

Olmaria

(Filipendula ulmaria)

<http://www.globalnet.it/erbe/nop/olmaria.htm>



FAMIGLIA : Rosaceae

NOMI COMUNI : Barba di cavra, regina dij pra, reina des près, sparzi de mont, fior d'oro, reginella.

LA DROGA : Le sommità e il rizoma.

QUANDO SI RACCOGLIE : Le sommità fiorite si raccolgono in giugno - agosto, recidendole 20 cm circa sotto l'infiorescenza; il rizoma si raccogli, con la zappa o la vanga, in settembre - ottobre: si lava, si recidono le radichette laterali e si taglia in pezzi di 5 -10 cm che si dividono in due per il lungo nel caso di grossi rizomi.

PROPRIETÀ : Aromatizzanti, diuretiche, depurative, antireumatiche, antigottose, astringenti.

PRINCIPI ATTIVI : Olio essenziale (contenuti principalmente aldeide salicilica e salicilati di metile), glucosidi flavonici, vitamina C.

COME SI USA LA DROGA

Le sommità fiorite di Olmaria sono sempre state uno dei rimedi più validi per il trattamento fitoterapico di tutte le forme legate al ristagno di acqua e di acidi urici nell'organismo dei quali favoriscono l'eliminazione attraverso l'apparato urinario e sudorifero.

Autori moderni ne hanno confermato l'azione potentemente diuretica e depurativa, utile nelle idropisia, nell'obesità, negli edemi degli arti e delle articolazioni, nella gotta, nel reumatismo articolare acuto e nella cellulite

L'azione diuretica facilita l'eliminazione di piccoli calcoli del rene e della vescica.

La tisana fatta con le sommità fiorite o i fiori di Olmaria è aromatica e risulta un buon coadiuvante per le citate affezioni.

Infusi di foglie e fiori di Olmaria ne costituiscono un utile complemento, per uso esterno, mediante impacchi sulle articolazioni e sulle estremità gonfie degli idropici dei gottosi, degli artritici e dei reumatici. Il rizoma di Olmaria è considerato specifico per le febbri intermittenti e, uso esterno, tonico e astringente.

USO INTERNO

Le sommità fiorite : Come bevanda aromatica e depurativa.

Infuso (tisana) : 1 - 2 grammi in 100 ml di acqua. A tazzine.

Le sommità fiorite : Per stimolare la diuresi e depurare l'organismo.

Infuso : 3 grammi in 100 ml di acqua. Tre - quattro tazze al giorno.

USO ESTERNO

Le sommità fiorite : Come astringente e coadiuvante nella riduzione dei gonfiori delle estremità e delle articolazioni.

Infuso : 3 grammi in 100 ml di acqua. Fare impacchi, bagni parziali o pediluvi.