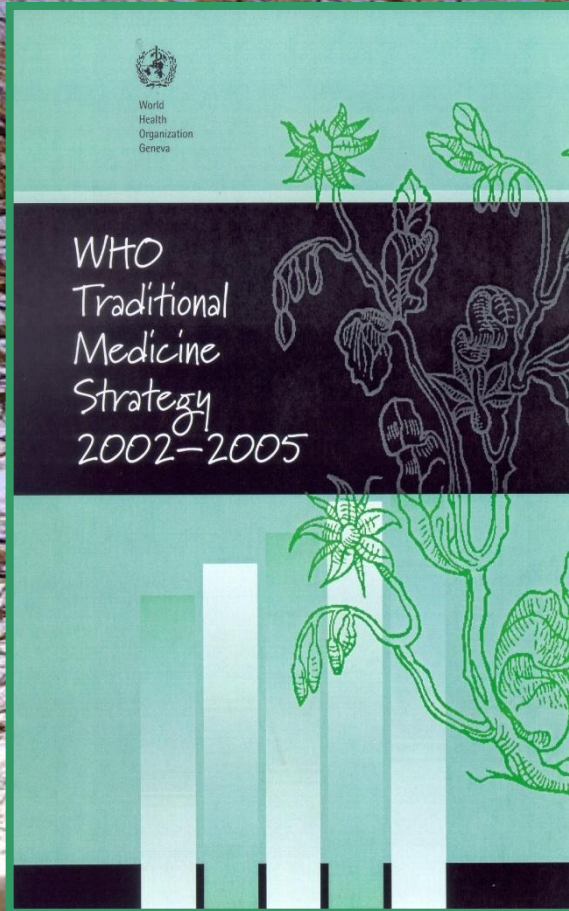


Acqua ed Erbe di salute

Prof. Emilio Minelli

**Vice Direttore
WHO Collaborating Centre for Traditional Medicine
Università degli Studi di Milano**

WHO Traditional Medicine Strategy 2002-2005



1

Policy: integrate TM/CAM with national health care systems

2

Safety, efficacy and quality: provide evaluation, guidance and support for effective regulation

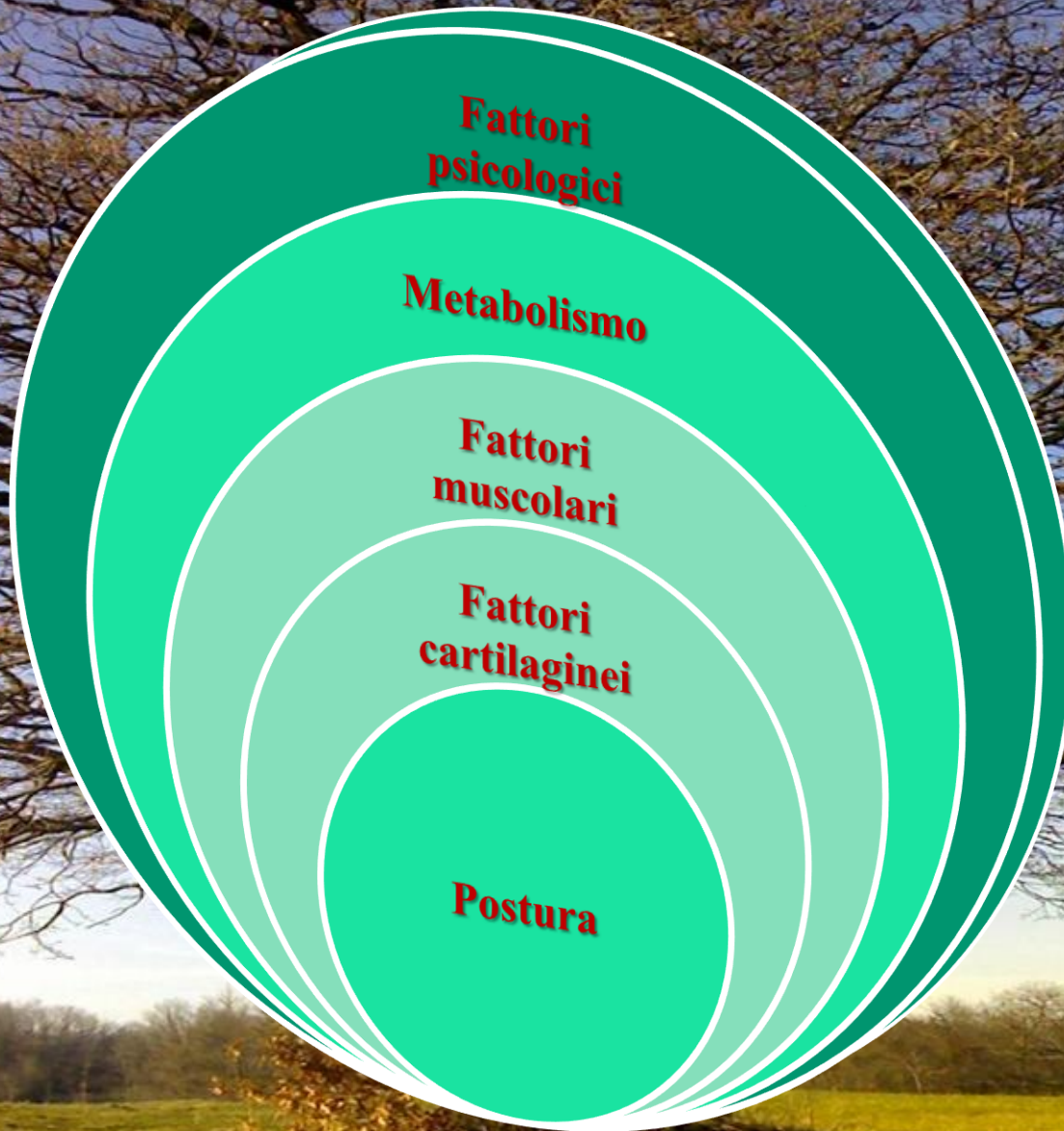
3

Access: ensure availability and affordability of TM/CAM, including essential herbal medicines

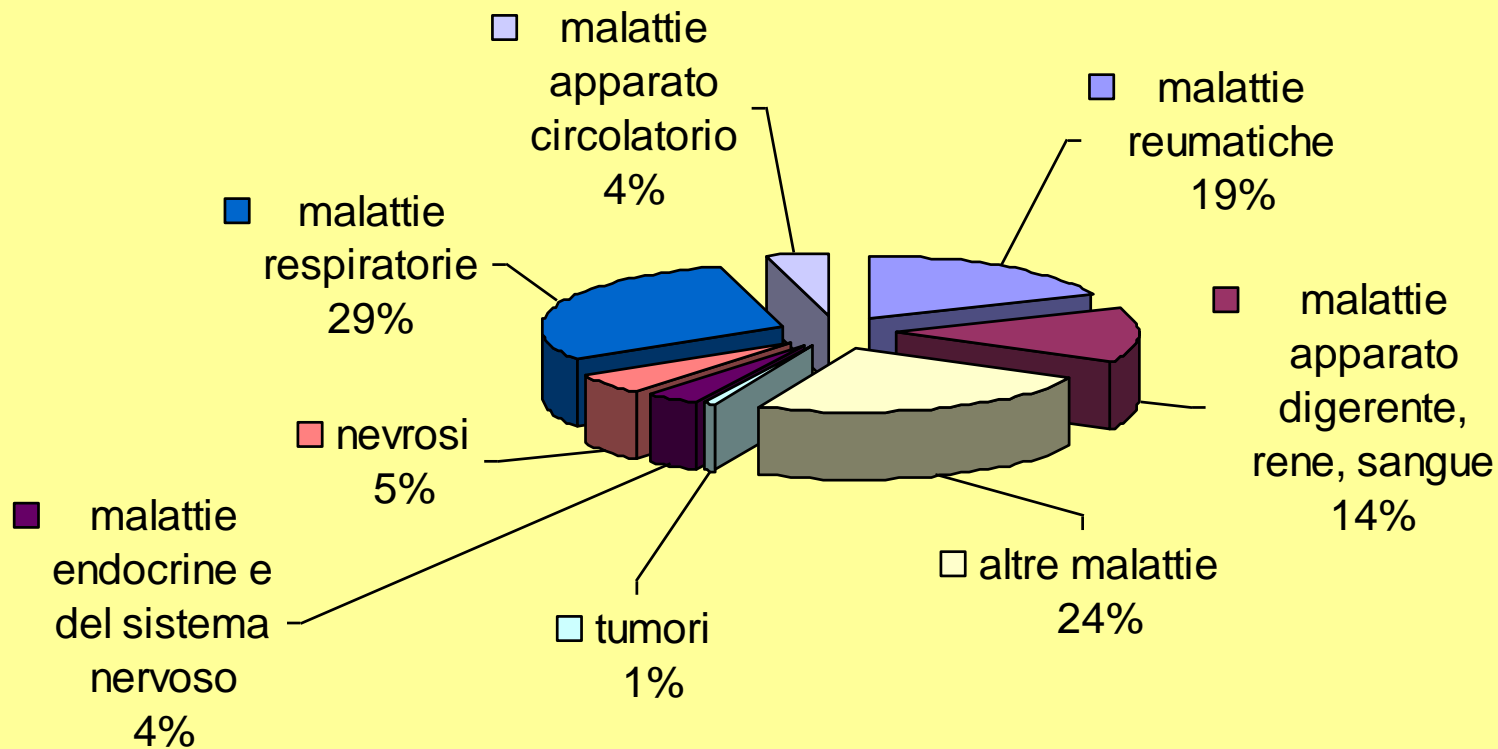
4

Rational use: promote therapeutically-sound use of TM/CAM by providers and consumers

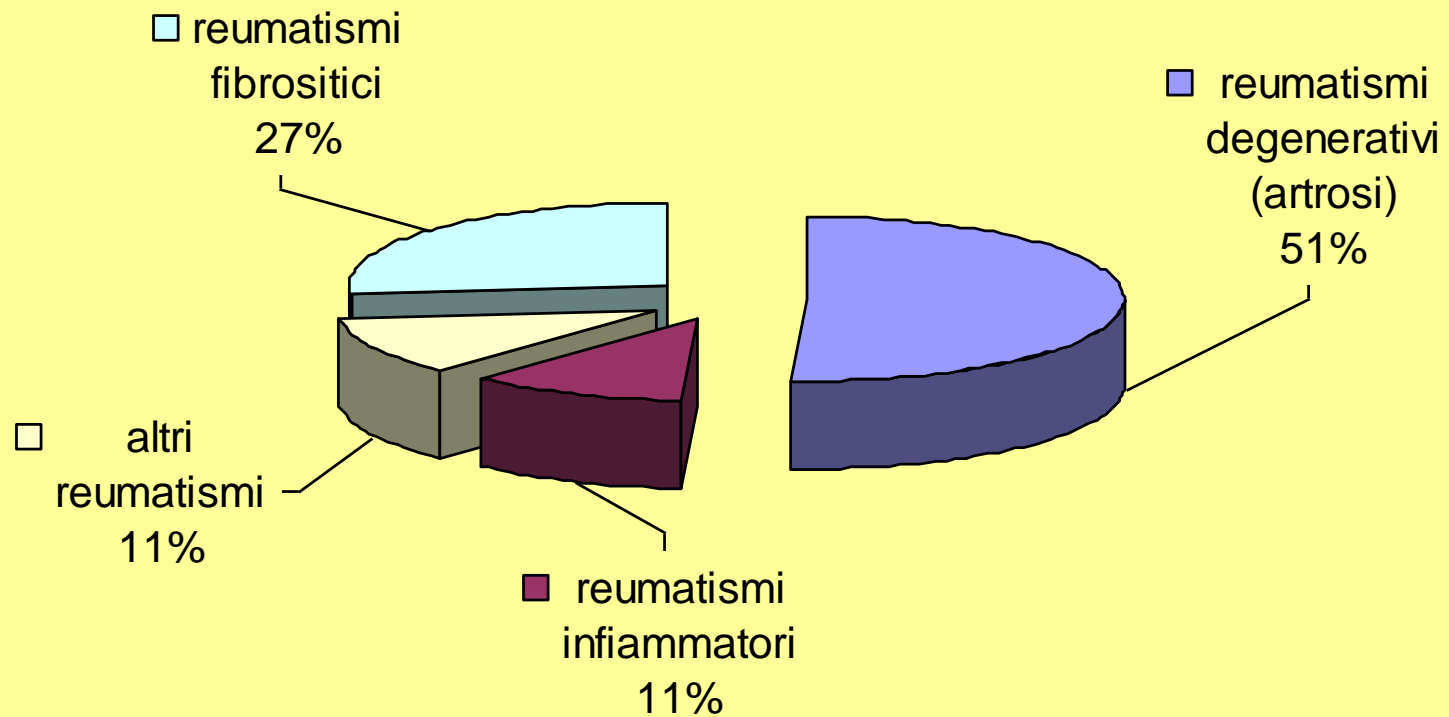
Affezioni muscolo-scheletriche come patologie determinate da complessità



Incidenza della malattia artrosica sulla domanda di salute



Incidenza della artrosi sulla patologia reumatologica



Le determinanti multidimensionali del dolore cronico



Aspetti psicologici che influenzano la **percezione** e la **soglia del dolore**



Aumenta percezione del dolore

- **Ansia**
- **Spossatezza**
- **Terrore**
- **Isolamento**
- **Sofferenza**
- **Paure**



Aumenta percezione del dolore

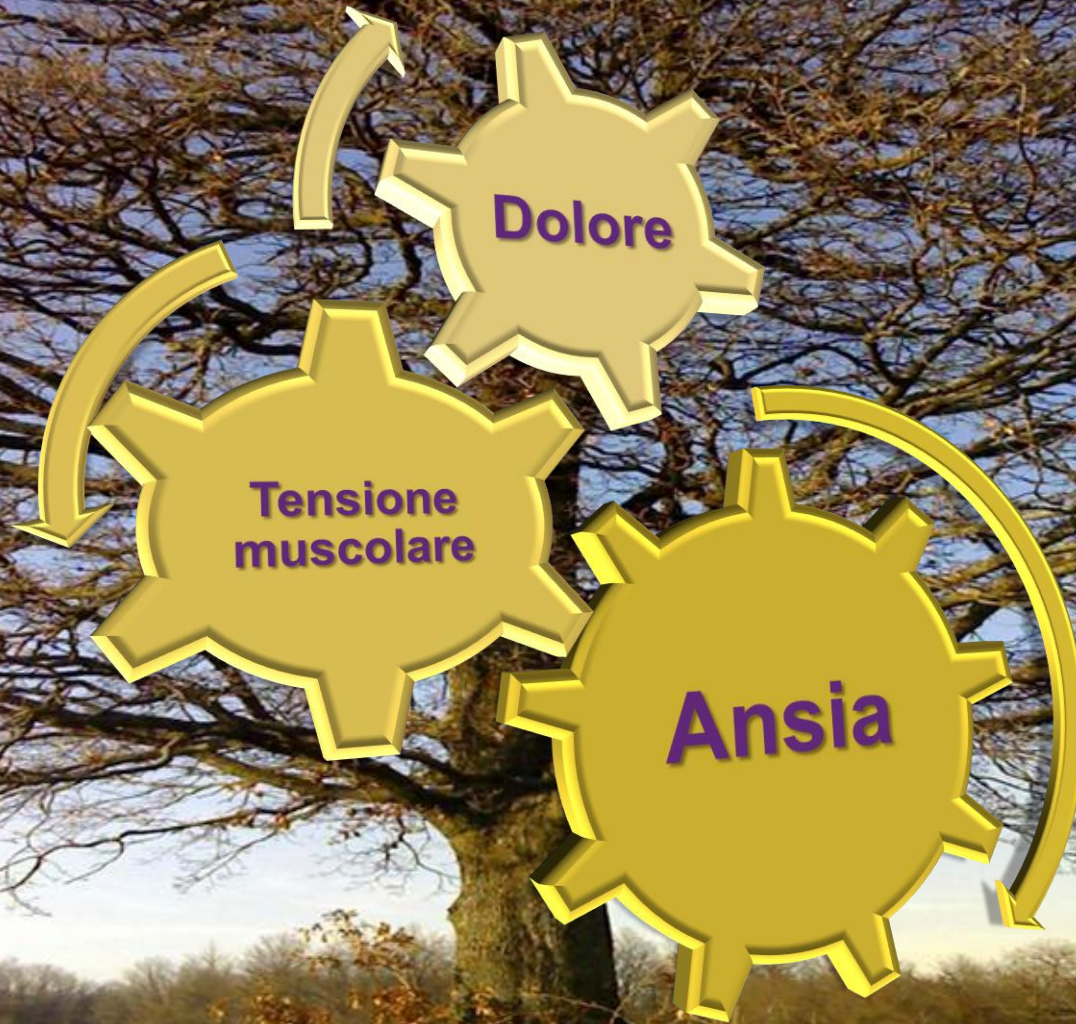
- **Insonnia**
- **Rabbia**
- **Depressione**
- **Dolore**



Aumenta la soglia del dolore

- **Sonno**
- **Riposo**
- **Distrazioni**
- **Empatia**
- **Solidarietà**

La macchina del dolore



Dolore e ansia o depressione

DOLORE ACUTO

Paura del dolore

Ansia anticipatoria

Reazione ansiosa

Trattamenti medici
inefficaci

Mancato
riconoscimento
della legittimità
a lamentarsi

DOLORE CRONICO

Degradazione

- Sociale
- Professionale
- Psicologica

Reazione depressiva

Principali cause di dolore cronico

60% Malattie muscolo-scheletriche

Degenerative

- Osteoartrosi
- Low Back Pain

Infiammatorie

- Artrite Reumatoide

Extra-articolari

- FM

**Azione
miorilass
ante**

**Azione di
inibizione
del sistema
nervoso
simpatico**

**Effetto
regolatore
specifico di
varie funzioni
secondo la
tipologia delle
acque**

**I meccanismi
d'azione
documentati delle
CURE TERMALI
sul dolore cronico
MSK**

**Effetto vaso-
modulatore
con riduzione
fattori di
flogosi**

**Effetto
ansiolitico**

**Effetto
neuro-
ormonale**

**Azione
immunomo-
dulante**

**Effetto
antalgico**

**Effetto
immuno-
modulante**

**Effetto
regolatore
specifico di
varie funzioni
a seconda
degli AA**

**I meccanismi
d'azione
documentati della
FITOTERAPIA
sul dolore cronico
MSK**

**Effetto
neuro-
ormonale**

**Effetto
ansiolitico e
anti-
depressivo**

**Effetto
vaso-
modulatore**

**Effetto de-
contrat-
turante**



**Integrazione tra
Fitoterapia Tradizionale Cinese
e
Medicina Termale**



**Terme e
MTC:
Analogie che
vengono da
lontano**

Quali sono le strategie per la salute in Medicina Termale?

Bagni
Fanghi
Inalazioni

Massaggi
Ginnastica

Dieta
Energia
dell'ambiente
Musica
Conversazione e
momenti di
convivialità

Quali sono le strategie per la salute in MTC?





Uso delle Acque in Medicina Termale



Idroterapia

che sfrutta le proprietà **fisiche** dell'acqua

galleggiamento

temperatura

pressione idroattiva

indipendentemente dalla presenza di sali minerali

uso dell'acqua

E differenti composizioni **chimiche** di acque definite minerali

Detta **Crenoterapia**

Crenoterapia

La terapia con acque minerali viene definita
“Crenoterapia”

La crenoterapia
interna è
rappresentata

- idropinoterapia (o terapia mediante bevanda),
- irrigazioni (che possono essere vaginali, nasali, orali, intestinali o rettali)
- inalazioni.

La crenoterapia
esterna
comprende:

- la balneoterapia (ovvero la cura di determinate patologie tramite immersioni in acqua, idromassaggio, docce, iniezioni di acqua minerale, ecc;
- la peloidoterapia (che prevede l'utilizzo dei fanghi) .
- la psammoterapia (ovvero il trattamento con le sabbie)
- l'idrochinesiterapia
- l'antroterapia (ossia il trattamento termale nelle grotte per sfruttare una più intensa esposizione ai sali minerali).



Caratteristiche delle Acque in Medicina Termale

Proprietà fisiche dell'acqua

1. capacità di trattenere e cedere calore

2. buon conduttore di calore.

3. possibilità di variare facilmente la sua temperatura

Le temperature variano tra gli 0-5 e i 45-100°C

- acque a temperature estreme: 0-5°C: compresse per applicazione crioterapica locale
- acque freddissime: 5-11°C
- acque fredde: 12-16°C
- acque quasi fredde: 17-27°C
- acque indifferenti: 28-36°C
- acque calde: 37-38°C
- acque caldissime: 39-45°C
- acque a temperature estreme: 45-100°C: bagni di vapore

stimolazione dei nervi periferici, che varia in base alla temperatura dell'acqua, alla durata dell'applicazione, alla modalità dell'applicazione stessa.



I Sali minerali in Medicina Termale



Caratteristiche chimico minerali delle acque termali

Acque arsenicali-ferruginose

Sono acque nelle quali sono presenti, in quantità variabile sia l'arsenico, sotto forma di arsenico o arseniato, sia il ferro sotto forma di ione ferroso o ferrico, da soli o associati tra loro.

Le acque arsenicali pure sono molto rare.

Questa categoria di acque è impiegata nelle anemie, negli stati di ipertiroidismo e nelle nevrosi eretiche a carattere ansioso.

Acque bicarbonate

Sono acque nelle quali predomina o ha valori elevati il contenuto di anione bicarbonato (HCO_3^-).

Esse possiedono un'azione "bifasica" e sono utilizzabili, sia nelle gastriti ipercloridiche, sia in quelle ipocloridiche.

Gran parte dei sali contenuti nell'acqua si trova in soluzione come bicarbonato di calcio, magnesio, sodio, potassio, ecc.

Possono essere utilizzate nella terapia idropinica, ma anche per la crenoterapia esterna (fanghi e bagni) o interna (inalazioni e irrigazioni). Manifestano una spiccata azione diuretica.

Caratteristiche chimico minerali delle acque termali

| | |
|------------------------------|--|
| <i>Acque carboniche</i> | <p>possiedono significative quantità di anidride carbonica libera (CO₂).</p> <p>Le acque carboniche possono essere utilizzate per bibita, con le stesse indicazioni prima dette per le acque bicarbonate e, soprattutto, per bagno quale presidio principe nel trattamento dei pazienti flebopatici. Infatti, l'azione delle acque carboniche sul circolo periferico è molto importante: durante il bagno l'anidride carbonica provoca un'intensa iperemia, con vasodilatazione e netta diminuzione della pressione arteriosa, sia nei suoi valori sistolici che diastolici.</p> |
| <i>Acque cloruro sodiche</i> | <p>Sono acque minerali in cui prevalgono il catione Na⁺ e l'anione Cl⁻. A seconda della prevalenza di altri anioni e cationi e dell'azione terapeutica sono ulteriormente distinte in: salso-solfate, salso-solfate-alcaline; salso-arsenicali-ferruginose; salso-bicarbonato.</p> <p>Le acque in cui sono presenti i bicarbonati sono prevalentemente utilizzate per un uso idropinico. Provocano un incremento della formazione di bile e un aumento del suo deflusso nel duodeno. Indicate normalmente nelle insufficienze digestive dovute a una scarsa secrezione di succhi gastrici. Quelle ipertoniche invece, hanno un effetto lassativo</p> |
| <i>Acque radioattive</i> | <p>Si definiscono radioattive quelle acque che, a prescindere dalla restante composizione chimico-fisica, sono caratterizzate dalla presenza di idonee quantità di Radon. Nella pratica termale si finisce per fare solo riferimento al Radon 222. Il Radon è quattro volte più solubile in acqua, che in aria. La via di ingresso più rapida del Radon nel nostro organismo è quella inalatoria, cui segue la via idropinica e in ultimo la balneoterapia.</p> |

Caratteristiche chimico minerali delle acque termali

Acque salsobromoiodiche

Sono acque di origine marina nelle quali si trovano quantità ponderali di iodio e di bromo. Spesso sono acque molto concentrate. Il loro effetto metabolico stimolante le distingue nettamente dalle acque arsenicali-ferruginose, grazie soprattutto alla presenza dello iodio. Tradizionalmente queste acque vengono prescritte a soggetti torpidi e tendenti all'adipe, al contrario delle acque precedentemente citate. La spiccata ipertonìa di queste acque è parte fondamentale del meccanismo di azione. Chiara l'attività antiflogistica, soprattutto in forme torpide

Acque solfate

Sono acque nelle quali predomina il contenuto di anione SO_4^{--} . Sono di solito usate come acque purgative. Il solfato di sodio e di magnesio, difficilmente riassorbibili, richiamano l'acqua nell'intestino e, anche per un'azione diretta dell'anione sulle fibrocellule muscolari, provocano la scarica alvina. Hanno un'azione mucolitica e antinfiammatoria sulle mucose

Acque sulfuree

acque nelle quali lo zolfo è presente nella sua forma bivalente (S^{--}) in maniera prevalente. Grazie all'azione sul sistema parasimpatico il bagno e il fango sulfureo provocano un'intensa vasodilatazione, con abbassamento della pressione arteriosa. Questo rende le acque adatte al trattamento di malattie vascolari, di ulcere varicose o post-traumatiche, di esiti di ustioni. Sempre per stimolo vagale si spiega l'azione lassativa svolta dalle acque sulfuree. Esse risultano particolarmente utili in caso di disturbi dell'apparato respiratorio.

| MALATTIE | PRINCIPALI ACQUE UTILIZZATE |
|--|--|
| Otorinolaringoiatriche e dell'apparato respiratorio | Sulfuree Salsobromoiodiche Bicarbonato Arsenicali-ferruginose |
| Cardiovascolari | Carboniche |
| Ginecologiche | Sulfuree Salsobromoiodiche Bicarbonato Solfate |
| Delle vie urinarie | Oligominerali Bicarbonato |
| Gastroenteriche | Bicarbonato Solfate Salse |
| Dermatologiche | Salsobromoiodiche Radioattive Bicarbonato Sulfuree |
| Reumatiche | Sulfuree Salsobromoiodiche Radioattive |



Effetti ed azioni delle Erbe di salute



Fitoterapia tradizionale

orientamento clinico

Sistemi olistici:

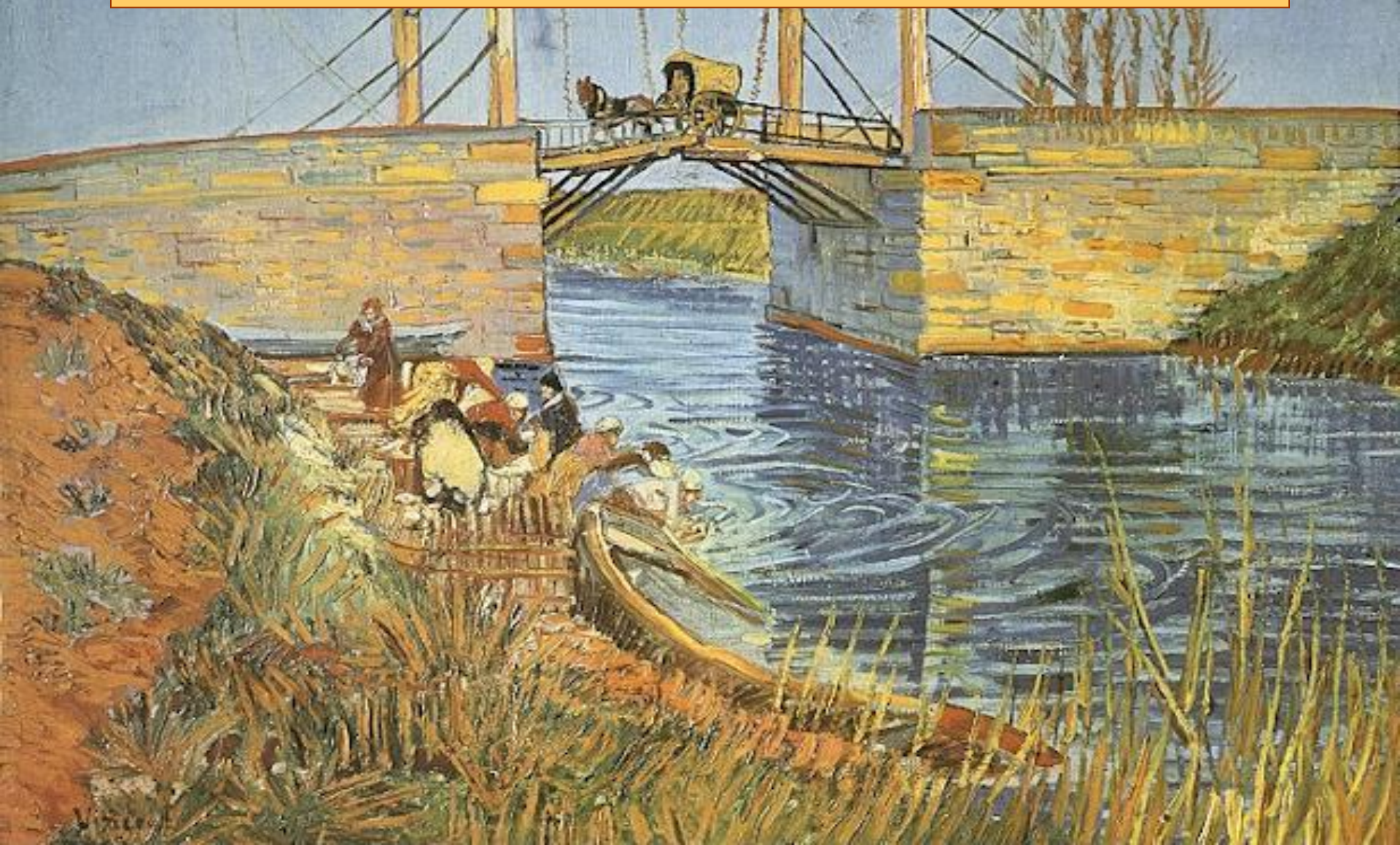
- ***Fitoterapia popolare***
- ***MTC e farmacopee tradizionali***
- ***Medicina ippocratica***
- ***Medicina Unani***
- ***Omeopatia***

Sistema clinico-qualitativo-orientato

Studio dei rimedi secondo aspetti qualitativi, che sono simmetrici agli aspetti clinico - qualitativi con cui si valutano le malattie

- ***E' lo studio dei sintomi e delle azioni cliniche della pianta medicinale sui sintomi che fornisce il razionale per l'uso di un preparato fitoterapico***

Fitoterapia: Tradizionale e Moderna



- **Esemplificazioni dello studio di una pianta nei suoi aspetti di ricerca clinica e farmacologica per l'apparato Mio-Osteo-Articolare :**
 - **Artiglio**
 - **Salice**
 - **Boswellia**

- **Azioni:**
 - **Antinfiammatoria**
 - **Antidolorifica**
 - **Miorilassante**

Artiglio del diavolo, **HARPAGOPHYTUM PROCUMBENS** (pgg. 217-221)

- **FAMIGLIA** → Pedaliaceae
- **PARTI USATE** → Le radici secondarie
- **TEMPO BALSAMICO** → Le radici sono raccolte prima della primavera e si presentano assai ricche di acqua, per cui vengono tagliate a rondelle e fatte prontamente essiccare, impedendo lo svilupparsi di batteri, funghi e microrganismi in genere.
- **PREPARAZIONI**
 - Macerato acquoso delle radici.
 - Soluzione idroalcolica della pianta essiccata, previa macerazione acquosa per favorire l'estrazione dei principi Iridoidi idrosolubili, con gradazione finale 45°.
 - Estratto secco: titolazione minima 1% arpagoside, 3 mg per capsule da 300 mg.
- **DOSAGGIO**
 - Macerato acquoso: 500 ml di H₂O bollente per 10 g di droga secca finemente sminuzzata, decozione per 10', seguita da infusione per tutta la notte. Al mattino filtrare e bere durante il giorno (tiepido).
 - Soluzione Idroalcolica: 30-50 gocce, 3 volte al dì
 - E.S.: 1-3 cp da 300 mg al dì



PRINCIPI ATTIVI E LORO MECCANISMO D'AZIONE

- **Glicosidi iridoidi** (arpagoside, il glicoside amaro che è il sale cinnamico dell'arpagide, arpagide e procumbide). **Azioni: analgesica, antinfiammatoria e spasmolitica**
- **Triterpeni** (**acido ursolico**, acido oleanolico e loro esteri con acido acetico). **Azioni: antinfiammatoria e antiartritica**
- **Acidi fenolici** (acido caffeico, acido cinnamico). **Azioni: inibizione della 5-lipossigenasi**
- **Flavonoidi** (Kaempferolo, fisetina, luteolina e loro glicosidi). **Azioni: antinfiammatoria e antiossidante**
- **Fitosteroli** (b-sitosterolo e stigmasterolo);
- **Chinoni** (arpagochinone).
- **Fenoli; Zuccheri e Glucochinina.**

RICERCA CLINICA

Osteoartrite, lombalgia e altri disturbi del sistema muscoloscheletrico

- **Osteoartrite.**

- In **tre studi clinici controllati su quattro**, l'Artiglio del diavolo usato alla dose giornaliera di 2-4 g ha dimostrato di avere una **efficacia superiore al placebo nel migliorare il dolore e la mobilità**.
- In uno studio di **comparazione verso la diacereina**, il fitocomplesso alla dose di 2-6 g/dì si è dimostrato **altrettanto efficace**, sebbene **nessuno dei due gruppi abbia raggiunto la significatività statistica**.^[1]



- **Lombalgia acuta.**

- In due studi clinici controllati contro placebo, il **miglioramento ottenuto rispetto al placebo si è dimostrato minimo**.



- Si può concludere che l'Artiglio del diavolo sia di **scarso effetto nelle forme infiammatorie acute e che sia invece discretamente attivo nelle forme croniche o degenerative**, dove porta a un più veloce recupero della funzione articolare e al controllo del dolore.^[ii]

ARTIGLIO DEL DIAVOLO

- Radice fresca: fresca
- Radice essiccata: **calda**
- In considerazione del fatto che possiamo disporre della sola radice essiccata, ne trattiamo la sola natura riscaldante.

▪ SAPORE □ **amaro**

▪ LOGGIA
ENERGETICA □ **Acqua – Fuoco – Terra**

▪ MERIDIANI □ Rene – Milza – Pancreas – Stomaco – Cuore

- **Tonifica e riscalda Milza** -Pancreas e **Rene** e asciuga l'umidità: artrite, artrosi, edemi
- **Disperde l'attacco di Vento-Umidità** : reumatismi cronici
- **Tonifica lo Stomaco e muove il qi di Fegato**: dispepsia, emicrania, perdita di appetito, allergie, mialgie.
- Ripara i tessuti: ulcere e ferite

▪ Dal punto di vista energetico, la radice essiccata (quella comunemente usata) ha una natura calda ed è indicata quindi nei processi articolari cronici, dove l'articolazione presenta un "raffreddamento" dovuto a una diminuzione del microcircolo, a una rigidità articolare, a una contrattura riflessa e a processi degenerativi.

▪ La radice fresca, invece, essendo molto ricca in acqua, è di natura fredda; viene usata infatti per calmare processi acuti come la febbre, i dolori del parto, gli spasmi intestinali e gli edemi.

▪ **Durante l'essiccazione muta la sua natura in calda.**

▪ Energeticamente, secondo i principi della medicina tradizionale cinese, è **attiva nelle patologie croniche da vento-umidità**. Come mobilizzante il qi di Fegato è indicata in caso di edemi degli arti inferiori, reumatismi, mialgie, cefalee e dispepsie. Come tonico dello Stomaco, su cui svolge un'azione riscaldante, è indicata nelle dispepsie e nell'inappetenza da freddo interno o esterno.

INDICAZIONI SECONDO LA EBM

- Osteoartrite
- Dolori di origine infiammatoria
- Edemi
- Perdita di appetito
- Dispepsia

INDICAZIONI SECONDO L'USO TRADIZIONALE

- osteoartrosi
- osteoartrite
- artrite reumatoide
- gotta
- mialgie
- lombalgie
- tendiniti
- mal di testa
- dispepsia
- febbre
- allergie

CONTROINDICAZIONI Da non usare in gravidanza per via della sua azione ossitocica

PRECAUZIONI D'USO Varie autorità di controllo ne sconsigliano l'uso nelle ulcere gastriche o duodenali o nelle gastriti ipersecernenti, a causa dell'elevato contenuto di sostanze amaricanti; tuttavia, sino al momento attuale, non ci sono state segnalazioni di eventi avversi legati a queste patologie.

- Allattamento: se ne sconsiglia l'uso per la presenza di sostanze amaricanti e per mancanza di studi affidabili.

INTERAZIONI

- Sebbene a oggi, ai dosaggi suggeriti, non siano state evidenziate interazioni con altri farmaci, in via teorica sono possibili interazioni con i seguenti:
- Antiacidi: potrebbe diminuirne l'efficacia a causa del possibile aumento di secrezione gastrica.
- H2-bloccanti: può ridurne l'efficacia a causa della riportata azione di incremento dell'acidità gastrica.
- Inibitori di pompa: può ridurne l'efficacia a causa della riportata azione di incremento dell'acidità gastrica.
- Antidiabetici: potrebbe diminuire i livelli ematici di glucosio per un effetto sommatorio.
- Antipertensivi: potrebbe potenziarne l'effetto a causa della sua azione ipotensivante.
- Citocromo P450-CYP2C9-CYP2C19-CYP3A4: ci sono iniziali evidenze che il fitocomplesso possa inibire queste tre frazioni del Citocromo P450; tuttavia, ad oggi, non sono segnalati casi specifici in questo senso. Si consiglia, comunque, uno stretto monitoraggio nell'associazione di altri FANS, anti-COX-2, statine e antifungini.
- Anticoagulanti: può potenziare l'effetto anticoagulante. Sebbene non sia stata chiaramente dimostrata la relazione causa-effetto, è stato segnalato almeno un caso di porpora in un paziente che assumeva contemporaneamente warfarin e Artiglio del diavolo.^[1]
- Antiaritmici e glicosidi cardiaci: a causa della dimostrata azione del fitocomplesso su numerosi parametri cardiaci per l'attività antiaritmica.

[1] Shaw D, Leon C, Kolev S, Murray V. Traditional remedies and food supplements: a 5-year toxicological study (1991-1995). Drug Saf 1997;17:342-56.

EFFETTI COLLATERALI

- Nell'impiego di dosaggi superiori a quelli consigliati, è stato talora segnalato in individui sensibili qualche disturbo gastrointestinale: diarrea,^[1] nausea, vomito e dolore addominale.



^[1] Chantre P, Cappelaere A, Leblan D, et al. Efficacy and tolerance of Harpagophytum procumbens versus diacerhein in treatment of osteoarthritis. *Phytomedicine* 2000;7:177-84

LE CARATTERISTICHE DEI FARMACI

Secondo la MTC

- **Sapore**
- **Natura**
- **Meridiani destinatari**
- **Caratteristiche *yin/yang***

Astragalo

| | |
|---------------------------------------|---|
| •Sapore | •Dolce |
| •Natura | •Leggermente tiepida |
| •Meridiani destinatari | •Milza e Polmone |
| •Azione energetica | •Tonifica l'Energia di Milza/Pancreas e Polmone •Determina la salita dell'Energia e dello Yang •Tonifica l'Energia difensiva e protegge l'esterno •Favorisce la diuresi e regolarizza il metabolismo dei liquidi •Collabora al sostentamento del sangue •Favorisce l'eliminazione di pus, tossine e accelera la cicatrizzazione •Combatte le sindromi reumatiche |
| •Controindicazioni energetiche | •Sindromi esterne con eccesso di calore. •Deficit di Yin con segni di calore. |

Astragalo

•Principi attivi

- Saponine (glicosidi triterpenici)*: tra cui gli astragalosidi. (>40)
 - effetti ipocolesterolemizzanti, antiossidanti e immunostimolanti.
- Aminoacidi liberi*: asparagina e acido glutammico
 - fornisce al tessuto nervoso energia metabolica, regolandone l'equilibrio minerale (potassio) e stimolandone il metabolismo ossidativo.
- Polisaccaridi*:astragalano (glucosio+arabinosio)
 - azione immunostimolante
- Flavonoidi*: quercetina
 - Effetti antiinfiammatorio, antiossidante, astringente, riduzione della fragilità capillare, effetto ipotensivo e bradicardizzante, e diuretico

•Indicazioni

- astenie
- deficit immunitari
- sindromi da raffreddamento ed affezioni delle prime vie aeree
- affezioni batteriche e virali



Sapore

Il sapore e la sua azione riequilibrante

- Astringente
- Retraente=capace di trattenere
- Immobilizzante per contenere il qi=riequilibrio dell'azione del MVT

- Disseccante
- Consolidante = impedisce la dispersione dell'energia

- Rilassante
- Armonizzante

Fuoco
Cuore
Amaro

Terra
Milza/Pancreas
Dolce

Legno
Fegato
Acido

Insipido

- Aumenta la diuresi

- Ammorbidente = scioglie il gelo che blocca

Acqua
Reni
Salato

Metallo
Polmone
Piccante

- Mobilizza e fa circolare il qi spingendolo verso l'esterno
- Diaforetica



Natura

La natura

Esprime la capacità di attivazione energetica
del metabolismo

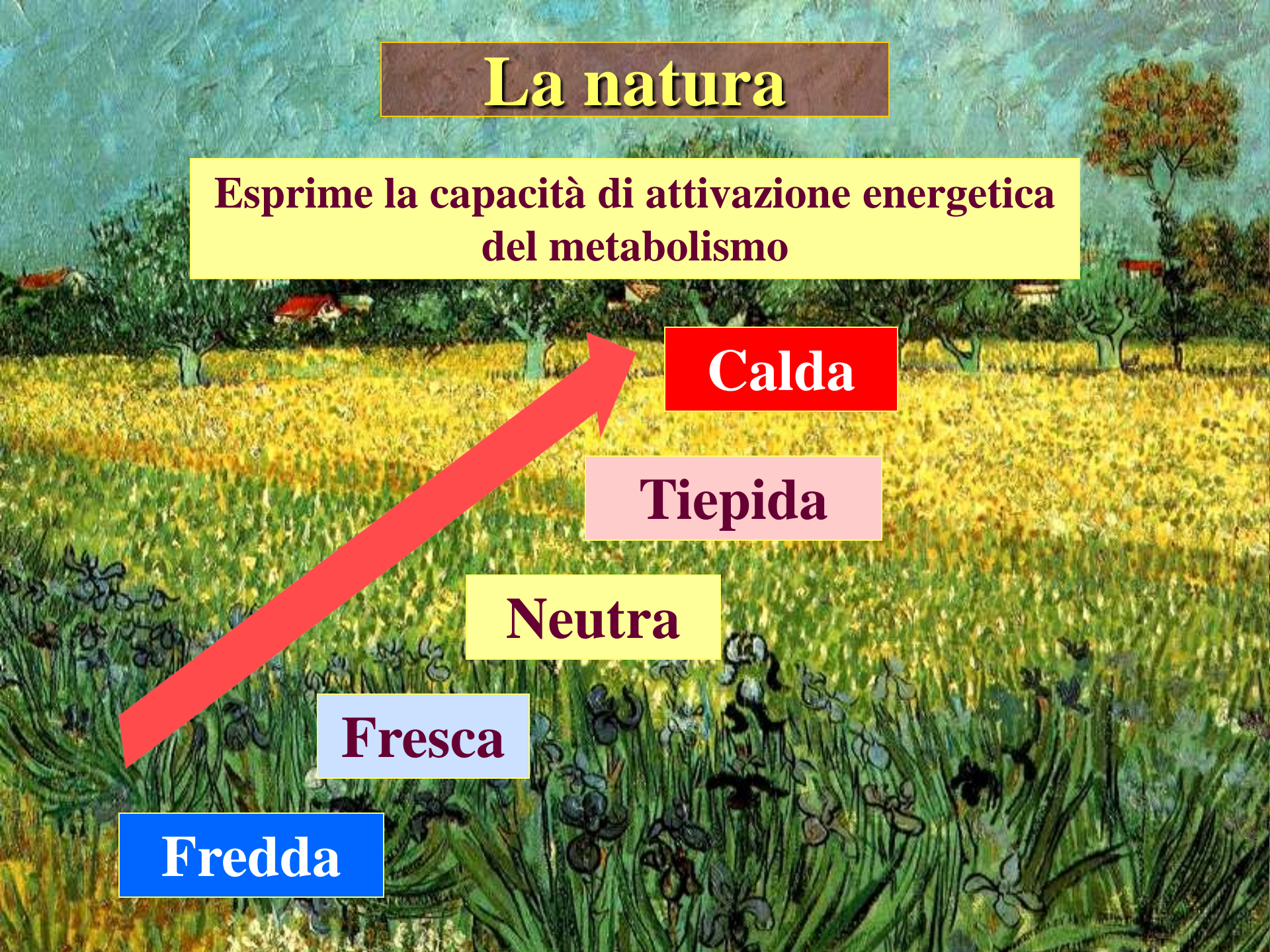
Calda

Tiepida

Neutra

Fresca

Fredda



The background of the slide is a painting of a landscape. The top half shows a blue sky with a tree on the right side. The bottom half shows a field of green plants with dark, round fruits. A blue rectangular box is overlaid on the middle of the image, containing text.

Piante di Natura Fredda

- Borsa Pastore (*Capsella bursa pastoris*)
- Carciofo (*Cynara scolymus*)
- Meliloto (*Melilotus officinalis*)
- Piantaggine (*Plantago lanceolata*)
- **Salice** (*Salix alba*)
- Uva ursina (*Arctostaphylos uva ursi*)

Piante di Natura Fresca

- Angelica (*Angelica archangelica*)
- Bardana (*Arctium lappa*)
- Betulla (*Betula alba*)
- Calendula (*Calendula officinalis*)
- Centella (*Centella asiatica*)
- Chelidonia (*Chelidonium majus*)
- Cimicifuga (*Cimicifuga racemosa*)
- Equiseto (*Equisetum arvense*)
- Eucalipto (*Eucalyptus globulus*)
- Eufrasia (*Euphrasia officinalis*)
- Ficodindia (*Opuntia ficus indica*)
- Ippocastano (*Aesculus hyppocastanum*)
- Psillio (*Plantago psyllium*)
- Sambuco (*Sambucus nigra*)
- Verga d'oro (*Solidago virga aurea*)

A painting of a landscape. In the background, a church with a dome and a bell tower is visible through a line of trees. The sky is a mix of blue and green. In the foreground, there is a field of yellow flowers, possibly rapeseed, and a large patch of green plants with dark blue flowers, likely irises.

Piante di Natura Tiepida

Astragalo (*Astragalus membranaceus*)

Biancospino (*Crataegus oxyacantha*)

Curcuma (*Curcuma longa*)

Ganoderma (*Ganoderma lucidum*)

Primula (*Primula veris*)

Valeriana (*Valeriana officinalis*)

Piante di Natura Calda

- Aglio (*Allium sativum*)
- Artiglio del diavolo (*Harpagophytum procumbens*)
- Avena (*Avena sativa*)
- Boswellia (*Boswellia carterii*)
- Cardo mariano (*Silybum marianum*)
- Desmodio (*Desmodium adscendens*)
- Elicriso (*Helychrisum italicum*)
- Fieno greco (*Trigonella foenum graecum*)
- Genziana (*Gentiana lutea*)
- Iperico (*Hypericum perforatum*)
- Ortica (*Urtica dioica*)
- Pygeum (*Pygeum africanum*)
- Rhodiola (*Rhodiola rosea*)
- **Zenzero** (*Zingiber officinalis*)
- Withannia (*Withania somnifera*)



**Le preparazioni:
decotti
tisane
minestre medicate**

Principali forme fitoterapiche

| | ottenuti da pianta fresca | | ottenuti da pianta essiccata | |
|-----------------------|---------------------------|--------------------|--|--|
| Forme liquide | <i>Idroliti</i> | Succhi | <i>Idroliti</i> | Infuso o decotto |
| | | | | Sciroppi |
| | <i>Alcooliti</i> | Tinture Madri | <i>Alcooliti</i> | Estratti Fluidi |
| | | Tinture Spagiriche | | Tinture Idroalcoliche |
| | <i>Oleoliti</i> | | <i>Enoliti</i> | |
| <i>Oli Essenziali</i> | <i>Estratti molli</i> | | | |
| Polveri | | | <i>Pianta essiccata e polverizzata</i> | può essere assunta tal quale o più frequentemente in compresse od opercoli |
| | | | <i>Estratti secchi</i> | |

Uso della pianta essiccata

- La pianta essiccata viene usualmente impiegata nella preparazione di:
 - Tinture idroalcoliche
 - Infusi e decotti
 - Polveri
 - Estratti fluidi
 - Estratti molli
 - Estratti secchi
 - Sciroppi medicati
 - Enoliti

Infusi e decotti

- Queste preparazioni utilizzano come solvente l'acqua.
- L'infusione è la macerazione in acqua bollente della pianta singola o in tisana composta.
- Il tempo di infusione può variare in base alla pianta o alla parte di essa che viene utilizzata.
- La decozione invece, prevede la bollitura della pianta in acqua, per un tempo variabile da 5' a 30'.
- In ambedue i casi, è bene porre la pianta nel solvente acquoso a freddo, aumentando gradualmente la temperatura, evitando così uno shock termico, che potrebbe rovinare i tessuti vegetali delle parti più delicate della pianta, quali fiori e foglie.
- La macerazione a freddo, invece, prevede l'ammollo della pianta in acqua fredda o tiepida per tutta la notte. Il macerato viene filtrato il mattino successivo, prima di essere utilizzato.

The image is a painting of a landscape. In the background, a hill is covered with green trees and a church with a prominent dome and a bell tower. The sky is a mix of blue and green, suggesting a hazy or overcast day. In the foreground, there is a field of green grass and several purple irises. A dark brown rectangular box with a yellow border is superimposed over the middle of the painting, containing the text 'Esempi clinici' in a yellow, serif font.

Esempi clinici

The background of the slide is a painting of a landscape. In the foreground, there is a field of irises with green leaves and purple flowers. In the middle ground, a village with several buildings and a church with a dome is situated on a hill. The sky is a mix of blue and green, suggesting a hazy or overcast day. The overall style is impressionistic with visible brushstrokes.

Bi Zheng

- Sindromi ostruttive dolorose collegate alle condizioni meteoropatiche ritenute in grado di provocarle o di aggravarle:
 - *Bi Vento* o erratico
 - *Bi Freddo* o doloroso
 - *Bi Umidità* o fisso
 - *Bi Calore* o febbrile

Bi Vento

Segni

- indolenzimento
- dolori articolari migranti con impedimento funzionale
- insofferenza per il vento
- a volte brividi e febbre leggera
- interessate soprattutto anche, ginocchia, polsi e gomiti
- non vengono mai colpite molte articolazioni contemporaneamente

Eziopatogenesi

- la sintomatologia è dovuta principalmente al vento e pertanto è migrante
- spesso sono associati in varia misura sintomi da umidità e/o freddo, che devono essere valutati

Medicina Occidentale

- patologie reumatiche con dolori migranti, limitazione funzionale ed evoluzione a poussée
- prime fasi di una normale sindrome da raffreddamento
- artrite reumatoide, in assenza di rossore ed ipertermia articolare di grado medio-elevato e di evidenti manifestazioni sistemiche



Angelica, *Angelica pubescens*

- Radice essicata
- Sapore: piccante, amaro
- Natura: tiepida
- Meridiani: Rene, Vescica
- Elimina il vento-umidità e calma il dolore

Dosaggio

- Decotto: 2 cucchiaini (3-9 g) per tazza di acqua, decozione 10', 1 tazza tre volte al dì.

Bi Freddo

Segni

- artralgie intense, fisse, monolaterali
- dolore alleviato dal calore, aggravato dal freddo
- limitazione funzionale delle articolazioni, ma non segni di infiammazione (rubor e calor)

Eziopatogenesi

- stasi di *qi* e di *xue*
- localizzazione fissa del dolore
- limitazione dei movimenti
- dolori lancinanti
- malattia si cronicizza con facilità.

Medicina Occidentale

- corrisponde a patologie di tipo artrosico
- dolori articolari localizzati, senza segni di flogosi e di edema, rientrano in questa patologia, che comprende molte affezioni muscolo-scheletriche.

Bi Freddo



- Giovani rami
- Sapore: piccante, dolce
- Natura: calda
- Meridiani: Polmone, Vescica
- Riscalda i Meridiani e disperde il freddo
- Dolori alle articolazioni e agli arti (spalle)

Dosaggio

- 1-3 g in decozione

Cannella, *Cinnamomum cassia*

Bi Umidità

Segni

- dolore articolare fisso con senso di peso e gonfiore articolare
- limitazione funzionale con parestesie dei muscoli e della cute, peggiorata dal clima umido.

Eziopatogenesi

- senso di pesantezza
- impaccio motorio
- edema e gonfiore articolare

Medicina Occidentale

- corrisponde a forme artrosiche croniche, con sensazione di pesantezza, impaccio motorio e parestesie
- Si differenzia dal *Bi* doloroso per:
 - le caratteristiche meno laceranti dell'algia, il senso di intorpidimento e di appesantimento, il peggioramento con clima umido, l'edema dei tessuti e il gonfiore articolare.

Bi Umidità



- Rizoma

DOSAGGIO

- Decotto: 20 g di rizoma essiccato in 600 ml di acqua fredda in decozione per 20-30', da suddividere in 3 tazze al dì.
- Polvere essiccata: 1-2 cp. da 0,5-1 g 2-3 volte al dì.
- Soluzione idroalcolica: 50 gtt 1-3 volte al dì, nei disturbi digestivi o mestruali.
- Estratto secco: 1-2 cp. da 300 mg 2-3 volte al dì.

Zenzero, *Zingiber officinalis*

CARATTERISTICHE ENERGETICHE

- NATURA → calda – tiepida [Il rizoma fresco ha natura più tiepida e armonizzante rispetto al rizoma essiccato, che è molto riscaldante]
- SAPORE → piccante
- MERIDIANI → Polmone – Milza – Stomaco

AZIONE ENERGETICA

- **Espelle il Vento-Freddo dalla superficie: Febbre, dolori muscolari.**
- Protegge dall'attacco di Vento-Freddo: Influenza, raffreddori, sinusiti, stati infettivi.
- Asciuga l'umidità: Catarro bronchiale fluido e bianco, tosse con catarro.
- Tonifica Milza-Pancreas e Stomaco: Digestione lenta e difficile, nausea, vomito, gastriti croniche, dolori addominali accompagnati da borborigmi e flatulenza, diarrea acquosa.
- Vuoto di yang di Milza-Pancreas, Cuore e Rene: Emorragie, ipotensione, bradicardia, circolazione periferica lenta.
- Porta calore all'utero, stimola il flusso mestruale e risolve gli spasmi: Dismenorrea, amenorrea, mestruazioni irregolari, spasmi uterini, ovulazione dolorosa.

Osteoartrite

- Secondo studi preliminari, sembrerebbe che lo Zenzero, assunto *per os*, sia in grado di ridurre, sebbene in maniera modesta, i dolori e la rigidità articolari in alcuni pazienti. Tuttavia, non si è rivelata in grado di migliorare la funzionalità e la qualità della vita o di ridurre l'uso di altri analgesici.[i]

[i]

- Altman RD, Marcussen KC. Effects of ginger extract on knee pain in patients with osteoarthritis. *Arthritis Rheum* 2001;44:2531-38.
- Marcus DM, Suarez-Almazor ME. Is there a role for ginger in the treatment of osteoarthritis? *Arthritis Rheum* 2001;44:2461-2.
- Bliddal H, Rosetzky A, Schlichting P, et al. A randomized, placebo-controlled, cross-over study of ginger extracts and ibuprofen in osteoarthritis. *Osteoarth Cartilage* 2000;8:9-12.

Bi Calore

Segni

- *rubor e tumor*
- dolore peggiora con il caldo e il massaggio e migliora con il freddo
- articolazioni gonfie, rosse e calde
- il paziente non tollera il minimo contatto con le lenzuola

Eziopatogenesi

- Se l'energia cosmopatogena calore attacca l'organismo, quando le difese sono deficitarie, la circolazione del qi e del sangue nei meridiani e nei vasi si rallenta fino al blocco
- Si determinano dolore, contratture ed edema delle articolazioni
- Questo quadro può essere anche l'evoluzione di un attacco di energie cosmopatogene vento, freddo e umidità, che, ristagnando, tendono a trasformarsi in calore

Medicina Occidentale

- Lieve o grave riduzione di mobilità di una o più articolazioni
- Artriti e Reumatismi maggiori
- Connettiviti

Bi Calore



Salice, *Salix alba*

- Corteccia di giovani rami
- Foglie
- Gemme – Amenti
- “La pianta coi piedi nell’acqua...”

Dosaggio

- Decotto: 3-4 g in una tazza di acqua fredda, bollitura per 5', 3 volte al dì.
- Estratto Secco: 1 cp.da 300-400 mg. per 2-4 volte al dì.
- Soluzione idroalcolica da pianta fresca. 50-70 gtt 2-3 volte al dì (nella febbre anche ogni ora), nei bimbi dimezzare le dosi.
- Macerato glicerico: 30-50 gtt 2-3 tre volte al dì.
- Dose giornaliera consigliata: 120-240 mg di salicina al dì.

CARATTERISTICHE ENERGETICHE

- NATURA → fredda
- SAPORE → acido – salato – amaro
- LOGGIA ENERGETICA → Acqua – Legno – Fuoco
- MERIDIANI → Cuore – Rene

AZIONE ENERGETICA

- **Purifica il calore: Artriti, Cistiti**
- Calma il fuoco di Fegato: Gastriti, gastralgie, cefalea, dolori reumatici, vertigini
- Nutre lo yin di Rene e Cuore: Insonnia, nevralgie, artrosi
- Disperde il calore di Cuore: agitazione, insonnia, bocca secca, afte
- Calma lo Shen: Ansietà, neurastenia, angoscia, insonnia
- Riduce il calore: Febbre

Lombalgia

- Estratti standardizzati di Salice in due studi aperti hanno mostrato un'efficacia simile a quella dei normali FANS e, in particolare, degli inibitori della COX2.[i]
- In uno studio randomizzato in doppio cieco, controllato con placebo, in pazienti affetti da lombalgia cronica, si è valutata la riduzione del dolore, evidenziando che il numero dei pazienti senza dolore è stato significativamente superiore rispetto al placebo nei gruppi trattati con estratto di Salice, raggiungendo il risultato in 1 settimana circa.[ii]
- In uno studio aperto non randomizzato su pazienti affetti da dolori lombari esacerbati, sono stati somministrati dosaggi diversi di estratto di Salice. I pazienti che hanno assunto dosaggi alti hanno riferito una maggior attenuazione del dolore e un minor ricorso a farmaci antinfiammatori. .[iii]

[i] Marz RW, Kemper F. Willow bark extract-effects and effectiveness. Status of current knowledge regarding pharmacology, toxicology and clinical aspects. *Wiener Medizinische Wochenschrift*, 2002, 152:354-359.

- [ii] Chrubasik S et al. Treatment of low back pain exacerbations with willow bark extract: A randomized double-blind study. *American Journal of Medicine*, 2000, 109:9-14.
- [iii] Chrubasik S et al. Potential economic impact of using a proprietary willow bark extract in outpatient treatment of low back pain: An open non-randomized study. *Phytomedicine*, 2001, 8:241-251.

Osteoartrite

- In uno studio randomizzato in doppio cieco e controllato con placebo in 78 pazienti affetti da osteoartrite, sono stati somministrati dosi di salicina per due settimane. Le valutazioni generali conclusive hanno evidenziato una superiorità significativa dell'estratto di Salice sul placebo. [i]
 - In uno studio randomizzato in doppio cieco è stata valutata l'efficacia di estratti di Salice nel trattamento di 82 pazienti con dolore cronico. I risultati hanno dimostrato un piccolo ma significativo miglioramento della sintomatologia dolorosa. [ii]
- [i] Schmid B et al. Efficacy and tolerability of a standardized willow bark extract in patients with osteoarthritis: randomized placebo controlled, double-blind clinical trial. *Phytother Res* 2001;15:344-50.
- [ii] Mills SY et al. Effect of a proprietary herbal medicine on the relief of chronic arthritic pain: A double-blind study. *British Journal of Rheumatology*, 1996, 35:874-878.

Grazie!!

