori secchi di camomilla su un fazzolettino sottile, ripiegate i lembi sui fiori e sigillatelo.

Preparate *due cuscinetti uguali*, che alla fine devono misurare circa 8x15 cm (a seconda delle dimensioni della testa) e avere uno spessore di 2-3cm. Ora fateli *riscaldare*, assieme a due batuffoli di ovatta o di lana grezza grandi come la vostra mano, per 6-8 minuti, fra 2 borse di acqua calda. Prendete poi un cuscinetto e un batuffolo di ovatta e applicateli sulla parte dolente. Se preferite, fissateli con un fazzolettino di seta o di lana.

Tempo di applicazione: Rimuovete il cuscinetto di camomilla *quando non è più gradevolmente caldo e sostituitelo* con l'altro, che intanto avrete mantenuto a giusta temperatura.

Dopo mezz'ora fate *una pausa*, perché la testa del paziente non deve essere tenuta calda *troppo a lungo*.

Dopo l'applicazione, bisognerebbe rimanere in casa almeno per mezz'ora, ed evitare le *correnti d'aria*. L'applicazione può essere ripetuta *diverse volte al giorno*.



5.3 Impacco di cipolla sotto il piede

Questo impacco applica il principio della *riflessologia plantare*, cioè la corrispondenza fra la pianta del piede e il resto dell'organismo.

L'impacco sotto il piede produce un rapido miglioramento in caso di *mal di denti, influenza, febbre, sinusite, polmonite*; quest'ultima comunque va sempre trattata *sotto controllo medico*. I calzini di cipolla sono adatti ai bambini dai 6 mesi in poi. Un presupposto importante è che tutto il corpo sia *ben caldo*, compresi i piedi, e che tale rimanga per tutto il tempo dell'applicazione.

Occorrente

- 2 cipolle per ciascun piede.
- Un panno di cotone sottile.
- Calzini di lana.
- Eventuale borsa dell'acqua calda.

Preparazione: Prendete 2 cipolle per ciascun piede, tagliatele grossolanamente e appoggiatele sul panno; ripiegate poi i lembi, e *riscaldare la compressa* su un coperchio rovesciato e appoggiato su una pentola di acqua bollente. Dopo aver schiacciato le cipolle, applicate la compressa alla pianta del piede, e infilate il calzino di lana. Il piede deve rimanere *ben caldo* (eventualmente appoggiate sopra una borsa dell'acqua calda). L'applicazione può tranquillamente durare *tutta la notte*.

6. Alitosi

[Clorofilla it.Wikipedia](#) ◇ [Alitosi it.Wikipedia](#) ◇ [Aliosi www.odontoiatria-clinica.](#) ◇ [Clorofilla erboristeriaedaltro.](#)

Vengono trattati i seguenti temi:

[Ridurre l'alito cattivo dalla prima applicazione](#) ◇ [Rimedi](#)

L'alitosi, o alito cattivo, può avere cause diverse: di genere dentario, gastrointestinale o epatico. Scoprendone la causa e intervenendo sul disturbo che sta alla base, possiamo eliminare anche l'antipatico inconveniente.



6.1 Ridurre l'alito cattivo

dalla prima applicazione

L'alito cattivo (alitosi) è un odore sgradevole della respirazione e trova origine in 9 casi su 10 per la presenza di depositi batterici sulla lingua.

Rimedio alla clorofilla

1001 Clorifilla® compresse e confetti: informazione per i pazienti in breve dal "Foglietto illustrativo BioMed":

- Che cosa sono le compresse/i confetti 1001 Clorofilla: La clorofilla è un deodorante naturale che agisce dall'interno. La clorofilla contenuta in 1001 Chlorofilla è il sale minerale di rame e di sodio della clorofilla, il pigmento verde delle foglie. Va somministrato per via orale a scopo deodorante in caso di:
 - alito impuro e cattivo odore di bocca (alitosi)
 - traspirazione maleodorante e sgradevole di tutto il corpo, p.e. dei piedi e delle ascelle
 - dopo aver fumato molto o dopo aver bevuto alcol
 - odore persistente di cibi dal sapore intenso (aglio, cipolle, pesce, ecc.)
 - durante la mestruazione.

- Controindicazione: La clorofilla non si può usare in caso di ipersensibilità nei confronti di una o più componenti.

- Effetti collaterali

Per quanto concerne 1001 Clorofilla (distributore Biomed AG, 8600 Dübendorf) dicono che, premesso l'uso corretto, non sono stati osservati effetti collaterali.



Urtica dioica

Urtica dioica ◊ *Urtica* ◊ *Chlorilla* ◊



Urtica

Sapevate che questa pianta oggi tanto odiata dall'uomo, nei testi di un tempo era glorificata per le sue molteplici proprietà curative? D'altronde è nella sua natura difendersi dai maldestri che la calpestano! La sostanza responsabile del forte bruciore delle sue punture (ne basta un decimo di milligrammo!) è un sottile miscuglio chimico contenuto nei peli cavi dalle punte fragili.

Nella grande ortica (detta anche ortica dioica, lievemente irritante) sono localizzati sul petiolo delle foglie (il petiolo è quella parte che congiunge la foglia allo stelo), mentre nell'ortica urens (la cui irritazione provoca un'intensa sensazione di fuoco sulla pelle) questi peli formano un mantello coprente tutta la superficie delle sue foglie.

Queste due specie sono preziosissime, non solo per le loro proprietà curative, ma anche per la loro qualità nutritiva (mai sentito parlare della zuppa d'ortica?). Si possono mangiare anche come verdura cotta, ma la cottura dovrà essere eseguita a distanza di un minimo di 12 ore dalla raccolta. Inoltre dovranno essere eliminati tutti i semi che sono tossici.

Vengono utilizzate anche nell'industria per l'estrazione della Chlorifilla, e dalla tessitura delle loro fibre, si ottiene una specie di tela verde praticamente indistruttibile.

Crescono in Europa nelle zone temperate fino a 2400 metri d'altitudine.

Dell'Ortica vengono utilizzate le giovani piante verdi, le foglie tutto l'anno, il rizoma e le radici d'autunno. Seccate diventano completamente inoffensive. Fra i loro costituenti troviamo: carotene, vitamina C, chlorofilla, manganese, tanino, potassio, calcio, ferro, zolfo e silicio. Hanno proprietà antianemiche, anridiabetiche, astringenti, depurative, diuretiche, emostatiche e revulsive. Vengono pertanto utilizzate nella cura di: anemia, perdita e crescita dei capelli, cure di primavera, diabete, diarrea, emorragie, leucoree, menopausa, cura della pelle, punture d'insetti, psoriasi, reumatismi, sciatica e urticaria.

7. Preparazioni galeniche

Vengono trattati i seguenti temi:

Dentifricio ♦ Paradontosi

7.1 Dentifricio

Ingredienti e indicazioni generali

Base: carbonato di calcio precipitato (il carbonato di calcio con l'acqua è già di per sé un dentifricio)

Acquosi. Invece dell'acqua si può usare:

- tè nero (astringente)
- tè di arnica (per la microcircolazione)
- tè di mirtillo (astringente, curativo, rigenerante della mucosa)
- tè di menta (rinfrescante, leggero anestetico)
- ecc.
- glicerina (evita l'evaporazione dell'acqua) > si può aggiungere fino a 1/4 degli acquosi

Inoltre si può aggiungere:

- sale! (conservante, attiva la salivazione) → *meglio sale iodato e fluorato*
- tintura di mirra (conservante, amaro, antivirale/antibatterico/antimicotico)
- tintura di melaleuca (antivirale/antibatterico/antimicotico), olio eterico → *alcune gocce sciolte in un po' di alcol e poi nel tè*
- aeth. di menta (rinfrescante, anestetico locale) → *alcune gocce sciolte in un po' d'alcol*
- clorofilla (mitiga l'alito cattivo, leggermente colorante) → *sciogliere una pastiglia nel tè*
- chlorhexidini (plack-out per l'igiene orale. Antibatterico forte. Non crea allergie ed è sopportato bene dallo stomaco.) Attenzione: ne basta 1 goccia e non bisogna adoperarlo per più di un mese consecutivo! Da diluire prima nell'acqua o nel tè.

Rp.: Dentifricio

	Tè nero		q.s.	astringente
Pulv.	carbonato precipitato (calcio)	gr	30	la durezza di questo ingrediente in se è molto minore di quella dei denti per cui non li graffia
Pulv.	Xylitolo	gr	10	questo ingrediente può andar bene in un dentifricio per bambini mentre per gli adulti si potrebbe anche evitare anche perché l'impasto avrà un gusto dolciastro. Il xylitolo è l'unico zucchero noto cariestatico o carioprotettivo.
Hb.	Viola tricolor	gr	10	indicata nelle affezioni cutanee (gengivite)
Gran.	Sale da cucina finissimo	pizz.	III	per la conservazione; il sale ha inoltre la proprietà di attivare la salivazione
Soluz.	Chlorhexidini 20%	gtt	I	questa sostanza è un ottimo disinfettante per il cavo orale, ma non dovrebbe essere applicata per più di un mese. Il sale può anche essere omesso nel caso si usasse la soluzione di Chlorhexidini come conservante.
	Glicerina	gtte	XX	oltre ad addolcire un pò, spesso aggiungendone (1/4 degli acquosi), serve a far sì che il dentifricio non diventi duro come il gesso
Aeth.	Melaleuca, Menthae, ... mass.	%	5	facoltativo! gli oli eterici possono essere aggiunti secondo necessità, ma prima di aggiungerli ai tè devono essere sciolti in alcool (Tinct.).
Tinct.	Melaleuca, Mirra, Salvia ... mass.	%	20	facoltativo!

CAVE e informazione!: un dentifricio che fa schiuma a lungo andare provoca la paradontite.

[Abbreviazioni](#)



Viola tricolor

Procedimento

- Iniziate a preparare come base, del tè (es.: tè nero più tè di menta oppure aggiungete alcune gocce di olio eterico di menta o altri a dipendenza della necessità)
- versate le polveri in un mortaio o ciotola di porcellana e mescolateli molto bene. Poi versate lentamente il tè nero, l'infuso di mirtillo o l'acqua (liquidi) e mischiate il tutto fino al punto da sciogliere completamente i grumi dell'impasto.

7.2 Gel Paradontosi alla gomma mastice

.html  .php

FreeFind

Vai

 MedPop Web

MedPop



Gel paradontosi ← Galenica

[Squadra](#)
[Galenica](#)
[Erboristica](#)
[Fitorimedi](#)
[Abbreviazioni](#)
[Preparazioni](#)
[Ricettari](#)
[Ricette](#)
[Applicazioni](#)
[Apprendistato](#)

Gel a base di gomma mastice e oli eterici per la cavità orale.

[HOME](#)  [.php](#)  [.html](#)  [.pdf](#) 
[Galenica](#)  [Odontoiatria](#)  [Paradontosi](#)

Gel paradontosi indice (sopprimi)

1. [Preparazione galenica](#)
 - 1.1 [Riassunto:](#)
 - 1.2 [Costituenti:](#)
 - 1.3 [Prescrizione di lavorazione:](#)
 - 1.4 [Possibili variazioni nella ricetta:](#)
 - 1.5 [Osservazioni:](#)
2. [Allegati](#)
 - 2.1 [Commenti](#)

Cristian Cassinelli
Dr. Luca Milesi



Farmacia San Provino
Agnò 091 605 49 59

1. Preparazione galenica

[Lentisco it.Wikipedia](#)  [Lentisco nella medicina popolare MedPop](#)  [Galenica MedPop](#)  [Galenica domestica MedPop](#)  [Ricettari: indice Medpop](#)

1.1 Riassunto:

La gomma mastice di Chios è una resina naturale che fuoriesce spontaneamente o per

8. Odontoiatria: MedPop-links

Il capitolo dell'odontoiatria per adulti è trattato sotto [Odontoiatria 1](#)

[Manuale d'igiene orale SSO scarica .pdf](#)

Odontoiatria: Foglietti illustrativi

- [Foglietti illustrativi](#)

description: Fitoterapia, Fitofarmaci, Erboristeria, Galenica, Foglietti illustrativi, ricette galeniche magistrali, Derma, Cute, Dermatologia, Respirazione, Respiratorio, Digestione, Digerente, Metabolismo, Cardiovascolare, Immunitario, Urinario, Escrezione, Ormonale, Endocrinologia, Nervoso, Sensoriale, Sensi, Locomozione, Locomotore, Procreativo, Riproduzione

- [Cura gengive](#)

description: Cura gengive, nigella sativa, Hippocastanus, mirra, garofano, lavanda, menta, antiinfiammatorio, astringente, fungicide, localanestetico, germicide, corrigens, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare

- [Gel orale](#)

description: gel, gomma mastice, lentisco, pistachia lentiscus, preparazione galenica, odontoiatria, gengivite, Luca Milesi, Cristian Cassinelli

- [Gel paradontosi](#)

description: odontoiatria, paradontosi, gengivite, gel, gomma mastice, lentisco, pistachia lentiscus, preparazione galenica, Farmacia San Provino, Agno, Luca Milesi, Cristian Cassinelli

- [Gengivite](#)

description: Gengivite, menta, mirra, limone, melaleuca, salvia, localanestetico, fungicide, battericide, corrigens, germicide, astringente, curativo, gengive, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare

- [Mal di denti \(bimbi\)](#)

description: Mal di denti (bimbi), Aeth. Mandarino

- [Mal di denti I](#)

description: Mal di denti I, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare, Odontoiatria, Paradontite

- [Mal di denti II](#)

description: 17998, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare, Odontoiatria, Mal di denti, male ai denti

- [Paradontite](#)

description: Paradontite: cura, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare, Odontoiatria, Paradontite

- [Paradontite dolente](#)

description: 17973, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare, Odontoiatria, Paradontite

- [Paradontite: cura](#)

description: Paradontite: cura, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare, ...

- [Stomatite](#)

description: Stomatite, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare, Odontoiatria, Paradontite

- [Stomatite, Glossite](#)

description: 13451, galenica, ricetta magistrale, medicina popolare, Odontoiatria, Stomatite, Digestione

9. Piante medicinali in dicembre

Specifiche botaniche → *Indici di piante medicinali* ◇ *Calendario raccolta di erbe medicinali*

Dicembre


[.xls](#)
[.pdf](#)
[.html](#)

Nome italiano	gen	feb	mar	apr	mag	giu	lug	ago	set	ott	nov	dic
Arancio amaro					mag							dic
Arancio dolce							lug					dic
Fior di fieno			mar						sett			

10. Annessi

10.1 Impressum

Autrice: Bianca Buser

a cura di D. Rüegg

o))——((o

10.2 Commenti

alla pagina *GalenicaApprendistato / 7) Pediatria / Odontoiatria*

Peter — 11 December 2009, 14:46

Test Webmaster

Domini di MedPop



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

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



Warning: strftime() [function.strftime]: It is not safe to rely on the system's timezone settings. You are *required* to use the date.timezone setting or the date_default_timezone_set() function. In case you used any of those methods and you are still getting this warning, you most likely misspelled the timezone identifier. We selected 'Europe/Berlin' for 'CET/1.0/no DST' instead in **/Users/admin/Sites/pmwiki/pmwiki.php(762) : eval()'d code** on line **1**

Nota: Di seguito all'installazione di "SnowLeopard" possono apparire su diverse pagine dei commenti del tipo "Warning: ..." (in cima e/o in fondo della pagina). Non ho ancora trovato la causa, ma mi sto scervellando. Per il lavoro di redazione non ha fortunatamente delle conseguenze. Peter

Proveniente da <http://pforster.no-ip.org/~admin/pmwiki/pmwiki.php?n=GalenicaApprendistato.Odontoiatria>
Pagina creata il , ultima modifica December 11, 2009, at 03:01 PM