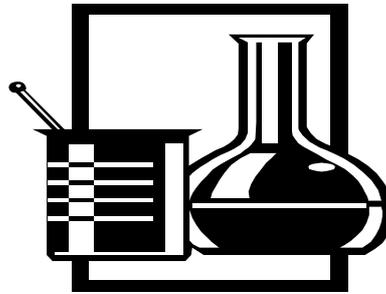


ALBERTO PORRO



AROMATERAPIA

SPECIFICITA' BIOCHIMICHE

INTRODUZIONE

Questo corso è basato sul concetto di **SPECIFICITÀ BIOCHIMICA** degli oli essenziali; concetto molto importante ai fini terapeutici ed alla conoscenza appropriata dei vari oli.

In Italia l'aromaterapia non è molto conosciuta e utilizzata, anche perché non è stato ben capito il ruolo importante che essa ha nel trattare alcune problematiche dell'uomo.

Nella maggior parte dei libri in vendita esistono degli errori di base, per esempio: *Thymus Vulgaris* è indicato come nome è le sue proprietà.

Il problema consiste nel fatto che esistono diverse varietà di TIMO; alcuni aggressivi ed altri dolci come il *Timo Linalolo* che si può dare anche ai bambini.

Esistono diversi tipi di piante rapportate rapporto alla specie botanica; ad esempio di EUCALIPTO ne esistono al mondo 700 specie diverse ma se ne usano in terapeutica 6-7, quindi è sempre bene precisare l'esatto tipo che si vuole utilizzare.

Normalmente se non si specifica il tipo non si è sicuri di quale ci viene fornito; *Eucalyptus Radiata*, *Eucalyptus Globulus*, *Eucalyptus Smithii*, quindi a secondo del tipo varia l'utilizzo e la posologia.

Infatti se si vuole utilizzare l'EUCALIPTO per intervenire sui bronchi sarà meglio lavorare su di una determinata famiglia biochimica che appartiene agli OSSIDI dove si trova 1,8 Cineolo che ha una azione specifica sui catarrhi bronchiali; ci sono solo due tipi di *Eucalyptus* che contengono 1,8 Cineolo e sono il tipo *Globulus* e *Radiata*.

Se invece si vuole avere una azione articolare per una sindrome infiammatoria sempre usando *Eucalyptus* si utilizzerà il tipo *Citriodora* che non ha nessuna azione a livello polmonare.

Questo concetto vale per tutte le altre piante.

E' importante sapere che la medicina aromatica non è una medicina dolce, perché è possibile anche creare dei danni organici all'individuo infatti esistono in alcune dei componenti tossici come per la famiglia chimica dei Chetoni dove per es.: *Hyssopus Officinalis* ne è molto ricco.

Ci sono dei soggetti che si aumentano la posologia senza sapere che ad esempio i Chetoni sono neurotossici e abortivi nella donna in gravidanza.

Ad es. per una donna (in gravidanza) che ha bronchite con tosse nei libri si consiglia *Hyssopus Off.* ma anche a dosi non troppo alte manifesterà degli effetti secondari come vertigini, problemi tetanici e tremori, questo è dovuto al fatto che questo tipo di *Hyssopus* è ricco in Chetoni mentre avrebbe dovuto utilizzare il tipo *Decumbens* che è un tipo non tossico, se il soggetto continua con questo tipo di trattamento potrebbe andare incontro ad un aborto.

Allo stesso modo gli oli contenenti Chetoni sono anche controindicati nei bambini.

La via orale è la più tossica mentre quella rettale è la meno tossica perché i Chetoni vengono eliminati facilmente attraverso le vie polmonari.

Es. di un bambino con mal di gola, angina, dove un terapeuta consiglia un massaggio locale esterno con del TIMO, a livello del collo appaiono degli arrossamenti con ustioni di 1° grado, tutto questo perché non è stato precisato il tipo di TIMO da utilizzare; in questo caso era il *Thymus Vulgaris Carvacroliferum*

mentre era da consigliare un *Thymus* a LINALOLO perché nel Timo a base di Carvacrolo (della fam. dei Fenoli) si trovano dei Fenoli che sono dermocaustici e per via orale sono epatotossici.

E' comunque vero che i Fenoli sono degli antibiotici naturali pertanto si useranno con molta prudenza, per periodi di una settimana al massimo, utilizzandolo in un complesso di oli dove dentro si metterà anche un epatoprotettore per diminuire l'aggressività dell'O.E. ricco in Fenoli.

In questo caso si può utilizzare del ROSMARINO al Verbenone, cioè *Rosmarinum Officinale Verbenoniferum* che è l'unico ad azione epatica mentre ad esempio il *Rosmarinum Officinale* tipo a 1,8 *Cineolo* ha azione a livello respiratorio e il tipo *Acanfora* o *Aborneolo* che è tossico, viene usato per via esterna su articolazioni o muscoli.

E' molto importante conoscere bene i costituenti degli oli essenziali, i quali se errati possono dare effetti collaterali anche molto pericolosi così come anche la forma galenica.

Una cosa da non fare è quella di somministrare delle gocce pure su di una zolletta di zucchero se non in caso di urgenza e per un periodo massimo di 1-2 giorni.

Se si devono invece usare degli oli essenziali per dei periodi lunghi (mesi) allora devono essere diluiti in eccipienti specifici; per non avere effetti secondari quali:

- problemi locali a carattere digestivo
- rigurgiti continui dell'olio essenziale
- bruciori digestivi

se si persiste si può arrivare a:

- ulcerazioni
- infiammazione, necrosi epatica

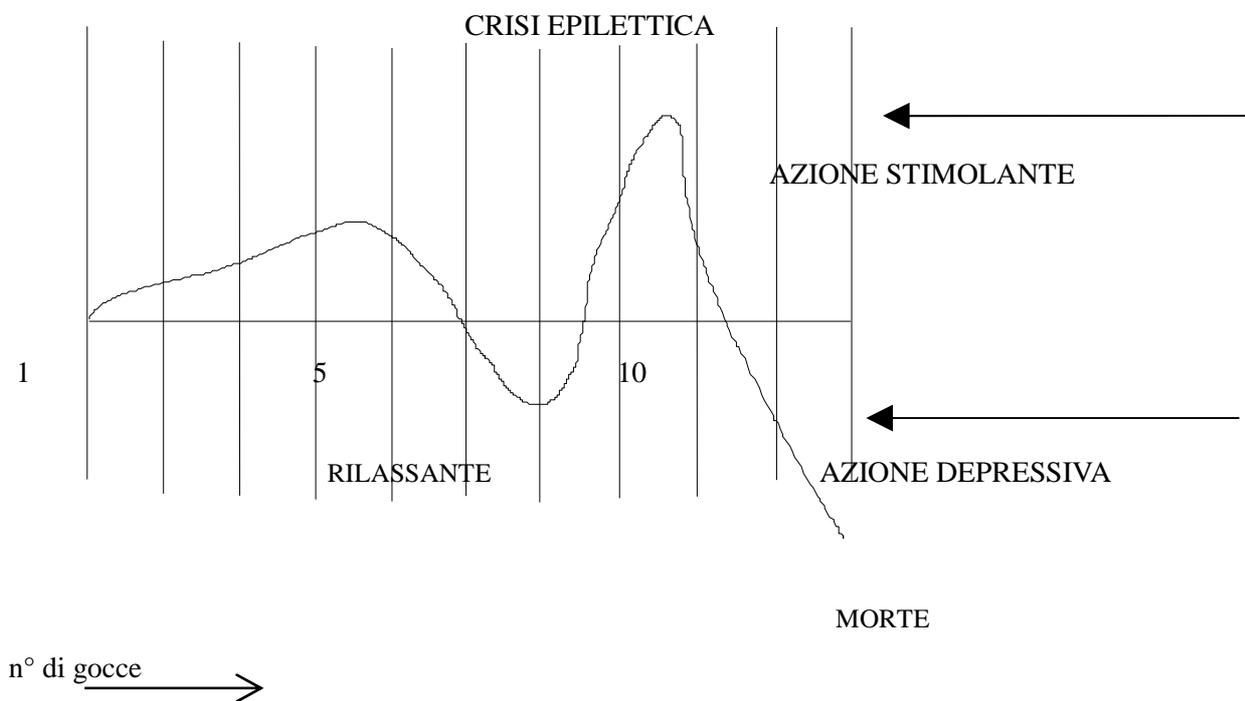
quindi il fegato potrà subire le conseguenze di una massa molecolare ricca di principi tossici fino ad arrivare a una epatite da post-aromaterapia.

La controindicazione maggiore all'aromaterapia per via orale e per i soggetti con gravi problemi epatici, epatite virale o non, perché è richiesto un eccessivo sforzo digestivo e metabolico del fegato.

Quando si somministra un olio essenziale puro si arriva a coprire una piccola superficie digestiva di circa 1 cm²; quando viene diluito in un eccipiente specifico l'olio essenziale avrà una dispersione di 10 mq a livello del sistema digerente.

Un effetto tossico può arrivare anche dalla posologia, ad esempio nella famiglia dei chetoni si hanno degli effetti diversi a seconda delle gocce che sono somministrate.

ATTIVITA' DEI CHETONI NELLE 24 ORE



Se si utilizza ad esempio del *Rosmarino Acanfora*, che è ricco in chetoni, si avrà un effetto stimolante da 1 a 3 gocce, se si continua la somministrazione durante il giorno fino a 5-6 gocce si avrà un effetto inverso cioè sedativo, mentre se si continua fino a 7-8 gocce l'olio ricco in chetoni avrà come conseguenze delle crisi epilettiche per arrivare al coma e alla morte se si arriva alle 10 gocce.

Anche la *Salvia Officinalis* è ricca in chetoni, ma non si dice di non utilizzarla ma piuttosto di usarla con prudenza e diluita in un complesso con altri oli essenziali.

DEFINIZIONE DELL' AROMATERAPIA RINNOVATA

L'aromaterapia rinnovata è suddivisa in tre punti :

- 1) SPECIE BOTANICA
- 2) ORGANO PRODUTTORE
- 3) SPECIFICITA' BIOCHIMICA

1) SPECIE BOTANICA

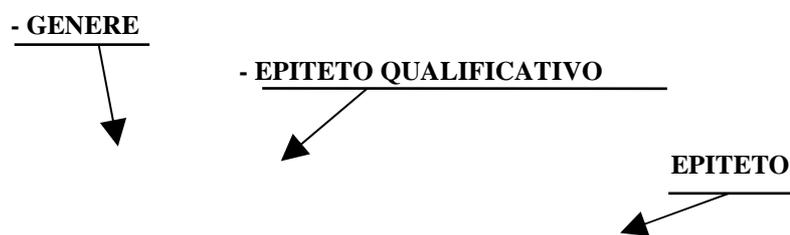
Che associa a sua volta due parole :



es.: LAVANDULA VERA
 LAVANDULA SPICA
 LAVANDULA IBRIDA

quindi la specie botanica è data dalla associazione del genere + epiteto qualificativo

Ma a volte è importante specificare quando necessario anche la **VARIETÀ** :



es.: LAVANDULA IBRIDA ABRIANIS

Infatti della *Lavandula Vera* ne esiste di coltivata e di selvatica

Alcuni esempi :

- *Eucalyptus Globulus* ottimo per le basse vie respiratorie (più usato)

- // *Radiata* ottimo per le alte vie respiratorie e la sfera ORL
rifaringea (più usato)
- // *Citriodora*
- // *Polibractea* ricco in Chetoni, quindi è il più tossico degli altri
- // *Smithii* difficile da trovare (Australiano)

I chetoni in *Eucalypto Polibractea* hanno anche una azione terapeutica lipolitica e mucolitica.

In *Eucalyptus Smithii* c'è una ottima azione fluidificante delle vie respiratorie usandolo anche puro per via esterna sul torace e sul dorso anche per i bambini

- *Thymus Vulgaris Carvacrolo* è il più aggressivo e il più antiinfettivo
- *Thymus Vulgaris Linalolo* medio antiinfettivo e sedativo e meno tossico
- *Thymus Vulgaris Tuianolo* per patologie infettive urogenitali (es. *Clamidia*)
- *Thymus Vulgaris Thymolo* è medio aggressivo e più antiinfettivo, per le vie respiratorie

*** E' molto importante specificare in modo completo le definizioni dell'olio essenziale con la denominazione in latino, questo per evitare frodi e falsificazioni ed errori nella scelta della pianta aromatica.

Gli oli essenziali si manifestano anche a livello della psiche e del carattere con un approccio vicino ai fiori di Bach e all'Omeopatia.

2) ORGANO PRODUTTORE

Ogni parte della pianta manifesta dei complessi attivi diversi e complementari, quindi si vedrà se si tratta di: **foglie, corteccia, radice.**

Questo non vale per le piante che vengono distillate intere come il ROSMARINO.

Es.: **CANNELLA** (è un arbusto) <ottima per le infezioni>

La foglia; *Cinnamomum Vellanicum* è ricca in Eugenolo che appartiene alla famiglia biochimica dei Fenoli, l'Eugenolo è molto antinfettivo, è un antibiotico per eccellenza

La corteccia; il principio attivo è la Cinnamaldeide che ha una attività antiinfettiva meno netta delle foglie ma anche meno tossica, nella corteccia c'è il 60% di Cinnamaldeide e il 5% di Eugenolo, quindi la corteccia è la parte della pianta meno tossica

La radici; è ricca di Canfora e di Borneone e quindi ricca in Chetoni, da usare anche diluita per via esterna sui muscoli

Per i Fenoli la posologia è di massimo 5-6 giorni

Indicando nelle prescrizioni solo O.E. *Verbena*, ha livello commerciale, non verrà dato del vero olio essenziale di *Verbena* ma verrà dato un olio contenente un profumo al limone *Cymbopogon* (Citronella di Giava); invece indicando il nome completo in latino si è sicuri di avere il vero olio è cioè : *Lippia Citriodora* (olio molto caro).

Quindi usare *Lippia Citriodora* in T.M. come eccipiente perché è un buon veicolante

3) SPECIFICITA' BIOCHIMICA

I componenti di una pianta possono variare a seconda di vari fattori:

stagione. es.: *Satureya Montana* è più ricca in Carvacrolo (quindi Fenoli) in estate piuttosto che in inverno dove è più ricca in Idrocarburi Terpenici in quali ossidandosi in estate daranno il Carvacrolo

anche la composizione del terreno e il luogo geografico sono fattori importanti; infatti il *Rosmarino* del Marocco è diverso da quello della Corsica o della Provenza

anche l'altitudine ha la sua importanza infatti per es. il ***Rosmarino del Marocco* è ricco di 1,8 Cineolo** (appartiene alla fam. degli Ossidi) e non è a tropismo epatico ma è interessante per le vie respiratorie';

mentre il *Rosmarino* della *Provenza* e del *Languedoc* è ricco in canfora e quindi epatotossico da usare solo per via esterna, quindi nel massaggio delle articolazioni e delle masse muscolari (anche sportivo)

un ***Rosmarino a tropismo epatico* è quello** con la specificità biochimica del **Verbenone**; quindi nella prescrizione si indicherà : ***Rosmarinus off. Verbenoniferum*** se si vuole avere un effetto specifico per il fegato

Quindi è importante indicare la specificità botanica esatta per avere l'effetto voluto e allo stesso tempo non avere effetti collaterali indesiderati

Es.: **NIAOULI** è spesso un O.E. falsificato; di sintesi, essi non agiscono secondo le leggi stesse dell'olio e quindi sono da considerare dei rimedi chimici che diventano aggressivi e tossici per l'organismo dando effetti secondari di intolleranza ed allergia.

Specificando la specie botanica, il genere e l'epitelio tutto in latino si evitano spiacevoli disguidi, quindi:



¹ Tutte le volte che si vede 1,8 Cineolo si deve pensare ad un utilizzo relativo ai polmoni come azione mucolitica ed espettorante

(b) VIRIDIFLOROLO

nel b) l'organo riproduttore è la **FOGLIA** che deve essere anch'essa specificata

Es.: **BIANCOSPINO**; molti laboratori lo propongono ma si deve sapere che l'O.E. di Biancospino non esiste: esso è un prodotto di sintesi; l'odore è dato dall'aldeide anisica che ricorda l'odore del biancospino.

Es.: **GERANIO ROBERT**. L'O.E. non esiste anche se in alcuni testi è indicato; è una pianta indigena dalla quale non si può estrarre l'olio essenziale, al posto di esso si dà dell'olio essenziale di Pelargonium.

Es.: **CANNELLA DI CEYLON**. si possono usare corteccia, foglie e radici; anche se le radici non si utilizzano

ALTRE COSE IMPORTANTI DA CONOSCERE SONO:

i principi attivi che possono essere anche tossici

la tossicità a seconda della posologia

tossicità a seconda della diluizione; mai puro se non in casi urgenti

specie botanica

specificità biochimica (luogo, suolo, clima, stagione, latitudine e longitudine)

organo riproduttore (a seconda dei principi attivi)

LE FAMIGLIE BIOCHIMICHE

FAMIGLIA DEI FENOLI

Composta dalle sottofamiglie :

CARVACROLO

TYMOLO

EUGENOLO

E' la prima famiglia da conoscere, il suffisso è in ...OLO, quindi CARVACROLO, TIMOLO, EUGENOLO.

Sono dei potenti battericidi, viricidi, antiinfettivi, vengono usati per combattere la parassitosi e in tutte le patologie infettive acute dove i Fenoli si usano per un massimo di 5-6 giorni continuando poi il trattamento con una famiglia meno tossica per il fegato.

I Fenoli vanno usati in aggiunta a altri O.E. o a fitoterapia a tropismo epatico.

Es. O.E. *Rosmarinus Off. Verbenoniferum*
T.M. *Cynara Scolymus*, oppure *Tarassacum*

**La famiglia dei fenoli è controindicata nei bambini al di sotto dei 7 anni
se non per via rettale**

1- CARVACROLO

E' il composto biochimico più tossico ma anche il più potente, infatti è possibile interrompere immediatamente l'assunzione di antibiotici sostituendoli con i FENOLI.

O.E. principali sono:

<i>Satureja Montana</i>	30-40% di CARVACROLO
<i>Origanum Compactum</i>	40-80% di CARVACROLO

2- TIMOLO

O.E. principali sono:

<i>Thymus Vulgaris Thymoliferum</i>	30-50 % di TIMOLO
<i>Carum Copticum</i>	20-30 % di TIMOLO
<i>(Origanum Compactum</i>	5-15 % di TIMOLO)

anche *Origanum Compactum* contiene Carvacrolo così come altri O.E. ricchi in Carvacrolo contengono Timolo ma in % minore rispetto a *Tymoliferum*

3- EUGENOLO

O.E. principali sono:

<i>Cinnamomum Verum</i> o <i>Vellanicum</i> (foglie)	70-80 % di EUGENOLO
<i>Cinnamomum Verum</i> (corteccia)	5-10 % di EUGENOLO
(meno tossica ma comunque potente grazie alle aldeidi aromatiche)	
<i>Eugenia Caryophyllus</i> (chiodi di garofano)	70-80 % di EUGENOLO

E' importante ricordare *Cinnamomum Vellanicum* (corteccia) per le infezioni croniche, da utilizzare anche per lunghi periodi; ottimo per le ALDEIDI AROMATICHE.

L'interesse di *Cinnamomum Vellanicum* sia foglie che corteccia e che sono tutte e due antimicotiche, quindi molto interessanti per flora patogena intestinale alterata, in presenza per esempio di Candida albicans, interessante anche nelle micosi cutanee come il piede d'atleta miscelandola con *Eucalyptus Globulus*.

L'AROMATOGRAMMA

L'aromatogramma consiste nel mettere un piccolo disco impregnato di O.E. in mezzo ad una cultura contenete germi patogeni, la misura del diametro di inibizione da la valutazione desiderata; se molto antinfettivo il diametro è più grande.

Successivamente si effettua un prelievo di tessuto del paziente mediante tampone orofaringeo o uretrale, feci, catarro, pus .

E' specificatamente utile per le patologie croniche, es. bronchiti croniche o cistiti recidive.

Quando si farà l'aromatogramma si utilizzerà l'O.E. Fenolato maggiore in aggiunta ad un O.E. medio che non ha nulla a che vedere con l'infezione ma che lavorerà sul terreno del soggetto correggendolo.

☞ Quando si esegue un aromatogramma , paragonabile ad un antibiogramma, si testano gli O.E. di fronte ad un germe specifico e si vedrà l'effetto di inibizione degli O.E. rispetto al germe testato; in tutti gli aromatogrammi si vedrà una prevalenza di *Origanum Compactum*.

Se non è possibile effettuare questo esame si deve tener presente quali sono i 5 O.E. principali nelle infezioni, indipendentemente dal sistema colpito (genitali, digestive,..) , e sono:

- *Satureja Montana*
- *Origanum Compactum*
- *Tymus Vulgaris Timoliferun*
- *Cinnamomum Verum O Vellanicum*
- *Eugenia Caryophyllus*

I Fenoli vanno usati per un massimo di 5-6 giorni, dopo i quali per patologie croniche si continuerà con le Aldeidi Aromatiche e cioè gli ALCOLI MONOTERPENICI

L'Aromatogramma non è necessario da effettuare ma è utile, il problema è trovare un laboratorio che lo effettui, teoricamente chi fa l'antibiogramma può effettuare anche l'aromatogramma ma devono comprare gli O.E. per poter effettuare il test.

COMPOS. BIOCHIMICA : CARVACROLI

SATUREJA MONTANA

E' interessante per le patologie infettive, come tutti i fenoli, utilizzandola in sostituzione di *Origanum Compactum* che è più aggressivo; poi sarà importante sostenere l'attività epatobiliare.

Da associare ad un O.E. a tropismo epatico da dare per patologie:

- della sfera urogenitale come, cistite, prostatite e tutte le infezioni delle vie urinarie,
- gastrointestinali come enterocolite infettiva

Per le vie respiratorie si preferisce il TIMOLO; per le infezioni ripetute su di un terreno distonico si utilizzerà il TIMOLO e l'EUGENOLO, soprattutto il TIMOLO che stimola le difese immunitarie nel soggetto distonico, cioè il soggetto che tende a consumare eccessivamente le sue riserve energetiche e immunitarie quindi permanentemente stressato che lo porterà a subire patologie a carattere infettivo dovute alla diminuzione delle difese immunitarie.

E' anche corticostimolante, quindi antiastenica, utilizzata anche come antalgico per via cutanea nel reumatismo doloroso ma è necessario fare attenzione ai Fenoli che sono dermocaustici , in questo caso si utilizzeranno solo all'1% del preparato.

E' ottima anche nei problemi di infezioni del colon come enterocoliti infettive, dissenteria, gastroenteriti; da associare con *Cinnamomum Vellanicum* corteccia e *Eugenia Cariophyllus* (queste due hanno anche proprietà antimicotiche).

Con i Fenoli non si fanno i suffumigi

ORIGANUM COMPACTUM

Indicazioni :

- cistiti, infezioni urinarie. enterocoliti, amebiasi, dissenteria, rinofaringiti, angina, acne con infezione (usato localmente)

- in presenza di un mal di gola con febbre si può utilizzare puro con un capovolgimento rapido del flaconcino con un dito sulla sommità, poi si leccerà la punta del dito da fare ogni 5 minuti

E' il più importante dei FENOLI, capofila degli O.E. antiinfettivi soprattutto per problemi cutanei come acne (da non usare puro sul viso) usandolo con un cotton-fioc da usare con tocature sopra le pustole dell'acne per disinfezione locale (su stafilococchi e streptococchi); ovviamente sono anche da trattare le cause dell'acne.

Interessante per le infezione digestive intestinali, genitourinarie, orofaringee respiratorie, nell'herpes zoster.

Nelle medicine alternative l'aromaterapia è la prima da utilizzare nei casi di Herpes Zoster; infatti se si tratta nelle prime 24-48 ore è possibile bloccare la patologia così come è possibile farlo nell'Herpes Simplex sia Labiale che Genitale.

In questi casi il trattamento si attuerà per un periodo di 30 giorni, anche se non si è più in

presenza di vescicole o patologie cutanee.

Il rimedio già pronto è **TEGAROME** (laboratorio francese Cosbionat), formula del dott. Valnet capostipite della vecchia aromaterapia; si tratta di un complesso già pronto a largo spettro d'azione antiinfettiva composto da 7-8 O.E. ed è da applicare puro, sulla confezione non è indicato per l'Herpes perchè non è un farmaco.

C'è anche il **FLEXAROME**, molto interessante per il dolore reumatico o articolare d'urgenza; vi si ritrova l'O.E. di Ginepro in alcolato di *Rosmarino Acanfora*, sono prodotti non grassi a base di alcool. A livello di preparazione magistrale si può fare anche meglio ma questo è un prodotto già pronto.

TYMUS VULGARIS CARVACROLIFERUM

è paragonabile a *Satureja Montana*

CORYDOTYMUS CAPITATUS

è l'origano di Spagna ed è paragonabile a *Origanum Compactum*

COMPOS. BIOCHIMICA : TIMOLI

Il più importante è ***TYMUS VULGARIS TYMOLIFERUM***, antinfettivo leggermente meno potente del primo ma molto meno tossico e aggressivo, a tropismo respiratorio con effetto antitussivo. Ha anche una azione fisica essendo un antiastenico.

La somministrazione sarà per via orale e rettale.

Vi sono altri due O.E. che sono ***TRACHYSPERMUM AMMI*** e ***CARUM COPTICUM*** che hanno gli stessi effetti del TIMO, ma sono molto più difficili da trovare.

IMPORTANTE

Il **TIMOLO** è interessante per le infezioni alle vie respiratorie

Il **CARVACROLO** è utile per le infezioni alle vie genito - urinarie

COMPOS. BIOCHIMICA : EUGENOLI

Il più importante è ***CINNAMOMUM VELLANICUM (foglia)***, essenzialmente battericida per lo stafilococco aureo e lo streptococco beta-emolitico che è all'origine dell'angina e della patologia reumatoide e poi da eventuali complicazioni cardiache, azione è anche contro i pneumococchi, vie respiratorie, angina, infezioni intestinali.

OCIMUM GRATISSIMUM EUGENOLIFERUM , molto simile al precedente

EUGENIA CARYOPHYLLATA

★ Se si devono scegliere degli O.E. per problemi infettivi a carattere digerente si sceglieranno *Cinnamomum Vellanicum* e *Eugenia Caryophyllata*; come anche per le persone che partono per i paesi caldi dando gli O.E. prima del viaggio e dopo, così come per le parassitosi.

Per la conservazione è importante evitare la luce diretta e il calore diretto dei raggi del sole.

★ Se si deve partire per i paesi caldi è importante avere:

- O.E. Fenolati
- Argilla, per disinfettare l'acqua che può essere contaminata
- Carbone Vegetale, per assorbire gli elementi nocivi presenti nel colon
- Fermenti Lattici, per riequilibrare correttamente la flora batterica
almeno con 3-4 ceppi presenti

I trattamenti a base di Fenoli andranno fatti per almeno 10 giorni con % dal 3 al 6 % di diluizione degli O.E. a seconda del paese a rischio (es. India, Africa, ..), continuando poi con i Terpenoli (Esiste anche una Amebiasi di tipo Europeo)

FAMIGLIA DEI MONOTERPENOLI

Sono il seguito delle patologie antiinfettive croniche; il suffisso è inOLO.

1. ALFA_TERPINEOLO
2. PINOCARVEOLO
3. LINALOLO
4. TUYANOLO

I Monoterpenoli sono tutti battericidi, vermicidi e antimicotici, il loro utilizzo è possibile in 2 modi:

- dopo un trattamento a base di Fenoli di 6-7 giorni
- nei bambini iniziando i trattamenti senza aver prima usato i Fenoli

Hanno un effetto immunostimolante e con loro si può rialzare il livello delle Gammaglobuline; hanno pochi o nessun effetto secondario, nessun effetto tossico sul fegato, non sono dermocaustici.

I più importanti O.E. da ricordare sono :

COMPOS. BIOCHIMICA : ALFA TERPINEOLO

LAURUS NOBILIS

Antinfettivo, anche ad azione citofilattica quindi rigeneratore dell'epidermide, è l'O.E da prescrivere nelle ulcere varicose per trattare l'infezione della piaga e anche i problemi di prurito e di eczema annesso.

Trattamento in 2 tempi: prima basato sul disinfettare la piaga mediante aerosol di *Laurus Nobilis* aromaticus, e quando la piaga inizia a chiudersi e cicatrizzarsi si utilizzerà O.E. di *Laurus Nobilis* opportunamente diluito.

I chetoni contenuti in alcuni O.E. sono tossici ma sono effetti anche terapeutici, e come nel caso dell'ulcera varicosa sono cicatrizzanti; facendo molta attenzione all'assunzione dei chetoni per via orale, un po' più tranquilli per via rettale e senza problemi si può usare la via percutanea.

Dopo *Laurus Nobilis* si darà, per cicatrizzare la piaga, *Salvia Officinalis* in diluizione del 10 % sulla cicatrice.

RAVENSARA AROMATICA

Ricco in monoterpenoli, è battericida e ricco in 1,8 Cineolo, quindi per le infezioni delle vie respiratorie e con effetto mucolitico sul catarro.

Lo si può dare per via esterna sul torace e sulla schiena

MELALEUCA QUINQUENERVIA VIRIDIFLORA (NIAOULI)

manifesta un'azione antiinfettiva e anticatarrale.

I Chetoni sono altamente antivirali, quindi è possibile usare i Chetoni per via esterna per problemi di Herpes.

E' anche consigliabile nelle infezioni genitourinarie; l'azione principale rimane quella a tropismo respiratorio.

COMPOS. BIOCHIMICA : PINOCARVEOLO

EUCALYPTUS GLOBULUS

COMPOS. BIOCHIMICA : LINALOLO

THYMUS VULGARIS LINALOLIFERUM

Completamente differente dal *Thymo atimolo* sia per l'odore che per l'azione terapeutica.

E' un timo non aggressivo e dolce, indicato nei bambini perchè è privo di fenoli e la sua azione è più immunostimolante che antiinfettiva e si dà anche nelle deficienze del sistema immunitario.

Quindi è l'O.E. principale nei bambini sia per le rinofaringiti non gravi che per i problemi polmonari tipo bronchiti o bronchioliti, poiché contiene gli esteri è anche un antitussivo per le tossi secche ripetitive.

Per gli anziani la posologia è come per gli adulti mentre per la scelta gli anziani si paragonano ai bambini.

E' anche antiparassitario nel bambino e immunostimolante.

Ha anche azione sulla sfera psichica da associare ad *Origanum Majorana* E *Melissa Off.* per problemi di stanchezza e stress intellettuale o affaticamento cerebrale.

Quindi a dosi uguali si farà una miscela dei due O.E. al 6 % :

Origanum Majorana (es. 2ml)

Thymus Vulgaris Linaloniferum (es. 2ml)

E' anche associabile a :

Melissa Officinalis T.M. (es. q.s.p. per 60 ml)

Posologia: bambino 10 gocce 3 x dì
 adulto 20-30 gocce 2-3 x dì, a seconda della gravità patologica

Questa associazione interviene tamponando la reattività istintiva dell'individuo

Ad es. anche nel caso di bulimia e sui diversi tipi di fobie come la claustrofobia, l'O.E. di *Thymus Vulgaris Linaloniferum* è molto interessante nel bambino che vive in una situazione familiare conflittuale; questo è un livello della caratterologia della pianta, pertanto è consigliabile nei bambini che vivono situazioni familiari difficili.

Origanum Mayorana è molto interessante anche nella persona adulta che tende a somatizzare a livello addominale (coliti spastiche)

COMPOS. BIOCHIMICA : THUJANOLO

THYMUS VULGARIS THOJANOLIFERUM

Interessante per la sfera genitale colpita da infezioni , utilizzandolo per via orale e locale.

Via locale con ovuli o docce vaginali.

FAMIGLIA DEI MONOTERPENI

Suffisso in ...ENE.

Sono degli antisettici atmosferici che si possono utilizzare nei diffusori per aromi; per via orale non hanno grossa efficacia mentre è ottima per inalazione.

Come aromatogramma sono O.E. che fuoriescono raramente, mentre per via esterna sono ottimi revulsivi e antalgici.

Per dolori localizzati come nevriti o articolari è ottimo JUNIPERUS COMMUNIS che si trova già pronto nel composto **Flexarome**.

I Monoterpeni sono dermocaustici e vanno diluiti preventivamente

COMPOS. BIOCHIMICA : ALFA-PINENE

JUNIPERUS COMMUNIS,

PINUS MARITIMA,

CISTUS LADANIFERUS

COMPOS. BIOCHIMICA : BETA-PHELLANDRENE

ABIES BALSAMEA

FAM. DEI SESQUITERPENI E AZULENI

Il suffisso è in ...ENE.

Molto conosciuto è il Camazulene che si trova nella MATRICARIA RECUTITA (Camomilla Tedesca), sono degli antiinfiammatori (grazie al Camazulene).

Vengono utilizzati a livello oculare nella congiuntivite con idrosol aromatico e antiinfiammatorio digestivo nell'ulcera gastroduodenale.

Nel caso di ulcera però la Fitoterapia è migliore dell'Aromaterapia, anche perchè è meno aggressiva.

Sono ipotensivi ed hanno azione antispastica.

COMPOS. BIOCHIMICA : BETA-CARYOPHYLLENE

Il più conosciuto è *LAVANDULA VERA* da utilizzare anche puro su ustioni ed eczemi

COMPOS. BIOCHIMICA : CHAMAZULENE

Questa famiglia biochimica dei **sesquiterpeni e dell'azulene** forse viene utilizzata meno spesso; questi composti o famiglie biochimiche danno un certo colore all'olio essenziale che è azzurro cielo, soprattutto il camazulene (ci sono anche dei colliri in commercio a base di camazulene che sono azzurri).

=====

Nell'Herper Labiale è meglio utilizzare un O.E. ben diluito oppure meglio con i Monoterpenoli
Ottimo sia per Herpes Labiale che Genitale è :

O.E. *Ravensara Aromatica* al 10%

diluita al 10% in un Olio Vegetale antiinfiammatorio come :

Hypericum Perforatum

P A T O L O G I E

PATOLOGIE NEUROVEGETATIVE

Si distinguono gli o.e. in base al temperamento.

- 1) Come prima cosa sarà bene distinguere le varie molecole aromatiche in base al **temperamento dell'individuo** (se è bilioso, sanguigno ecc...).
- 2) Bisogna vedere se si deve effettuare una **disassuefazione dalle benzodiazepine**.

Mentre si può fare una disassuefazione "brutale" improvvisa da antibiotici, è più difficile farla dalle benzodiazepine. *Quindi è bene fare una disassuefazione graduale*, più o meno facile per le benzodiazepine a carattere ansiolitico mentre è più difficile per i farmaci ipnotici. E in questo caso la disassuefazione non può essere brutale.

Mentre consiglierete i diversi o.e. per le patologie tipo ansia, insonnia ecc..., o disturbi della somatizzazione sia intestinale che vescicale (perchè vi sono anche delle cistalgie che non sono dovute a cistiti infettive ma sono problemi di somatizzazione); sarà bene quindi ricercare sempre l'eziologia.

Conosciamo l'importanza del lato emotivo, quello che invece spesso si dimentica sono i focolai infettivi permanenti che provocano determinati disturbi del comportamento.

Quando si parla di focolai infettivi permanenti, possono essere:

- a livello intestinale, e in questo caso sarà bene pensare a o.e. ricchi in fenolo;
- oppure può darsi che sia un problema infettivo dei seni nasali, o dei denti, che provocheranno dei problemi di sensibilità a livello delle zone simpatiche endonasali.

E senza fare l'aromatogramma potremmo trattare dei problemi di rinite, ma mentre il terapeuta cerca l'eziologia è bene che dia dei rimedi di copertura.

Tipo Yang = Sogg. bilioso, sanguigno= o.e. (-)

(O.E. negativizzanti; **ALDEIDI, ESTERI**)

Tipo Yin = Sogg. nervoso, linfatico= o.e. (+)

(O.E. positivizzanti; **ALCOLI, ETERI, MOL. AZOT.**)

Se non si ha questo approccio aromatico in rapporto ai temperamenti si rischia di sbagliare nove volte su dieci.

Nei soggetti sanguigno-biliosi di tipo yang daremo degli o.e. negativizzanti, e le due famiglie biochimiche interessate sono quelle degli Aldeidi e quella degli Esteri.

TIPO YANG

ALDEIDI:

CITRALI: *LIPPIA CITRIODORA*, *MELISSA OFFICINALIS*, e *LITSEA CITRATA*. (i primi due sono più cari, il terzo è meno caro). Se non si trova quest'ultima si utilizzeranno le prime due in T.M. di *LITSEA CIT.*.

CITRONELLALE: *EUCALYPTUS CITRIODORA* (si trova facilmente), *CYMBOPOGON WINTERIANUS* (Citronella di Java). Si utilizzano principalmente per via esterna per rilassare.

CUMINALE: *CUMINUM CYMINUM*. Ha effetto stupefacente ed è un sedativo del sistema nervoso centrale. Si utilizza per via orale.

E' preferibile la somministrazione di capsule. Se non potete fare le capsule utilizzerete l'o.e. diluito in T.M.; si può utilizzare una T.M. di *LIPPIA CIT.* o di *MELISSA*, per cui a livello del gusto ci saranno meno problemi. La percentuale di diluizione di *CUMINUM CYMINUM* sarà del 3%.

ESTERI:

ACETATO DI LINALILE: *LAVANDULA ANG.*, *CITRUS AURANTIUM* (foglie), entrambi verranno utilizzati per via esterna sia puri sia al 10% in un gel o in un eccipiente oleoso sia in un bagno aromatico. Quindi sia per via esterna se in massaggio, sia in idroterapia.

ANGELATO D'ISOBUTILE: *CHAMAEMELUM NOBILE* (Camomilla Romana).

TINTURE MADRI

Le T.M. che possiamo suggerire sogg. bilioso di tipo Yang sono :

La *MELISSA* e la *VALERIANA* T.M.. La Valeriana è da utilizzare per il sogg. bilioso di tipo Yang e mai per il sogg. nervoso (altrimenti ci sarà l'effetto contrario).

Quindi Melissa e Valeriana nel sogg. iperattivo sanguigno-bilioso.

(Spesso si dice che il sogg. nervoso è un iperattivo, ma non è un iperattivo è un ipostenico è un sotto-vitale).

TIPO YIN

Nel sogg. linfatico-nervoso, invece, di tipo Yin daremo degli o.e. positivizzanti.

Ritroviamo le molecole interessate negli Alcoli.

ALCOLI:

LINALOLO,

NEROLIDOLO

FARNESOLO nella *TILIA TOMENTOSA*. Per il nervoso (ciò che è la Valeriana per il sogg.sanguigno).

In questa famiglia abbiamo *CITRUS AURANTIUM* in fiore (non la foglia). In una stessa pianta aromatica diverse parti vegetali sviluppano dei costituenti chimici diversi.

ETERI:

ETERI SEMPLICI: estragolo in *OCIMUM BASILICUM*, *ARTEMISIA DRACUNCULUS* (Dragoncello). Si utilizzano soprattutto per via percutanea in massaggio. Massaggio della zona del ventre in caso di colite spastica.

ANETTOLO: non lo consideriamo perchè è stupefacente.

ETERI CUMARINICI: sono delle molecole molto attive anche a deboli dosi. Hanno un'azione a livello del SNC. *ANGELICA ARCHANGELICA* (si utilizza per via orale); *CITRUS RETICULATA* (scorza) in unzione sui fasci venosi del polso o nel bagno aromatico.

MOLECOLE AZOTATE:

ALCALOIDI TERPENICI - in *ANGELICA ARC.*

ANTRANILATO DI METILE - in *CITRUS AUR.* fiore, e in *CITRUS RET.* foglie.

L'utilizzo è per via esterna.

CITRUS RET. ha un'azione sui fenomeni di ansia, di spasmi, sull'insonnia, ma principalmente nel sogg. linfatico-nervoso.

SCHEMA DI TRATTAMENTO

Stress, insonnia, nel sogg. sanguigno-pletorico carbonico; bilioso di tipo Yang:

utilizziamo come eccipiente la T.M.: *VALERIANA* o *MELISSA* o *LIPPIA CITRIODORA* T.M.

+ O.E. *CHAMAEMELUM NOBILE*

Poichè non è aggressivo la diluizione è al 6%. Un flacone da 60 ml, quindi:
4 ml. 20 gtt per 3 volte al giorno. Eventualmente 20 gtt in più la sera prima di dormire.
Questo è il complesso fitoaromatico ideale per.

Si possono dare anche degli o.e. per via esterna:

CITRUS AURANTIUM foglie, da utilizzare anche puro.

Si fa un massaggio leggero perchè penetra molto velocemente. 2- 3 gtt. Si utilizza anche sul plesso solare.

In caso di emicranie si può fare un'applicazione con la *MENTHA PIPERITA* a livello delle tempie.

La *Mentha Pip.* è un o.e. che raffredda, per cui non bisogna mai fare un massaggio completo del corpo, ed è controindicato nel bambino in bassa età.

Si può anche applicare a livello del lobo dell'orecchio.

Nel sogg. retratto, neurotonico, spasmofilo, che ha palpitazioni, che soffre di insonnia da risvegli notturni.

TILIA TOMENTOSA T.M. + *ANGELICA ARC.* T.M.

+ *CITRUS AUR.* fiori O.E. + *ANGELICA ARC.* O.E.

Diluizione al 6%. 1 ml *ANGELICA ARC.* + 3 ml *CITRUS AUR.*

Posol...: 20 gtt 3-4 volte al giorno, e 20 gtt se il sogg. si sveglia durante la notte.

(in un bicchiere d'acqua).

GLI OTTO OLI ESSENZIALI PRINCIPALI

TYMUS VULGARIS TUJANOLIFERUM

Azione antimicrobica, per PATOLOGIE ORO-FARINGEE, FARINGITI.

Per via interna ed esterna. Toccatore perlinguali con il flacone rigirato e lungo la catena ghiandola cervicale.

Essendo un'O.E. non aggressivo per la cute lo si può utilizzare puro.

In caso di un inizio di otite nel bambino, in unzione periauricolare ,3 o 4 volte al dì. Il Timo Tuianolo è un Timo dolce.

Nel condotto uditivo utilizzeremo *LAVANDULA VERA* oppure *EUCALYPTUS RADIATA*, quindi prendere un fiocco di cotone , mettere 2 o 3 gocce sopra e infilarlo nell'orecchio, lasciandolo anche tutta la notte. Questi oli sono antimicrobici da contatto e antiinfiammatori. Se doveste scegliere fra i due, preferite *EUCALYPTUS RADIATA*.

EUCALYPTUS CITRIODORA CITRONELLALIFERA

Utilizzare per via esterna come ANTIINFIAMMATORIO.

Utile nei diffusori d'aroma per DISINFETTARE un ambiente. Il suo aroma di limone è molto buono.

ORIGANUM COMPACTUM CARVACROLIFERUM,

E' l'artiglieria pesante per tutte le PATOLOGIE INFETTIVE, ma attenzione ai Fenoli che non si devono utilizzare per lunghi periodi.

Mai usare puri e a livello cutaneo. Per l'utilizzo in caso d'urgenza è utile la capsula di LATTOSIO che servirà di supporto per ingoiare o masticare l'olio vegetale. Si ingoia la compressa di lattosio oppure la si mastica e si beve un bicchiere d'acqua.

ELICHRYSUM ITALICUM SSP. SEROTONINUM

Per i TRAUMI e gli EMATOMI e, secondariamente, in secondo luogo possiamo usarlo per le ALGIE REUMATICHE.

Lo si può utilizzare anche per via orale per riequilibrare i PROBLEMI LIPIDICI DI COLESTEROLO ma il gusto non è buono.

LAVANDULA VERA O ANGUSTIFOGLIA SSP. ANGUSTIFOGLIA

Sulle USTIONI la si può utilizzare pura. Bisogna ripetere le applicazioni picchiando la zona ustionata fino a quando il dolore scompare.

E' utile in caso di AGITAZIONE e STRESS nel bambino e nell'adulto, per cui è interessante l'applicazione a livello di plesso solare o nella riflessoterapia del piede.

EUCALYPTUS RADIATA SSP. RADIATA

Per i periodi invernali con l'influenza. ANTIVIRALE e ANTIMICROBICO.

E' bene utilizzarlo all'inizio, con la febbre o gli scoli nasali.

Usare per via esterna tutte le ore oppure in frizione in torace o del dorso due volte al dì.

In caso di OTALGIA può essere messo nel condotto uditivo.

Può essere usato nei diffusori d'aroma.

MENTA PIPERITA

Per le CONTUSIONI e nei casi di CEFALEA e di EMICRANIA.

Applicarlo sulla fronte e a livello dei lobi auricolari,, pura. Si mette qualche goccia sui polpastrelli e si fanno dei massaggi, anche a livello cervicale.

E' una pianta che raffredda e quindi non si deve utilizzare su una grossa parte del corpo.

A livello digestivo è utile per AEROGASTRIA e anche per il MAL D'AUTO, MAL DI MARE: 1 goccia su una zolletta di zucchero. In prevenzione nei soggetti che soffrono oppure anche al momento.

Per LIBERARE IL NASO, 1 o 2 gocce sul fazzoletto, oppure 1 goccia su un cucchiaino di miele, il composto per via perlinguale e si liberano le fosse nasali e i seni nasali.

RAVENSARA AROMATICA,

Aromatico ,antinfettivo è ricco in 1.8 Cineolo quindi ha un TROPISMO PER LE VIE RESPIRATORIE.

E' un sedativo e quindi interessante nei casi di AGITAZIONE e NERVOSISMO sia nel bambino e nell'adulto. Non è aggressivo e quindi si può utilizzare puro per via esterna.

Usare all'inizio di una SINDROME VIRALE DI TIPO INFLUENZALE.

Controindicazione: nei bambini di piccola età perchè può provocare spasmo laringeo e quindi soffocamento. Anche a livello di profumo bisogna fare attenzione al neonato.

RICETTE DI OLI PER MASSAGGI

(LE CIFRE INDICANO IL NUMERO DI GOCCE DI ESSENZA CHE BISOGNA MESCOLARE A 50 ML DI OLIO VEGETALE)

AFFATICAMENTO		CEFALEA		DOLORI MESTRUALI		PARTO		SMAGLIATURE DA GRAVIDANZA (mescolare con olio di grano)	
Lavanda	20	Lavanda	5	Sclarea	15	Sclarea	14	Lavanda	20
Bergamotto	5	Maggiorana	5		15	Rosa	5	Fiori d'arancio	5
		Melissa	10		5	Ylang – Ylang	6	Rosmarino	8
		Salvia	10		6				
AFRODISIACO		CELLULITE		DOLORI MUSCOLARI		PELLE (mescolare con 50 ml acqua distillata)		STITICHEZZA IN GRAVIDANZA	
Gelsomino	5	Finocchio	12	Ginepro	10	Bergamotto	4	Maggiorana	20
Rosa	5	Ginepro	4	Lavanda	7	Gelsomino	10	Rosa	5
Sandalo	10	Rosmarino	8	Rosmarino	8	oppure:			
Bergamotto	5	Salvia	8			Geranio	10		
						Rosa	7		

ARTRITE E REUMATISMO		COSCE		HERPES		SENO		TENSIONE NERVOSA	
Eucalipto	6	Ginepro	12	Lavanda	7	Geranio	9	Bergamotto	4
Rosmarino	8	Cipresso	13	Rosa	8	Ylang – Ylang	16	Maggiorana	20
Maggiorana	6							Fiori d'arancio	4
Ginepro	8							Sandalo	4
BRONCHITE		CRAMPI		CATTIVA CIRCOLAZIONE		INSETTIFUGO		IPERTENSIONE	
Eucalipto	15	Basilico	15	Benzoino	8	Eucalipto	12	Lavanda	15
Issopo	10	Lavanda	7	Pepe nero	12	Menta	6	Ylang – Ylang	15
Sandalo	5	Rosmarino	8	Ginepro	12	Cedro	6		
		Citronella	8						
DERMATITE		MESTRUAZIONI IRREGOLARI		SMAGLIATURE		TONICO		TONO MUSCOLARE	
Geranio	12	Camomilla	10	Incenso	10	Legno di rosa	17	Pepe nero	12
Ginepro	6	Melissa	10	Lavanda	15	Bergamotto	6	Lavanda	8
Lavanda	6	Rosa	10	Citronella	5	Geranio	2	Citronella	8