

FITOTERAPIA

APPROFONDIMENTO SULL'USO DELLE PIANTE



A cura di
ALBERTO PORRO

INDICE

INTRODUZIONE	1
<i>CARATTERISTICHE GENERALI DEI RIMEDI FITOTERAPICI</i>	1
DOSAGGI:	1
<i>FITOTERAPIA COSTITUZIONALE: LE REGOLE DELL'ARTE</i>	2
METODO	2
COME INDIVIDUARE IL RIMEDIO CORRETTO	3
SISTEMATICA VEGETALE	4
<i>TAVOLA SINOTTICA DELLE FAMIGLIE</i>	4
A - PTERIDOPHYTA	4
B - GYMNOSPERMAE	4
C - ANGIOSPERMAE	5
FUNGHI	8
<i>LIEVITI</i>	8
LIEVITO DI BIRRA	8
LICHENI	9
LICHENE D'ISLANDA	9
ALGHE	10
FUCUS	10
KELP	11
EQUISETINAE	12
<i>EQUISETACEE</i>	12
EQUISETO (EQUISETUM HIEMALE, EQUISETUM ARVENSIS)	12
CLASSE MONOCOTILEDONAE	14
LILIIFLORAE	14
<i>LILIACEE</i>	14
RUSCO O PUNGITOPPO (RUSCUS ACULEATUS)	14
AGLIO (ALLIUM SATIVUM)	15
CIPOLLA (ALLIUM CEPA)	16
ALOE (ALOE VERA = BARBADENSIS)	16
SALSAPARIGLIA (SMILAX MEDICA)	17
VETIVER	17
ZINGIBERIDE	18
<i>BROMELIACEE</i>	18
CURCUMA (CURCUMA DOMESTICA = LONGA = XANTORRIZA)	18
ANANAS (ANANAS COMOSUS)	18
ZENZERO (ZINGIBER OFFICINALIS)	19
GLUMIFLORAE	21
<i>POACEE (ex GRAMINACEE)</i>	21
MAIS (ZEA MAYS)	21
PIANTA (BARBE)	21
AVENA (AVENA SATIVA, +++)	22
FRUMENTO (TRITICUM SATIVUM, +++)	23
SPATHIFLORES O ARECALES	24
<i>PALMACEE o ARACEE</i>	24
SERENOA REPENS	24
DATTERO	24
CLASSE DYCOTILEDONAE - CHLORIPETALAE	25
SALICALES	25
<i>SALICACEE</i>	25
SALICE (SALIX PURPUREA)	25
SALICE (SALIX ALBA MG)	26
PIOPPA (POPULUS NIGRA)	27
GEMMODERIVATO	27

FAGALES	28
<i>FAGACEE</i>	28
CASTAGNO (CASTANEA SATIVA)	28
FAGGIO (FAGUS SYLVATICA)	29
QUERCIA (QUERCUS PEDUNCOLATA)	30
<i>BETULACEE</i>	31
BETULLA (BETULA VERRUCOSA / PUBESCENS)	31
BETULA VERRUCOSA (GEMME)	32
BETULA LINFA	32
BETULA VERRUCOSA (SEMI)	32
BETULA PUBESCENS (GEMME)	33
BETULA PUBESCENS (AMENTI)	33
ONTANO NERO (ALNUS GLUTINOSA)	34
ONTANO BIANCO (ALNUS INCANA)	34
<i>CORYLACEE</i>	35
CARPINO (CARPINUS BETULUS)	35
NOCCIOLO (CORYLUS AVELLANA)	35
JUGLANDALES	36
<i>JUGLANDACEE</i>	36
NOCE (JUGLANS REGIA)	36
URTICALES	39
<i>ULMACEE</i>	39
OLMO (ULMUS CAMPESTRIS)	39
<i>CANNABACEE</i>	40
LUPPOLO (HUMULUS LUPULUS)	40
<i>MORACEE</i>	41
FICO MG (FICUS CARICA)	41
<i>URTICACEE</i>	42
ORTICA (URTICA DIOICA)	42
RHOEDALES	43
SUPERFAMIGLIA PAPAVERALES	43
<i>PAPAVERACEE</i>	43
PAPAVERO COMUNE (PAPAVER RHOEAS)	43
ESCOLZIA (ESCHSCHOLTZIA CALIFORNICA)	44
CELIDONIA (CHELIDONIUM MAJUS)	45
<i>FUMARIACEE</i>	47
FUMARIA (FUMARIA OFFICINALIS)	47
CAPPARALES	48
<i>BRASSICACEE o CRUCIFEREE</i>	48
CREN / RAFANO NERO (COCHLERARIA ARMORACIA / ARMORACIA RUSTICANA)	49
ERISIMO (ERYSIMUM OFFICINALIS)	50
CAPSELLA (CAPSELLA BURSA PASTORIS)	50
CRESCIONE (LEPIDIUM SATIVUM)	51
ROSALES	52
<i>GROSSULARIACEE</i>	52
RIBES NERO (RIBES NIGRUM)	52
MACERATO GLICERINATO	52
TINTURA MADRE (FOGLIE)	53
<i>ROSACEE</i>	54
<i>ROSOIDEE</i>	54
POTENTILLA (POTENTILLA TORMENTILLA, TORMENTILLA ERECTA)	54
AGRIMONIA (AGRIMONIA EUPATORIA)	55
ROSA (ROSA MOSQUETA, DAMASCENA, ECC.)	55
ROSA DI MACCHIA (ROSA CANINA)	56
ROVO (RUBUS FRUCTICOSUS)	57
LAMPONE (RUBUS IDAEUS)	57
<i>SPIROIDEE</i>	58
SPIREA (SPIREA ULMARIA, FILIPENDULA ULMARIA)	58
<i>POMOIDEE</i>	59
BIANCOSPINO (CRATAEGUS OXIACANTHA)	59
TINTURA MADRE E GEMMODERIVATO	59
MALVALES	60

<i>MALVACEE</i>	60
CARCADE' (HYBISCUS SSPP)	60
PIANTA DEL COTONE (GOSSYPIMUM HERBACEUM / HIRSUTUM)	61
MALVA (MALVA SYLVESTRIS / ROTUNDIFOLIA)	61
ALTEA (ALTHAEA OFFICINALIS)	62
<i>TILIACEE</i>	63
TIGLIO (TILIA TOMENTOSA / CORDATA / PLATYPHYLLOS)	63
ALBURNO	64
OLIO ESSENZIALE DI TIGLIO (LINDEN):	64
GEMMODERIVATO	65
<i>STERCULIACEE</i>	66
CACAO (THEOBROMA CACAO)	66
PARIETALES o VIOLALES	67
<i>VIOLACEE</i>	67
VIOLA DEL PENSIERO (VIOLA TRICOLOR)	67
<i>TAMARICEE</i>	68
TAMERICE (TAMARIX GALLICA)	68
<i>PASSIFLORACEE</i>	69
PASSIFLORA (PASSIFLORA INCARNATA)	69
UMBRELLIFERALES o APIALES	70
<i>ARALIACEE</i>	70
EDERA (HEDERA HELIX)	70
GINSENG (PANAX GINSENG)	71
ADATTOGENI	73
<i>STRESS</i>	73
FASI DELLO STRESS	73
ALLARME:	73
RESISTENZA:	73
ESAURIMENTO (Cu-Au-Ag):	73
GINSENG (PANAX GINSENG) - [UMBRELLIFERALES: ARALIACEE]	74
ELEUTEROCOCCO (ELEUTEROCOCCUS SENTICOSUS) - [.....]	76
ASTRAGALO (ASTRAGALUS MEMBRANACEUS) [ROSALES – FABACEE]	77
SCHISANDRA (SCHISANDRA SINENSIS) [..... – SCHISANDRACEE]	78
CODONOPSIS PILOSULA [SINANDRALES – CAMPANULACEE]	78
WHITAMNIA SOMNIFERA [TUBIFLORAE – SOLANACEE]	79
OCIMUM SANCTUM [TUBIFLORAE - LAMIACEE]	79
ASSOCIAZIONI SINERGICHE CON ADATTOGENI	79
<i>APIACEE o UMBRELLIFERE</i>	82
CAROTA (DAUCUS CAROTA)	82
OLIO ESSENZIALE	82
SEDANO (APIUM GRAVEOLENS)	83
OLIO ESSENZIALE	83
CARVI o CUMINO DEI PRATI (CARUM CARVI)	84
OLIO ESSENZIALE e SEMI	84
CORIANDOLO (CORIANDRUM SATIVUM)	85
OLIO ESSENZIALE	85
SEMI	85
CUMINO (CUMINUM CYMINUM)	86
OLIO ESSENZIALE e SEMI	86
FINOCCHIO (FOENICULUM VULGARE)	86
OLIO ESSENZIALE	86
LEVISTICO (LEVISTICUM OFFICINALE)	87
OLIO ESSENZIALE	87
HAMAMELIDALES	88
<i>PLATANACEE</i>	88
PLATANO (PLATANUS ORIENTALIS)	88
<i>AMAMELIDACEE</i>	89
AMAMELIDE (HAMAMELIS VIRGINIANA)	89
CLUSACEE o GUTTIFERALES	90
<i>ACTINIDIACEE</i>	90
KIWI (ACTINIDIA CHINENSIS)	90
GARCINIA (GARCINIA CAMBOGIA)	90
<i>GUTTIFERE O IPERICACEE</i>	91

IPERICO (HYPERICUM PERFORATUM)	91
CLASSE DYCOTILEDONAE - SYMPETALAE	94
ERICALES	94
<i>ERICACEE</i>	94
UVA URSINA (ARCTOSTAPHYLOS UVA URSI)	94
MIRTILLO (VACCINIUM MYRTILLUS)	96
MIRTILLO ROSSO (VACCINIUM VITIS IDAEA)	97
CALLUNA [o impropriamente Erica] (CALLUNA VULGARIS)	98
GENZIANALES o CONTORTAE	99
<i>GENZIANACEE</i>	99
GENZIANA (GENTIANA LUTEA)	99
CENTAUREA (ERYTHRAEA CENTAURIUM o CENTAURIUM UMBELLATUM)	100
<i>APOCYNACEE</i>	101
PERVINCA (VINCA MINOR)	101
PERVINCA ROSA (VINCA ROSEA)	102
RAWOLFIA (RAUWOLFIA SERPENTINA)	102
<i>MENYANTACEE</i>	103
TRIFOGLIO FIBRINO (MENYANTES TRIFOLIATA)	103
TUBIFLORAE	104
SUPERFAMIGLIA SOLANALES	104
<i>SOLANACEE</i>	104
MORELLA (SOLANUM NIGRUM)	104
DULCAMARA (SOLANUM DULCAMARA)	105
MELANZANA (SOLANUM MELONGENA)	106
PEPERONCINO o CAPSICO (CAPSICUM ANNUUM)	107
SUPERFAMIGLIA SCROPHULARIALES	108
<i>SCROPHULARIACEE</i>	108
EUFRASIA (EUPHRASIA OFFICINALIS)	108
SCROFULARIA (SCROPHULARIA NODOSA)	109
VERBASCO (VERBASCUM THAPSUS)	110
<i>BORRAGINACEE</i>	111
BORRAGINE (BORRAGO OFFICINALIS)	111
CONSOLIDA (SYMPHYTUM OFFICINALIS)	112
<i>LAMIACEE</i>	113
SCUTELLARIA (SCUTELLARIA GALERICULATA)	113
SALVIA GLUTINOSA	114
MARRUBIO (MARRUBIUM VULGARE)	114
BALLOTA (BALLOTA NIGRA, BALLOTA PHOETIDA)	115
CARDIACA (LEONORUS CARDIACA)	115
MARRUBIO D'ACQUA (MARRUBIUM INCANUM ?)	116
EDERA TERRESTRE (GLECHOMA HEDERACEA)	116
ORTOSIFONIDE (ORTOSYPHON STAMINEUS)	117
ERBA LIMONCINA o MELINO (HERBA LIMONINA)	118
PRUNELLA (PRUNELLA VULGARIS)	118
LAVANDA (LAVANDULA VERA, LAVANDULA OFFICINALIS)	119
OLIO ESSENZIALE	119
FIORI	119
ROSMARINO (ROSMARINUS OFFICINALIS)	121
PIANTA	121
OLIO ESSENZIALE	121
SALVIA (SALVIA OFFICINALIS)	122
OLIO ESSENZIALE	122
PIANTA	122
TIMO (THYMUS VULGARIS) -	123
OLIO ESSENZIALE	123
MELISSA (MELISSA OFFICINALIS)	124
OLIO ESSENZIALE	124
PIANTA	124
PLANTAGINALES	125
<i>PLANTAGINACEE</i>	125
PIANTAGGINE (PLANTAGO MAJOR, PLANTAGO LANCEOLATA, PLANTAGO MEDIA)	125
PSILLIO o POLICARIA (PLANTAGO PSYLLIUM)	126

ISPAGULA O HYSYPAGUL (PLANTAGO OVATA)	126
CUCURBITALES O CAMPANULATAE	127
<i>CUCURBITACEE</i>	127
ZUCCA (CUCURBITA PEPO)	127
ASTERALES O SYNANDRALES	128
<i>ASTERACEE (ex COMPOSITAE)</i>	128
CALENDULA (CALENDULA OFFICINALIS)	128
ARNICA (ARNICA MONTANA)	130
MARGHERITINA (BELLIS PERENNIS)	131
CAMOMILLA (MATRICARIA CHAMOMILLA = CHAMOMILLA UNGHERESE = CHAMOMILLA RECUTITA)	132
CAMOMILLA ROMANA (ANTHEMIS NOBILIS, CAMAMAEIUM NOBILE)	134
ACHILLEA (ACHILLEA MILLEFOLIUM)	135
BARDANA (ARCTIUM LAPPA)	136
ECHINACEA (ECHINACEA PURPUREA o ECHINACEA ANGUSTIFOLIA)	138
ELICRISO (HELICRISUM ITALICUM o HELICRISUM STECAS)	140
TARASSACO (TARAXACUM OFFICINALIS)	142
CICORIA (CICHORIUM INTYBUS)	144
CARCIOFO (CYNARA SCOLIMUS)	145
CARDO MARIANO (SILYBUM MARIANUM, CARDUS MARIANUM)	146
CRISANTELLUM (CHRYSANTELLUM AMERICANUM)	148
TANACETO (TANACETUM PARTENIUM)	149
PILOSELLA (HIERACIUM PILOSELLA)	151
ENULA (INULA HELENIUM)	152
VERGA D'ORO (SOLIDAGO VIRGA AUREA)	153
FARFARA (TUSSILAGO FARFARA)	154
FARFARACCIO (PETASITES HYBRIDUS, PETASITES OFFICINALIS)	154
INDICE	156