

# **FITOTERAPIA**

## **APPROFONDIMENTO SULL'USO DELLE PIANTE**



**A cura di**  
**ALBERTO PORRO**

# INTRODUZIONE

## CARATTERISTICHE GENERALI DEI RIMEDI FITOTERAPICI

Caratteristiche	GUSTI FREDDI	GUSTI CALDI
<b>Principi attivi</b>	AMARO (iridoidi, secoiridoidi) DOLCE (polisaccaridi, mucosaccarine, mucillagini) ASTRINGENTE (tannini)	PICCANTE (spezie) (tutto ciò che può estrarre olio essenziale) ACIDO (acidi organici) SALATO (minerali)
<b>Proprietà</b>	raffreddano	riscaldano
<b>Azione</b>	<b>STIMOLANO</b>	<b>NUTRONO</b>
<b>Costituzione</b>	carbonico	neuroatritico
<b>Comprensione</b>	se l'organo è freddo uso il simile per riscaldarlo	se l'organo è freddo uso il contrario per riscaldarlo
<b>Esempio (dispepsia)</b>	Paziente sanguigno- biliare: stimolo secrezioni con piante amare (es. Tarassaco), che disperde	Paziente nervoso - linfatico: stimolo le secrezioni con spezie (es. Cardo mariano) che tonificano

### DOSAGGI:

- Rimedi di terreno e costituzionali vanno somministrati per tempi piuttosto lunghi (almeno tre mesi)
- Rimedi sintomatici non vanno somministrati così a lungo
- Se ci sono effetti collaterali utilizzare la pianta per una terapia di attacco (per 15 giorni al massimo) e poi sostituirla con una pianta più costituzionale.

#### **TM:**

30 gt / 3 v. Die (se somministrato da solo)

40 gt / 2 v. Die (se si somministrano anche altri prodotti)

Dosaggi bassi (3-5 gt) = stimolazione organotropica

Dosaggi medi (10-15 gt) = regolazione organotropica

Dosaggi alti (20-30 gt) = inibizione organotropica / drenaggio

#### **MG:**

50 gt / 2 v. Die (se somministrato da solo)

70 gt / 1 v. Die (se si somministrano anche altri prodotti)

#### **Somministrazioni particolari** (per meglio rispettare la fisiologia):

Solo la mattina (altrimenti provocano insonnia):

RIBES NIGRUM (segue il ciclo del cortisone)

ROSMARINUS OFFICINALIS

Solo la sera:

ABIES PECTINATA (lavora sul GH, che ha la sua azione la sera e la notte)

## **FITOTERAPIA COSTITUZIONALE: LE REGOLE DELL'ARTE**

Con questa fitoterapia:

- non si fanno soppressioni
- copre la totalità dei sintomi della persona, per cui si sfrutta anche l'azione energetica della pianta
- ha una azione profonda e duratura

### **METODO**

si deve ricercare la pianta che copra, oltre al sintomo principale, tutti gli altri sintomi "secondari" lamentati dal soggetto.

AD ESEMPIO:

un paziente ha mal di stomaco.

Valutare se: è nervoso, se ha una sensazione di costrizione.

Se la risposta è affermativa il paziente è di tendenza spasmofila.

Cercare quindi tra le piante spasmolitiche: ACHILLEA, CAMOMILLA, MELISSA, VALERIANA, ANGELICA, LEVISTICO, PASSIFLORA, FICUS, MELILOTO

Domandare le funzioni ed i problemi eventuali agli altri organi: il paziente lamenta amenorrea, ansia, simpaticotonia.

Confrontare le varie piante:

- ACHILLEA: antiinfiammatorio, spasmolitica, ma no sedativa
- CAMOMILLA: antiinfiammatoria, spasmolitica, sedativa, digestiva
- ANGELICA: spasmolitica a livello digerente, utero vasale, tonica digestiva, sedativa,, simpaticolitica
- MELISSA: spasmolitica, sedativa, ipotireotropa, antistaminica
- LEVISTICO: spasmolitico su polmone e vie urinarie
- PASSIFLORA: sedativa, ansiolitica
- VALERIANA: sedativa, ansiolitica, utile nelle forme isteriche
- MELILOTO: molto sedativa, simpaticolitica, antiaggregante piastrinico, vasoprotettore, fluidificante ematico

Un altro esempio:

il paziente lamenta problemi al fegato ed è nervoso

Cercare tra le piante:

- ANGELICA
- PEONIA

## **COME INDIVIDUARE IL RIMEDIO CORRETTO**

Leggere le proprietà della pianta nel suo complesso ed immaginare se la persona si sovrappone bene al quadro nelle sue manifestazioni patologiche.

Esempio: AGLIO

È antiaggregante e fibrinolitico, ipocolesterolemizzante, ipoglicemizzante, antisettico (batteriostatico), disinfetta bronchi e favorisce espettorazione, stimola l'azione epatobiliare (e pertanto riduce la sclerosi vasale), stimola l'attività tiroidea.

Pertanto il soggetto "Aglione" avrà le seguenti caratteristiche patognomiche:

1. dismetabolismo e discrasia ematica
2. ipertensione
3. problemi immunitari
4. problemi respiratori

Potrebbe essere pertanto un soggetto "sanguigno" anziano che sta passando dalla diatesi MANGANESE-COBALTO a quella RAME-ORO-ARGENTO.

Il rimedio non potrebbe andare assolutamente bene per un soggetto "sanguigno" giovane con ipertensione (in tal caso verificare OLEA EUROPEA).

Alcune piante non possono essere utilizzate come rimedi costituzionali, perché la loro azione è troppo specifica.

Ad esempio:

- GALEGA è ipoglicemizzante e debolmente galattogena
- HAMAMELIS è tonico vasale

# SISTEMATICA VEGETALE

## TAVOLA SINOTTICA DELLE FAMIGLIE

<u>A - PTERIDOPHYTA</u>	
<b>CLASSE I. FILICINAE</b>	
Fam. Polypodiaceae Fam. Osmundaceae	Fam. Ophioglossaceae Fam. Marsileaceae
<b>CLASSE II. EQUISETINAE</b>	
Fam. Equisetaceae	
<b>CLASSE III. LYCOPODIINAE</b>	
Fam. Lycopodiaceae Fam. Selaginellaceae	Fam. Isoëtaceae
<b>B - GYMNOSPERMAE</b>	
<b>CLASSE IV. CONIFERAE</b>	
Fam. Taxaceae Fam. Pinaceae	Fam. Cupressaceae
<b>CLASSE V. GNETINAE</b>	
Fam. Ephedraceae	

C – ANGIOSPERMAE

**CLASSE VI. MONOCOTYLEDONEAE**

**Ordine Pandanales**

Fam. Typhaceae  
Fam. Sparganiaceae

**Ordine Helobiae**

Fam. Potamogetonaceae  
Fam. Najadaceae  
Fam. Juncaginaceae  
Fam. Alismataceae  
Fam. Butomaceae  
Fam. Hydrocharitaceae

**Ordine Glumiflorae**

Fam. Gramineae  
Fam. Cyperaceae

**Ordine Spathiflorae**

Fam. Araceae  
Fam. Lemnaceae

**Ordine Farinosae**

Fam. Cominelinaceae

**Ordine Liliiflorae**

Fam. Juncaceae  
Fam. Liliaceae  
Fam. Amaryllidaceae  
Fam. Dioscoreaceae  
Fam. Iridaceae

**Ordine Microspermae**

Fam. Orchidaceae

**CLASSE VII. DICOTYLEDONEAE**

**Sottoclasse 1**

**Archichlamydeae (Apetalae et Choripetalae)**

<p><b>Ordine Salicales</b> Fam. Salicaceae</p> <p><b>Ordine Juglandales</b> Fam. Juglandaceae</p> <p><b>Ordine Fagales</b> Fam. Betulaceae Fam. Fagaceae Fam. Corylaceae</p> <p><b>Ordine Urticales</b> Fam. Ulmaceae Fam. Moraceae Fam. Urticaceae</p> <p><b>Ordine Santalales</b> Fam. Loranthaceae Fam. Santalaceae</p> <p><b>Ordine Aristolochiales</b> Fam. Aristolochiaceae</p> <p><b>Ordine Polygonales</b> Fam. Polygonaceae</p> <p><b>Ordine Centrospermae</b> Fam. Chenopodiaceae Fam. Amaranthaceae Fam. Phytolaceae Fam. Aizoaceae Fam. Portulacaceae Fam. Caryophyllaceae</p> <p><b>Ordine Ranales</b> Fam. Nymphaeaceae Fam. Ceratophyllaceae Fam. Ranunculaceae Fam. Berberidaceae Fam. Lauraceae</p>	<p><b>Ordine Rhoadales</b> Fam. Papaveraceae Fam. Fumariaceae Fam. Resedaceae</p> <p><b>Ordine Capparales</b> Fam. Cruciferae Fam. Tropeolaceae</p> <p><b>Ordine Sarraceniales</b> Fam. Droseraceae Fam. Sarraceniaceae</p> <p><b>Ordine Rosales</b> Fam. Crassulaceae Fam. Saxifragaceae Fam. Platanaceae Fam. Rosaceae Fam. Leguminosae (Papilionatae)</p> <p><b>Ordine Geraniales</b> Fam. Geraniaceae Fam. Oxalidaceae Fam. Linaceae Fam. Rutaceae Fam. Simaroubaceae Fam. Polygalaceae Fam. Euphorbiaceae Fam. Callitrichaceae</p> <p><b>Ordine Sapindales</b> Fam. Buxaceae Fam. Anacardiaceae Fam. Aquifoliaceae Fam. Celastraceae Fam. Staphyleaceae Fam. Aceraceae Fam. Hippocastanaceae Fam. Balsaminaceae</p>	<p><b>Ordine Rhamnales</b> Fam. Rhamnaceae Fam. Vitaceae</p> <p><b>Ordine Malvales</b> Fam. Tiliaceae Fam. Malvaceae</p> <p><b>Ordine Parietales</b> Fam. Hypericaceae Fam. Elatinaceae Fam. Tamaricaceae Fam. Cistaceae Fam. Violaceae</p> <p><b>Ordine Opuntiales</b> Fam. Cactaceae</p> <p><b>Ordine Myrtiflorae</b> Fam. Thymelaeaceae Fam. Elaeagnaceae Fam. Lythraceae Fam. Punicaceae Fam. Onagraceae Fam. Hydrocaryaceae Fam. Haloragaceae Fam. Hippuridaceae</p> <p><b>Ordine Umbelliflorae</b> Fam. Araliaceae Fam. Umbelliferae Fam. Cornaceae</p>
--	--	---

**CLASSE VII. DICOTYLEDONEAE**  
**Sottoclasse 2**  
**Metachlamydeae (Sympetalae)**

**Ordine Ericales**

Fam. Pyrolaceae  
Fam. Empetraceae  
Fam. Ericaceae

**Ordine Primulales**

Fam. Primulaceae  
Fam. Plumbaginaceae

**Ordine Contortae**

Fam. Oleaceae  
Fam. Buddleiaceae  
Fam. Gentianaceae  
Fam. Apocynaceae  
Fam. Asclepiadaceae

**Ordine Tubiflorae**

Fam. Convolvulaceae  
Fam. Polemoniaceae  
Fam. Hydrophyllaceae  
Fam. Boraginaceae  
Fam. Verbenaceae  
Fam. Labiatae  
Fam. Solanaceae  
Fam. Scrophulariaceae  
Fam. Orobanchaceae  
Fam. Lentibulariaceae  
Fam. Globulariaceae

**Ordine Plantaginales**

Fam. Plantaginaceae

**Ordine Rubiales**

Fam. Rubiaceae  
Fam. Caprifoliaceae  
Fam. Adoxaceae  
Fam. Valerianaceae  
Fam. Dipsacaceae

**Ordine Campanulatae**

Fam. Cucurbitaceae  
Fam. Campanulaceae

**Ordine Asterales**

Fam. Compositae

# FUNGHI

## LIEVITI

### LIEVITO DI BIRRA

---

Il più famoso ed usato è quello "di birra".

#### **Azione, indicazioni ed associazioni:**

- ⇒ Può essere molto utile nel favorire la colonizzazione dell'intestino da parte delle flore simbiotiche, ma solamente se non si è in presenza di uno stato infiammatorio (colon irritabile, enteriti tossiche, ecc.): in questo caso può determinare la cicatrizzazione anomala delle pareti intestinali ed instaurare una patologia cronica.
- ⇒ Può essere anche usato come rimineralizzante e vitaminizzante, con le stesse precauzioni.

#### **Dosi:**

- ✓ Fresco: antidiabetico, rimineralizzante e vitaminizzante
- ✓ Secco: rimineralizzante e vitaminizzante.

ATTENZIONE: lievito fresco (vivo) + carboidrati = fermentazione (CO<sub>2</sub>, alcool etilico)

Consumare regolarmente dei lieviti serve da "allenamento" per il sistema immunitario.

# LICHENI

Sono un incrocio tra alghe e funghi.

## **LICHENE D'ISLANDA**

---

Contiene *acidi lichenici (polifenoli)* dal sapore molto amaro. Hanno azione antisettica, antinfiammatoria, antiemetica, anti-neoplastica. Ricco anche di *polisaccaridi* (azione protettiva, lenitiva, immunostimolante).

La presenza di polisaccaridi e polifenoli spiega l'efficacia della sua azione sulle patologie infiammatorie-infettive, soprattutto ORL, genito-urinarie, ecc.

Radioattività: hanno la capacità di fissare i metalli molto alta, compresi gli isotopi radiattivi. Se a ciò si aggiunge che vivono moltissimi anni, si capisce che usare un lichene oggi può voler dire ripercorrere la storia radiattiva del nostro pianeta degli ultimi 40-50 anni.

### **Dosi:**

5 gr. di decozione prolungata.

# ALGHE

## FUCUS

Contiene iodio in forma libera (scarsamente disponibile) e legato a proteine e lipidi (molto disponibile). Ciò fa sì che si abbiano i T3 e T4 già pronti (iodio + tirosina). Contiene poi arsenico, bromo, calcio, sodio, ecc. e *polisaccaridi*.

### Azione:

Tutte le cellule del nostro organismo hanno recettori ai T3 e T4.

T3 / T4 -----> <sup>recettore</sup> (1°) aumento del consumo di zuccheri -----> (2°) aumento del consumo di lipidi

- ✓ L'arsenico è presente sotto forma di arseniati, in grado di sostituirsi al fosforo nelle molecole di ATP: queste, una volta spezzate, non producono energia! L'organismo deve quindi ricavare tale energia in altro modo.
- ✓ Il bromo ostacola la trasmissione dell'impulso nervoso, riducendo l'eccitabilità nervosa (tipica della persona iperfagica).
- ✓ I polisaccaridi hanno 2 azioni: immunostimolante e di tipo "glucomannano"

### IPERTIROIDISMO E IPOTIROIDISMO:

I valori di TSH, T3 e T4 nel sangue sono del tutto relative! Questo perchè il problema non è dato dalla concentrazione di ormoni, ma dall'iper o iporecettività dei recettori tissutali (lo IODIO GLUCONATO è molto interessante). Ciò fa sì che l'ipertiroidismo sia piuttosto diffuso, soprattutto nell'ambito delle diatesi MN o MN-Co.

Attenzione allora all'uso del Fucus!

Pertanto la sua azione è:

- ◆ Stimolatore tiroideo
- ◆ Azione ipocoagulante
- ◆ Azione protettiva sulle mucose gastro-intestinali
- ◆ Azione ipocolesterolemizzante.

### Indicazioni ed associazioni:

- ⇒ Obesità dell'ipotiroidico o normotiroidico
- ⇒ Immunodeficienza correlata a stati carenziali di oligoelementi (**linfatismo**: soggetto linfatico con plessi linfatici sempre gonfi).

### Controindicazioni:

Un iperdosaggio può dare luogo a ipertiroidismo!!

**Dosi:**

→ 2-3 gr. in infusione prolungata (aspetto globale): mettere la droga in una tazza, coprire con acqua tiepida per farla reidratare, per 15 mn. Versare sopra l'acqua bollente e lasciare in infusione per almeno 30 mn., poi filtrare e spremere.

→ La TM non estrae bene i polifenoli e serve soprattutto per il deficit tiroideo vero e proprio, associato a IODIO GLUCONATO.

→ L'estratto secco va bene per le cure dimagranti.

La quantità di iodio assunto giornalmente non dovrebbe essere superiore a 150 mcg.

Tuttavia 5 gr. di FUCUS contengono 5000 mcg.! Ecco perchè bisogna stare molto attenti nei seguenti casi:

- ✓ ipertiroidismo o ipertensione
- ✓ terapia che supera le 3 settimane
- ✓ insufficienza epatica

**KELP**

---

Sono un insieme di grandi alghe che crescono nel Pacifico o Atlantico, che comprende *LAMINARIA* e *MACROCISTIS*.

Contengono da 5 a 7 volte più iodio di FUCUS!

# EQUISETINAE

## EQUISETACEE

### EQUISETO (EQUISETUM HIEMALE, EQUISETUM ARVENSIS)

Molto ricco di *flavonoidi* con attività diuretica, antinfiammatoria, antiradicalica e di *silicati* (5-8%) che sono di DUE tipi:

1. inorganici: vengono assimilati per primi a livello intestinale, ma hanno un'emivita molto ridotta: intestino --> fegato --> rene--->espulsione.
2. organici: durano diversi giorni all'interno dell'organismo.

Quindi:

- ✓ *Flavonoidi e silicati inorganici*: azione diuretica.
- ✓ *Silicati organici*: azione remineralizzante, elasticizzante, ecc.

La presenza di *polifenoli* spiega l'azione diuretica di EQUISETO anche 2-3 giorni dopo aver smesso l'assunzione: vengono eliminati molto lentamente a livello renale.

N.B. L'aggressività dell'equiseto è data dalla *tiraminasi*, che però viene inibita dal calore (infuso o decotto) o dall'alcool.

#### **Azione:**

- Diuretico volumetrico (silicati inorganici) e natriurico (flavonoidi): interessante anche negli ipertesi.
- Azione emostatica, soprattutto in TM
- Azione protettiva del connettivo e antinfiammatoria: rende elastici i tessuti induriti e rinforza i tessuti lassi. (Es. traumi, artrite reumatoide, sclerosi, reumatismi infiammatori da Streptococco, ecc.). N.B. ottimo nell'acqua al ginocchio.
- Remineralizzante per la notevole presenza di oligoelementi.

#### **Indicazioni ed associazioni:**

- Edema statico: da rottura dei vasi che fa sì che fuoriesca liquido quando la persona è in piedi. Interessante perchè si drenano i liquidi e si ripristinano i tessuti.

Equiseto non dovrebbe mai mancare nella formulazione per varici, ulcere varicose, ecc. Tisana: EQUISETO 50%, RUSCO 15%, CIPRESSO 35% (decotto breve).

- Nefrite con insufficienza renale, litiasi renale (i silicati impediscono la precipitazione degli ossalati).
- Enuresi da stati infiammatori
- Reumatismi infiammatori
- Collagenosi (come la piorrea alveo-dentaria, il lupus eritematoso sistemico, la sclerodermia, ecc.)
- Ulcera gastro-duodenale per ripristinare la piate lesa

- Enfisema, epistassi, tubercolosi, ecc.

### **Profilo di Equiseto:**

Soggetto insicuro, timido, sottomesso, vulnerabile sul piano affettivo. Teme gli insuccessi e non vuole misurarsi con le difficoltà. Può arrivare a stati paranoidi: teme che qualcuno voglia fargli del male. Tende a dimagrire e a demineralizzarsi, si stanca facilmente, dolori alla schiena e alle ginocchia.

Non si sente sicuro nel camminare perchè ha dei giramenti di testa. E' freddoldoso, ha le ginocchia fredde, ma patisce il caldo.

Proviene da MN-CU e comincia ad essere CU-AU-AG: man mano che invecchia (e lo fa precocemente ad esempio con la canizie precoce), ha sempre più problemi a livello osteo-articolare e respiratorio.

### **Dosi:**

Fino a 20 gr. di droga/gg. per una potente e drastica azione diuretica.

Normalmente 2-5 gr. in infuso prolungato (aspetto globale) o in decotto (diuretico).

✓ Infuso prolungato: privilegia l'estrazione dei silicati organici.

✓ Decotto: potente azione diuretica (silicati inorganici)

90-120 gocce di TM (non contiene molti silicati inorganici, mentre contiene quelli organici). Tuttavia prendendo 120 gocce/die, si assumono circa 5 ml, ovvero il corrispondente di 500 mg di droga, cioè una quantità troppo basa di *silicati*. L'azione diuretica legata ai *flavoinoidi* (natriurica) invece c'è tutta!

# CLASSE MONOCOTILEDONAE

## LILIFLORAE

### LILIACEE

#### RUSCO O PUNGITOPO (RUSCUS ACULEATUS)

Si utilizzano le radici, che contengono *ruscogenine* ovvero *saponine steroidiche*.

#### **Azione:**

- Azione antiedemigena sulla parete esterna dei vasi sanguigni (come l'ippocastano). N.b. aglio, ginkgo e cipresso agiscono sulla parete interna.
- Azione diuretica di tipo ormonale.

#### Differenza fra RUSCO e IPPOCASTANO, AMAMELIDE, CIPRESSO:

Rusco:	IPPOCASTANO:	AMAMELIDE:	CIPRESSO:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Azione antiedemigena sulla parte esterna dei vasi</li><li>• Azione migliore su vene e arterie di medio calibro (vascolarizzazione laterale della safena e delle emorroidi)</li><li>• Efficace nel proseguimento di terapia o nei cvasi cronici</li></ul> <p>N.b. è meno aggressivo di IPPOCASTANO</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Azione antinfiammatoria e antiedemigena sulla parte esterna dei vasi</li><li>• Azione migliore sui grandi vasi venosi (emorroidi, safene e vane porta)</li><li>• Molto efficace per un attacco di terapia o nei casi acuti, per 7/10 gg.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Azione antinfiammatoria e di regolazione del tono vasale</li><li>• Azione migliore sui vasi ancora più piccoli</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Azione sulla parete interna dei vasi</li><li>• Ottimo nella vasculopatie della menopausa o della donna ipoestrogenica.</li></ul>

#### **Controindicazioni:**

Vedi SALSAPARIGLIA

Effetti collaterali: può determinare irritazione gastrica e temporanee infiammazioni renali. Evitare in caso di gastriti, ulcere o dispepsie ipersteniche o in soggetti con problemi renali.

#### **Dosi:**

L'azione migliore si ha con la TM;

Infuso: in una tisana non deve superare il 40% perchè è un pò aggressivo;

In decotto: solo per uso esterno come potente antiedemigeno.

## AGLIO (ALLIUM SATIVUM)

---

Il principio attivo interessante è l'*alliina*.

*alliina* → enzima *allinasi* che interviene a contatto con l'aria → *allicina*.

Negli estratti secchi o liofilizzati si ritrova l'allicina, mentre gli estratti oleosi ne contengono molto poca.- La TM ne contiene molta, ma tende a dimezzarsi dopo 1 anno.

### Azione, indicazioni ed associazioni:

- ⇒ Antiaggregante piastrinico fibrinolitico (*allicina* → *aiogene*)
- ⇒ Ipotensivo rilassante della muscolatura vasale
- ⇒ Regolarizzante tiroideo: i suoi oli essenziali stimolano, mentre i suoi composti solforati inibiscono. Ottima l'associazione con OLIVO e BIANCOSPINO.
- ⇒ Antisettico potentissimo.
- ⇒ Ipocolesterolemizzante (impedisce l'ossidazione di ldl e riduce la sintesi epatica)

#### COLESTEROLO:

15-20% proviene dagli alimenti

20-30% proviene dalla circolazione entero-epatica.

Il rimanente viene sintetizzato dal fegato.

- ⇒ Antiradicalico (stimola e contiene S.O.D.)
- ⇒ Riduce l'adesione dei lipidi alle pareti viscerali

L'azione dell' AGLIO è quindi assai ampia:

1. Riduce la sintesi di colesterolo e fa in modo che non venga scaricato per strada dall'LDL.
2. Fa in modo che esso non aderisca alle pareti vasali
3. Limita il rischio ischemico dilatando i vasi e impedendo la formazione di trombi o emboli
4. Lavora sull'infiammazione vasale lavorando sui radicali liberi.

Risultato: 600-900 mg. di polvere secca (equivalente a 2,5 gr. di bulbo fresco) in 2 mesi producono una:

- ✓ Riduzione dei lipidi totali del 15% a parità di alimentazione.
- ✓ Riduzione del 7% della pressione arteriosa.
- ✓ Riduzione del rischio antitrombotico del 60%!!!
- ✓ Riduzione della viscosità del sangue.

### Profilo di Aglio:

N.B. Le sostanze solforate sono "tamasiche" ovvero radicano al suolo la mente.

### Dosi:

600-1200 mg. di polvere disidratata (è la forma migliore);

1-2 spicchi freschi.

Le preparazioni inodore non contengono allicina e quindi sono molto meno attive.

N.B. l'*allicina* viene eliminata da tutti gli emuntori, pertanto l'odore riguarda tutte le vie di eliminazione.

## CIPOLLA (ALLIUM CEPA)

---

Contiene molti *composti solforati* ma poca *allicina*. In compenso contiene molti *fruttosani* (polimeri del fruttosio) che hanno azione diuretica osmotica.

### Azione, indicazioni ed associazioni:

- ⇒ Cruda o rosolata: antisettico a livello intestinale, epato-biliare, renale (composti solforati)
- ⇒ Bollita: diuretico osmotico (fruttosani)
- ⇒ Ipoglicemizzante.

## ALOE (ALOE VERA = BARBADENSIS)

---

- ✓ Il succo di ALOE puro raccolto incidendo superficialmente la foglia è un potente purgante-catartico, ricco di *antrachinoni*.
- ✓ Se si sbuccia la foglia togliendone la parte più esterna, si ottiene un altro tipo di succo, poverissimo di *antrachinoni* ed invece ricco di *polisaccaridi*, *glicoproteine*, *amminoacidi*, *sali inorganici*.

### Azione:

- ◆ Attività antinfiammatoria e antidolorifica.
- ◆ Ottima per uso esterno in caso di ustioni o abrasioni o traumatismi estesi, in cui viene liberata dai tessuti la *bradichinina*, una sostanza infiammatoria, la cui azione viene inibita dal succo d'ALOE.
- ◆ Immunostimolante: aumenta la risposta dei linfociti.

### Indicazioni ed associazioni:

- ⇒ In tutti i tipi di traumatismi estesi, laddove c'è necessità di cicatrizzare o riepitelizzare (uso esterno)
- ⇒ In caso di dermatite seborroica, acne rasacea, ecc. non cura, ma evita che ci sia un danno permanente alla cute.
- ⇒ Patologie ulcerative gastro-intestinali (cicatrizante, antinfiammatoria, antidolorifica, immunostimolante).
- ⇒ Coadiuvante nella terapia dell'AIDS.
- ⇒ Psoriasi: per uso esterno, ha un'azione antinfiammatoria di stimolo dei linfociti e di inibizione della discinesia cutanea (data dalle tracce di *antrachinoni*).
- ⇒ Neoplasie, soprattutto dal tratto gastro-intestinale.

### Dosi:

20 ml. al giorno di succo liquido; fino a 2 gr / gg. di succo disidratato (polvere).

## SALSAPARIGLIA (SMILAX MEDICA)

---

### Azione:

E' uno dei più importanti drenanti ad ampio raggio di tutte le culture. Era il grande rimedio delle patologie cutanee e della sifilide.

- ◆ Contiene *saponine steroidiche* idrosolubili ad azione antinfiammatoria.
- ◆ Potente diuretico e diaforetico: l'azione è data dai cataboliti delle saponine. L'azione è volumetrica, sui cloruri e sull'acido urico.
- ◆ Antimicotica, ottima nelle micosi sistemiche da deficit epato-pancreatico.

### Indicazioni ed associazioni:

- ⇒ Patologie reumatiche (soprattutto artrite reumatoide): utilizzare per 3-4 settimane, poi sospendere per un pò. In questi casi si usano almento 10 gr./gg.
- ⇒ Scompensi epatici con dismetabolia.
- ⇒ Dermatosi, eczemi, psoriasi, sia per uso interno sia esterno (20 gr. droga in un quantitativo d'acqua che serva a coprirli, in decozione per 15/20 min., colato e spremuto, per impacchi locali). L'effetto è molto buono nelle psoriasi o negli eczemi sovrainfettati.

### Controindicazioni:

N.B. Le saponine riducono l'assorbimento dei digitalici e la durata di azione dei farmaci.

Effetti collaterali: può determinare irritazione gastrica e temporanee infiammazioni renali. Evitare in caso di gastriti, ulcere o dispepsie ipersteniche o in soggetti con problemi renali.

## VETIVER

---

Si utilizza l'olio essenziale, dall'odore legnoso-terroso e dalla consistenza piuttosto viscosa.

### Azione, indicazioni ed associazioni:

- ⇒ Azione immunostimolante (è uno dei pochi), utile anche nelle patologie autoimmuni di qualunque tipo, riducendo l'intensità della sintomatologia.
- ⇒ Azione anti-mastcellule (mastociti): di rinforzo all'azione precedente
- ⇒ Azione di stimolo endocrino metabolico (pancreas-fegato)
- ⇒ Azione tonica su arteriole e venule
- ⇒ Antimicotico nelle zone coperte di peli.

### Dosi:

Fino a 400 mg./gg.

# FAGALES

Comprende 4 famiglie:

*Fagacee*

*Betulacee*

*Corilacee*

*Juglandacee*

## FAGACEE

Sono rappresentate importanti piante: CASTAGNO, FAGGIO, QUERCIA

### CASTAGNO (CASTANEA SATIVA)

---

#### **Azione:**

Si utilizza in gemmoterapia soprattutto nei problemi del circolo venoso, come drenante del circolo linfatico parallelo (favorisce il movimento della linfa).

Il sangue che spinge sulle pareti venose fragili determina:

- 1) infiammazioni vasali col rischio di formazione di trombi;
- 2) fuoriuscita di liquido che imbibisce i tessuti;
- 3) cedimento della parete stessa.

#### **Indicazioni ed associazioni:**

- ⇒ Mentre il SORBO MG agisce sulla parete come antinfiammatorio e tonico, CASTANEA MG rimuove tale liquido mobilizzando il sistema linfatico.
- ⇒ Se usato da solo, CASTANEA MG drena il sistema linfatico (post-mastectomia, linfatisma con linfonodi ingrossati, ecc.).
- ⇒ E' stato usato con successo nella rettocolite ulcerosa con CARPINO MG (antiemorragico), FICO MG (eucinetico intestinale) e NOCE MG (antidisbiotico)

## FAGGIO (FAGUS SYLVATICA)

---

### Azione, indicazioni ed associazioni:

Il Faggio fa parte dei macerati antisclerotici insieme al MIRTILLO ROSSO, ROVO, NOCCIOLO. Agisce in questo senso sulla ialinosi dovuta ad aggregazione proteica dei tessuti. Modifica la situazione ipogamma.

- ⇒ Drenante renale nei casi in cui il rene non filtra bene perché ha perso la sua plasticità, tendendo alla sclerosi (terreno arteriosclerotico).
- ⇒ Inoltre come tutti i gemmoderivati, stimola il S.R.E. promuovendo la disintossicazione dei tessuti.
- ⇒ Impedisce la formazione dei calcoli renali, così come **ACERO** lo fa di quelli biliari. Per questo si può abbinare a BETULLA ed EQUISETO in decotto usando acqua oligominerale.
- ⇒ Antistaminico utile nell'iperstaminemia dell'allergico (a livello diatesico può essere il MN che a forza di spararsi tutte le cartucce rimane senza energia). La sua azione è quella di frenare la degranolazione mastocitaria, così come ELICRISO, MELISSA... Altre piante invece agiscono contro l'allergia attraverso un'azione sulle prostaglandine: PIANTAGGINE (*iridoidi*).

### Profilo di Faggio:

Utile nella ritenzione idrica dell'obeso (affetto da oliguria) con colesterolo elevato che porta a sclerosi delle arteriole renali.

## QUERCIA (QUERCUS PEDUNCOLATA)

N.B. Mettere insieme più meristemi di una stessa pianta ha il senso di stimolare l'intero organismo, anziché solo una sua parte: semi (cervello), gemme (drenaggio), amenti (gonadi), ecc.

Viceversa non ha senso mescolare MG di piante diverse !!

### Azione, indicazioni e associazioni:

- ⇒ La quercia stimola la produzione surrenale di testosterone (connotazione Yang, maschile) e di corticosteroidi.
- ⇒ Il suo tropismo è endocrino (surrene-gonadi) e di riflesso immunitario.
- ⇒ E' di prima scelta, pertanto nei quadri di stress cronico (deficit surrenale-immunitario) e deficit del rena yang.
- ⇒ Ottima nell'astenia sessuale per un duplice aspetto:
  - 1) stimolo gonadico
  - 2) antistress
- ⇒ Processi flogistici cronici dovuti a deficit surrenale.
- ⇒ Ha anche un'azione trofica sui tessuti, ottima per tutti i tipi di ptosi o prolassi o cedimenti di tessuti (varici, diverticoli, ecc.) In questo può essere associata agli adattogeni (soprattutto ASTRAGALO).

N.B. Può sostituire gli adattogeni nelle persone in cui questi sono controindicati.

PRUNUS SPINOSA	QUERCUS PEDUNCOLATA	SEQUOIA GIGANTEA
Asse ipofisi - surrene. Complementare a QUERCUS PED. Agisce sull'ipofisi e, di riflesso, sul surrene. Problemi endocrino - emozionali (es. Acne adolescenziale)	Asse gonadi - surrene - immunità. Agisce sulle gonadi e, di riflesso, sul surrene. Problemi di calo immunitario dovuto a stress. Restituisce tonicità ai tessuti e riduce le atonie (stimola il testosterone ed idrocorticosteroidi che agiscono sui tessuti, soprattutto sulla massa muscolare). Stipsi atonica. Calo libido	Azione solo gonadica.  Calo immunitario e problemi gonadici soprattutto maschili (ipertrofia prostatica)

## **BETULACEE**

### **BETULLA (BETULA VERRUCOSA / PUBESCENS)**

---

Vi sono due tipi: *Betula pendula (verrucosa)*  
*Betula alba (pubescens)* + verso il Nord Europa

Si utilizzano soprattutto foglie, corteccia e linfa.

Foglie: fino al 3% di derivati *flavonoidici* (tra cui *iperosio*), soprattutto lipofili (azione sul fegato); olio essenziale che contiene metilsalicilato (antinfiammatorio); *saponine triterpeniche*, *tannini*, *salicilati*.

#### **Azione:**

- ◆ Drenante epato-renale con azione simil-aspirinica.
- ◆ Diuretica: flavonoidi e saponine triterpeniche. Elimina soprattutto i cataboliti del metabolismo azotato.
- ◆ Drenaggio epatico: ipocolesterolemizzante. Utile nel linfatisma (per l'azione di drenaggio sul fegato).
- ◆ Antinfiammatorio a tutti i livelli (soprattutto articolare e renale)
- ◆ Febbrifuga e antisettica (soprattutto l'ELEUTEROCOCCO)

#### **Indicazioni ed associazioni:**

⇒ Associazioni:	BETULA LINFA MG	dai tessuti → al rene
	BETULA FOGLIE	dal rene → all'esterno
	RIBES MG (sintomatico)	antinfiammatorio
	RIBES foglie	drenante urico

se si vuole privilegiare l'azione antisettica occorre associarla a SOLIDAGO TM o PILOSELLA TM (non ifusi).

⇒ Ottima per prevenire la litiasi renale insieme a CRISANTELLUM o nel trattare le dermatosi (vicariazione pelle rene) insieme a ELICRISO, FUMARIA.

⇒ Corteccia: viene usata come la corteccia di SALICE come antinfiammatorio-antipiretico.

#### **Profilo di Betulla:**

Soggetto linfatico con insufficienza epatica.

#### **Controindicazioni:**

Può essere usata per molto tempo e non ha controindicazioni.

#### **Dosi:**

Decotto al 3% di 15 min. (flavonoidi, polifenoli, triterpeni)

TM: fino a 120 gocce/gg.

Infuso: è meglio del decotto, ma se si fa l'infuso, farlo lungo.

## BETULA VERRUCOSA (GEMME)

### **Azione:**

Ha azione di drenaggio sul S.R.E. con effetto soprattutto antiflogistico interessante in modo particolare nelle patologie acute, oltre che in quelle croniche.

- ◆ Patologie acute: sgombera il campo di battaglia in modo da accelerare il più possibile la guarigione.
- ◆ Patologie croniche: fa pulizia di un campo di battaglia che è ridotto ad un macello (autointossicazione dell'infiammazione).

### **Indicazioni ed associazioni:**

In fase acuta si abbina ad ONTANO NERO MG.

N.B. Quando in presenza di un'infiammazione ci si sente intontiti, significa che il terreno non riesce ad eliminare le scorie e queste finiscono a livello centrale.

Rientra nello schema del bambino ABIES:

BETULA VERRUCOSA (gemme)	mattina	5 gocce x ogni anno di età
ROSA CANINA	pomeriggio	
ABIES	sera	

## BETULA LINFA

### **Azione:**

Drena il mesenchima da ogni tipo di tossina.

Se il soggetto da Betula (gemme) non si cura, è facile che inizi ad aver bisogno della LINFA, a causa del dismetabolismo che impregna i tessuti.

### **Indicazioni ed associazioni:**

Dermatosi, sicosi, problemi articolari, intossicazione generale.

## BETULA VERRUCOSA (SEMI)

### **Azione:**

Nutre il cervello dall'astenia alla depressione.

### **Indicazioni ed associazioni:**

⇒ In caso di depressione può essere associata a: CU-AU-AG, LITIO, IPERICO. Può essere affiancato a qualunque antidepressivo per potenziarne l'azione.

⇒ Aiuta nell'astenia psichica del MN-CO stressato o del ragazzo sotto esame (rimedio del giorno prima: GUARANÀ, GINSENG). Ricordare che molte astenie psichiche sono dovute ad una mancanza di sonno: in questo caso AL.

La tendenza tipica del **MN-Co** è rappresentata da grandi alti e grandi bassi (stress): riso-pianto, ansia-depressione; nelle prove di esame tipica è la frase:"lo so ma in questo momento non mi viene in mente", ecc.: curare con TILIA + BETULA (semi)

### BETULA PUBESCENS (GEMME)

#### **Azione, indicazioni ed associazioni:**

- ⇒ Agisce sul S.R.E. in generale ma in particolare sulle cellule del Keuppfer (ipercolesterolemia, ipertrigliceridemia, iperglicemia, intossicazioni, allergie, ecc.).
- ⇒ Inoltre è un ottimo rimineralizzante buono per l'artrosi delle grosse articolazioni (coxartrosi) dove è anche antinfiammatoria.

E' il drenante del soggetto neuro-artritico.

### BETULA PUBESCENS (AMENTI)

#### **Azione, indicazioni ed associazioni:**

Agisce a livello gonadico dando di conseguenza anche una stimolazione a livello surrenalico e tiroideo.

Si dà su un terreno ipotonico da deficit endocrino generale (soggetto MN-CO o ZN-CU LINFATICO).

## ONTANO NERO (ALNUS GLUTINOSA)

---

### Azione:

Come pianta agisce e vive sui terreni alluvionati, prosciugandoli.

Antinfiammatorio ad azione surrenalica (cortison-like), nei fenomeni flogistici acuti, nella loro prima fase.

Analogia: infiammazione ← → inondazione dei tessuti.

N.B.: Può essere usato anche nelle infiammazioni croniche che si riacutizzano (bronchite cronica, sinusite cronica, ecc.)

### Indicazioni ed associazioni:

Agisce in particolare su mucose (fasi suppurative acute) e vasi cerebrali.

⇒ Nei problemi di microcircolo cerebrale associare a: GINGKO, VINCA, CENTELLA, ecc..

⇒ Ottimo nelle cefalee vasomotorie:

- **diatesi Mn**: MN, S, RIBES NIGRUM, ALNUS GLUTINOSA

- **diatesi Mn-Co**: MN-Co, ROSA CANINA, ALNUS GLUTINOSA

- **diatesi Mn-Co**: MN-Co, LAVANDULA OFFICINALIS, ALNUS GLUTINOSA

Come gestire l'**INFLUENZA**:

RIBES, ONTANO NERO, BETULA PUBESCENS. (gemme): 20/30 gocce a distanza di 2 ore per tutto il giorno.

## ONTANO BIANCO (ALNUS INCANA)

---

### Azione:

E' un normalizzante delle formazioni tissutali (fibromi, angiomi, neo formazioni cutanee, ecc.).

E' il rimedio centrale della sicosi.

### Indicazioni ed associazioni:

Agisce soprattutto nel caso in cui vi è un'ipersensibilità agli ormoni estrogeni o progestinici (fibromi uterini, mastopatie fibrocistiche, miomi).

In questi casi si può avere:

- una sregolazione dell'assetto ormonale (associare a FICO + LAMPONE)

- oppure semplicemente un'ipersensibilità dei tessuti degli ormoni (ALNUS INCANA, ROVO)

## **CORYLACEE**

### **CARPINO (CARPINUS BETULUS)**

---

**Azione, indicazioni ed associazioni:**

Specifico delle vie respiratorie alte o basse: agisce sul S.R.E.delle mucose respiratorie.

Agisce poi sulla piastrinogenia associata ad insufficienza epatica (insieme a Tamarix se c'è un problema di midollo-milza).

Sindrome mentale (Fiori di Bach): HORNBEAM (stress da affaticamento mentale).

### **NOCCIOLO (CORYLUS AVELLANA)**

---

**Azione:**

Molto interessante come antisclerotico polmonare ed epatico.

**Indicazioni ed associazioni:**

⇒ Fasi della patologia epatica:

1 - ingrossamento, dolore alla palpazione (GINEPRO)

2 - rinsecchimento, sclerosi (NOCCIOLO, SECALE)

⇒ Stimola l'eritropoiesi

# INDICE

INTRODUZIONE	1
CARATTERISTICHE GENERALI DEI RIMEDI FITOTERAPICI	1
DOSAGGI	1
FITOTERAPIA COSTITUZIONALE: LE REGOLE DELL'ARTE	2
METODO	2
COME INDIVIDUARE IL RIMEDIO CORRETTO	3
SISTEMATICA VEGETALE	4
TAVOLA SINOTTICA DELLE FAMIGLIE	4
A - PTERIDOPHYTA	4
B - GYMNOSPERMAE	4
C - ANGIOSPERMAE	5
FUNGHI	8
LIEVITI	8
LIEVITO DI BIRRA	8
LICHENI	9
LICHENE D'ISLANDA	9
ALGHE	10
FUCUS	10
KELP	11
EQUISETINAE	12
EQUISETACEE	12
EQUISETO (EQUISETUM HIEMALE, EQUISETUM ARVENSIS)	12
<b>CLASSE MONOCOTILEDONAE</b>	<b>14</b>
LILIIFLORAE	14
LILIACEE	14
RUSCO O PUNGITOPPO (RUSCUS ACULEATUS)	14
AGLIO (ALLIUM SATIVUM)	16
CIPOLLA (ALLIUM CEPA)	17
ALOE (ALOE VERA = BARBADENSIS)	17
SALSAPARIGLIA (SMILAX MEDICA)	18
VETIVER	18
ZINGIBERIDE	ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.
BROMELIACEE	Errore. Il segnalibro non è definito.
CURCUMA (CURCUMA DOMESTICA = LONGA = XANTORRIZA)	Errore. Il segnalibro non è definito.
ANANAS (ANANAS COMOSUS)	Errore. Il segnalibro non è definito.
ZENZERO (ZINGIBER OFFICINALIS)	Errore. Il segnalibro non è definito.
GLUMIFLORAE	ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.
POACEE (ex GRAMINACEE)	Errore. Il segnalibro non è definito.
MAIS (ZEA MAYS)	Errore. Il segnalibro non è definito.
PIANTA (BARBE)	Errore. Il segnalibro non è definito.
AVENA (AVENA SATIVA, +++)	Errore. Il segnalibro non è definito.
FRUMENTO (TRITICUM SATIVUM, +++)	Errore. Il segnalibro non è definito.
SPATHIFLORES O ARECALES	ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.
PALMACEE o ARACEE	Errore. Il segnalibro non è definito.
SERENOA REPENS	Errore. Il segnalibro non è definito.
DATTERO	Errore. Il segnalibro non è definito.
<b>CLASSE DYCOTILEDONAE - CHLORIPETALAE</b>	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
SALICALES	ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.
SALICACEE	Errore. Il segnalibro non è definito.
SALICE (SALIX PURPUREA)	Errore. Il segnalibro non è definito.
SALICE (SALIX ALBA MG)	Errore. Il segnalibro non è definito.

PIOPPO (POPULUS NIGRA ) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
GEMMODERIVATO _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
FAGALES _____	19
FAGACEE _____	19
CASTAGNO (CASTANEA SATIVA) _____	19
FAGGIO (FAGUS SYLVATICA) _____	20
QUERCIA (QUERCUS PEDUNCOLATA) _____	21
BETULACEE _____	22
BETULLA (BETULA VERRUCOSA / PUBESCENS) _____	22
BETULA VERRUCOSA (GEMME) _____	23
BETULA LINFA _____	23
BETULA VERRUCOSA (SEMI) _____	23
BETULA PUBESCENS (GEMME) _____	24
BETULA PUBESCENS (AMENTI) _____	24
ONTANO NERO (ALNUS GLUTINOSA) _____	25
ONTANO BIANCO (ALNUS INCANA) _____	25
CORYLACEE _____	26
CARPINO (CARPINUS BETULUS) _____	26
NOCCIOLO (CORYLUS AVELLANA) _____	26
JUGLANDALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
JUGLANDACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
NOCE (JUGLANS REGIA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
URTICALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
ULMACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
OLMO (ULMUS CAMPESTRIS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
CANNABACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
LUPPOLO (HUMULUS LUPULUS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
MORACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
FICO MG (FICUS CARICA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
URTICACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ORTICA (URTICA DIOICA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
RHOEDALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
SUPERFAMIGLIA PAPAVERALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
PAPAVERACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
PAPAVERO COMUNE (PAPAVER RHOEAS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ESCOLZIA (ESCHSCHOLTZIA CALIFORNICA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
CELIDONIA (CHELIDONIUM MAJUS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
FUMARIACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
FUMARIA (FUMARIA OFFICINALIS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
CAPPARALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
BRASSICACEE o CRUCIFEREE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
CREN / RAFANO NERO (COCHLERARIA ARMORACIA / ARMORACIA RUSTICANA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ERISIMO (ERYSIMUM OFFICINALIS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
CAPSELLA (CAPSELLA BURSA PASTORIS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
CRESCIONE (LEPIDIUM SATIVUM) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ROSALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
GROSSULARIACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
RIBES NERO (RIBES NIGRUM) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
MACERATO GLICERINATO _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
TINTURA MADRE (FOGLIE) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ROSACEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ROSOIDEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
POTENTILLA (POTENTILLA TORMENTILLA, TORMENTILLA ERECTA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
AGRIMONIA (AGRIMONIA EUPATORIA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ROSA (ROSA MOSQUETA, DAMASCENA, ECC.) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ROSA DI MACCHIA (ROSA CANINA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
ROVO (RUBUS FRUCTICOSUS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
LAMPONE (RUBUS IDAEUS) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
SPIROIDEE _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
SPIREA (SPIREA ULMARIA, FILIPENDULA ULMARIA) _____	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>

<i>POMOIDEAE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
BIANCOSPINO (CRATAEGUS OXIACANTHA)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
TINTURA MADRE E GEMMODERIVATO	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
MALVALES	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>MALVACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CARCADE' (HYBISCUS SSPP)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
PIANTA DEL COTONE (GOSSYPIMUM HERBACEUM / HIRSUTUM)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
MALVA (MALVA SYLVESTRIS / ROTUNDIFOLIA)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ALTEA (ALTHAEA OFFICINALIS)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
<i>TILIACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
TIGLIO (TILIA TOMENTOSA / CORDATA / PLATYPHYLLOS)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ALBURNO	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE DI TIGLIO (LINDEN):	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
GEMMODERIVATO	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
<i>STERCULIACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CACAO (THEOBROMA CACAO)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
PARIETALES o VIOLALES	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>VIOLACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
VIOLA DEL PENSIERO (VIOLA TRICOLOR)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
<i>TAMARICEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
TAMERICE (TAMARIX GALLICA)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
<i>PASSIFLORACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
PASSIFLORA (PASSIFLORA INCARNATA)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
UMBRELLIFERALES o APIALES	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>ARALIACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
EDERA (HEDERA HELIX)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
GINSENG (PANAX GINSENG)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ADATTOGENI	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>STRESS</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
FASI DELLO STRESS	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ALLARME:	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
RESISTENZA:	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ESAURIMENTO (Cu-Au-Ag):	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
GINSENG (PANAX GINSENG) - [UMBRELLIFERALES: ARALIACEE]	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ELEUTEROCOCCO (ELEUTEROCOCCUS SENTICOSUS) - [.....]	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ASTRAGALO (ASTRAGALUS MEMBRANACEUS) [ROSALES - FABACEE]	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
SCHISANDRA (SCHISANDRA SINENSIS) [..... - SCHISANDRACEE]	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CODONOPSIS PILOSULA [SINANDRALES - CAMPANULACEE]	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
WHITAMNIA SOMNIFERA [TUBIFLORAE - SOLANACEE]	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OCIMUM SANCTUM [TUBIFLORAE - LAMIACEE]	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ASSOCIAZIONI SINERGICHE CON ADATTOGENI	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
<i>APIACEE o UMBRELLIFEREE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CAROTA (DAUCUS CAROTA)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
SEDANO (APIUM GRAVEOLENS)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CARVI o CUMINO DEI PRATI (CARUM CARVI)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE e SEMI	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CORIANDOLO (CORIANDRUM SATIVUM)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
SEMI	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CUMINO (CUMINUM CYMINUM)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE e SEMI	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
FINOCCHIO (FOENICULUM VULGARE)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
LEVISTICO (LEVISTICUM OFFICINALE)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
OLIO ESSENZIALE	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
HAMAMELIDALES	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>PLATANACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
PLATANO (PLATANUS ORIENTALIS)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
<i>AMAMELIDACEE</i>	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
AMAMELIDE (HAMAMELIS VIRGINIANA)	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>

CLUSACEE o GUTTIFERALES **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**  
 ACTINIDIACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 KIWI (ACTINIDIA CHINENSIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 GARCINIA (GARCINIA CAMBOGIA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 GUTTIFERE O IPERICACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 IPERICO (HYPERICUM PERFORATUM) *Errore. Il segnalibro non è definito.*

**CLASSE DYCOTILEDONAE - SYMPETALAE** **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**

ERICALES **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**  
 ERICACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 UVA URSINA (ARCTOSTAPHYLOS UVA URSI) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MIRTILLO (VACCINIUM MYRTILLUS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MIRTILLO ROSSO (VACCINIUM VITIS IDAEA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 CALLUNA [o impropriamente Erica] (CALLUNA VULGARIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*

GENZIANALES o CONTORTAE **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**  
 GENZIANACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 GENZIANA (GENTIANA LUTEA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 CENTAUREA (ERYTHRAEA CENTAURIUM o CENTAURIUM UMBELLATUM) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 APOCYNACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 PERVINCA (VINCA MINOR) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 PERVINCA ROSA (VINCA ROSEA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 RAWOLFIA (RAUWOLFIA SERPENTINA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MENYANTACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 TRIFOGLIO FIBRINO (MENYANTES TRIFOLIATA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*

TUBIFLORAE **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**

SUPERFAMIGLIA SOLANALES **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**  
 SOLANACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MORELLA (SOLANUM NIGRUM) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 DULCAMARA (SOLANUM DULCAMARA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MELANZANA (SOLANUM MELONGENA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 PEPERONCINO o CAPSICO (CAPSICUM ANNUUM) *Errore. Il segnalibro non è definito.*

SUPERFAMIGLIA SCROPHULARIALES **ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.**

SCROPHULARIACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 EUFRASIA (EUPHRASIA OFFICINALIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 SCROFULARIA (SCROPHULARIA NODOSA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 VERBASCO (VERBASCUM THAPSUS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 BORRAGINACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 BORRAGINE (BORRAGO OFFICINALIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 CONSOLIDA (SYMPHYTUM OFFICINALIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*

LAMIACEE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 SCUTELLARIA (SCUTELLARIA GALERICULATA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 SALVIA GLUTINOSA *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MARRUBIO (MARRUBIUM VULGARE) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 BALLOTA (BALLOTA NIGRA, BALLOTA PHOETIDA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 CARDIACA (LEONORUS CARDIACA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MARRUBIO D'ACQUA (MARRUBIUM INCANUM ?) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 EDERA TERRESTRE (GLECHOMA HEDERACEA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 ORTOSIFONIDE (ORTOSYPHON STAMINEUS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 ERBA LIMONCINA O MELINO (HERBA LIMONINA) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 PRUNELLA (PRUNELLA VULGARIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 LAVANDA (LAVANDULA VERA, LAVANDULA OFFICINALIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 OLIO ESSENZIALE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 FIORI *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 ROSMARINO (ROSMARINUS OFFICINALIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 PIANTA *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 OLIO ESSENZIALE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 SALVIA (SALVIA OFFICINALIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 OLIO ESSENZIALE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 PIANTA *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 TIMO (THYMUS VULGARIS) - *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 OLIO ESSENZIALE *Errore. Il segnalibro non è definito.*  
 MELISSA (MELISSA OFFICINALIS) *Errore. Il segnalibro non è definito.*

OLIO ESSENZIALE _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
PIANTA _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
PLANTAGINALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>PLANTAGINACEE</i> _____	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
PIANTAGGINE (PLANTAGO MAJOR, PLANTAGO LANCEOLATA, PLANTAGO MEDIA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
PSILLIO o POLICARIA (PLANTAGO PSYLLIUM) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
ISPAGULA O HYPAGUL (PLANTAGO OVATA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
CUCURBITALES O CAMPANULATAE _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>CUCURBITACEE</i> _____	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
ZUCCA (CUCURBITA PEPO) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
ASTERALES O SYNANDRALES _____	<b>ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.</b>
<i>ASTERACEE (ex COMPOSITAE)</i> _____	<i>Errore. Il segnalibro non è definito.</i>
CALENDULA (CALENDULA OFFICINALIS) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
ARNICA (ARNICA MONTANA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
MARGHERITINA (BELLIS PERENNIS) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
CAMOMILLA (MATRICARIA CHAMOMILLA = CHAMOMILLA UNGHERESE = CHAMOMILLA RECUTITA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
CAMOMILLA ROMANA (ANTHEMIS NOBILIS, CAMAMAEIUM NOBILE) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
ACHILLEA (ACHILLEA MILLEFOLIUM) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
BARDANA (ARCTIUM LAPPA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
ECHINACEA (ECHINACEA PURPUREA o ECHINACEA ANGUSTIFOLIA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
ELICRISO (HELICRISUM ITALICUM o HELICRISUM STECAS) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
TARASSACO (TARAXACUM OFFICINALIS) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
CICORIA (CICHORIUM INTYBUS) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
CARCIOFO (CYNARA SCOLIMUS) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
CARDO MARIANO (SILYBUM MARIANUM, CARDUS MARIANUM) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
CRISANTELLUM (CHRYSANTELLUM AMERICANUM) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
TANACETO (TANACETUM PARTENIUM) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
PILOSELLA (HIERACIUM PILOSELLA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
ENULA (INULA HELENIUM) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
VERGA D'ORO (SOLIDAGO VIRGA AUREA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
FARFARA (TUSSILAGO FARFARA) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.
FARFARACCIO (PETASITES HYBRIDUS, PETASITES OFFICINALIS) _____	Errore. Il segnalibro non è definito.

## INDICE ANALITICO

ACHILLEA.....	135	ERBA LIMONCINA.....	118
AGLIO.....	15	ERISIMO.....	50
AGRIMONIA.....	55	ESCOLZIA.....	44
ALOE.....	16	EUFRASIA.....	108
ALTEA.....	62	FAGGIO.....	29
AMAMELIDE.....	89	FARFARA.....	154
ANANAS.....	18	FARFARACCIO.....	154
ARNICA.....	130	FICO.....	41
ASSOCIAZIONI SINERGICHE CON ADATTOGENI.....	79	FILIPENDULA.....	58
ASTRAGALO.....	77	FINOCCHIO.....	86
AVENA.....	22	FRUMENTO.....	23
BALLOTA.....	115	FUCUS.....	10
BARDANA.....	136	FUMARIA.....	47
BETULLA.....	31	GARCINIA.....	90
BIANCOSPINO.....	59	GENZIANA.....	99
BORRAGINE.....	111	GINSENG.....	71; 74
CACAO.....	66	HYPAGUL.....	126
CALENDULA.....	128	IPERICO.....	91
CALLUNA.....	98	ISPAGULA.....	126
CAMOMILLA.....	132	KELP.....	11
CAMOMILLA ROMANA.....	134	KIWI.....	90
CAPSELLA.....	50	LAMPONE.....	57
CAPSICO.....	107	LAVANDA.....	119
CARCADE'.....	60	LEVISTICO.....	87
CARCIOFO.....	145	LICHENE D'ISLANDA.....	9
CARDO MARIANO.....	146	LIEVITO DI BIRRA.....	8
CAROTA.....	82	LUPPOLO.....	40
CARPINO.....	35	MAIS.....	21
CARVI.....	84	MALVA.....	61
CASTAGNO.....	28	MARGHERITINA.....	131
CELIDONIA.....	45	MARRUBIO.....	114
CENTAUREA.....	100	MARRUBIO D'ACQUA.....	116
CICORIA.....	144	MELANZANA.....	106
CIPOLLA.....	16	MELISSA.....	124
CODONOPSIS PILOSULA.....	78	MIRTILLO.....	96
CONSOLIDA.....	112	MIRTILLO ROSSO.....	97
CORIANDOLO.....	85	MORELLA.....	104
CREN.....	49	NOCCIOLO.....	35
CRESCIONE.....	51	NOCE.....	36
CRISANTELLUM.....	148	OCIMUM SANCTUM.....	79
CUMINO.....	86	OLMO.....	39
CUMINO DEI PRATI.....	84	ONTANO BIANCO.....	34
CURCUMA.....	18	ONTANO NERO.....	34
DATTERO.....	24	ORTICA.....	42
DISBIOSI INTESTINALE.....	37	ORTOSIFONIDE.....	117
DULCAMARA.....	105	PAPAVERO COMUNE.....	43
ECHINACEA.....	138	PASSIFLORA.....	69
EDERA.....	70	PEPERONCINO.....	107
EDERA TERRESTRE.....	116	PERVINCA.....	101
ELEUTEROCOCCO.....	76	PERVINCA ROSA.....	102
ELICRISO.....	140	PIANTA DEL COTONE.....	61
ENULA.....	152	PIANTAGGINE.....	125
EQUISETO.....	12	PILOSELLA.....	151

PIOPPO .....	27	SCHISANDRA.....	78
PLATANO.....	88	SCROFULARIA .....	109
POLICARIA.....	126	SCUTELLARIA.....	113
POTENTILLA.....	54	SEDANO.....	83
PROBLEMI IMMUNITARI .....	139	SERENOA.....	24
PRUNELLA .....	118	SPIREA .....	58
PSILLIO .....	126	TAMERICE.....	68
PUNGITOPO.....	14	TANACETO.....	149
QUERCIA .....	30	TARASSACO .....	142
RAFANO NERO .....	49	TIGLIO.....	63
RAWOLFIA .....	102	TIMO.....	123
RIBES NERO .....	52	TRIFOGLIO FIBRINO .....	103
ROSA .....	55	UVA URSINA.....	94
ROSA DI MACCHIA.....	56	VERBASCO.....	110
ROSMARINO .....	121	VERGA D'ORO .....	153
ROVO.....	57	VETIVER.....	17
RUSCO.....	14	VIOLA DEL PENSIERO .....	67
SALICE .....	25	WHITAMNIA SOMNIFERA .....	79
SALSAPARIGLIA .....	17	ZENZERO.....	19
SALVIA .....	122	ZUCCA.....	127
SALVIA GLUTINOSA.....	114		