

5) Dermatologia ③

FreeFind



Vai



MedPop



Web



MedPop

Galenica domestica

HOME ◇ Versioni: .php ◇ .html ◇ .pdf

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

Pagine nel gruppo *Galenica domestica* (cliccare)

Galenica domestica: **Dermatologia**

Dispense:	Dermatologia 1	Dermatologia 2	Dermatologia 3		
Programmi:		Programma 2	Programma 3		
Annessi:	Fitoterapia	Oli e grassi			

5) Dermatologia ③

indice ([sopprimi](#))

1. [Medicazione ferite](#)
 - 1.1 [Medicazione di piccole ferite cutanee](#)
2. [Ragadi ai seni](#)
 - 2.1 [Calendula](#)
 - 2.2 [Prevenzione delle ragadi](#)
 - 2.3 [Ragadi ai capezzoli](#)
 - 2.4 [Cura delle ferite](#)
 - 2.5 [Preparati galenici: ragadi](#)
3. [Allattamento al seno, galattagoghi](#)
 - 3.1 [Fieno greco](#)
4. [Cellulite](#)
 - 4.1 [Quali possono essere i rimedi?](#)
 - 4.2 [Gli oli essenziali e la pelle](#)
 - 4.3 [Olio anticellulite](#)
 - 4.4 [Bagno anti-cellulite](#)
5. [Smagliature](#)
 - 5.1 [Olio anti-smagliature](#)
6. [Preparazioni galeniche: Pino / Abete](#)
 - 6.1 [Proprietà curative del pino](#)
 - 6.2 [Raccolta delle gemme di pino](#)
 - 6.3 [Preparati e applicazione di pino](#)
 - 6.4 [Effetti collaterali](#)
 - 6.5 [Controindicazioni](#)
 - 6.6 [Interazioni](#)
7. [Tiglio comune o europeo](#)
8. [Allegati e annessi](#)
 - 8.1 [Commenti](#)
 - 8.2 [Domini di MedPop](#)

Autrice: Bianca Buser



Pino



Abete rosso

Cura, illustrazioni, collegamenti:
Daniela Rüegg

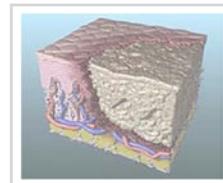
1. Medicazione ferite

Ferita [it.Wikipedia](#) ◇

1.1 Medicazione di piccole ferite cutanee

Medicazione piccole ferite Forum MedPop ◇ *Medicazione di piccole ferite PT 2.1.2* ◇ *Ferite, rigenerazione cutanea Lucidi MmP 9.2 CSA* ◇ *Piccole ferite e contusioni Lucidi Tutoria pediatrica PD 2.2*

Riguardo le medicazioni di piccole ferite cutanee si tratta anzitutto di sostenere il sistema immunitario e i meccanismi di riparazione. Le seguenti istruzioni valgono per piccole ferite. Se una ferita non smette di sanguinare, se è grande o molto sporca, è meglio rivolgersi al pronto soccorso. Le seguenti misure invece sono elementari:



- Pulire la ferita e tenere sotto controllo i germi patogeni migranti (poca infezione):
 - nelle nostre regioni **pulire** la ferita meticolosamente con acqua fresca potabile o acqua ossigenata 2?3%.
 - **disinfettare** accuratamente la ferita pulita con un prodotto come BETADINE o alcol (brucia parecchio). Anche l'acqua ossigenata 2?3% è ottima. Personalmente preferisco Aeth. Lavandulae, perché è più germicida, non brucia e sostiene la riparazione epidermica.



- **mitigare i dolori:**
 - con anestetici (p.es. Procaina) e/o analgesici (p.es. paracetamolo).



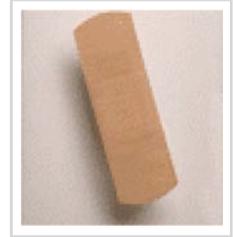
- creare delle **condizioni** di buona **riparazione** tessutale:
 - se la ferita è lunga, profonda ma ?a taglio?: cucire per tenere vicini i tessuti lesi;



- se la ferita è superficiale e corta: medicare con un cerotto ?tampone? per tenere assieme i bordi della ferita;
- tenere ferma la parte ferita, proteggerla ma non impedire l'accesso all'aria;
- noi cambiamo il cerotto solo quando si è sporcato (rischio di infezione), altrimenti ogni 2?3 giorni, ma mettiamo sul ?tampone? una goccia di lavanda 2?3 volte al dì;
- quando la crosta tira e stenta a cadere, al cambio del cerotto possiamo facilitare il processo, tamponando la ferita con una compressa imbevuta di tè di

camomilla forte;

- tenere sotto controllo processi infiammatori infettivi:
 - se si forma pus (cellule immunitarie deperite) è segno di infezione e bisogna rinforzare la disinfezione;
- per imparare a regola d'arte questo mestiere conviene frequentare un corso della Croce Rossa o dei Samaritani.



2. Ragadi ai seni

[Ragadi it.Wikipedia](#) ◇

Le ragadi sono ulcerazioni lineari della pelle o delle mucose.

*La ragade è caratterizzata da un andamento lineare ma profondo nel connettivo dei tessuti colpiti. Viene determinata da una macerazione delle mucose che a sua volta può essere causata da un errato ripiegamento della mucosa stessa, da un'infezione o dalla scialorrea. Possono formarsi agli angoli della bocca, dietro l'orecchio, intorno al **capezzolo**, nella regione anale.*

Queste lesioni, per loro natura, tendono a cicatrizzare con difficoltà divenendo croniche. Non c'è altro rimedio per la guarigione se non la loro asportazione chirurgica.

*Durante l' **allattamento**, se la suzione e l'attacco del neonato non sono corretti possono formare addirittura una raggiera su tutto l'apice del seno.*

In particolare quando si manifesta nell'orifizio anale, si avverte, quale complicazione collaterale, l'ipertono dello sfintere, consistente in uno stato doloroso ed indurito dei fasci muscolari che circondano l'ano e che governano l' espulsione delle feci (defecazione).

2.1 Calendula

Calendula officinalis L.: Asteraceae (Compositae)

[Calendula it.Wikipedia](#) ◇

Della calendula si usano i fiori e anche le foglie. Fiorisce da maggio a settembre. E' ampiamente coltivata come pianta ornamentale in Europa e nel Nord America. Cresce in zone incolte, nei campi, ai margini delle strade, su ogni tipo di terreno ma preferibilmente leggermente calcareo. Alla calendula sono riconosciute soprattutto delle proprietà antinfiammatorie e cicatrizzanti. Inoltre, l'olio o le creme di calendula vengono impiegati per la cura delle infiammazioni della cute, lacerazioni, ferite e bruciate.

L'olio essenziale è usato, in particolare, per curare ustioni, eczemi, ferite, punture di insetti.



Calendula officinalis L.

2.2 Prevenzione delle ragadi

Solitamente, alle mamme che allattano al seno, consigliamo l'olio o la crema di **calendula** perchè spesso i capezzoli si screpolano e fanno male. La calendula allevia il dolore, guarisce i tessuti, ed è atossica per il bambino, ma è necessario pulire bene la zona trattata perchè il sapore potrebbe dargli fastidio; se si preferisce, è possibile usare al posto della crema solo l'olio infuso.

L'applicazione regolare e quotidiana dell'olio di calendula, o di una crema che lo contiene, può contribuire a minimizzare il disturbo o persino ad evitarlo del tutto.

2.3 Ragadi ai capezzoli

Le lesioni ai capezzoli, che sono estremamente dolorose e di lenta guarigione, possono diminuire con un olio, una crema, un balsamo o un'emulsione a base di calendula, che potete acquistare o preparare a casa; ricordate però di pulire accuratamente l'area su cui avete messo la crema o altra forma galenica prima di allattare e di applicarla nuovamente subito dopo ogni poppata, così i capezzoli avranno più tempo per assorbirne le proprietà benefiche.

Se l'eccesso di flusso di latte ha causato una dolorosa congestione del seno, oppure se si vuole smettere di allattare perché il bambino ha raggiunto l'età dello svezzamento, è consigliabile applicare l'olio di menta piperita in compresse fredde per ridurre il flusso. Diversi altri oli possono essere utilizzati a questo scopo, ma quello di menta piperita è il più sicuro, specialmente se il bambino viene ancora allattato; tuttavia non bisogna dimenticare di eliminare ogni traccia di olio prima della poppata, perché se ingeriti da un neonato, anche gli oli più sicuri e blandi possono risultare *pericolosi*.

2.4 Cura delle ferite

Ferite ai capezzoli Ricettario popolare ◇

Le ragadi ai capezzoli non rappresentano un'affezione grave; essa può essere curata con l'autoterapia, mediante le piante medicinali e un buon senso di responsabilità verso se stessi. Questo disturbo tenace e recidivo deve essere sottoposto a cure quotidiane più volte al giorno.

Sono trattati i seguenti argomenti:

[Applicazione unguento](#) ◇ [Applicazione compresse](#) ◇

Applicazione unguento

Rp.: Ragadi ai capezzoli

Ung.	Calendulae	50	Extr. Adeps suillus (songia)
Aeth.	Benzoae	1	
Aeth.	Lavandulae	ggt.	X

D.S. Applicare più volte al dì

[Abbreviazioni](#)

Rp.: Cicatrizzante ragadi

Aeth.	Lavandae	ggt.	1 disinfectante, cicatrizzante
-------	----------	------	--------------------------------

D.S. Applicare dolcemente sui capezzoli più volte al giorno

[Abbreviazioni](#)



Applicazione di compresse

Le compresse di calendula svolgono un ruolo preventivo nella cura di lesioni superficiali ai capezzoli.

Si parla di compressa, pezzuola o impiastro quando la pezza a contatto della pelle (imbevuta di soluzione medicamentosa o spalmata con il rimedio) non viene avvolta intorno alla parte malata, ma solamente *applicata* su di essa. Nella pratica, spesso i

termini *impacco* e *compressa* vengono usati indifferentemente come sinonimi.

In passato, quando i farmaci quasi non esistevano e pochi potevano permettersi le cure di un medico, ci si arrangiava da soli e l'utilizzo dell'acqua e della piante era molto diffuso.

Occorrente per curarsi

- Essenza: Extr.(idr.) di calendula
- Olio essenziale di lavanda
- Olio di calendula
- Un cucchiaino da tavola, una ciotola
- Un panno sterile per compresse
- Materiale per il bendaggio.

Per la pulizia e la cura domestica delle piccole ferite è importante utilizzare sempre una *garza sterile* o comunque un *fazzoletto pulitissimo*.

Eventuali ulteriori applicazioni successive oppure cure di tipo diverso, rientrano perfettamente nel principio dell' *alternanza dei trattamenti*, che svolge un ruolo importante nella cura delle lesioni cutanee.

Preparazione

Diluite un cucchiaino da tè di essenza di calendula in un quarto di litro di *acqua bollita e raffreddata*.

Imbevete in essa il panno ripiegato parecchie volte, poi spremetelo leggermente e *pulite* con esso le ferite.

2.5 Preparati galenici: ragadi

Sono trattati i seguenti argomenti:

Olio eterico di lavanda ◊ Olio di calendula ◊ Macerati nell'olio, oli infusi, oli di erba, oli di fiori ◊
Burro (cotto) ◊

Olio eterico di lavanda



Per applicazioni locali, buoni risultati si possono ottenere con l'olio eterico di *lavanda* usato puro.

Olio di calendula

E' un rimedio che solitamente consigliamo alle mamme che allattano al seno, perché spesso i capezzoli si screpolano e fanno male. Dai petali della calendula si può ottenere un ottimo olio infuso e, con un processo diverso, anche una quantità infinitesimale di essenza assoluta, raramente reperibile in commercio. L'olio infuso, che ha un'insolita colorazione verde, è molto apprezzato in aromaterapia per la sua potente azione curativa sulla pelle e viene solitamente impiegato nella preparazione di creme e pomate, a cui dona una bella tonalità gialla. Spesso lo aggiungiamo alle creme per pelli screpolate o danneggiate a

causa del freddo, dell'acqua, del contatto con sostanze dannose e lo impieghiamo anche nelle pomate per i piccoli, per curare l'eritema da pannolino o i graffi.

La preparazione di questa pianta medicinale utilizzata come cicatrizzante ed antinfiammatorio principalmente contro i colpi e le ferite viene fatta generalmente sotto forma di pomata.

Attenzione: non applicate una crema o un olio a base di calendula su una piaga aperta (= ferita che sanguina), ma spalmate i rimedi solo dopo che si è formata una specie di sottile pellicola.

Macerati nell'olio, oli infusi, oli di erba, oli di fiori

I macerati negli oli si fanno per estrarre le sostanze dalle piante (erba, fiori) e trasformarle in un olio vegetale. Salvo che per l'olio di San Giovanni (Iperico) la procedura è pressochè persa, anche se si tratta di uno dei sistemi più antichi e nobili della medicina e della profumeria. Ciò sarebbe realizzabile con pochissimi strumenti:

- riempire un vassoio a chiusura ermetica con dei fiori o dell'erba sminuzzati fino a ca. un terzo;
- coprire con un olio neutrale (mandorla, semi d'uva, sesamo, girasole, ecc.) fin sotto il bordo della chiusura;
- lasciar macerare in un luogo caldo, fino a che l'erba diventa marrone; filtrare; ripetere la procedura con lo stesso olio; ma per le piante fresche ripetere due o tre volte (per ottenere una maggiore concentrazione).

L'olio conservato in un luogo fresco e al buio (vasetti scuri) si può tenere per diversi mesi, poi diventa rancido (si ossida).

I diversi oli rispondono più o meno sensibilmente all'ossidazione (diventano rancidi); certi ossidano in pochi minuti e sono conservabili solo nelle capsule subito dopo la spremitura, mentre altri si possono tenere per più di un anno a condizioni favorevoli di immagazzinaggio. Per i macerati servono gli oli meno sensibili all'ossidazione, possibilmente di "spremuta recente" (osservare la data di consumo).

I macerati oleosi di erbe per le applicazioni esterne vengono spesso aggiunti nelle preparazioni di unguenti o di creme; questo perchè questa preparazione unge meno.

Burro (cotto)

Preparazioni consumabili entro poco tempo possono essere preparate a casa facilmente come decotti in burro. P.es.

Rp.: Pomata di calendula della nonna

Burro	cotto	gr	200
NaCl	Cloruro di sodio	gr	0,5 (sale da cucina, conservante)
Fl.	Calendulae rec. cont.	dl	1

m.f. decoctus per mezz'ora. Filtra con garza. **D.** ad ollam ermeticamente chiuso. **S.** Data, firma, Burro di Calendula:

D.S. spalmare sulle parti irritate (capezzoli di coloro che allattano) più volte al giorno.

[Abbreviazioni](#)



Calendula

Il burro cotto è un modesto *emulgatore* perchè è capace di tenere in emulsione ca. 15% del proprio peso in forma acquosa.

Quindi a un decotto preparato come sopra si potrebbe aggiungere (emulsionando a gocce in bagno maria) fino a 30 grammi (15%) di preparati acquosi.

3. Allattamento al seno, galattagoghi

[Allattamento](#) *it. Wikipedia* ◇



Gli oli essenziali possono rappresentare un valido aiuto per ovviare ad alcuni dei problemi che spesso insorgono durante l'allattamento e che potrebbero altrimenti indurre la madre ad abbandonare questo metodo naturale per passare al biberon. Le lesioni ai capezzoli e l'insufficienza di latte sono le due ragioni principali per cui la maggior parte delle neo-mamme smette di allattare. Ma in alcuni casi anche l'eccesso di latte può costituire un problema, perché provoca una dolorosa

congestione al seno.

Numerose piante, e in particolar modo quelle appartenenti alla famiglia delle ombrellifere, come **l'anice, il carvi, l'aneto e il finocchio**, soprattutto sotto forma di tisane e infusi, sono usate da secoli per stimolare il flusso del latte; anche al gelsomino è stata attribuita questa proprietà, ma non ci sono sufficienti prove per confermarla, mentre l'efficacia della tisana di finocchio è ampiamente comprovata.

Se la produzione di latte materno è scarsa noi ci serviamo, spesso con successo, del fieno greco (Trigonella), rimedio che usavano le levatrici di una volta.

3.1 Fieno greco

Trigonella foenumgraecum L.: Leguminose

[Galattogogo anagen.net](#) ◇

Il fieno greco o trigonella è una piccola pianta erbacea, simile al cece, che si coltiva nel bacino del mediterraneo e nei paesi orientali. Parti utilizzate: semi, ricchi in saponine steroidee e altre sostanze attive.

La pianta era utilizzata nella medicina popolare come galattogogo, cioè favorente la lattazione e quindi conosciuta per la stimolazione della produzione del latte materno.

Rp.: Galattagogo

Tinct. Trigonella 100 produce più latte materno

Tinct. Foenuculi ad 150 aumenta il flusso del latte materno

D.S. Diluire 3 volte al giorno 40 gocce in un pò d'acqua tiepida.

[Abbreviazioni](#)



Trigonella

4. Cellulite

[Cellulite it. Wikipedia](#) ◇

La cellulite, in linguaggio medico, pannicolopatia edemato-fibro-sclerotica, indica una condizione alterata da un disturbo che interessa l'ipoderma, un tessuto che si trova al di sotto del derma (tessuto sottocutaneo) che è ricco di cellule adipose; comunque, non tutto il grasso presente su cosce e fianchi è cellulite. La cellulite si diffonde particolarmente sul lato esterno delle cosce, e in alcuni casi si estende ai fianchi e ai glutei, dove l'ispessimento è talvolta molto evidente. In questi punti la cellulite viene definita *culotte de cheval* (cioè "calzoni da equitazione).

La cellulite viene talvolta descritta come *pelle a buccia d'arancia* e ha un aspetto spugnoso e bucherellato e forma sporgenze e rigonfiamenti.



Cellulite

Il termine stesso "cellulite" così come la condizione a cui è associato, continua ad essere oggetto di dibattito. Infatti, alcuni medici clinici utilizzano il termine cellulite per indicare un' infiammazione del tessuto cellulare, mentre altri medici affermano addirittura che questa condizione non esiste del tutto e rappresenta soltanto un termine alla moda per indicare il semplice grasso! La cellulite è piuttosto comune nelle donne in sovrappeso, ma ho curato diverse persone magre che ne erano colpite e so di almeno

un caso di cellulite in una donna anoressica.

Alcuni affermano che la cellulite sia causata dagli estrogeni e che, pertanto, possa colpire solo le donne, mentre vediamo spesso che anche gli uomini possono averla, in particolare intorno alla vita.

Recenti ricerche hanno dimostrato che la cellulite ha un contenuto di proteoglicani diverso da quello della cute normale. Inoltre, nella cellulite vi è un maggior numero di cellule che attirano l'acqua e che possono, pertanto, provocare un aumento della ritenzione idrica. Anche l'abitudine di mettersi spesso a dieta può causare perdita di elasticità della pelle, contribuendo alla formazione della cellulite.

Alcune donne per rimuovere la cellulite si affidano alla liposuzione o alla liposcultura eseguita da medici clinici; procedure chirurgiche molto diffuse e non prive di rischi, in cui il grasso in eccesso viene aspirato all'esterno del corpo.

La cellulite si può dividere in tre fasi di crescita:

- Edematosa: Crea un edema cioè accumulo di liquidi ed è presente nel tessuto adiposo, soprattutto intorno alle caviglie, ai polpacci, alle cosce e alle braccia.
- Fibrosa: Forma una fibrosi, cioè aumenta il tessuto connettivo che indurisce quello adiposo. E' caratterizzato da piccoli noduli e dalla cute a buccia d'arancia.
- Sclerotica: Forma una sclerosi così che il tessuto diventa duro e nascono noduli di grandi dimensioni. La superficie è fredda e dolente.

Sono trattati i seguenti argomenti:

[Quali possono essere i rimedi?](#) ◇ [Gli oli essenziali e la pelle](#) ◇ [Olio anticellulite](#) ◇ [Bagno anti-cellulite](#) ◇

4.1 Quali possono essere i rimedi?

- **Massaggio classico:** ha un effetto stimolante per la circolazione sanguigna.
- **Massaggi e spazzolature** della pelle stimolano il sistema linfatico e quindi contribuiscono a rimuovere l'accumulo di tossine e acqua.
- **Linfodrenaggio:** è un massaggio che serve a riattivare la circolazione linfatica, sfruttando la corrente continua. Attraverso la corrente erogata viene veicolato lo smaltimento delle tossine dell'organismo.
- **Tecniche antistress:** Si ritiene che anche lo stress possa contribuire all'accumulo di tossine.
- **Aromaterapia:** agli oli aromatici specifici contro la cellulite, impiegati per i massaggi o il bagno, vengono attribuite proprietà di degradazione della cellulite.
- **Azione diuretica:** 5 ml di estratto liquido della radice di tarassaco diluito con dell'acqua (per via del recupero dei minerali che si perdono urinando).



Tarassaco

4.2 Gli oli essenziali e la pelle

Se si friziona la pelle con un olio essenziale, puro o diluito in olio vettore, le minuscole molecole di cui è composto si solubilizzano nei grassi della pelle, ne attraversano molto rapidamente gli strati esterni e raggiungono i capillari sanguigni. Da qui passano nel torrente sanguigno e sono trasportate nelle cellule e nei fluidi corporei. Si è potuto verificare sperimentalmente che le essenze sono ritrovabili nel sangue dopo una o più ore dall'applicazione sulla pelle. Quindi, quando su una regione del corpo sofferente viene applicato un olio, questo, grazie al suo elevatissimo potere di penetrazione, questo agisce sull'organo malato sottostante.

Per combattere efficacemente la cellulite occorre agire su vari fronti.

L'aromaterapia rappresenta una delle forme di trattamento più valide per migliorare le condizioni generali dei tessuti; dovremo quindi optare per oli essenziali dotati di varie proprietà:

- depurativo;
- stimolante sul sistema linfatico;
- riequilibrante ormonale;
- antistress.

Il trattamento della cellulite deve essere continuato per settimane o mesi, a seconda di quanto è grave e da quando persiste.

4.3 Olio anticellulite

Ingredienti



Ginepro

- Aeth. Ginepro: eliminazione dei residui tossici (particolarmente utile nel trattamento della cellulite);
- Aeth. Finocchio: l'olio essenziale si è dimostrato utile nel trattamento della cellulite, quando l'accumulo di sostanze tossiche e di fluidi nel grasso sottocutaneo produce il caratteristico aspetto "a buccia d'arancia";
- Aeth. Rosmarino: rivitalizzante e tonificante;
- Aeth. Geranio: riduce il gonfiore e stimola il drenaggio della linfa;
- Aeth. Pepe nero: stimolante della circolazione e tonificante;
- Oleum Enotera: previene la disidratazione;
- Oleum Jojoba: rigenerante, nutriente e idratante
- Oleum Germe di grano: difende gli oli dall'irrancidimento

Preparazione olio anticellulite

Rp.: Anticellulite

Aeth.	Ginepro		
Aeth.	Finocchio		
Aeth.	Rosmarino		
Aeth.	Geranio	aa	1.5
Aeth.	Pepe nero	gtte.	V
Ol.	Enotera		20
Ol.	Jojoba		70
Ol.	Germe di grano	ad	150

D.S. Spalmare due volte al giorno sulle zone cellulitiche.

[Abbreviazioni](#)



Grano

4.4 Bagno anti-cellulite

Un bagno anticellulite può contenere 20-40 gocce di olio essenziale di rosmarino, limone, ginepro, lavanda, geranio, cipresso.

Per un bagno aromatico, la temperatura dell'acqua deve essere calda, ma non eccessivamente. Le essenze vanno aggiunte immediatamente prima di entrare nella vasca: sortiranno così il massimo effetto, grazie all'evaporazione delle componenti volatili.

Personalmente mi spalmo l'olio vegetale con le appropriate essenze su tutto il corpo prima di immergermi nella vasca da bagno. Con il calore dell'acqua i pori si aprono e le sostanze possono penetrare bene nella pelle.

Rimanete nell'acqua non troppo calda per una ventina di minuti, possibilmente massaggiandovi con una spugna ruvida o con un guanto da massaggio o un sacchetto nel quale avrete messo del rosmarino, salvia, timo, lavanda o altre essenze curative e profumate, oppure della crusca.

Dopo il bagno, applicate un olio o una lozione alla quale aggiungerete olio essenziale di geranio, rosmarino, incenso, finocchio, ginepro, lavanda, pepe nero, arancio o limone

(buccia).



5. Smagliature



Smagliature

Le smagliature sono delle speci di cicatrici che compaiono specialmente in gravidanza e/o con l'aumento di peso, a causa dello stiramento dei tessuti.

Senza ombra di dubbio il metodo migliore e l'unica vera cura per affrontare il problema delle smagliature è la prevenzione, perché una volta formate è molto difficile eliminarle.

5.1 Olio anti-smagliature

Iniziando dal quarto o quinto mese di gravidanza, è consigliabile massaggiare ogni giorno il ventre e le cosce per aumentare l'elasticità della pelle, utilizzando preferibilmente un olio vettore ricco, come quello di mandorla, possibilmente con l'aggiunta di olio di mandarino e neroli per rendere il trattamento ancora più efficace.

La miscela che ha dato maggiori risultati per le smagliature include l'1% di mandarino e il 2% di neroli in una base di olio di enotera, che contiene l'acido gamma linoleico, una sostanza altamente benefica per la pelle.

L'olio di enotera è molto denso e appiccicoso; è meglio usarlo mescolato a un altro olio più leggero, come quello di girasole o di cartamo: in questo modo sarà più facile spalmarlo sul corpo. L'olio di mandorle dolci e di jojobae sono più viscosi e quindi più adatti alle pelli secche. La miscela, se viene tenuta in un posto buio e fresco, resta inalterata per circa un mese e può essere utilizzata al posto di una crema o di una lozione per il corpo.

Se le smagliature sono già diventate evidenti, cercate di minimizzarle aggiungendo alla miscela base, dell'olio essenziale di limone, il quale svolge un'azione schiarente sulla pelle.

6. Preparazioni galeniche: Pino / Abete

[Pinus it. Wikipedia](#) ◇ [Picea abies it. Wikipedia](#) ◇ [Abies it. Wikipedia](#) ◇



Picea abies

Il **pino**, caratteristico e tipico albero del nostro paese cresce spontaneo nei boschi e nelle alpi e in tutto il bacino del mediterraneo dai 500m ai 1440 di altitudine e può raggiungere un'altezza di oltre 20 m. Fiorisce da maggio a luglio.

Le gemme di **Picea abies** (abete rosso) e dell'**abete** hanno le stesse proprietà curative di quelle del pino. Nelle alpi si preferisce il loro uso (specialmente della picea abies che serve anche come albero di natale).



Pinus sylvestris L.

6.1 Proprietà curative del pino

Non sono molte le notizie sull'uso del pino nell'antichità, almeno sotto il profilo farmaceutico.

Comunque, la sostanza attiva del pino, oltre ad essere un ottimo espettorante, svolge una spiccata azione antisettica sui polmoni, proprietà che lo rendono utile in caso di bronchite e contro tutti i tipi di tosse.

L'essenza di pino è forse poco conosciuta come pianta medicinale, anche se il suo olio essenziale si trova in farmacopea e numerose sono le specialità farmaceutiche che lo contengono; in effetti il pino è pure un ingrediente di molte preparazioni commerciali, dallo shampoo al bagnoschiuma.

Diverse speci di pino producono oli essenziali e gli oli di qualità migliore sono quelli ottenuti dagli alberi che crescono alle maggiori altitudini.

6.2 Raccolta delle gemme di pino

→ Raccolta erbe: [Raccolta di erbe](#)

Le gemme si raccolgono ben chiuse in marzo-aprile-maggio a dipendenza dell'altitudine. Vi ricordiamo che la raccolta delle gemme di pino è vietata; quindi va fatta a regola d'arte sia per evitare che si noti, sia per la salvaguardia della salute della pianta.

6.3 Preparati e applicazione di pino

Sono trattati i seguenti argomenti:

Sciropo delle gemme di pino ◇ Olio essenziale di pino ◇ Olio da massaggio ◇ Inalazioni ◇ Bagno e sauna ◇ Aerosol per l'ambiente ◇

Sciropo di gemme di pino

→ Ricetta preparazione: *Sciropo gemme di pino*



Gemme di pino

Alle gemme si riconoscono delle proprietà balsamiche anticattarali e antisetliche.

Il riconoscimento delle speci delle nostre regioni e di quelle italiane è difficile, perché i caratteri distintivi sono poco evidenti, ma la questione ha poca importanza, perché le diverse speci condividono quasi tutte le medesime proprietà curative.

Però fate attenzione perché questo discorso vale solo per lo sciropo di pino (per via della sua concentrazione molto blanda; in quanto la sostanza attiva più potente si trova nella resina che viene liberata solo tramite le preparazioni galeniche liposolubili.

Olio essenziale di pino

Diverse speci di pino producono oli essenziali; perciò è molto importante conoscere la fonte precisa dell'olio e il suo nome botanico, perché le varietà sono numerose e hanno proprietà e forme d'impiego molto diverse.

Per l'aromaterapia l'olio essenziale viene estratto dagli aghi e talvolta dai ramoscelli e dalle pigne più tenere con il metodo della distillazione a vapore.

L'olio essenziale è di colore giallo paglierino e ha un aroma molto penetrante, fresco e resinoso; in tutte le varietà, il principale costituente è rappresentato dal pinene e altri elementi in quantità diverse e variabili a seconda della specie.

Olio per massaggio

Se desiderate impiegarlo come olio per massaggio, consigliamo di usarlo in quantità minime e di diluirlo bene, per evitare il rischio di irritare la pelle.

Inalazioni

Le inalazioni con l'olio di pino, sia da solo che mescolato all'eucalipto o all'albero del tè, sono particolarmente adatte in caso di raffreddore, catarro, sinusite e mal di gola; molte persone preferiscono il profumo del pino a quello di altri oli, quindi rappresenta un'ottima alternativa.

Le gemme di pino sono utili per le affezioni polmonari e le infiammazioni delle prime vie aeree, dalla bronchite all'influenza, al raffreddore. Esse esercitano una benefica azione nel sedare lo stimolo della tosse, favoriscono l'eliminazione di muco e catarro (è la resina del pino che contiene la più gran



parte della sostanza attiva o curativa)

Eucalipto

Bagno e sauna

Se lo si impiega nell'acqua del bagno, è necessario fare molta attenzione, perchè allo stato puro potrebbe irritare la pelle e quindi va adeguatamente diluito.

L'essenza di pino è un potente antisettico. È utile nei bagni per rinfrescare la pelle e per prevenire e lenire disturbi respiratori.

La parte della pianta utilizzata è costituita dalle foglie aghiformi, i caratteristici aghi di pino, che nella medicina popolare venivano usati per fumigazioni mettendoli nell'acqua bollente o, addirittura, nell'acqua calda del bagno. L'essenza ricca di monoterpeni sprigionata, infatti, pur esigua come quantità, penetra facilmente attraverso la cute e le mucose dove esplica un effetto balsamico, fluidificante di secrezioni, sedativo della tosse e antinfiammatorio.

Versatene qualche goccia anche nella bacinella d'acqua che tenete in sauna.

Aerosol per l'ambiente

L'essenza di pino può migliorare la respirazione, disinfetta le vie respiratorie; in inverno si può versare un paio di gocce nei diffusori: aiuta a purificare l'aria in ambiente chiusi e fumosi.

6.4 Effetti collaterali

- Possibili irritazioni della cute e delle mucose, in modo particolare quando utilizzato per aerosol.

6.5 Controindicazioni

- Ipersensibilità accertata verso uno o più componenti.

6.6 Interazioni

- Non note.
-

7. Tiglio comune o europeo

Tilia platyphyllos Scopoli: Tiliaceae

[Tiglio it. Wikipedia](#) ◇



Albero di tiglio

Descrizione

L'albero del tiglio è certamente noto a tutti, non fosse per l'aroma caratteristico che si sente nell'aria durante la fase della fioritura. E' una pianta ornamentale che cresce spontanea in tutta l'Europa temperata, viene frequentemente coltivata nei parchi, nei giardini pubblici, lungo i viali delle città e le strade dei paesi.



Fiore di tiglio

Quando si raccoglie

I fiori si raccolgono all'inizio della fioritura, in maggio-giugno-luglio, staccando il peduncolo dell'infiorescenza.

Proprietà

Nella medicina popolare le proprietà curative dei fiori di tiglio sono molteplici:

- sedativo della tosse per catarrri alle vie aeree;
- utile nel trattamento di influenza e raffreddore qualora sia indicato un incremento della sudorazione;
- leggermente diuretico;
- leggermente sedativo.

Uso interno

- L'uso tipico popolare nel nostro paese è rappresentato dall'infuso dei fiori di tiglio a scopo diaforetico, cioè per favorire la sudorazione nelle malattie infettive acute febbrili, o da raffreddamento quali le sindromi influenzali.
- I fiori di tiglio rappresentano una droga dotata di modeste proprietà sedative, sfruttabili anche per i bambini.

Posologia e forma d'impiego

Mettere 1-2 cucchiaini (2-4 g) di fiori di tiglio in acqua bollente (150 g circa); dopo circa 5 minuti passare attraverso un colino. Salvo diversa prescrizione, bere 1-2 tazze di tisana preparata di fresco, più calda possibile, più volte al giorno. Soprattutto nella seconda metà della giornata.

Controindicazioni

- Cardiopatie (uso eccessivo);
- Ipersensibilità accertata verso uno o più componenti.

Interazioni

- Non note.

8. Allegati e annessi

8.1 Commenti

alla pagina *GalenicaApprendistato* | 5) *Dermatologia* ③: Cliccare sul titolo per aggiungere dei commenti!

Peter — 14 May 2009, 12:19

Test

8.2 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.Dermatologia3>
Pagina creata il 06 May 2009, ultima modifica May 19, 2009, at 06:07 AM