

Soccorso operaio Svizzero DERMAN Ticino:
Progetto per l'attivazione e la formazione di mediatori interculturali nell'ambito della salute e dell'educazione speciale:
Orientarsi in ambiente sociale, sanitario e formativo: Medicina ufficiale, medicina tradizionale, medicine alternative e
medicina popolare

Gianluigi Galli SOS-dis/SUPSI 091 752 11 81 ggalli@sos-ti.ch

Indice della pagina

[Strumenti di chi cura](#)

[Farmacia casalinga](#)

[Ricettario per disagi banali:](#)

[Respiratori](#)

[Gengivite](#)

[Digestivi](#)

[Piccole ferite](#)

[Ustioni](#)

[Slogature](#)

Terapie popolari

P. Forster
© DERMAN Ticino
5.12.05



Fonte

[Download](#)  .pdf

*La stesura di questo testo si avvale di voci dell'Enciclopedia di Medicina popolare
www.pforster.ch della quale sono autore ed editore.*

Pagine correlate:

[Medicine](#)

[Medicine alternative](#)

[Medicina popolare](#)

it.wikipedia.org

[Fitoterapia popolare](#)

[Ricettario popolare](#)

[Erboristeria](#)

[HOME](#)

Esponenti di Terapie popolari istituzionalizzate:

Croce Rossa Ticino



 **samaritani**

Farmacie del Cantone Ticino



Strumenti di chi cura

<http://www.pforster.ch/Scopo/Scopo.htm>

Ippocrate disse che gli strumenti del medico (e allora si trattava di medicina popolare) sono le mani, la parola e il rimedio per dare sollievo. Intendeva tutti i tre gli strumenti assieme e poneva l'accento sul saper fare, perché, ai suoi tempi, sapere, era saper fare e il nostro sapere era ritenuto aria calda movimentata.

Usare le mani



per lavorare sul corpo umano usando diverse tecniche che fanno parte di un ricco repertorio di saggezza popolare oramai quasi sparite e sostituite da tecniche che hanno a che fare più con superstizioni che con la biologia e l'esperienza. Fanno parte di queste tecniche anche l'applicazione di sostanze come l'acqua, le coppette e innumerevoli altri strumenti. Oggi, in merito, si sono specializzati chirurghi e fisioterapisti.

Usare la parola



CC by Sim Dawdler

per sostenere un discorso sensato e centrato con il cliente, per saperlo consigliare e rispondere alle domande che pone. Non agendo come sacerdote, ma come persona civile con cognizione di causa riguardo tanti problemi psichici, relazionali e sociali, nati dal contrasto tra esigenze biologiche e pretese culturali. Oggi, in merito, si sono specializzati psicoterapisti e psichiatri

Usare dei rimedi



e saperli preparare razionalmente. Possono essere nutrienti, fitoterapici o altre sostanze. Oggi, in merito, si sono specializzati case farmaceutiche, farmacisti, dietisti e medici di ogni genere.

Per dare sollievo

ai danni e malanni umani, con tutti i mezzi disponibili e gestibili in una cucina (Pop medicine, evidence based, razionale).

Io, se non sapessi usare con la stessa dimestichezza tutti e tre gli strumenti, mi sentirei come un falegname che sa usare l'ascia ma non la pialla, il martello e lo scalpello. Questo per il discorso strumentale. Se volete diventare medici popolari sarà opportuno istruirvi con tutti e tre i gruppi di strumenti.

http://www.pforster.ch/yPD/yPD1/PD1_3.htm

Ricettario malattie respiratorie

Ricettario pediatria: **Malattie respiratorie**

Tosse / Bronchiti

Rp. Tosse di bambini e fanciulli	
Sir. Sambuci	500
D.S. Diluire da 1 ... 3 cucchiaini da tè in un bicchiere d'acqua o in una tazza di tè.	

Rp. Tosse di fanciulli e adolescenti	
Sir. Thymi	
Sir. Pini	
Sir. Plantaginis aa	ad 200
D.S. Ingerire da 1 ... 5 cucchiaini da tè nel corso della giornata.	

Rp. Tosse / Bronchite irritante di Fanciulli	
Tinct. Ephedrae	7
Tinct. Lobeliae	7
Tinct. Symphyti	4
Tinct. Thymi	8
Tinct. Verbasci	ad 30
D.S. Ingerire 3 volte al dì 4 gtt. in un bicchiere di sciroppo di limo. In caso di attacchi di tosse a l massimo 8 gtt.	



Catarro / Raffreddore / Sinusite

Rp. Raffreddore, Sinusite	
Aeth. Rosmarini	20
D.S. Spalmare sotto il naso e sui lobi nasali 1 gt. ogni ora	

Sinusite / Tonsillite / Faringite / Orite / Bronchite

Rp. Sinusite / Tonsillite	
Aeth. Melaleucaee	
Aeth. Eucalipfi	
Aeth. Lavandulae	
Aeth. Thymi	
Aeth. Rosmarini aa	X
Ol. Calendulae	
Ol. Nigellae aa	ad 30
D.S. Inhalazioni una volta al giorno per 3 ... 4 settimane	



Mal di gola (Faringite) / Tonsillite

Rp. Faringite / Tonsillite	
Aeth. Thymi	3
Alcol (grappa)	ad 30
D.S. Diluire 1 ml (1 p. ipetta) in un sorso d'acqua. Fare gargarismi. In casi persistenti: aggiungere 1 cucchiaino da tè di acqua ossigenata al sorso d'acqua.	

Orite

Rp. Tosse di fanciulli e adolescenti	
Aeth. Myrrhae	
Aeth. Lavandulae	
Aeth. Menthae pip.	
Aeth. Melaleucaee aa	gt. I
Ol. Mandarulae	
Ol. Nigellae aa	ad 10
D.S. Mettere ogni ora una goccia di olio tiepido nell'orecchio.	



http://www.pforster.ch/yDN/yDN%202/DN%202_3.htm

Gengivite



Le gengiviti sono infiammazioni delle gengive: normalmente infettive, ogni tanto anche allergiche o causate da intolleranze alimentari.

La forma più critica è quando si creano delle "tasche" tra la gengiva e il dente che sono un ottimo biotopo per vari batteri. Alla fine cadono i denti perché la gengiva che li tiene dall'esterno sparisce. Il dolore è un segnale per curare i denti!

Quando ci sono delle tasche è meglio recarsi in tempo dal dentista per evitare la perdita dei denti. Anche il dentista non può sempre aiutare, ma salva il salvabile.

Come aggiunta alle cure dentarie e come prevenzione le prossime due ricette sono molto utili:

Rp. Preventivo Gengivite		
Aeth.	Menthae	0.5
Aeth.	Myrrhae	0.5
Aeth.	Limonis	0.5
Aeth.	Melaleuca	2
Tinct.	Salviae	ad 50

S. Diluire poche gocce in acqua tiepida e risciacquare la bocca 2...3 volte al di.

anestetico
fungicida
battericide
virostatico
mucostimolante

Rp. Gengivite acuta		
Aeth.	Menthae	2
Aeth.	Mirrhae	1
Aeth.	Garofano	1
Aeth.	Salviae	5
Ol.	Nigellae	6
Ol.	Calendulae	2

S. Penellare 2...3 volte al di sulle zone infettate.

anestetico, corrigens
fungicida
anestetico, antibiotico
mucostimolante
antiistaminico
mucocurativo



http://www.pforster.ch/yPD/yPD1/PD1_2.htm

Ricettario digestivo in infanzia

I disturbi digestivi in infanzia sono molto frequenti. Si deve formare la flora intestinale. Non è il caso di subito intervenire.

Ricettario pediatria: **Disturbi digestivi**

In disturbi digestivi duraturi è meglio consultare il pediatra

Diarrea

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

Costipazione

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

Rp. Costipazione ragazzi	
Sir. <i>Ficus (puro)</i>	500
D.S. ingerire dopo cena 1 cucchiario da m inestra di s cioppo (eventl. diluire in acqua tiepida o tè)	
Farmacista	

Rp. Costipazione ragazzi	
<i>DUPHALAC</i>	
D.S. secondo la prescrizione del produttore	
Lactulose Solvay	

Rp. Costipazione adolescenti - adulti	
Tinct. <i>Berberis</i>	
Tinct. <i>Taraxaci</i>	aa 12
Tinct. <i>Rhamni</i>	
Tinct. <i>Rhei</i>	
Tinct. <i>Foeniculi</i>	
Tinct. <i>Centaunii aa</i>	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	

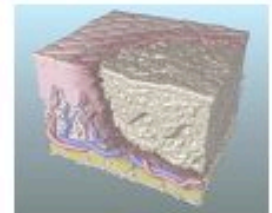
http://www.pforster.ch/yMmP/9/MmP%209_2.htm

Medicazione di piccole ferite cutanee

Nelle 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):
 - nei nostri paraggi **pulire** la ferita meticolosamente con acqua fresca potabile o acqua ossigenata 2...3%.
 - **disinfettare** bene 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 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 strozzarla dall'aria;
 - personalmente cambio il cerotto solo quando si è sporcato (rischio di infezione), se no, ogni 2...3 giorni, ma metto sul "tampone" una goccia di lavanda 2...3 volte al dì;
 - quando la crosta tira e stenta a cadere, faccio ogni tanto (cambiando il cerotto) una compressa con un thè di camomilla forte.
- Tenere sotto controllo processi **infiammatori infettivi**:
 - se si forma pus (cellule immunitarie deperite) è segno di infezione e bisogno rinforzare la disinfezione.
- Per imparare a regola d'arte questo mestiere conviene frequentare un corso della Croce Rossa o dei Samaritani.



PHARMASTERIL
ALCOOL

Pharm. Merf. Chiosoglio - Reg. Min. San. n. 1712/5



http://www.pforster.ch/yMmP/9/MmP%209_2.htm

Medicazione di ustioni

Le ustioni e anche i congelamenti ledono l'epidermide (I° grado), derma e sottoderma (II° grado) o anche i tessuti più profondi (muscoli, ...; III° grado).

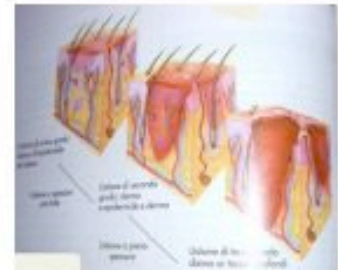
In tutte le ustioni sono importantissime le prime reazioni:

- immettere in acqua fredda la parte ustionata per ca. 20 minuti.
- Se si tratta di ustioni di III° grado e/o ustioni estese, chiamare l'ambulanza.
- Ev. misure antidolorifiche.

Per gli altri casi (fino al II° grado limitate di estensione), personalmente (dopo il trattamento con acqua fredda per inibire il proseguimento della lesione per surriscaldamento) procedo come segue:

- Aeth. di lavanda a gocce sulla parte ferita e spargerlo con un pennellino tre volte al dì fino che la nuova pelle è chiusa.
- Proteggere la parte ustionata da tocchi e sporcizia, se possibile senza che la protezione tocchi la parte ustionata ("tenda").
- Se questo non è possibile, coprire con una garza sterile e imbevuta con Aeth. di lavanda tre volte al dì. Se si incolla, non strapparla via ma applicare sopra l'olio di lavanda.
- Mai aprire delle flittene! Proteggono il tessuto sottostante.
- Osservare con occhio clinico la ferita: non devono assolutamente succedere delle infezioni ne disturbano la riparazione tessutale e lasciano brutte cicatrici. Consultare immediatamente il medico se ciò dovesse succedere!

Facendo così, normalmente le ustioni guariscono in fretta e senza provocare infezioni o cicatrici.



http://www.pforster.ch/yDN/yDN%202/DN%202_2.htm

Slogature e simili

Trattamento di slogature e altri traumi ottusi



Come **primo soccorso** con:

- freddo: Metiletilene spray, sacchetto di piselli congelati, compresse di acqua / Tinct.Arnicae;
- stabilizzare la zona ferita;
- rialzare la zona ferita.

Come **cura** con:

- Anestetici locali (Aeth.Garofano, Aeth.Menta, iniezioni di Xilocaina o simili)
- Antiedematici locali
- ev. Antiematomo (-coagulante) p.es. HIRUDOID f Gel
- ev. Antiistaminici
- ev. Ricostituenti del tessuto connettivo.



A questo scopo noi utilizziamo un unguento che raggruppa un po' tutte queste proprietà:

Rp.	Ricostruzione Tessuto connettivo		
Unq.	Symphyti	30	Allantoina: riparazione tessuti
Aeth.	Garofano	3	Anestetico
Aeth.	Incensi	2	Antiedematico
Aeth.	Rosmarini	1	Microcircolazione
Ol.	Nigellae	10	Antistaminico
Ol.	Frumenti	ad 50	Vit. E
	DMSO ₂	2	Dimetilsolfossido: (solfo)
	ev. HIRUDOID f Gel	20	Anticoagulante (-ematomo)
D. ad ollam. S. Spalmare dolcemente sulle zone dolenti più volte per di.			



Quando ematomi, edemi e dolori sono spariti, si può usare l'unguento di Consolida pura (ev. con l'aggiunta di DMSO₂) per facilitare la **ricostituzione** completa del tessuto (da 1 a 2 anni).

Rp.	Unguentum Symphyti (Consolidae)		
Pl. tota	Symphyti	100	Allantoina: riparazione tessuti
Adeps	Suillis	300	Sangia, veicolo di trasporto nei tessuti
f. decoct.			
L'unguento Consolidae preparato in questa maniera è reperibile presso HAENSELER, Herisau			
	(ev. adde: DMSO ₂	4%	Solfo per tessuti cartilaginei
D. ad ollam. S. Spalmare dolcemente sulle zone dolenti più volte al di.			



Programma	Corso	Seminari	Conferenze		Lucidi	Dispense	Strumenti
Novità		Forum		Studio	Vari	Webmaster	HOME
Scopo	Struttura		Collaboratori	Colleghi	Impressum	Amministrazione Recapiti	

Peter Forster

Tel +41 79 620 48 61

v. Castelrotto 18
CH-6600 Locarno
Fax +41 91 751 13 20

Medico naturalista
Lavoro corporeo
Fitoterapia

Mail: pforster@nikko.ch

Enciclopedia di medicina popolare: <http://www.pforster.ch/>

Novità: <http://pforster.blogspot.com/>

Forum: <http://pforsterforum.blogspot.com/>

Immagini: <http://www.flickr.com/photos/pforster/>

