



Museo di Storia Naturale

Rosignano Solway



Gli Appunti del Mago

di LUIGI SANTINOCETO

Presentatione

Corporatura piuttosto robusta, carattere calmo, tranquillo, barba folta castano-scura che comincia ad ingrigire, occhiali sulla fronte, sigaretta perennemente accesa, non indossa quasi mai il "camice" ma la "cacciatora", in pesante velluto a coste in inverno, più leggera in estate, andatura lenta, un po' dondolante, da buono.

Sempre pronto a darti un consiglio, quando richiesto, una mano in qualsiasi momento.

Amico di tutti, con un cuore grande così.

Cacciatore accanito, instancabile, di quelli vecchio stampo, pronti ad affrontare viaggi impossibili per "far divertire il cane", ma non prendendosela più di tanto se non si riempie il cagniere.

Mette in pratica, accettandolo senza riserve, il detto del Fucini, che a Castiglioncello passava molto del suo tempo libero: "lepre non colta, buona per un' altra volta".

Non l' ho mai visto arrabbiato. Amareggiato sì, anche dispiaciuto e talvolta addolorato, ma veramente "incazzato" con qualcuno mai, anche se Lui qualche volta dice di esserlo.

No! Gigi ha un animo troppo sensibile, sentimenti troppo nobili ed elevati perché possa provare rancore o animosità verso qualcuno.

Per tutto questo lo stimo, (cosa naturale del resto per chi lo conosce) e gli sono grato della sua sincera amicizia.

Dino Agostini

SOMMARIO

GLI APPUNTI DEL MAGO	1
NEPETA CATARIA L.	8
CALAMINTHA SYLVATICA Bromf.	10
ROSMARINUS OFFICINALIS L.	14
SALVIA OFFICINALIS L.	18
MELISSA OFFICINALIS L.	23
ORIGANUM VULGARE L.	25
ORIGANUM MAJORANA L.	28
MENTHA PIPERITA L.	30
MENTHA AQUATICA L.	32
LAVANDULA ANGUSTIFOLIA Miller	35
LAVANDULA SPICA L.	35
CICHORIUM INTYBUS L.	37
TARAXACUM OFFICINALE Web	39
CYNARA SCOLYMUS L.	42
CALENDULA OFFICINALIS L.	46
SOLANUM MELONGENA L.	48
CNICUS BENEDICTUS L.	50
SYLIBUM MARIANUM (L.) Gaertner	54
APIUM GRAVEOLENS L.	56
FOENICULUM VULGARE (Mill.) Gaertn.	58
PIMPINELLA ANISUM L.	61
ANETHUM GRAVEOLENS L.	64
PRUNUS CERASUS L.	68
PRUNUS AVIUM L.	68
CRATAEGUS MONOGYNA Jacq.	70
EQUISETUM ARVENSE L.	73
HYPERICUM PERFORATUM L.	75
ROSA CANINA L.	77
RUBUS ULMIFOLIUS Schott	79
CYNODON DACTYLON (L.) Pers.	81
AGROPYRON REPENS (L.) Beauv.	81
TILIA PLATYPHYLLOS Scop.	83
JUNIPERUS COMMUNIS L.	85
JUNIPERUS OXYCEDRUS L.	87
ADIANTUM CAPILLUS-VENERIS L.	88
MARRUBIUM VULGARE L.	90
HYSSOPUS OFFICINALIS L.	92
THYMUS VULGARIS L.	95
THYMUS SERPYLLUM L.	97
VIOLA ODORATA L.	98
EUCALIPTUS GLOBULUS Labill.	100
PINUS SYLVESTRIS L.	102
TUSSILAGO FARFARA L.	103
COFFEA ARABICA L.	105
PASSIFLORA INCARNATA L.	107
VALERIANA OFFICINALIS L.	109
FILIPENDULA ULMARIA (L.) Maxim.	111
URTICA DIOICA L.	113
SMILAX ASPERA L.	115
ASPARAGUS OFFICINALIS L.	117
ZEA MAYS L.	119
ARBUTUS UNEDO L.	121
SAMBUCUS NIGRA L.	122
INDICE ANALITICO	126

INDICE DELLE PIANTE IN ORDINE ALFABETICO

ADIANTUM CAPILLUS-VENERIS L.	88
AGROPYRON REPENS (L.) Beauv.	81
ANETHUM GRAVEOLENS L.	64
APIUM GRAVEOLENS L.	56
ARBUTUS UNEDO L.	121
ASPARAGUS OFFICINALIS L.	117
CALAMINTHA SYLVATICA Bromf.	10
CALENDULA OFFICINALIS L.	46
CICHORIUM INTYBUS L.	37
CNICUS BENEDICTUS L.	50
COFFEA ARABICA L.	105
CRATAEGUS MONOGYNA Jacq.	70
CYNARA SCOLYMUS L.	42
CYNODON DACTYLON (L.) Pers.	31
EQUISETUM ARVENSE L.	73
EUCALIPTUS GLOBULUS Labill.	100
FILIPENDULA ULMARIA (L.) Maxim.	111
FOENICULUM VULGARE (Mill.) Gaertn.	58
HYPERICUM PERFORATUM L.	75
HYSSOPUS OFFICINALIS L.	92
JUNIPERUS OXYCEDRUS L.	87
JUNIPERUS COMMUNIS L.	85
LAVANDULA ANGUSTIFOLIA Miller	35
LAVANDULA SPICA L.	35
MARRUBIUM VULGARE L.	90
MELISSA OFFICINALIS L.	23
MENTHA AQUATICA L.	32
MENTHA PIPERITA L.	30
NEPETA CATARIA L.	3
ORIGANUM VULGARE L.	25
ORIGANUM MAJORANA L.	28
PASSIFLORA INCARNATA L.	107
PIMPINELLA ANISUM L.	61
PINUS SYLVESTRIS L.	102
PRUNUS AVIUM L.	68
PRUNUS CERASUS L.	68
ROSA CANINA L.	77
ROSMARINUS OFFICINALIS L.	14
RUBUS ULMIFOLIUS Schott	79
SALVIA OFFICINALIS L.	18
SAMBUCUS NIGRA L.	122
SMILAX ASPERA L.	115
SOLANUM MELONGENA L.	48
SYLIBUM MARIANUM (L.) Gaertner	54
TARAXACUM OFFICINALE Web	39
THYMUS SERPYLLUM L.	97
THYMUS VULGARIS L.	95
TILIA PLATYPHYLLOS Scop.	83
TUSSILAGO FARFARA L.	103
URTICA DIOICA L.	113
VALERIANA OFFICINALIS L.	109
VIOLA ODORATA L.	98
ZEA MAYS L.	119

GLI APPUNTI DEL MAGO

Come detto nella prefazione al quaderno N 8 del Museo, il secondo dove si parla delle "Piante Medicinali", il nostro amico Farmacista, meglio conosciuto come "Gigi il Mago", oltre alla rilettura delle bozze della prima stesura delle nostre ricerche, ci ha fornito anche dei suoi "appunti personali", costituiti da alcuni quaderni di note e fogli con annotazioni o "scalette" che lui si preparava quando doveva tenere delle conferenze o lezioni ai vari corsi di aggiornamento cui ha partecipato.

Questi appunti ci sono stati preziosi e utilissimi, e a questi abbiamo attinto a piene mani. Riconosciamo che senza di loro, la nostra ricerca sarebbe stata molto più faticosa, anche se per la verità dobbiamo ammettere che leggere quegli appunti ci è costata fatica e impegno notevoli.

Si dice che gli unici capaci di interpretare la scrittura di un medico, siano i farmacisti, e qualche maligno sostiene che probabilmente sia gli uni che gli altri frequentino un corso speciale di scrittura, e che fintanto che questa non diventa inintelligibile, non sono abilitati alla professione.

Il nostro amico, da questo punto di vista, aveva tutte le carte in regola per sostenere non uno ma dieci esami di abilitazione, sicuro di ottenere 110 e lode, e magari anche l'abbraccio.

In ogni modo, siamo riusciti a decifrare tutti gli appunti, anche se dapprincipio mi sentivo come si doveva sentire lo "Champollion" davanti ai "geroglifici". A me personalmente poi, ha fatto anche molto piacere perché mi ha riportato indietro nel tempo, quando molti anni fa, mi dilettao a leggere e decifrare il "Libro dei Codici e delle Leggi della Comunità di Rosignano" o i resoconti delle sedute del Consiglio Comunale, su manoscritti del 1600-1700.

Caro "Gigi", ovviamente si scherza. Tu, Farmacista di indiscussa competenza e valente fitoterapista, non volercene.

Gli appunti del mago.

Hai avuto la pazienza di leggere e aggiustare tutte le nostre annotazioni, e noi per farci perdonare di quanto detto finora, e dimostrarti una volta di più la nostra amicizia, pensiamo di fare cosa gradita a te, e a tutti coloro i quali ancora sono affascinati da questa "medicina" pubblicando, questa volta in modo leggibile, i tuoi appunti.

Dopo questa brevissima introduzione, diamo spazio ai tuoi appunti, non senza però aver messo in evidenza il tuo motto preferito:

**"Le medicine dovrebbero essere prescritte
solamente quando sono indispensabili.**

L.S."

**Introduzioni e prolusioni tratte dai corsi tenuti dal Dr.
Luigi Santinoceto:**

Dopo il nostro incontro, oserei dire quasi improvvisato perché fino a quel momento non avevo idea di come si sarebbe svolto, non conoscendo le signore che avrei affiancato sulle condizioni del centro stesso, è subentrato un momento di riflessione scaturita dal fatto che considero l'improvvisazione in qualunque campo come deleteria.

Considerato poi che l'interesse della maggior parte di voi non è rivolto ad un corso di erboristeria, inteso come ricerca e raccolta di piante, ma come cura delle malattie con le piante, ho cercato di fare il punto su come impiegare il breve corso di tempo in cui ci troveremo, e sono arrivato alla conclusione di trattare solo un numero esiguo di piante, ma pur sufficiente ad interventi per la terapia di piccoli malanni, oggi quasi sempre trattati con medicinali di sintesi con eccessiva facilità.

Tutte le volte che ci incontreremo, vi porterò una relazione su tre o quattro piante, così alla fine avremo trattato una trentina di piante.

Gli appunti del mago.

Vi ho portato un libello, edito dall' Uti Far, Unione Tecnici Farmaceutici Italiani, sulle piante officinali che penso potrà esservi utile.

Vi troverete anche delle inesattezze, come quelle dei recipienti di alluminio per preparare infusi o decotti; da parte mia sono dell' opinione del Prof. Penso, definito il maggior esperto delle piante medicinali nel cercare di evitare l' uso dell' alluminio per preparazioni da usare sia per uso interno che per uso esterno.

Prima di passare a trattare le singole piante officinali, vorrei integrare alcune nozioni che vi ho dato nel precedente incontro, perché proprio dalla riflessione di cui vi parlavo all' inizio, mi sono reso conto di essermi scordato alcune cose essenziali.

La prima è che l' O.M.S., nel 1978, per le piante medicinali ha proposto la seguente definizione:

E' pianta medicinale ogni vegetale che contiene, in uno o più dei suoi organi, sostanze che possono essere utilizzate a fini terapeutici o che sono i precursori di emisintesi chemiofarmaceutiche.

Per droga vegetale deve intendersi pertanto la parte della pianta medicinale utilizzata ai fini sopra detti.

La fitoterapia pertanto, cura delle malattie con le piante, non deve essere considerata una medicina alternativa, come qualcuno sostiene, ma come dice il Dottor Poletti nella prefazione di un suo libro:

Non è folclore, non è un' altra medicina, non è una medicina ortodossa, né una medicina eterodossa, è semplicemente una medicina vale a dire un complesso di pratiche e prescrizioni capaci, compatibilmente con le conoscenze, di collaborare validamente con l' unica medicina per renderla più potente, più umana, capace di stare al passo e addirittura di precedere le malattie che i tempi e la civiltà ci riservano.

A questo punto, e scusatemi se ripeto alcune cose dette l' altra volta, ma ripenso ad alcuni passi di una mia relazione tenuta sulla circolare emanata che cercava di portare chiarezza nel mondo erboristico e ve la riporto tale

e quale, perché giudicata adatta a tale scopo.

Reputo di avere inquadrato esattamente il problema fitoterapico, e prima di passare alla relazione sulle piante medicinali, vorrei riassumere il programma, ben disponibile, da parte mia di accettare vostri suggerimenti o consigli.

1) Relazione sulle piante dal punto di vista botanico e fitoterapico.

2) Uso diverso della pianta, esterno o interno, in varie forme di preparazione galenica.

3) Possibilità di formulare alla fine del corso, la cosiddetta "tisana", miscela di piante medicinali.

Ho sempre odiato, in senso buono, si intende, i micologi, perché parlano sempre con nomi latini.

L' O.M.S. ha dato disposizioni ben precise, perché anche a livello erboristico, si usino nomi latini per indicare le piante e quindi ci adatteremo, usando peraltro anche i soli nomi volgari o dialettali se esistono...

Gli ultimi 100 anni sono stati caratterizzati da un' infinità di scoperte importanti per la terapia, tanto da creare il cosiddetto mito del farmaco le cui conseguenze sono ben visibili in questo profilo della nostra società.

D' altra parte sarebbe troppo comodo dare tutte le colpe all' uso e all' abuso dei farmaci, che rappresentano la punta dell' "iceberg" emergente dall' acqua, mentre la parte maggiore che non si vede, è quella sommersa, che deve essere considerata la vera responsabile della situazione attuale, nata dalla contrapposizione diretta uomo natura.

Necessita quindi di migliorare il nostro comportamento come vi hanno detto i colleghi che mi hanno preceduto.

E' vero che il consumismo dei farmaci, con conseguente accumulo di sostanze chimiche nell' organismo e relativi effetti, definiti iatrogeni, indesiderati, hanno creato nella popolazione una prevenzione nei riguardi di farmaci venduti in confezioni "standard", ed un'affermata ricerca di rimedi naturali.

Gli appunti del mago.

E veniva così la moda, o costume di vita, di rivolgersi per la cura del corpo e della mente alla medicina alternativa, definita dalla Enciclopedia Fabbri un vasto ed eterogeneo gruppo di pratiche diagnostiche e terapeutiche che, salvo rare eccezioni, non rientrano nella medicina ufficiale.

Anche la fitoterapia, cura delle malattie con le piante, è stata fatta rientrare in tale gruppo eterogeneo anche se per meri motivi commerciali la nostra mania del consumismo può farcela rientrare.

Il Poletti, autore di un libro sulle piante medicinali sostiene nella prefazione che la fitoterapia non è folclore, non è un' altra medicina, non è una medicina ortodossa, né una medicina eterodossa, ma è semplicemente una medicina, vale a dire un complesso di pratiche e prescrizioni capaci compatibilmente con le conoscenze, di collaborare validamente con l' unica Medicina, per renderla, più potente, più agguerrita, più umana capace di stare al passo o addirittura di prevenire le malattie che i tempi o le civiltà ci riservano.

Non vi ho parlato di Erboristeria, ma di fitoterapia, perché Erborista è colui che raccoglie le piante medicinali, il semplice, Fitoterapista è chi invece, sfrutta i principi attivi delle piante medicinali per guarire certe malattie.

E questo breve corso di educazione alla salute deve servire, secondo me, a farvi conoscere in modo preciso ed aggiornato, quanto si sa fino ad oggi su un certo numero di piante medicinali, utili alla prevenzione ed al controllo delle malattie, cercando di fornire un quadro generale che si deve inserire tra la documentazione scientifica e la divulgazione incontrollata.

Per definizione dell' O.M.S. le piante medicinali sono quelle che comunque messe in contatto con un organismo umano, animale o vegetale, svolgono in questo un' attività farmacologica anche blanda.

Vanno pertanto considerati veri e propri farmaci con la considerazione che per farmaco si deve intendere ogni sostanza chimica capace di determinare in un organismo vivente, animale o vegetale, una o più variazioni funzionali per l'

interferenza delle proprietà fisiche, chimiche, o fisico-chimiche di esse sostanze con quelle delle sostanze viventi.

Tale variazione fisiologica viene detta Azione farmacologica.

Per sfruttare le azioni terapeutiche delle piante medicinali, o meglio, della droga vegetale, è necessario che vengano messe in contatto con l'organismo, tenendo presente che ciascuna pianta medicinale è paragonabile ad una complessa specialità farmaceutica formata da più principi attivi, dotati di azione farmacologica analoga o dissimile.

Ho detto principi attivi e per principio attivo di una pianta medicinale si devono intendere quelle molecole, che prodotte dal metabolismo di un organismo vegetale sono dotati di un'attività farmacologica e risultano suscettibili di un impiego terapeutico.

Tali principi attivi non sono i costituenti primari delle piante, quelli cioè indispensabili per la crescita della pianta stessa, quali gli zuccheri o le proteine, ma sono dei costituenti secondari; spesso non è chiaro quale sia il ruolo di tali costituenti secondari delle piante, perché siano abbondanti in alcune specie ed in alcuni organi o quali siano i processi biochimici indispensabili alla loro formazione.

Credo sia chiaro che l'attività farmacologica delle piante medicinali è proprio in funzione delle loro composizioni chimiche, trattandosi di un corso di erboristeria non reputo opportuno parlare dei costituenti chimici delle piante medicinali, che comporterebbe tanto tempo a disposizione, ed una educazione specifica che non avete, ma descrivendo pianta per pianta, si farà un accenno ai principi attivi in esse contenuti, e gli interessati potranno approfondire l'argomento sui temi specifici.

Vorrei però puntualizzare il fatto che la chimica e la sperimentazione farmacologica hanno dimostrato che non è possibile ricondurre l'azione di una droga vegetale a quella del suo principio attivo purificato.

Nelle piante infatti i principi attivi, legandosi ed interagendo con certe molecole opportunamente inattive,

Gli appunti del mago.

formano i fitocomplessi, e il fitocomplesso rappresenta dunque la quintessenza della pianta medicinale, e non il suo principio attivo purificato.

Tali principi attivi non sono contenuti in uguale concentrazione in tutte le parti della pianta (radice, corteccia, legno, fiori, foglie, ecc.), ma alcune parti ne risultano più ricche.

Da questo fatto nasce la definizione di droga vegetale, intendendo con questo termine quella parte della pianta che contiene le maggiori concentrazioni di principi attivi. Essa viene intesa sempre allo stato secco. Diversamente viene specificato.

Esistono in natura molte specie di piante medicinali che agiscono sull'apparato respiratorio, che vengono indicate con il nome di piante "pettorali".

NEPETA CATARIA L.

Erba gattaia. Sommità fiorite

E' una pianta che come dice lo stesso nome volgare, è gradita ai gatti, come le valeriane.

La tradizione popolare afferma che le foglie fresche masticate, sono un buon rimedio contro i dolori dei denti, e il fatto potrebbe essere spiegato per l'azione fortemente vasocostrittrice del Mentolo e dei suoi omologhi presenti nelle foglie e nelle sommità fiorite; quest' ultime contengono un olio essenziale che potrebbe permettere di usare la pianta per sfruttare le azioni anticatarrale debolmente disinfettanti per uso interno; e la capacità di stimolare la circolazione cutanea e disinfettare la pelle per uso esterno.

Per uso interno ha un' azione dimostrata sedativa, in caso di isteria, e favorente il sonno, soprattutto in presenza di crampi dello stomaco e dell' intestino, oltre la tensione e la fase dolorosa che talvolta accompagna la fase mestruale.

Può essere usata anche per calmare il singhiozzo (Boni e Patri, Poletti)

Uso interno, infuso di: sommità fiorite	gr.	2
acqua bollente	cc	100

lasciarla in infusione per 10 minuti e filtrare. Una tazza quando occorra, fino a tre tazze al giorno.

Tintura (Poletti) (Boni e Patri)

droga essiccata	gr.	20
alcool a 60	cc	80

macerare per 5-6 giorni filtrare e conservare in bottiglietta di vetro scuro. Da 20 a 40 gocce quando occorra, su una zolletta di zucchero, o diluite in acqua.

Tintura vinosa: droga essiccata	gr.	30
vino bianco di buona gradazione	cc	1000

macerare per un tempo variabile; (Boni e Patri 5 giorni), (Poletti due settimane), colare e filtrare. A bicchierini dopo i pasti, al momento del bisogno.

Uso esterno:

per pelli impure o macerate dal sudore, per deodorare le estremità	droga essiccata	gr	6
--	-----------------	----	---

Nepeta cataria L.

9

acqua bollente

cc

100

coprire il recipiente e lasciare in infusione per 10 minuti.

Fare lavaggi e bagni parziali.

LUNEDI

30
Nelle forme nervose e cuticole
e infusione di nepetella fresca
provoca un'emozione -

8 Cononiam : principi puri
9 attivi, ma non quelli secondari.

10 Per uso interno
11 1 gr in 100 ml di H₂O
12 5-10' di infusione
13 a Tensione -

14 Tintura
15 20 gr in 100 di Alcool 70'
16 in cinque giorni e mezzo,
17 colore spremuto il residuo,
18 filtrare, da 5 a 20 gr
in una soluzione di zucchero
19 o in acqua zuccherata
all'occorrenza.

Tintura di Nepeta
20 gr in un litro di
Vino bianco fresco, e
mezzo litro di fiori
Un briciolo all'occorrenza.

CALAMINTHA SYLVATICA Bromf.

Nepetella o Nepitella

Parte usata: sommità fiorite.

Hanno un odore che ricorda quello della Menta, ma più con odore di Canfora. Pianta poco studiata ma molto usata per condimenti in cucina.

Si può usare come confortevole bevanda aromatica, stimolante le secrezioni gastriche ed intestinali, per favorire la digestione, evitare le fermentazioni intestinali ed altri disturbi addominali in preparazioni molto diluite proprio per il fatto che la sua azione è dovuta ad un olio essenziale di cui conosciamo i principi attivi, ma non quelli secondari

Infuso per uso interno:

droga essiccata	gr.	1
acqua bollente	cc	100

tenere in infusione da 5 a 10 minuti e filtrare. A tazzine durante la giornata

Tintura:

droga essiccata	gr.	20
alcool etilico 70	cc	100

tenere a macero per 5 giorni poi colare spremendo il residuo e filtrare. Da 5 a 20 gocce su una zolletta di zucchero o diluite in acqua zuccherata, quando occorra.

Tintura vinosa:

droga essiccata	gr.	20
vino bianco generoso	cc	1000

tenere a macerare per 5 giorni, colare spremendo il residuo e filtrare. Un bicchierino all' occorrenza.

Per uso esterno.

Le foglie di Nepetella, ben pestate, usate nella medicina popolare, e recentemente provate sperimentalmente, sono un rimedio efficace per curare le punture di api, vespe ed altri insetti.

Api - punture - acidità - NH_4 OHVespe- punture - alcalinità - NH_4 OH -veleno-

Api - pungiglione difesa

Calamintha sylvatica Bromf.

Vespe - pungiglione offesa-difesa.

Per quanto riguarda le piante medicinali reperibili con frequenza ed abbondanza nelle nostre zone.

Poiché la Nepetella e la Nepeta cataria è possibile trovarle frequentemente, una volta raccolta, è possibile partendo dalla droga fresca ottenere alcolaturi di tale pianta, cioè soluzione di fitocomplessi attraverso l' azione solvente dell' alcool etilico sulle droghe fresche pulite e contuse.

Nella parte introduttiva abbiamo definito con il termine di principio attivo delle droghe quelle molecole che prodotte dal metabolismo di un organismo vegetale, sono dotate di una attività farmacologica e risultano suscettibili di impiego terapeutico.

Tali principi attivi non sono costituenti primari delle piante (Morelli), cioè indispensabili per la crescita della pianta, quali gli zuccheri e le proteine, ma sono costituenti secondari; spesso non è chiaro quale sia il ruolo dei costituenti secondari della pianta, perché siano abbondanti solo in alcune specie, ed in alcuni organi, quali sono i processi biochimici responsabili della loro funzione.

La chimica e la sperimentazione farmacologica hanno dimostrato che non è mai possibile ricondurre l' azione di una droga a quella del suo principio attivo purificato.

Nella pianta i principi attivi, legandosi e interagendo con altre molecole opportunamente inattive, formano i fitocomplessi.

Il fitocomplesso rappresenta dunque la quintessenza della pianta medicinale e non il suo principio attivo purificato.

ALCOLATURI

Per ottenere gli "alcolaturi" si usa un recipiente di vetro scuro, ben chiuso, posto al riparo dalla luce in ambiente asciutto, in cui si pongono le droghe fresche ed alcool etilico a 80°, nel rapporto di 1:1 (cioè 1 grammo di droga fresca e 1 grammo di alcool).

Si fa così una macerazione che deve durare almeno 10-15 giorni, al termine dei quali si filtra per carta, si sprema il residuo e si riporta a volume con il solvente di estrazione.

La dose è di 5.XX gocce due tre volte al giorno. Essendo poi in presenza di piante medicinali sane, spontanee e raccolte nel loro habitat naturale, è possibile ottenere da esse alcune tinture medicinali sfruttando l'azione solvente esercitata dall'alcool etilico sulle droghe fresche. Si possono ottenere per macerazione e percolazione.

La macerazione si effettua come detto precedentemente, per due tre settimane in alcool a 70, con un rapporto droga solvente da 1:10, (1 grammo di droga, 10 grammi di solvente).

Bisogna però tenere conto che il titolo della tintura madre è riferito al peso della droga secca, cioè disidratata, quantunque si parta dalla droga fresca.

La preparazione si fa così: si prendono 1000 grammi di droga fresca e si mettono a cuocere in una stufa a 50 C. per 24 ore.

Il peso della droga disidratata scende per esempio a 400 gr.

1000 grammi di droga fresca = a 400 grammi di droga secca.

Supponendo di fare una tintura madre con alcool a 70, perché la tintura madre è una preparazione con un titolo al 10% riferito alla droga disidratata, per 400 grammi di droga secca occorrono 4000 grammi di alcool a 70.

Per avere 4000 grammi di alcool a 70, partendo da un alcool a 95, occorrono 2704 grammi di alcool a 95 + 1256 grammi di acqua.

Poiché in 1000 grammi di pianta fresca, ci sono 400 grammi di droga secca, più 600 di acqua, risulta che per avere la tintura madre dovremo aggiungere una quantità d'acqua pari a $1296 - 600 = 696$ grammi.

Quindi per ottenere la tintura madre in esempio, a 1000 grammi di pianta fresca, aggiungere 2704 grammi di alcool a 95 + 696 grammi di acqua.

Generalmente l'attività farmacologica degli alcolaturi è più spiccata di quella delle tinture alcooliche che sono ottenute partendo dalla droga secca, perché negli alcolaturi la pianta medicinale cede all'alcool i suoi fitocomposti prima che siano modificati per effetto dell'essiccamento.

Calamintha sylvatica Bromf.

L'attività di un alcolaturo è però considerata inferiore a quella di una tintura madre.

Nei casi delle piante citate, da usare nella cura di piccole patologie quotidiane, non trovandosi in commercio spesso né l'estratto né la tintura già pronta possono essere consigliati l'alcolaturo o la tintura madre.

MARTEDI
s Giovanni Bosco
31

Per uso esterno

Le foglie di mirtillato, per bere,	8
sono usate in medicina popolare,	9
e recentemente provate a frantumarsi,	10
sono d'uso comune effusate per	11
curare la puntura di ape, o	12
verga ed altre usate	13
Ape - puntura - Acido re -	14
verga - + - <u>oleolite</u> -	15
Ape - puntura - <u>oleolite</u> -	16
verga - + - <u>oleolite</u> -	17
Ape - puntura - <u>oleolite</u> -	18
verga - + - <u>oleolite</u> -	19

ROSMARINUS OFFICINALIS L.

Rosmarino, Ramerino.

La droga è contenuta nei rametti con fiori e foglie, che si raccolgono a primavera, evitando i rametti lignificati.

Si essiccano i rametti all' ombra disposti in strati sottili, o riuniti in mazzetti non molto serrati.

Si conservano in vasi di vetro o porcellana. (Boni e Patri)

Contiene vari principi attivi, un olio essenziale (1,5 %) di composizione chimica nota, (Oleum rosmarini) contenuto di borneolo (15 %), acetato di bornile (5 %), pinene, canfene, canfora (4-5 %), tannino (8 %), colina, un saponoside acido, acido organico, una sostanza amara.

Dal Rosmarino si ottengono un olio essenziale ed estratti utilissimi in profumeria e cosmesi, in liquoreria ed in farmacia. Per uso interno (Boni e Patri) ha proprietà antispasmodiche, digestive, carminative, stimola la sudorazione e la diuresi, regola il ciclo mestruale, fluidifica la secrezione bronchiale, calma le tosse convulse.

E' considerato da vari autori (Pedretti, Poletti, Valnet), anche un buon stimolante generale come la Salvia, il Timo, la Menta, la Melissa, e altre piante appartenenti alla stessa famiglia delle Labiate anche nella perdita di memoria. Secondo il Valnet il Pedretti ed il Solett, è molto utile in casi di digestione lenta, con dolori di stomaco, mal di testa sia emicranie, che cefalee di origine digestiva, ed anche con componente nervosa.

Utile come disintossicante per il fegato, protettore delle cellule epatiche, e per piccoli calcoli delle vie biliari.

Pertanto, l' individuo che si sente stanco, affaticato, e conseguenzialmente dopo aver mangiato si ritrova con lo stomaco pieno d' aria, con digestione lenta, troverà giovamento all' uso per qualche giorno di una preparazione a base di Rosmarino.

Si possono usare un' infinità di preparazioni per vie

Rosmarinus officinalis L.

interne.

Infuso ottenuto versando una tazza d' acqua bollente, su un cucchiaino di foglie essiccate e sminuzzate, lasciandovele in infusione per 10 minuti. Colare e berne una tazza dopo i pasti come digestivo, preso prima dei pasti, esercita un' azione sulle cellule epatiche.

Le dosi sono molto variabili da autore ad autore.

Per Boni e Patri: foglie di Rosmarino essiccate gr. 2
acqua bollente cc 200

lasciata in infusione per 10 minuti,

per Poletti foglie di Rosmarino essiccate gr. 3
acqua bollente cc 100

lasciare in infusione 8-10 minuti, comunque la dose è variabile dall' 1 % al 10 %, consigliabile iniziare con dosi a bassa percentuale.

Estratto fluido (già pronto)

1 grammo = XL gocce

L gocce per dose, fino a 3,5 grammi al giorno.

Tintura: foglie di Rosmarino essiccate e contuse gr. 20
alcool a 70 cc 80

tenere a macero da 5 a 10 giorni, poi filtrare. Se ne prendono da 20 a 40 gocce su una zolletta di zucchero o diluita in un bicchiere d' acqua.

Essenza: 3-4 gocce pro dose, tre o quattro volte al giorno, su una zolletta di zucchero.

Vino o tintura vinosa di Rosmarino:

foglie di Rosmarino essiccate e contuse gr. 50
vino bianco di buona gradazione cc 1000

tenere a macero per 5 giorni (Boni e Patri), 10 gg (Poletti), colare e filtrare. Un bicchierino dopo i pasti come tonico generale in caso di neuroastenia, con sensazioni di ansia, incertezza, irrealtà.

Tintura vinosa in vino rosso:

foglie essiccate e contuse di Rosmarino gr. 20
vino rosso generoso cc 1000

tenere a macero per 6 giorni agitandolo almeno una volta al giorno poi colare e filtrare.

Fioroni, Fede e Costante, consigliano nelle dosi di un

bicchierino da liquore prima e uno dopo i pasti come digestivo, per la dispepsia, cioè alterazione delle funzioni digestive dello stomaco e dell' intestino.

Come tonico generale consigliano:

foglie di Rosmarino essiccate e contuse	gr. 30
vino rosso di buona gradazione	cc 1000

macerare per una settimana, filtrare e conservare in luogo fresco. Un bicchierino da liquore durante i pasti.

Per la debolezza sessuale:

foglie fresche di Rosmarino	gr. 20
foglie fresche di Salvia	gr. 20
vino Marsala secco	cc 1000

riscaldare a bagnomaria per 15 minuti, lasciare raffreddare e filtrare.

Un bicchierino da liquore prima dei pasti principali.

Il Poletti consiglia:

foglie e fiori freschi di Rosmarino	gr. 150
vino rosso secco, meglio tipo Marsala	cc 1000

macerare per 10 giorni e poi filtrare.

Due o tre bicchierini al giorno, come tonico generale.

Per uso esterno

Decotto: foglie essiccate di Rosmarino	un pugno
acqua	cc 1000

bollire per 10 minuti e colare. Fare impacchi con compresse di garza imbevute di decotto per i dolori reumatici.

Infuso: al 5 % per lavaggi, sciacqui, gargarismi.

Decotto: foglie essiccate di Rosmarino una grossa manciata	
acqua	cc 2000

bollire per 10-15 minuti, filtrare e aggiungere all' acqua del bagno (Poletti).

Alcolaturo: foglie e fiori freschi	gr. 100
alcool a 80	cc 100

lasciare a macero per 10-15 giorni, poi si cola spremendo il residuo, si filtra e si riporta a volume con alcool a 80 .

Utile per uso esterno, 3 pari di questo, con 1 parte di alcolaturo di Lavandula officinalis, come tonico per il viso.

(Acqua della Regina d' Ungheria).

Rosmarinus officinalis L.

Decotto: foglie essiccate di Rosmarino gr. 10
 acqua cc 100

bollire per 10 minuti, raffreddare, colare. Utile per lavaggi di piccole ferite, e nelle perdite bianche delle donne.

Per frizioni: essenza di Rosmarino gr. 5
 alcool a 80 cc 30

da usare al posto dell' alcool canforato, oppure;

essenza di Rosmarino gr. 5
 olio di Oliva cc 100

da usare, frizionando leggermente, nei dolori muscolari.

N.B. L' essenza di Rosmarino, come quella di Finocchio, può provocare facilmente crisi epilettiche e rende gli animali timorosi, le essenze di Salvia e di Issopo rendono gli animali aggressivi (Valnet)

USO COSMETICO- ESTRATTO GLICOLICO DI SOLE FOGLIE.

Viene usato nella dose dallo 0,5 al 2 % in:

Shampoo (lozioni capillari lattee), bagni schiuma, creme per massaggi ecc.

Come **dermopurificante** l' epidermide arrossata, con Salvia.

Come **stimolante**, con Ortica, China, Arnica, Ginseng.

Per capelli grassi, lozione di: Rosmarino, Salvia, Betulla.

SALVIA OFFICINALIS L.

Salvia

Parti usate: le foglie e le sommità fiorite.

Le foglie si raccolgono ben sviluppate da Aprile a Luglio, le sommità fiorite in Maggio-Agosto, tagliando i fusti circa 10 cm al di sotto dei fiori.

Foglie e sommità fiorite si seccano all'ombra e si conservano in sacchetti di carta o di tela.

I principi attivi sono rappresentati dall'olio essenziale (oleum salviae), che contiene salviolo 30 %, cineolo 15 %, canfora, borneolo, pinene, tannino (5 %), un principio amaro, colina e un principio estrogeno (6000 U.I. estrene in un Kg. di droga).

Proprio la presenza di questo principio estrogeno fa sì che vari autori, tipo Pedretti, facciano considerare la principale azione della Salvia quella emmenagoga.

E questo inserimento della Salvia in questa classe di droghe, deriva dal fatto che è stato sperimentalmente dimostrato che l'estratto purificato, iniettato in topi provoca modificazioni paragonabili a quelle prodotte dall'ormone naturale che è la follicolina.

In virtù di queste sue azioni specifiche, l'uso dell'essenza di Salvia o di preparazioni molto concentrate devono essere evitate nella maniera più assoluta, perché possono provocare in tutti coloro che le usassero a dosi elevate, disturbi nervosi, crisi epilettiche o gravi intossicazioni.

Nell'avvelenamento si osserva: vomito, diarrea, congestione agli organi pelvici, emorragia e stato comatoso.

E questo per sottolineare che non è vero che se una pianta medicinale non fa bene, non fa nemmeno male, ma pianticelle come la Salvia, sono addirittura velenose, quando usate nella maniera sbagliata, o a dosi eccessive, potrà anche meravigliare ma tali effetti tossici sono ben documentati.

La medicina ufficiale ben difficilmente userà prescrivere la Salvia nelle varie preparazioni d'uso come emmenagogo, ed altrettanto deve essere fatto nella medicina familiare.

Salvia officinalis L.

Ma quando anche nel nostro paese sarà inserita stabilmente sia in strutture ospedaliere ed ambulatoriali la figura del fitoterapeuta, cioè colui che in stretta collaborazione con il medico effettua terapie, anche il trattamento di questa patologia diventerà routine.

Ciò non toglie che in caso di mestruazioni dolorose o durante il periodo della menopausa, per attenuare od eliminare i disturbi a tali situazioni, la somministrazione di tale droga vegetale si è dimostrata spesso utile ad eliminare o attenuare i disturbi purché usata al dosaggio giusto anche nella medicina familiare.

La Salvia ha proprietà stimolanti le funzioni dell'intestino, della cistifellea, effetto balsamico ed espettorante; inoltre un effetto tendente a diminuire le glicemie, cioè la quantità di zucchero presente nel sangue, ed infine ha la proprietà di diminuire la sudorazione dovuta anche a debolezza generale.

Utile in caso di sudorazione abbondante alle mani o sotto le ascelle.

In casi particolari, quando la donna che soffre delle cosiddette "caldane", durante il periodo menopausale, dopo visita medica tendente ad escludere patologie particolari, prima di passare all'uso degli estrogeni sintetici, farsi prescrivere ed usare la Salvia, le donne con forti sudorazioni delle ascelle e/o mani, tendenti alle mestruazioni dolorose con dispepsia dovuta a cattivo funzionamento del fegato o ad atonia gastrointestinale, potranno usare la Salvia come alternativa al farmaco sintetico.

L'uomo con sudorazione profusa, in tutto il corpo, o solo alle mani, oppure sotto le ascelle, con o senza dispepsia, potrà usare la Salvia, come pure l'individuo che oltre alla patologia sopra descritta, soffre di bronchite cronica, con asma e pressione bassa.

Preparazione o modo d'uso per uso interno.

Infuso:	foglie secche e sminuzzate	gr.	1
	acqua bollente	cc	100

chiudere il recipiente (meglio se la chiusura è ermetica), per 10 minuti e poi colare.

Una tazzina la giorno come digestivo, due tazzine nei sudori eccessivi delle menopause o in casi di debolezza generale, in presenza di tosse o asma (Boni e Patri). L' infuso diventa gradevole se addolcito con un cucchiaino di miele e una scorzetta di limone.

Altri autori consigliano anche un infuso a dosi più alte, fino al 5-10 %.

A mio giudizio è opportuno cominciare con dosi dell' 1 %, aumentando gradualmente, ma non oltrepassando il 5 %.

Decotto: far bollire per qualche minuto in una tazza di latte un cucchiaino di foglie di Salvia essiccate e sminuzzate, colare e bere ancora tiepido. Ripetere l' operazione due tre volte al giorno contro l' influenza ed altre affezioni delle vie respiratorie.

Estratto fluido: già pronto in farmacia, 1 grammo XL gocce pro dose due tre volte al giorno in acqua non gassata.

Tintura:	foglie essiccate e sminuzzate	gr.	20
	alcool a 65	cc	100

tenere a macero per 6 giorni poi colare spremendo il residuo, filtrare per carta e conservare in bottigliette di vetro scuro con contagocce e al fresco.

XX - XL gocce per dose due tre volte al giorno.

Polvere: le foglie di Salvia, essiccate e sminuzzate, vengono polverizzate pestandole in un mortaio o in un frullatore.

0,5 grammi di polvere (un cucchiaino circa), impastata con miele o marmellata, oppure dentro un' ostia o un cachet, tre quattro volte al giorno.

Essenza: 2-4 gocce su una zolletta di zucchero, o con miele, tre o quattro volte nella giornata.

Tintura vinosa:	foglie essiccate e sminuzzate	gr.	40
	vino bianco secco o Marsala	cc	1000

tenere a macero per 6 gg. colare spremendo e filtrare. Conservare al fresco. Un bicchierino dopo i pasti, indicato particolarmente nella menopausa.

Il vino di Salvia, ottenuto facendo macerare 30 grammi di foglie come sopra, è consigliato per le mestruazioni dolorose.

Ancora 30 grammi di foglie essiccate, tenute a macero per 6 giorni in un litro di vino rosso di buona gradazione, e colato e filtrato come detto, è indicato per combattere la debolezza generale. Un bicchierino subito dopo i pasti.

La tintura vinosa è adatta alla somministrazione durante la convalescenza, cioè lo stato di guarigione che segue ad una malattia.

Ancora: foglie di Salvia essiccate e contuse gr. 40
vino rosso generoso cc 1000

scaldare sul fuoco fino ad ebollizione (una decina di minuti), toglierlo dal fuoco ed appena il vino sarà intiepidito, filtrare e conservare in luogo fresco. Un bicchierino al giorno prima dei pasti.

Pozione: (secondo Valnet) da preparare in farmacia

estratto fluido di Salvia gr 50
sciroppo di fiori d' Arancio gr. 30
acqua qb. cc 150

un cucchiaino prima di coricarsi. Indicata nell' astenia dei tubercolosi e della menopausa. (Solo su consiglio medico, dose forte).

Uso esterno:

L' infuso al 5 % è utile per sciacqui alla bocca in caso di "afta" o "ulcerazioni".

Le foglie fresche stropicciate, sono utili per le punture d' insetti.

Le foglie fresche vengono usate per pulire i denti e profumare e purificare l' alito.

Tintura di Salvia + Rhum in parti uguali, è utilizzata per combattere le "alopecie" e la caduta dei capelli.

Per disinfettare le stanze in cui sono stati degenti malati gravi, il Valnet consiglia di bruciare foglie di Salvia sul carbone.

In Provenza fanno una zuppa con una dozzina di foglie di Salvia, per un litro di acqua, con aglio, pepe, sale e 100 grammi di olio di Oliva (1/2 bicchiere), far bollire per una decina di minuti e versare su alcune fette di pane, meglio se leggermente abbrustolite. Questa Gigi, se permetti te la suggerisco io, ed è la ricetta di una pietanza povera che si

usa preparare in alcune parti della Toscana e che chiamano "gli uccellini scappati".

Si prendono alcune foglie di Salvia, le più grandi e belle, e alcuni filetti di acciughe. Si prepara una pastella con farina di grano, un pizzico di sale, un poco d' acqua e volendo, anche un uovo, sbattendo e amalgamando il tutto. Si prendono due foglie di Salvia, si interpone tra esse un mezzo filetto d' acciuga e si passa tutto nella pastella, poi si cuoce friggendolo in olio di semi molto caldo. Ti garantisco che il successo è assicurato, ed il sapore assolutamente stimolante. Provare per credere.

Uso cosmetico: linimento glicolico, shampoo, lozioni ecc. in latte e crema per pelli con tendenza eczemica, comedonica, asfittica.

La Salvia dei prati, *Salvia pratensis* L. ha proprietà analoghe alla Salvia, ed è una pianta spontanea, le cui foglie giovani vengono consumate crude in insalata.

MELISSA OFFICINALIS L.

In Toscana viene chiamata: Cedroncella, Erba cedrata.

La droga vegetale è costituita dalle foglie e dalle sommità fiorite.

Le foglie si raccolgono da Maggio a Settembre, dopo averle private del picciolo, le sommità fiorite si raccolgono in Giugno-Luglio, all' inizio della fioritura, recidendo i fusti 5-10 cm sotto l' infiorescenza.

Si essiccano in strato sottile all' ombra, in luogo ventilato, e si conservano in recipienti di vetro o di porcellana con chiusura ermetica e al riparo dalla luce e dall' umidità.

I principi attivi sono rappresentati da un olio essenziale composto da: citronellale, citrale, linalolo e geraniolo, resine e sostanze amare.

Viene usata come componente aromatica in insalate, bibite, liquori, ma la sua fama deriva da essere usata come componente principale dell' Acqua di Melissa dei Carmelitani impiegata nelle più svariate forme nervose dall' isterismo all' epilessia agli svenimenti.

Ha delle proprietà antispasmodiche che sono sfruttate per curare emicranie e nevralgie, ma anche per dolori spastici intestinali e mestruazioni dolorose ed irregolari.

Per esperienza personale, le migliori prestazioni specifiche della Melissa sono quelle stomachiche, cioè tendenti a favorire la digestione, antifermentative e coleretiche.

Riepilogando le indicazioni specifiche della Melissa: per persone che hanno tendenza ad avere un funzionamento intestinale abnorme dopo mangiato, persone che normalmente sono ansiose o depresse, in questo caso specifico ha una efficacia meravigliosa, purché usata a dosi esatte.

Preparazione per uso interno.

Infuso: prendere con due dita un pizzico di foglie di Melissa essiccate e sbriciolarle in una tazzina d' acqua bollente, tenerle in infusione per 15 minuti, usare come bevanda.

Tre o quattro tazzine al giorno.

Melissa officinalis L.

Un cucchiaino di foglie essiccate e sminuzzate a macero per 15 minuti in una tazzina d' acqua bollente, colare.

Come antispasmodico, 3 tazzine al giorno.

Tintura: foglie di Melissa essiccate e sminuzzate gr 20
alcool a 70 cc 80

tenere 10 giorni a macero poi colare spremendo, filtrare e conservare al fresco.

10-20 gocce tre volte al giorno, diluite in acqua naturale.

Estratto fluido: già pronto in farmacia.

XL-L gocce, due tre volte al giorno dopo i pasti.

Essenza: 2-4 gocce due tre volte al giorno su una zolletta di zucchero una tisana calda.

Una goccia di essenza in 10 gocce di alcool è utile contro le emicranie e dolori reumatici.

Vino di Melissa: contro l' anoressia, perdita o diminuzione dell' appetito.

Per adulti, si fanno bollire 20 grammi di sommità fiorite di Melissa in un litro di buon vino bianco, si leva dal fuoco e si lascia intiepidire poi si filtra.

Un bicchierino da liquore prima dei pasti.

Per la dismenorrea (mestruazione dolorosa):

vino di Melissa: foglie essiccate gr. 30
vino bianco secco cc 1000

macerare per sette giorni, colare spremendo e filtrare.

Tre bicchierini al di dopo i pasti.

Origanum vulgare L.

ORIGANUM VULGARE L.

Origano

La droga è costituita dalle sommità fiorite che si raccolgono in Giugno-Agosto, quando la maggior parte dei fiori è aperta, recidendo i fusti 10-15 cm sotto l' infiorescenza, ma evitando la parte legnosa.

Si essiccano riunendole in fascetti all' ombra, esposti in un locale ventilato e conservandoli in vasetti di vetro o porcellana.

Come principi attivi contiene un olio essenziale, costituito da: timolo, carvacrolo e terpinene.

E' molto usato in tutta l' area mediterranea per l' aroma, tanto da essere impiegato nella cucina domestica, come nell' industria alimentare, in liquoreria e in profumeria.

Le sommità fiorite di Origano stimolano la secrezione gastrica, attenuano le secrezioni gastriche dolorose, bloccano le fermentazioni intestinali ed eliminano i gas dall' intestino.

L' olio essenziale esercita poi un' azione sedativa sull' apparato respiratorio, calma la tosse, facilita l' eliminazione del catarro, esercita una blanda azione disinfettante su tutte le vie aeree superiori, tanto che può essere usato in suffumigi facendo bollire in acqua le sommità fiorite della pianta ed esponendosi ai vapori, per attenuare l' occlusione del naso, la pesantezza di testa ed i dolori che ne conseguono (Boni e Patri).

Preparazioni uso interno.

Infuso:	sommità fiorite essiccate e sbriciolate	gr.	1-2
	acqua bollente	cc	100

tenere in riposo in recipiente tappato per 10 minuti, filtrare. Una tazza durante o dopo i pasti per facilitare la digestione, attenuare i crampi intestinali, eliminare i catarri bronchiali.

Tintura:	sommità fiorite essiccate	gr.	20
	alcool etilico a 70	cc	80

macerare per 10 giorni, colare e filtrare conservando la tintura in boccette di vetro scuro, in luogo fresco e al

riparo dalla luce.

Da 40 a 50 gocce diluite in acqua, due volte al giorno.

Tintura vinosa:

sommità fiorite essiccate e sminuzzate gr. 25

vino bianco di buona gradazione cc 1000

tenere a macero per 10 giorni, agitando per lo meno una volta al giorno, colare e filtrare.

Due o tre bicchierini da liquore durante o dopo i pasti per l'aerofagia.

sommità fiorite essiccate e sminuzzate gr. 25

vino rosso di buona qualità cc 1000

a macero per 5 giorni, poi colare e filtrare e conservare in luogo fresco.

Un bicchierino dopo i pasti principali, usato per le psicoastenie, cioè le neuro astenie con sensazione di ansia, incertezza ecc.

Essenza: si trova già pronta in farmacia

4-5 gocce su una zolletta di zucchero, due volte al giorno.

Uso esterno:

essenza di Origano 5 gr.

essenza di Rosmarino 5 gr.

alcool etilico 60 90 cc

per frizioni sui dolori reumatici, acuti o cronici, e dolori muscolari.

Bagno: 1-3 manciate di sommità fiorite essiccate e contuse, fatte bollire in 2 litri di acqua per qualche minuto e lasciate a riposo per una mezz' ora.

Si cola attraverso tela, spremendo il residuo, nella vasca già preparata per il bagno.

Indicato negli stati di affaticamento, dolori muscolari e dolori reumatici.

FARE MOLTA ATTENZIONE ALLA SENSIBILITA' INDIVIDUALE.

Pomata anticellulite:

Hedera helix estratto o alcolaturo gr. 5

Origano essenza gocce XX

Lanolina gr. 20

Vaselina o strutto gr 40

Origanum vulgare L.

il Valnet la consiglia nella cura di celluliti dolorose e come pomata antireumatica.

DOMENICA

s Nestore

26

Le solite le proprietà medicinali di questa
 specie, usata, anche con infusione, effuso
 balsamico ed espettorante; molto an
 effuso l'antidoto e diminuisce la
 febbre, così la quantità di sangue
 perenni nel tempo, e si infonde
 le due proprietà di diminuire la
 sudorazione dovuta a dilatazione ^{cutanea} perenni,
 Utile in caso di malore con alterazione
 dello stomaco o la mente
 In conclusione quindi la sterne
 che ~~non~~ soffre della conoscenza e
 coltore, durante il periodo menstruale,
 dopo visite molto, terapeutica
 24 escludere patologie per colore,
 prima di porre all'uso degli
 infusi rari, per prevenire
 la malattia le solite; per

FEBBRAIO

L	6	13	20	27
M	7	14	21	28
M	1	8	15	22
G	2	9	16	23
V	3	10	17	24
S	4	11	18	25
D	5	12	19	26

ORIGANUM MAJORANA L.**Maggiorana**

La droga è contenuta nelle sommità fiorite, raccolte da Luglio a Settembre, recidendo la pianta 10-15 cm sotto le stesse, evitando la parte basale lignificata.

Le parti recise si raccolgono in mazzi e si espongono ad essiccare in luogo ombroso, areato e asciutto e si conservano in recipienti di vetro o porcellana.

Come principio attivo contiene un olio essenziale che viene estratto per distillazione in corrente di vapore acqueo.

Trova un particolare impiego anche nella cucina mediterranea, è usata in liquoreria, nella preparazione industriale di alimenti e conserve e in profumeria.

Le proprietà aromatiche sono unite alla proprietà di stimolo dell' appetito, agisce sull' apparato intestinale normalizzando i processi digestivi, blocca le fermentazioni intestinali, attenuandone le contrazioni dolorose.

Usata in infuso, è utile per attenuare le crisi dolorose all' intestino, contro le nevralgie, mal di testa, e rivela proprietà favorevoli l' eliminazione del catarro.

Uso interno. Contro dolori addominali, digestioni difficili, tosse o raffreddore.

Infuso:	sommità fiorite ed essiccate	gr.	1
	acqua bollente	cc	100

tappare il recipiente per 10 minuti poi filtrare.

Una tazzina quando occorra.

Tintura:	sommità fiorite secche e sminuzzate	gr.	20
	alcool etilico 30	cc	80

tenere a macero per 5 giorni poi colare e filtrare.

Da 10 a 20 gocce su una zolletta di zucchero quando occorra.

Tintura vinosa:

droga essiccata	gr,	20
vino bianco secco	cc	1000

a macero per 5 giorni e poi filtrare.

Un bicchierino da liquore dopo i pasti o quando se ne presenti l' occasione.

Origanum majorana L.

L' infuso di Maggiorana, addolcito con miele, è sempre stato usato dai cantanti per preservare la voce.

Per uso esterno.

Suffumigi ed inalazioni di infuso: droga essiccata gr. 5
acqua bollente cc 100

Consigliato come rimedio sintomatico del raffreddore perché contribuisce a liberare il naso dal muco.

Tale infuso può essere usato anche per l' acqua del bagno o per applicare impacchi sulle parti doloranti.

N.B. Giova ricordare che, come si usa fare con tutte le piante che contengono oli essenziali, anche la Maggiorana non si discosta da questa regola e, prima di usarla, sarebbe opportuno verificare la sensibilità individuale provando la preparazione che si intende adoperare, su alcune piccole zone di epidermide.

MENTHA PIPERITA L.**Menta**

Come tutte le Labiate, anche la Menta ha il fusto a sezione quadrata. La droga è raccolta nelle foglie e nelle sommità fiorite. Le foglie si raccolgono quando hanno raggiunto le dimensioni ottimali, le sommità fiorite ad Luglio ad Agosto, recidendo la pianta da 10 a 20 cm sotto l' infiorescenza.

Si espone la droga ad essiccare all' ombra e si conserva in vasetti di vetro.

Principi attivi costituiti da un olio essenziale composto da: mentolo, mentone, mentofurano e terpeni; sostanze amare e poche resine.

La Mentha piperita sembra sia derivata da un' ibridazione naturale tra due varietà di Mente, la "viridis" e l' "aquatica" ed è estesamente coltivata per l' estrazione dell' olio essenziale.

La Mentha piperita ha proprietà analoghe a quelle della Mentha aquatica, e oltre a normalizzare la secrezione gastrica, sembra stimolare anche la secrezione biliare.

Viene usata all' esterno per antisettico delle vie aeree, per purificarle e decongestionarle nel caso di raffreddori e sinusiti.

Messa sulla pelle o sulle mucose, produce una blanda azione analgesica e antinevralgica, dovuta al fatto della sensazione di freddo provocata dalla sua azione sulle terminazioni nervose superficiali.

Uso esterno.

Infuso:	droga essiccata	gr.	5
	acqua bollente	cc	100

tenerla in infusione in recipiente tappato 10-12 minuti e filtrare. Indicato per sciacqui, gargarismi, lavaggi, applicazioni di compresse imbevute di infuso sulle parti interessate.

Inalare i vapori che si sviluppano gettando dei pizzichi di foglie essiccate in una catinella di acqua bollente, tappandosi gli occhi per evitare irritazioni, è utile per pruriti, infiammazioni delle mucose e delle vie aeree, gli

Mentha piperita L.

arrossamenti della cute, per l' alito cattivo.

Per combattere i dolori reumatici o nevralgici, è utile una tintura fatta con:

foglie e sommità fiorite essiccate	gr.	20
alcool etilico a 70	cc	100

tenere a macerare per 8 giorni poi filtrare. Fare frizioni sulle zone doloranti (è irritante per gli occhi e le mucose). Gli infusi di Menta fatti come detto sopra, hanno una funzione tonificante, rinfrescante e leggermente astringente su pelli irritabili.

Un bagno decongestionante e rinfrescante si potrà ottenere con una manciata di foglie essiccate infuse in acqua bollente aggiungendo poi l' infuso all' acqua calda della vasca da bagno.

MERCOLEDÌ

s. Giovanni di Dio

outti unione sono più grille
 stomacchi, cioè ventricolo e
 fegato e la digerzione, auto fermentazione
 e colera etc. - Però le indigestioni 8
specifiche per la malattia e per la funzione 9
 che hanno la tendenza ad avere una 10
funzione non in particolare stomaco, 11
dopo l'ingestione, per non che venisse, 12
mentre sono curiosi o deprimi, 13
De notare per che la funzione 14
è ed in questo con specifico che 15
una efficienza meravigliosa 16
può essere a disegno - 17

MENTHA AQUATICA L.

Menta

La droga è contenuta nelle foglie e nelle sommità fiorite.

Le foglie si raccolgono in Maggio-Luglio, solo quelle più belle, verdi e sane, le sommità fiorite in Luglio, recidendo la porzione erbacea della pianta.

Le foglie si dispongono ad essiccare in strati sottili su graticci e le sommità fiorite legate a mazzi, in luogo ombroso ed areato e si conservano ambedue in vasetti di vetro o di porcellana al riparo dalla luce.

I principi attivi sono: un olio essenziale costituito da mentolo, cineolo, mentofurano e terpeni; resine e sostanze amare. E' una delle specie di Mente più usate e conosciute dal punto di vista aromatico ed erboristico. Sia nel settore farmaceutico che alimentare, trova largo impiego per il suo olio essenziale che ha una nota aromatica particolare.

Le prerogative particolari della Mentha aquatica, sono quelle caratteristiche possedute da quasi tutte le Mente, cioè di stimolare la secrezione gastrica, bloccare le fermentazioni intestinali, attenuare spasmi e dolori colici, sedare nausea e vomito.

Ha un certo potere antimicrobico, che viene sfruttato per uso esterno ed interno, e per uso esterno rivela proprietà leggermente analgesiche, rinfrescanti e antipruriginose.

Le preparazioni con Mentha aquatica pur risultando innocue anche a dosi abbastanza larghe, possono dare fenomeni di intolleranza gastrica se usate in quantità troppo elevata e per periodi di tempo prolungati.

Va tenuto conto anche della sensibilità individuale, perché in alcuni soggetti provoca insonnia.

L'azione analgesica sullo stomaco e sull'intestino è dovuta al fatto che diminuisce il tono della muscolatura liscia e le peristalsi del tubo gastroenterico.

Tutto quello che diremo per questo tipo di Mentha, vale naturalmente per le altre specie, tenendo presente che essendo la "aquatica", la "viridis" ecc le specie spontanee, mentre la

Mentha aquatica L.

"piperita" è specie coltivata, la maggior parte della farmacologia è descritta per quest' ultima.

Uso interno.

Infuso, per favorire la digestione, sedare i dolori, bloccare le fermentazioni intestinali, facilitare il funzionamento dell' apparato digerente.

foglie di <i>Mentha</i> essiccate e sminuzzate	gr. 2
acqua bollente	cc 200

tenere in infusione in recipiente ben tappato, possibilmente a chiusura ermetica per 15 minuti, colare spremendo il residuo filtrare e zuccherare.

Una tazzina o due dopo i pasti principali, meglio se calda.

Contro la nausea, il mal di testa, i dolori intestinali.

Tintura:	droga essiccata e sminuzzata	gr. 20
	alcool etilico a 70	cc 100

tenere a macerare per 8 giorni, colare, filtrare e conservare in luogo fresco, in boccettine di vetro scuro e al riparo dalla luce. Se ne prendono uno o due cucchiaini diluiti in una bevanda tiepida, quando occorra, particolarmente nelle cefalee.

Oppure: XV-XXX gocce pro dose, su una zolletta di zucchero o diluite in acqua, tre volte al giorno.

Estratto fluido: XX-L gocce pro dose tre volte al giorno (1 grammo = L gocce circa) massimo da 2 a 4 grammi al giorno.

Essenza: da due a cinque gocce in acqua calda zuccherata o su una zolletta di zucchero due o tre volte al giorno.

Dose media XV gocce pro die, massima XXXV gocce.

Tintura vinosa:	droga essiccata e sminuzzata	gr 20-30
	vino bianco generoso	cc 1000

fare macerare per 8-10 giorni, colare spremendo il residuo e filtrare accuratamente, conservando poi in bottiglie di vetro scuro, ben tappate e in luogo fresco.

Un bicchierino quando occorra. Secondo il Poletti, preso prima di coricarsi, concilia il sonno, e fa bene in caso di cattiva digestione.

Uso esterno:

qualche goccia di essenza di *Mentha* sulle tempie allevia i dolori dell' emicrania e, al 50 % in olio è indicata per

Mentha aquatica L.

frizioni in caso di dolori reumatici.

Sia il vino di *Mentha piperita* L. che quello di *Mentha aquatica* L., presi dopo i pasti hanno dimostrato benefici effetti sull' "aerofagia" (deglutizione abituale di aria nello stomaco, riespulsata con eruttazioni alquanto rumorose), ed anche sulla "flatulenza" (eccessiva fermentazione di gas nello stomaco). Utile anche in caso di raffreddore.

Vino composto di *Mentha* (digestivo):

droga essiccata di <i>Mentha piperita</i>	gr.	25
droga essiccata di foglie di <i>Melissa</i>	gr.	15
droga essiccata di <i>Genziana</i>	gr.	20
fiori essiccati di <i>Matricaria Chamomilla</i>	gr.	15
vino tipo Marsala secco	cc	1000

macerare per 10 giorni poi colare spremendo e filtrare.

Un bicchierino dopo i pasti principali.

Preferisco un infuso
Infuso - un po' con due volte
 di foglie essiccate e spiccate, in
 infusione per 15' in una tazzina di
 the bollente. Come bevanda
 al tè -

MARZO				
L	6	13	20	27
M	7	14	21	28
M	8	15	22	29
G	2	9	16	23
V	3	10	17	24
S	4	11	18	25

Lavandula angustifolia Miller
Lavandula spica L.

LAVANDULA ANGUSTIFOLIA Miller

LAVANDULA SPICA L. sinonimo

Spigo

La droga è contenuta nei fiori, e le infiorescenze si raccolgono all' inizio della fioritura (Giugno-Luglio), recidendole alla base.

Si fanno essiccare raccolte in mazzi, in luogo ombroso e ventilato, e quando i fiori sono ben secchi, si separano dal peduncolo, stropicciandoli tra le mani.

I fiori così raccolti si conservano in vasetti di vetro al riparo dalla luce.

Gli autori moderni non sono tutti d'accordo sull' uso della Lavanda: alcuni la consigliano sia nella medicina ufficiale che in quella domestica e popolare, altri autori consigliano di usarla con molta cautela per uso interno e mai, quando ci si trova in presenza di uno stato infiammatorio. (Boni-Patri)

Questi autori la usano personalmente da vari anni, sono soliti approntarsi per uso personale tutte le preparazioni erboristiche, in certo qual modo siamo in disaccordo perché io a livello personale preferisco gli estratti e la tintura, ma la cosa certa è che quando una pianta non si usa personalmente, diventa difficile consigliarla ad altri.

I principi attivi sono costituiti da un olio essenziale, composto da: (linalolo, geraniolo, borneolo, cineolo, acetato di cinalile), cumarine, acido ursolico e rosmarinico.

Per uso interno le preparazioni di fiori di Lavanda sono soprattutto sedativi e antispasmodici, calmano il mal di testa, i crampi intestinali, le nausee, il vomito ed il singhiozzo.

Somministrata in infuso, la Lavanda fluidifica la bile e aiuta il fegato.

Infuso:	fiori essiccati di Lavanda	gr,	1
	acqua bollente	cc	100

tenuta in infusione per 10 minuti, poi colare e filtrare.

Lavandula angustifolia Miller
Lavandula spica L.

A tazzine quando occorra, al massimo tre al giorno evitando un uso prolungato. Usata come coleretico e blando sedativo.

DOMENICA
s. Massimiliano
12

26 Palermo

(8)

O Ri Botto Vulger L -

8

Le droghe i carottere degli uomini, fante

che si vedono in gruppo - agere, primo

10

La meglio per se fieri i agere, secondo

di fante: 10. 20 con vino. l'infusione

12

ed evitare la parte agere

13

Si estriccano le uomini, unire e

14

meno, all'ordine in locali venute,

15

conservatori: in recepimento. in

16

vero o porcella

17

Perse per se stessi con vino

18

usando emulsion (T. mob. conservato

19

Infusione). Molto usata in tutte

l'area mediterranea, per il crono

Tanto da essere usata nelle cucine

MARZO

dermatite, indurisce alcune

liquore i profumi

L	6	13	20	27
M	7	14	21	28
M	1	8	15	22
G	2	9	16	23
V	3	10	17	24
S	4	11	18	25

Cicorium intybus L.

CICORIUM INTYBUS L.

In Toscana Cicoria o più spesso Radicchio.

La droga è contenuta nelle radici e nelle foglie. Le radici si raccolgono in Settembre_Ottobre da piante di un anno, oppure nella Primavera successiva, prima che la pianta entri nella fase vegetativa attiva.

Le foglie si raccolgono al secondo anno di vegetazione, in Maggio-Giugno, prima della fioritura.

Principi attivi: nelle radici sono contenute sostanze amare, inulina e sali minerali, nelle foglie, acido dicaffeiltartarico.

Le radici si essiccano al sole dividendo le più grosse per lungo e si conservano in sacchetti di carta o di tela, al riparo dall'umidità, le foglie si essiccano all'ombra e si conservano nello stesso modo delle radici.

Le radici torrefatte e macinate, si usano come surrogato del caffè, ed è bevanda di gusto assai gradevole, e non possedendo i difetti del caffè, è preziosa per l'organismo, apportando a questo i preziosi sali minerali che possiede.

Le foglie vengono consumate come insalata.

L'infuso di foglie essiccate stimola le funzioni dell'intestino, del fegato, dei reni, ha un effetto depurativo e disintossicante generale che si riflette sulla pelle.

Tali proprietà delle foglie, possono essere sfruttate per uso alimentare, consumandole regolarmente crude in insalata, o cotte, con il vantaggio di sfruttarne anche il contenuto in sali o vitamine.

Infuso:	foglie essiccate di Cicoria	gr.	2-3
	acqua bollente	cc	100

lasciare le foglie in infusione per 15 minuti a recipiente coperto, poi filtrare.

Una tazzina o due prima dei pasti. Per chi soffre di stitichezza, può essere utile prendere due tazze d'infuso la mattina a digiuno.

Succo di foglie o di foglie e radici, ottenuto pestando in un mortaio alcune manciate di foglie e di radici di Cicoria mettendole in una tela robusta e spremendo.

Fino a 150 grammi al giorno bevuto puro a bicchierini o

diluito in acqua.

Decotto: radici essiccate di Cicoria gr. 4
 acqua bollente cc 100

bollire per 5 minuti, tappare il recipiente e lasciare in infusione per 15 minuti, poi filtrare.

Bere una tazza prima dei pasti, per depurare l' organismo, oppure una tazza al mattino a digiuno contro la stipsi.

Tintura vinosa:

 radici essiccate e sminuzzate gr. 30-50
 vino bianco di buona gradazione cc 1000

a macero per 15 giorni, poi colare spremendo il residuo e filtrare. Uno o due bicchierini al giorno prima dei pasti principali, nell' inappetenza e nelle malattie della pelle.

La tintura vinosa è risultata utile anche nella cura dell' anemia e nell' insufficienza epatica. A cucchiaini durante la giornata.

Un buon sciroppo depurativo si prepara con:

estratto fluido di radici di Bardana (*Arctium Lappa*) gr 30
estratto fluido di radici di Cicoria gr 30
sciroppo semplice gr 140

Utile nei casi di foruncolosi, eczemi ed altre eruzioni cutanee, da prendere a cucchiaini avanti la colazione del mattino e prima dei pasti principali.

TARAXACUM OFFICINALE Web.

Nomi locali: Tarassaco, Dente di leone, Soffione.

La droga è contenuta nel rizoma.

Si raccoglie in Febbraio o in Autunno (Settembre-Ottobre), prima che la pianta fiorisca, si lava per eliminare la terra, si tagliano le radichette laterali e si essicca al sole oppure in forno, o meglio su stufe a temperatura moderata. Si conserva in vasi di vetro o in sacchetti di carta o tela.

Del Tarassaco le foglie vengono consumate cotte come gli spinaci o crude nelle insalate.

I principi attivi presenti nel Tarassaco sono costituiti da: Carotenoidi, fitosteroli, colina e tannini e da un principio fortemente amaro, la taraxacina e un alcaloide, la taraxina, contenuti solo nelle radici.

E' una piccola pianta erbacea che cresce spontaneamente ed in abbondanza specialmente nei prati di quasi tutto il mondo, ha foglie lunghe strette, dentellate in maniera ineguale, tutte in rosetta basale, così attaccate al suolo tanto da soffocare le altre pianticelle che vivono accanto. E' considerata da molti una "malerba", una pianta cioè che infesta la colture.

Le foglie hanno un sapore tanto amaro da essere ripudiate anche dagli animali.

La radice bianca internamente ma ricoperta da una pellicola bruna, può raggiungere la lunghezza anche di 50 cm tanto da nutrire la pianta anche nei periodi di siccità ed anche tagliata ad una certa profondità si riproduce facilmente.

Pur avendo un aspetto tanto umile è una pianta forte e tenace, capace di sopravvivere in quasi tutti i climi temperati. Fiorisce per tutto l'anno, e in tutta la pianta scorre un lattice bianco, abbondante assai amaro, ricco di vitamine e sali minerali.

La pianta raccolta a Primavera, contusa e pressata, permette di raccogliere il succo da prendere un cucchiaino prima dei pasti due o tre volte al giorno.

Le foglie crude mangiate in insalata si combinano bene

con l' uovo sodo che mitiga il sapore amaro.

Dalla radice torrefatta si ricava un surrogato del caffè.

Le foglie sono citate nella lunga storia della fitoterapia, particolarmente interessante è la relazione del Dottor Boudens, medico in capo della spedizione francese della guerra di Crimea del 1854-1855. Il dottore aveva notato che fra le truppe vi erano molti soldati afflitti da un male che si manifestava con stanchezza eccessiva, secchezza della pelle, con formazione di macchie rosse dovute ad emorragie interne, colorazione rossa delle urine, gengiviti, dolori reumatoidi lombari, al torace ed alle articolazioni.

Questa malattia aumentava d' Inverno mentre diminuiva d' Estate e tale comportamento non trovava altro riscontro, se non con il grande consumo che i soldati facevano delle foglie di Tarassaco, che venivano raccolte e mangiate.

La vitamina "C" non era stata ancora scoperta, un' utile cura efficace in particolare contro tale malattia definita "scorbuto".

Recenti ricerche hanno confermato che il Tarassaco ha proprietà coleretiche e colagoghe, utili in caso di itterizia, calcoli biliari, ed in genere in ogni insufficienza epatica.

La sua attività diuretica e sudorifera non è stata ancora bene accertata mentre sono state confermate le attività amare e digestive, utili contro l' inappetenza e la dispepsia.

Da tenere anche ben presente che è molto utile come blando lassativo e lenitivo delle infiammazioni emorroidali, specie se consumato come succo fresco.

Contro le macchie cutanee da rossore, cioè le efelidi, viene usato il decotto di fiori, ottenuto facendo bollire a lungo un pugno di fiori in un litro di acqua, filtrando poi per garza e lavandosi il viso mattina e sera, continuando l' operazione per alcuni giorni. Il decotto va preparato giornalmente, meglio se preparato al momento dell' uso.

Uso interno:	droga essiccata	gr.	5-15
	acqua	cc	100

bollire per 5 minuti e lasciare in infusione per 15 minuti poi filtrare. Una tazza due o tre volte al giorno, prima dei pasti.

Taraxacum officinale Web.

Estratto fluido: 1-6 grammi due o tre volte al giorno, prima dei pasti.

Macerato: radici fresche pestate in un mortaio e macerate in acqua per 8 ore. Due tazze al giorno (Negri).

Tintura: radici fresche pestate gr. 20
alcool etilico a 20 cc 80

lasciare a macero per 10 giorni e poi colare spremendo e filtrare. Tre o quattro cucchiaini al giorno lontano dai pasti.

Per ottenere alcool a 20 , si mescolano 176 grammi di alcool a 95 con 824 grammi di acqua distillata.

Tintura vinosa: radici essiccate e sminuzzate gr 5-10
Vino bianco secco cc 1000

a macero per 10 giorni poi filtrare. A bicchierini due o tre volte al giorno , prima o durante i pasti.

Sciroppo: (reperibile in farmacia)

estratto fluido gr. 10
sciroppo semplice gr. 90

mescolati insieme. Due o tre cucchiaini al giorno.

N.B. IMPORTANTE

Le foglie di *Taraxacum officinale*, ma soprattutto le radici, consumate fresche possono provocare in soggetti debilitati serie irritazioni intestinali.

Se ne sconsiglia pertanto il suo uso in presenza di infiammazioni del tubo gastroenterico.

CYNARA SCOLYMUS L.

Carciofo, Mazza ferrata.

La droga è contenuta nelle foglie e nel rizoma.

Le foglie si raccolgono in Aprile-Maggio, prima della fioritura, recidendole alla base.

Il rizoma, con le radici carnose in Luglio-Agosto, scavando con la vanga e lavandolo per togliere la terra tagliandolo poi a fettine dello spessore di un cm.

Le foglie si essiccano all' ombra, disponendole in strato sottile su graticci, le radici e il rizoma al sole.

Le foglie si conservano in sacchetti di tela o di carta, il rizoma in vasetti di vetro.

Principi attivi.

I responsabili dell' azione farmacologica del Carciofo sono la cinarina e l' acido caffeico.

Tutte e due le sostanze hanno azione coleretica, cioè stimolano la quantità di bile prodotta dalla cistifellea e azione colagoga, cioè contemporaneamente cresce in modo molto più netto la quantità di acidi biliari e di colesterolo espulso con essi.

Cinarina ed acido caffeico sono poi due principi attivi che riducono in modo sensibile il tono di colesterolo e di trigliceridi nel sangue, come è stato dimostrato da esperimenti farmacologici.

Ricercatori inglesi hanno osservato che in seguito alla somministrazione di un infuso di Carciofo, una ripresa delle attività del cuore, un' azione antitossica contro varie sostanze, un aumento della resistenza dei capillari sanguigni, per la presenza dei composti flavonici ed una maggiore velocità di coagulazione del sangue.

La cinarina e l' acido caffeico si sono dimostrati capaci di migliorare il cosiddetto fegato grasso (Steatasi epatica) di attivare la sintesi di sostanze proteiche, di proteggere dai danni conseguenti ad una super alimentazione, di limitare la sintesi del colesterolo endogeno.

E' inutile sottolineare che l' impiego erboristico e medicinale del Carciofo non usa la gustosa parte florale, ma

Cynara scolymus L.

si usano le foglie che in cucina vengono scartate. Si riconosce anche al Carciofo la proprietà di stimolare la diuresi, e tale effetto unito a quello disintossicante, ha anche un effetto esteriore, in quanto l'effetto depurativo contribuisce a mantenere la pelle sana e luminosa.

Per uso esterno il decotto di Carciofo ottenuto con il 2-3 % di foglie, fatte bollire per 10 minuti, colato, filtrato, e applicato sulla pelle con delle garze imbevute, è utile per normalizzare le "pelle gialla" o per foruncoli dei soggetti epatici.

Uso interno:

foglie essiccate di Carciofo	gr.	4-6
acqua	cc	200

bollire per 10 minuti, colare e filtrare. Due o tre tazze al giorno prima dei pasti, come diuretico, depurativo, epatoprotettore. Il decotto ha un sapore decisamente amaro, e anche indolcito, ha sempre un sapore amarissimo che ne limita l'uso.

Decotto di rizoma: da prendere a tazzine prima dei pasti come diuretico ed aperitivo.

Rizoma essiccato e contuso	gr.	2-3
acqua	cc	100

bollire per 10 minuti e filtrare.

Estratto fluido di foglie: 1 grammo = 50 gocce

Da 50 a 100 gocce due o tre volte al giorno prima dei pasti.

(al massimo da 4 a 10 grammi al giorno).

Tintura:

foglie essiccate	gr.	20
alcool etilico 60	cc	80

macerare per 10 giorni e filtrare. Un cucchiaino prima dei pasti.

Sciroppo:

estratto fluido	gr.	10
sciroppo semplice	cc	90

amalgamare bene, un cucchiaino prima dei pasti.

Tintura di vino:

rizoma essiccato e sminuzzato	gr.	20
vino bianco secco	cc	1000

a macero per 10 giorni poi filtrare. Un bicchierino prima dei pasti come aperitivo, diuretico e contro gli acidi urici.

Tintura vinosa:

Cynara scolymus L.

foglie essiccate e contuse	gr.	50
vino bianco di buona gradazione	cc	1000

a macerare per una decina di giorni poi filtrare.

Un bicchierino prima dei pasti.

Vino composto di Carciofo, utile in presenza di foruncoli in faccia tipo "acne", cioè in presenza di affezioni infiammatorie dei follicoli pilosebacei. Questo inconveniente si manifesta di solito nell'età della pubertà con "brufoli", "comedoni", "piccole cisti", ecc.

foglie di Carciofo essiccate	gr.	20
radice di Rabarbaro	gr.	15
corteccia di Frangola (2 anni)	gr.	15
vino bianco secco	cc	1000

tenere a macero per una settimana poi colare e filtrare.

Un bicchierino dopo i pasti.

Vino composto di Carciofo per la calcolosi biliare, da prendere su consiglio medico.

foglie di Carciofo essiccate	gr	30
semi di Finocchio (Foeniculum vulgare)	gr.	25

foglie di Boldo	gr.	15
vino tipo Marsala	cc	1000

tenere a macerare per una settimana poi filtrare e conservare ben tappato in luogo fresco.

Un bicchierino (30-35 cc circa) prima dei pasti.

Preparazione utile in presenza di aria in pancia con gonfiore dopo mangiato, o di urine di colore rosso.

estratto fluido di Carciofo	parti	1
estratto fluido di Gramigna	parti	3

L- gocce prima o durante i pasti.

Le piante che abbiamo trattato, Cicoria, Carciofo e Tarassaco si usano tra quelle droghe ad azione calmante, oltre ad una azione disintossicante come la Cicoria.

CONTROINDICAZIONI.

Stimolano ad una maggior funzionalità, l' epaticità e quindi sono categoricamente controindicati in tutti i casi in cui la cellula epatica è già sotto sforzo e sofferente e in preda ad uno stato flogistico e degenerativo.

Cynara scolymus L.

Infatti l' ulteriore stimolo apportato dal coleretico può far precipitare la situazione, costringendo l' epatocite ad un lavoro che non può sopportare e causare danni irreversibili nel parenchima epatico.

In tali evenienze, sono indicati i protettori epatici, tipo Cardo mariano e Melanzana.

Sono indicati in caso di deficienze funzionali dell' epaticità, non dipendenti da stati infiammatori; il loro uso è legittimo nei casi di grave stasi intraepatica, cioè in presenza di itterizia, da ostruzione intraepatica. di affezioni delle vie biliari, ma con parenchima epatico perfettamente sano, per drenare le vie biliari fluidificare la bile, sminuzzare piccoli calcoli.

Il Tarassaco e la Cicoria rientrano poi nel gruppo degli amari salini cioè che stimolano la secrezione cloropeptica, e per i principi anche in essi contenuti, che per la elevata quantità di sali che contengono.

Sono cioè degli eupeptici, ossia fanno digerire bene.

Il Rosmarino e la Salvia stimolano la mucosa gastrica con una diretta stimolazione delle ghiandole gastriche, o tramite una iperemia della mucosa gastrica, devono essere considerati eupeptici e il meccanismo diretto agente per via fisica, come del resto l' alcool, in soluzione acquosa fino a 20-25 , perché in concentrazioni più elevate inattiva le pepsine.

Olio d' Oliva (*Oleum Olivaceum*) per facilitare lo svuotamento della cistifellea. Da due a quattro cucchiaini puro, la mattina a digiuno.

Uovo (tuorlo) **controindicato** a chi ha il tasso di colesterolo alto. Due tuorli d' uovo presi al mattino a digiuno con sale e limone.

CALENDULA OFFICINALIS L.

Calendula

Droga contenuta nei capolini, sommità fiorite, foglie.

I fiori e le sommità fiorite si raccolgono in Aprile-Giugno ed in Settembre-Novembre.

I capolini si recidono appena sotto la loro inserzione sul fusto, le sommità fiorite si ottengono raccogliendo i rametti quando la maggior parte dei capolini è sbocciata.

Le foglie si raccolgono da Marzo a Novembre, staccandole una per una.

Tutte le parti della pianta si essiccano all'ombra e in luogo areato, disponendole in uno strato sottile su dei graticci e rimuovendole spesso.

Si conservano in vasetti di vetro scuro o porcellana al riparo dalla luce.

I principi attivi sono costituiti da: olio essenziale, carotenoidi, caroteni, calendulina, flavoni, mucillagini, resine, saponine, un principio amaro.

Per uso interno l'azione principale della Calendula è quella coleretica, per la sua capacità di stimolare la cellula epatica, di fluidificare, le secrezioni biliari. Ha anche un'azione molto energica come regolatrice delle mestruazioni, e calmante dei loro dolori.

Per uso esterno possiede eccellenti proprietà antisettiche e cicatrizzanti, e molto valida per contusioni e pelli arrossate e infiammate.

Indicazioni specifiche. (Boni e Patri)

Nodi linfatici infiammati, cisti sebacee, lesioni infiammatorie della pelle, acute o croniche.

Ulcera duodenale. Il Valnet sostiene che è efficace in caso di tumori dello stomaco e dell'utero.

Preparazioni per uso interno: preparare un infuso al 5 % e lasciarlo in infusione per 10 minuti.

Una tazza tre volte al giorno prima dei pasti, indicata specialmente per calmare i dolori mestruali in mestruazioni dolorose. Iniziare la cura per lo meno una decina di giorni prima della comparsa del ciclo.

Calendula officinalis L.

Tintura: capolini essiccati di *Calendula* gr. 20
alcool etilico a 70 cc 80

tenere a macero per 5 giorni e filtrare. 2-4 grammi al giorno

Estratto fluido: 1 grammo = XL gocce
X-XXX gocce tre volte al giorno
massimo 1-2 grammi al giorno.

Sciroppo: estratto fluido gr. 10
sciroppo semplice gr. 90

un cucchiaino da minestra tre volte al giorno.

Pomata alla *Calendula*:

estratto di <i>Calendula</i>	gr.	6
ossido di Zinco	gr.	10
lanolina	gr.	10
vaselina	gr.	10

consigliata per ferite, ulcere, bruciature, pelle, eczemi, impetigini.

Per la cura del raffreddore il Valnet consiglia un decotto di fiori e foglie di *Calendula* al 3 %, 5 tazze al giorno.

Un decotto al 6 % fatto bollire 10 minuti, è considerato efficace per piaghe, ulcere, ferite, ustioni, abrasioni (lavaggi o applicazione di impacchi).

Si consiglia per gli stessi impieghi, una soluzione al 10 % di tintura in acqua bollita.

SOLANUM MELONGENA L.**Melanzana**

La droga è contenuta nella buccia e si ottiene staccandola con un coltello dai frutti, lasciandovi attaccata parte della polpa sottostante.

La buccia si usa normalmente fresca, ma si può essiccare all'ombra conservandola poi in sacchetti di carta o di tela.

I principi attivi della Melanzana sono:

sostanze cinarinosimili, acido clorogenico e caffeico, aminoacidi, vitamine "A", "B", "C".

Negli ultimi anni alcuni studiosi hanno appurato che la Melanzana ha proprietà coleretiche e colagoghe, capace di ridurre il tasso di colesterolo nel sangue, stimola la diuresi e favorisce l'eliminazione di scorie azotate.

Ha pertanto un'azione depurativa generale che permette di disintossicare e riabilitare l'organismo dopo malattie o trattamenti con antibiotici.

E' considerata altresì una droga disintossicante e protettiva del fegato.

Uso interno; come depuratore dell'organismo, per alleviare il fegato e stimolare la diuresi, si consiglia un decotto di:

buccia fresca di Melanzana	gr.	5
acqua	cc	100

bollire 5 minuti e lasciare in infusione per 15 minuti a recipiente tappato.

Una tazza tre volte al giorno.

Estratto fluido: XL gocce due o tre volte al giorno.

Tintura:	buccia di Melanzana essiccata	gr.	20
	alcool etilico a 70	cc	100

macerare per 10 giorni poi filtrare.

Un cucchiaino da dessert tre volte al giorno.

Tintura vinosa:	buccia essiccata di Melanzana	gr,	50
	vino rosso di buona gradazione	cc	1000

tenere a macero per 10 giorni e poi colare e filtrare.

Un bicchierino prima dei pasti.

Decotto di buccia essiccata al 2,5 %, e tintura con alcool a 20 . Le foglie si usano allo stato fresco contuse e

Solanum melongena L.

ridotte in poltiglia per applicazioni su articolazioni doloranti per dolori reumatici, mialgie e nevralgie. E' consigliabile spalmare la poltiglia su due teli prima di applicarla.

I frutti della Melanzana sono noti nell' industria alimentare, ma non altrettanto sfruttati dalla medicina popolare per uso terapeutico, perché la Melanzana non è pianta indigena, ma importata dall' Asia verso il XV secolo e per questo non abbastanza sperimentata dai fitoterapisti e dai medici dei tempi passati.

Uso esterno:

Si taglia la Melanzana a piccoli pezzetti e si cuociono in olio di Oliva di pari peso, fino a che tutta l' acqua contenuta non sia evaporata. La pastetta così ottenuta si mette in una robusta tela e per pressione se ne sprema tutto il succo. Aggiungiamo al liquido ottenuto, un cucchiaino di solfato di Rame, 20 grammi di cera vergine e facciamo sciogliere tutto a fuoco moderato.

Versarlo ancora caldo in un vasetto di vetro scuro e conservarlo in luogo fresco e al riparo dalla luce.

Serve in tutti i casi di infiammazioni emorroidarie. Evitare l' applicazione se le emorroidi sono sanguinanti.

CNICUS BENEDICTUS L.

Il cardo benedetto cresce sporadicamente nelle regioni centrali e meridionali, in terreni aridi e soleggiati, ma viene soprattutto coltivato per usi farmaceutici.

La pianta viene raccolta prima che i fiori siano completamente aperti, da Maggio a Giugno. Si essicca all'ombra e si conserva in sacchetti di carta o di tela, tagliata a pezzetti di una decina di centimetri.

La droga è costituita dalla porzione aerea della pianta.

I principi attivi contenuti sono: cnicina, sostanze amare, olio essenziale, sali minerali, tannini, mucillagini, resine, vitamina "A".

Come il Tarassaco e la Cicoria, il Cardo benedetto è considerato un amaro salino, utile per stimolare l'appetito in caso di atonia gastrica e favorisce la digestione e la diuresi, depura l'organismo.

L'uso è sconsigliato nei casi di infiammazione renale, gastrointestinale, e nei casi di iperacidità gastrica.

Inoltre, ad alte dosi, provoca bruciori alla bocca dell'esofago, ed anche vomito.

Per favorire la digestione, stimolare l'appetito, aumentare la diuresi, depurare l'organismo.

Infuso:	droga essiccata	gr	20
	acqua bollente	cc	1000

tenere in infusione per 10 minuti e poi filtrare.

Una tazza pro dose tre volte al giorno, prima dei pasti.

Tintura:	droga essiccata e sminuzzata	gr.	20
	alcool etilico a 65	cc	100

tenere a macero per 5 giorni e poi colare e filtrare.

V-X-XX gocce tre volte al dì prima dei pasti come eupeptico, dopo i pasti per favorire la digestione.

Tintura vinosa: macerare per 5 giorni in un litro di buon vino rosso o Marsala, 100 grammi di droga essiccata e contusa in un mortaio, colare e filtrare.

Un cucchiaino due o tre volte al giorno, prima dei pasti, anche come ricostituente.

Contro le "febbri maltesi" un autore, A. Raybaud, consiglia un decotto preparato con una manciata di capolini di Cardo benedetto, fatti bollire i 3/4 di vino rosso finché il vino si sia ridotto a 1/2 litro. Raffreddare e filtrare. Una tazza al mattino ed una alla sera.

DOMENICA

s Maria Cleofe

9

(12)

Thimus Vulgaris L.

erecta ^{regiam} palmen ^{mentis} ali-
me ^{regiam} palmen ^{mentis} ali-
me ^{regiam} palmen ^{mentis} ali-

perone e glorie

le drage = sommario

Ani recedono alla f. ^{erine}

in maggio - luglio recedendo i fiori

fiori 5-10 cm al di sotto del f. ^{erine}

evitando la parte inferiore

Le piante si riproducono certamente,

in luogo erboso, dopo un periodo

caldo, finché tendono a perdere la

foglia. Si possono anche ottenere

sommario e depurazione i fiori e

le foglie eliminate per via

di conservare in un recipiente

o di prelevare.

APRILE

L	3	10	17	24
M	4	11	18	25
M	5	12	19	26
G	6	13	20	27

DIPSACUS SILVESTER Huds.

Cardo dei lanaioli.

La droga è contenuta nella radice che si raccoglie da Settembre ad Ottobre dalle piante di un anno di vegetazione, si lava per togliere il terriccio e si taglia a pezzi lunghi circa 5 cm, e nelle foglie, che si raccolgono in Marzo-Aprile, prima della formazione dello scapo florale.

I principi attivi contenuti sono: sali di potassio, il glucoside scabioside, acido salicilico.

La radice, dal sapore amaro, facilita la depurazione del sangue e i processi digestivi, ha poteri rimineralizzanti, facilita la diuresi e la sudorazione.

Il nome comune della pianta deriva dal fatto che i capolini, per la loro forma e resistenza, venivano usati una volta per cardare e pettinare i tessuti di lana.

Il Cardo dei lanaioli, per le sue proprietà è utile ai gottosi, agli artritici e ai reumatici, e giova nelle affezioni di malattie della pelle.

Come depuratore dell' organismo e per aumentare la diuresi, è consigliato un decotto di radice al 2-3 % indolcito con miele. 3-4 tazzine al giorno.

Il Poletti consiglia un infuso di foglie e fiori.

Foglie di Cardo dei lanaioli essiccate	gr.	20
acqua bollente	cc	1000

tenere 15 minuti in infusione a recipiente tappato, poi filtrare. 4-5 tazzine al giorno.

Boni e Patri suggeriscono un decotto fatto con foglie al 2 % fatte bollire per 10 minuti. Una tazzina al mattino a digiuno

Tintura: (Poletti)	radice essiccata e contusa	gr	20
	alcool etilico a 95	cc	45
	acqua distillata	cc	35

tenere a macero per 10 giorni, colare spremendo il residuo e filtrare. Conservare in bottigliette di vetro scuro.

30-40 gocce due o tre volte al giorno, diluito in acqua.

Polvere: pestare in un mortaio o un macinacaffè, riducendola in polvere finissima ed omogenea, della radice essiccata di Cardo dei lanaioli.

Dipsacus sylvester Huds.

Due o tre cucchiaini al giorno, mescolata a miele o marmellata.

Per uso esterno si usa un decotto ottenuto facendo bollire per 15 minuti 50-60 grammi di radici o foglie essiccate in un litro d'acqua e lasciandolo a riposo per un quarto d'ora. Queste preparazioni sono molto utili ed usate in caso di eczemi, psoriasi, desquamazioni della pelle.

Si fanno lavaggi o si applicano impacchi sulle parti interessate.

Cichorium Intybus L. Cicerie

droghe: radici e foglie	8
	.
	9
	.
	10
	.
Le radici si raccolgono in settembre ottobre	11
de piante di un anno, oppure nelle	.
primavere successive, prima che le	12
piante entrino nelle fructificative o altre	.
Le foglie si raccolgono al secondo anno	13
di vegetazione, in maggio o giugno, prima	.
sulla fioritura.	14
	.
Principi attivi: santonina amara, inulina,	15
nelle radici sali minerali, Acido	.
di caffeil tannico (foglie)	17
Le radici si estraggono al sole, dividendo	.
per lungo la porzione, e conservare	18
in recipienti al riparo dell'umidità	.
Le foglie si estraggono all'ombra	19
	.

	APRILE				
L	3	10	17	24	
M	4	11	18	25	
M	5	12	19	26	
G	6	13	20	27	
V	7	14	21	28	
S	1	8	15	22	29

SYLIBUM MARIANUM (L.) Gaertner

Cardo mariano, Cardo asinino.

La droga è contenuta nei semi, che si raccolgono quando i capolini, dopo la fioritura, cominciano ad aprirsi, recidendo i capolini stessi e lasciandoli ad asciugare al sole prima di batterli.

I semi raccolti si setacciano per separarli dalle parti estranee, e quando sono ben secchi si conservano in sacchetti di tela.

Le foglie contengono sostanze amare e resine come tutte le specie del genere, nei semi si trovano: tiramina, silimarina, precursori dell' istamina, olio essenziale e un principio amaro.

Le radici hanno proprietà diuretiche e febbrifughe, le foglie proprietà aperitive, e tali proprietà vengono sfruttate nella preparazione dei liquori.

Il principio attivo responsabile dell' azione della droga è però la "silimarina", usata allo stato di sostanza pura anche in varie specialità medicinali.

Ha un notevole potere disintossicante del fegato, accertato e provato sperimentalmente.

Ha anche una notevole azione "lipotropa" cioè ostacola la degenerazione grave del fegato, ed antrinecrotica, cioè riduce la degenerazione idropica delle cellule epatiche.

E' quindi considerata soprattutto una droga protettiva e disintossicante del fegato, utile sia in caso di epatopatie tossiche ed infettive, cirrosi, steatosi epatiche, epatiti acute tossiche ed infettive.

Poiché nei semi è presente la "tiramina" che è da una parte cardiostimolante, e dall' altra vasocostrittore periferico, essi sono indicati nell' ipotensione dovuta ad una perturbazione del sistema vago-simpatico, usabili sia in polvere che in tintura.

Controindicata per chi soffre di "ipertensione".

Uso interno, decotto per disintossicare il fegato:

semi essiccati di Cardo mariano	gr.	3
acqua	cc	100

Sylibum marianum (L.) Gaertner

bollire per 5-6 minuti, lasciando in infusione a recipiente tappato per 15 minuti e poi filtrare.

una tazzina per dose, due tre volte al giorno.

Tintura:	droga essiccata	gr.	20
	alcool etilico a 70	cc	80

lasciare a macero per una decina di giorni, poi filtrare.

X-XX gocce per dose, due o tre volte al giorno.

Polvere: pestare o macinare con macinacaffè, fino a ridurli in polvere fine ed omogenea, dei semi di *Cardo mariano*.

0, 5 grammi (un cucchiaino circa) di polvere racchiusa in un'ostia, due o tre volte al giorno.

In farmacia si trovano confetti contenenti i principi attivi del *Cardo mariano*, a vari dosaggi.

Sylibum marianum (L.)
GAERTNER

Cardo Marianus - *Cardus* 8

Agrimonia 9

Profe - i semi -	che si raccolgono	.
presso i capitoli sopra le		11
fioriture comuni e al		12
aperti - e si raccolgono		13
mentre si essiccano		14
Bettere per i fiori e per le		15
semi, e si raccolgono per		16
superficie delle parti esterne		17
Dopo averli lavati in acqua		18
e comuni in S. e in L.		19
Tele		.

APIUM GRAVEOLENS L.

Sedano.

La droga si trova in tutta la pianta, e si usano il fusto e le foglie allo stato fresco, la radice e il seme, essiccati.

La radice si raccoglie dall' Autunno alla Primavera, da piante al primo anno di vegetazione, viene fatta essiccare al sole o in forno a temperatura moderata, i semi da Agosto a Settembre recidendo i rami che portano le ombrelle ed esponendoli al sole ad asciugare. Poi si battono, si setacciano e si conservano, sia i semi che la radice, in barattoli di vetro o di porcellana.

Come principi attivi contiene tracce di olio essenziale, oleoresine nella radice, acido petroselinico, vitamine "B" e "C" nei semi.

Il Sedano spontaneo è indubbiamente più pregiato, ma può essere tranquillamente sostituito da quello coltivato.

Foglie fusto e radici hanno proprietà diuretiche, sudorifere, depurative; tanto che vengono usate oltre che per stimolare l' apparato urinario con conseguente eliminazione di acqua, come coadiuvanti in caso di reumatismi, catarri vescicali, renella e obesità.

Vengono attribuite a queste parti della pianta anche proprietà digestive e stimolanti le vie biliari.

Tali proprietà possono venire sfruttate con il consumo regolare della pianta fresca, oppure con l' uso del succo acquistato già pronto o prodotto in casa con spremitura e centrifugazione.

Il succo di Sedano è consigliato dal Valnet come cura intensiva contro i reumatismi (mezzo bicchiere al giorno per 10-15 giorni).

I semi del Sedano, come quelli del Finocchio e dell' Anice, hanno la proprietà specifica di eliminare i gas intestinali.

Preparazioni.

Le radici essiccate per stimolare la diuresi e i processi digestivi.

Infuso: radice di Sedano essiccata e contusa gr 2

acqua bollente cc 100
tenere in infusione con recipiente tappato per 10 minuti, poi colare. Due-tre tazzine al giorno.

Secondo il Poletti, si può fare un decotto con 4-5 gambi freschi e tagliuzzati, bolliti in un litro d' acqua per un quarto d' ora. Colare e filtrare. 4-5 tazzine al giorno.

Tintura: radice essiccata e contusa gr. 20
alcool etilico 25 cc 100

macerare per 10 giorni filtrare e conservare in bottigliette ben tappate. Uno-due cucchiaini due volte al giorno, diluiti in acqua.

Contro i gas dello stomaco e dell' intestino, preparare un infuso con: semi di Sedano essiccati gr 1
acqua bollente cc 100

lasciare in infusione per 10 minuti in recipiente a chiusura ermetica, poi colare e filtrare. Una tazzina dopo i pasti.

Polvere: polverizzare con un macinacaffè dei frutti essiccati fino a ridurli in polvere.

Da 1/2 a 2 cucchiaini al giorno, sciolti in poco vino o altra bevanda, come aperitivo prima dei pasti, dopo come digestivo.

L' indicazione specifica per l' uso dei frutti essiccati di Sedano è l' artrite reumatoide con depressione mentale in soggetti con infiammazione del tratto urinario.

La sua azione terapeutica è aumentata dal Tarassaco.

FOENICULUM VULGARE (Mill.) Gaertn.

Finocchio selvatico

Esistono due specie di Finocchio, quello amaro *Foeniculum vulgare* (Miller), e quello dolce *Foeniculum dulce* D.C. o *Foeniculum officinalis* All. varietà *dulcis*, che presenta foglie più grandi e carnose, considerato da alcuni come varietà del primo.

La droga è costituita dalle radici e dai frutti.

La radice raccolta in Ottobre-Novembre, si essicca al sole e si conserva in sacchetti di carta al riparo dalla polvere.

I frutti si raccolgono in Agosto-Settembre, recidendo le ombrelle, legandole in mazzi e ponendole ad essiccare all'ombra. Si conservano in barattoli di vetro scuro al riparo dalla luce.

La radice come principi attivi contiene: anetolo, acido clorogenico e caffeico, con azione diuretica e declorurante cioè un'azione che aumenta l'eliminazione attraverso l'emuntorio renale dei cloruri, indicata quindi per individui che eliminano scarse quantità di urine, con leggera infiammazione delle vie urinarie, e litiasi urinarie cioè formazione di renella a livello delle vie urinarie.

I semi (o frutti) contengono essenze di Finocchio costituite da anetolo, una sostanza di sapore amaro acre, analoga a quella presente nell'essenza di Timo, zucchero, olio grasso, mucillagini.

I frutti, pur avendo sempre leggera azione diuretica, sono usati per sfruttare la loro azione carminativa, per eliminare i gas dell'apparato gastrointestinale, antisettica intestinale, antispasmodica dello stomaco e dell'intestino, per favorire la portata lattea delle nutrici.

Quindi trovano indicazioni per individui effetti da meteorismo, aerofagia, flatulenza, atonia gastrica ed intestinale, dispepsia putrefattiva e fermentativa, spasmi gastrici ed intestinali, emicranie digestive e gastralgie nervose, insufficienza lattea nelle nutrici ed insufficienza mestruale.

Foeniculum vulgare (Mill.) Gaertner

Distingueremo pertanto le preparazioni e le dosi dei preparati ottenuti con la radice o con i frutti del Finocchio Con le radici.

Decotto: radice di Finocchio essiccata e contusa gr. 5
acqua cc 100

bollire per due minuti, lasciandola poi 10 minuti in infusione co recipiente coperto. Come diuretico, una tazza tre volte al giorno, da 5 a 6 tazze al giorno per aumentare l'attività renale.

Estratto fluido: 1 grammo = LIV gocce.

Da VII a XII gocce per dose tre volte al giorno, massimo 2 grammi al giorno

Tintura: radice essiccata e contusa gr. 20
alcool a 70 cc 100

a macero per 10 giorni poi colare spremendo e filtrare.

Un cucchiaino per dose, tre volte al giorno.

Sciroppo: Estratto fluido di Finocchio gr. 5
sciroppo semplice cc 95

un cucchiaino tre volte al giorno.

Con i semi (frutti).

Infuso: semi di Finocchio essiccati gr. 2
acqua bollente cc 100

tappare e lasciare in infusione per 10 minuti.

Una tazza dopo i pasti.

Polvere: pestare i semi in un mortaio o macinarli in un macinacaffè, fino a ridurli in polvere finissima e omogenea.

Un grammo per dose (un cucchiaino da dessert) in un' ostia o cachet dopo i pasti.

Estratto fluido: 1 grammo = LII gocce. XV-XXV gocce al di, dopo i pasti.

Tintura: Semi essiccati e contusi gr 20
alcool etilico a 95 cc 55
acqua distillata cc 25

fare macerare per 8 giorni, poi colare, filtrare e conservare in bottigliette di vetro scuro.

XX gocce due o tre volte al giorno su una zolletta di zucchero o diluite con acqua, dopo i pasti.

Essenza: IV-VI gocce su zucchero o in poca acqua, due o tre

volte al giorno, dopo i pasti.

Vino: semi di Finocchio essiccati e contusi gr. 120
alcool etilico a 60 cc 70
vino bianco di buona gradazione cc 1000

macerare per 10 giorni i semi nell' alcool ottenuto mischiando 40 cc di alcool a 95 con 30 cc di acqua distillata, poi colare e filtrare. Aggiungere l' estratto ottenuto al vino.

2-3 bicchierini al giorno per combattere la mancanza di appetito, anemie, spasmi, gas intestinali.

Vino di Finocchio: semi essiccati e contusi gr. 80
vino tipo Marsala cc 1000

tenere a macerare per una quindicina di giorni, agitandolo almeno una volta al giorno, poi filtrare accuratamente.

Un bicchierino dopo cena per combattere la debolezza sessuale originata da cause organiche o psichiche.

Eventualmente anche dopo il pasto di mezzogiorno.

Forti dosi di preparati a base di Finocchio hanno un effetto narcotico ed un' azione irritante della mucosa.

macinare i frutti (semi) in agosto
settembre, recidendo i semi che
portano le ombelle. frutti vengono
fatti essiccare, poi per bottiglie e
conservare in cattedrino i frutti
vengono separati:
Si fa vedere che i frutti vengono
separati in recipienti
a vetro o porcellana

GIUGNO

L	5	12	19	26
M	6	13	20	27
M	7	14	21	28
G	1	8	15	22
V	2	9	16	23
S	3	10	17	24
D	4	11	18	25

Pimpinella anisum L.

PIMPINELLA ANISUM L.

Anice verde

La droga è contenuta nei frutti (o semi) che si raccolgono a completa maturazione da Luglio a Settembre, recidendo l' intera pianta, legandola a mazze e lasciandola essiccare all' ombra. Si procede poi alla battitura per separare i frutti dal peduncolo che li sostiene e quindi alla cernita per eliminare le impurità o gli elementi estranei ed eventualmente si continua con l' essiccazione della droga mondata.

La droga si conserva in sacchetti di carta ed in ambiente asciutto. Le modalità di raccolta della droga sono comuni a tutte le "ombrellifere" aromatiche.

I principi attivi sono rappresentati da: resine, mucillagini, olii, amidi, ma soprattutto da essenze di Anice 6 % costituita essenzialmente da una sostanza chiamata anetolo 80-90 %.

E' una pianta che trova numerose impieghi per le sue proprietà sia aromatiche che fitoterapiche.

Infatti avendo aroma gradevole e dolciastro, è usata sia in pasticceria che in liquoreria ed anche nei preparati medicinali che contengono sostanze amare, brucianti o di odore sgradevole.

Alcuni dei suoi principi attivi promuovono un' azione carminativa, antifermentativa ed antiputrefattiva, oltre ad un' azione stimolante la secrezione lattea delle nutrici.

Le preparazioni con Anice verde, sono indicate per individui effetti da meteorismo, flatulenza, aerofagia, dispepsia putrefattiva e/o fermentativa, con origine di gas gastrici ed intestinali; inoltre per emicranie digestive e gastralgia nervosa.

E' utile cioè a dosi adatte, per facilitare la digestione, favorire l' eliminazione dei gas intestinali dovuti a fenomeni fermentativi, esercitando esercitando allo stesso tempo un' azione antisettica sul tubo digerente.

Si è rivelato utile anche in caso di insonnia ed eccitazione nervosa.

Somministrata a forti dosi può avere un' azione convulsivante, arrivando a provocare paresi, sonno profondo, fino al coma con paralisi muscolare.

Il suo abuso è molto pericoloso ed è per questo che in Francia la vendita dell' essenza è sottoposta a rigorosa regolamentazione da un decreto del 31 Luglio 1956.

Preparazione e dosi.

Per la cattiva digestione o per eliminare i gas intestinali.

Infuso:	frutti essiccati di Anice	gr.	2
	acqua bollente	cc	100

infondere per 10 minuti a recipiente coperto.

Una tazza dopo i pasti (due tazze al giorno)

Polvere: ridurre in polvere attraverso un mortaio o un macinacaffè, alcuni semi di Anice.

0,2 grammi per dose in ostia o cachet, due-tre volte al giorno, dopo ogni pasto.

Estratto fluido: 1 grammo = XLII gocce.

V-XV gocce pro dose, due o tre volte al giorno, dopo i pasti.

Tintura:	droga essiccata e contusa	gr.	20
	alcool etilico a 70	cc	100

tenere a macero per 10 giorni e poi filtrare.

X-XX gocce per volta, su una zolletta di zucchero o con poca acqua, dopo i pasti. (Il Boni e Patri, consigliano di non superare mai le 50 gocce al giorno).

Essenza: 2-4 gocce per dose, due tre volte al giorno, sempre a stomaco pieno.

Alcolaturo:	essenza di Anice	gr.	2
	alcool etilico a 90	cc	100

agitare bene. Un cucchiaino da caffè (5 grammi circa) due o tre volte al giorno.

Vino composto digestivo:

corteccia di China	gr.	20
radici di Genziana	gr.	20
semi di Anice verde	gr.	10
vino tipo Marsala	cc	1000

tutte le droghe debbono essere contuse o finemente frammentate e lasciate a macerare per 10 giorni. Colare spremendo e filtrare, e conservare in luogo fresco.

Pimpinella anisum L.

Un bicchierino da liquore tutte le volte che si sente il bisogno di aiutare la digestione.

Come digestivo e carminativo, si consiglia il:

Liquore di Anice:	semi di Anice macinati	gr.	40
	Cannella	gr	1
	Zucchero	gr	500
	Acquavite (grappa)	cc	1000

tenere a macero per 6 settimane e poi filtrare, conservando in bottiglie ben tappate. Un bicchierino dopo i pasti.

Relett:

MARTEDI
s Desiderio

Leffice
frua.

Decotto di mirra 23 2.5% -
Tintura - con alcool a 20°

Leffice si usava alle volte per la cura
e ridotta in poltiglia per applicarla
in er. coloranti solari per
solari reumatici. midgie e nervose
e con gli altri 2 polmoni e polmoni
in due feli, per la cura delle
per. calore - I frut. sono
usati per l'uso chimico, ma i frut.
della medicina per la cura
per la cura delle
Per la cura delle
Indigena, ma impuro per la cura

ANETHUM GRAVEOLENS L.

Nell' Aneto la droga è contenuta nei frutti e nelle sommità.

Le sommità si raccolgono in Agosto, quando ancora i frutti non sono giunti a maturazione, recidendo la parte alta della pianta.

I frutti (semi) in Agosto-Settembre, prima della maturazione completa, altrimenti la maggior parte cadrebbe e sarebbe perduta, e conservandoli in barattoli di vetro.

E' spesso confuso con il Finocchio, ma il frutto di quest' ultimo ha 5 coste verticali mentre quello dell' Aneto ne ha tre soltanto. Le proprietà dell' Aneto sono simili a quelle dell' Anice e del Finocchio, ed in genere la preparazioni sono fatte miscelando i frutti delle tre "ombrellifere" in dosi precise.

E' utile nella cura delle infiammazioni della bocca per la presenza di tannini, resine, mucillagini, oltre che di olio essenziale contenuto nei frutti al 3-4 %, aiuta le digestioni difficili, elimina i gas intestinali ed è utile come diuretico.

Ma la sua caratteristica particolare è quella che per l' azione antispasmodica può agire come antispastico, attenuando i dolori intestinali, il vomito ed il singhiozzo.

E' usato come aromatizzante in molti condimenti tipo: aceto, salse e pasticceria casalinga.

Per le infiammazioni delle mucose della bocca si prepara un infuso:

semi di Aneto	gr.	4
acqua bollente	cc	100

lasciare in infusione per 10 minuti e filtrare. Fare sciacqui 3-4 volte al giorno,

Per uso interno, per le digestioni difficili, aumentare la diuresi, si prepara lo stesso infuso degli sciacqui, al 2 %.

Estratto fluido: 1 grammo = LII gocce.

Da XX a XL gocce pro dose per due o tre volte al giorno.

Tintura:	semi di Aneto contusi	gr	20
	alcool etilico a 75	cc	100

tenere a macero per 5 giorni, colare e filtrare.

XXX-XL gocce, due o tre volte al giorno dopo i pasti.

Anethum graveolens L.

Tintura vinosa: semi contusi di Aneto gr. 40
vino bianco di buona gradazione cc 1000
macerare per 5 giorni e filtrare. Un bicchierino dopo i pasti principali.

mo erano
Decotto al tipo. bollire 5' - infusione
di 15' - colare leggermente, effluere
8. To compiere la parte intermedia
9.
10. Olio 250 g di seminale fiore
11. fresco, e 500 g di olio
12. di olive e 250 g di vino bianco,
13. mescolare accuratamente. Lenire
14. e mescolare al sale per 15 giorni,
15. agitando di tanto in tanto, colare
16. e etichettare (Boue Polu)
17. affinare lenire mescolare per
18. 3-4 giorni, poi bollire e bere
19. mescolare fino a che il sale non
sia completamente evaporato.
L'olio è un un bel colore rosso
senza e serve per compiere e
mescolare per pochi, colare
scottare colare, ed anche con
bruciato per colare intermedio

FRAGARIA VESCA L.

Nella Fragola la droga è contenuta nel rizoma e nelle foglie. Le foglie si raccolgono in Aprile-Maggio, quando sono completamente sviluppate e si fanno asciugare all'ombra, il rizoma si raccoglie in Autunno o in Primavera e si essicca al sole. Ambedue si conservano in sacchetti di carta o di tela.

I principi attivi contenuti sono: mucillagini, tannini, alcoli triterpenici nel rizoma, nel frutto vitamine "A" e "B" zucchero + acido salicilico sotto forma di etere metil-salicilico.

In campo erboristico, la maggior parte dei libri riporta che si usa come droga vegetale, le foglie e il rizoma, invece il prof. Penso considera solo il frutto.

Non si tratta di un vero e proprio frutto, ma di un ricettacolo carnoso su cui sono inseriti i veri frutti, costituiti da acheni bruno-giallastri.

Il consumo del frutto fresco o congelato, quando non è di stagione, è indicato per coloro che soffrono di reumatismi, gotta, ed artritisismo.

Per avere effetto terapeutico, va consumata per tutto il periodo in cui si trova. La marmellata non ha effetto perché durante la preparazione a caldo gran parte dell'acido salicilico, volerà via. Ancora, per un effetto terapeutico, va consumata allo stato fresco o congelato, 100 grammi tre o quattro volte al giorno, iniziando al mattino a digiuno.

Il rizoma ha proprietà diuretiche e depurative che possono essere sfruttate da coloro che soffrono di gotta, artrite, reumatismi o sciatica, e leggera insufficienza epatica.

Le foglie hanno anche proprietà astringenti, utili a persone che soffrono di intercoliti e diarree, sia le foglie che il rizoma sono utili per le persone soggette a cistiti.

I vari autori danno vari tipi di preparazioni; l'infuso di foglie è considerato un ottimo tè rinfrescante e gradevole.

Il Poletti consiglia un infuso di 30 minuti di due cucchiaini di foglie e rizoma essiccati in una tazzina di

Fragaria vesca L.

acqua bollente, per 5 o 6 volte al giorno.

Il Valnet consiglia invece una manciata di foglie e rizoma, in litro di acqua bollente, tenute in infusione per 10 minuti.

Berne a volontà per tutte le forme patologiche sopra ricordate.

Per Boni e Patri è sufficiente un infuso al 4 %, tenuto in infusione per 10 minuti, tre o quattro volte al giorno.

Il Valnet suggerisce anche un decotto di foglie giovani essiccate.

Decotto di radice o rizoma (Boni e Patri):

rizoma essiccato e contuso	gr.	1
acqua	cc	100

bollire per 10 minuti a recipiente coperto e tenere per 15 minuti in infusione, poi filtrare.

Due tazze al giorno prima dei pasti per stimolare l' appetito, aumentare la diuresi, depurare l' organismo dagli acidi urici.

Valnet, decotto:

rizoma di Fragola essiccato e contuso	gr.	3
radice di Liquirizia	gr.	3
acqua	cc	100

bollire per 10 minuti e tenere altrettanto a riposo, utile per gli asmatici.

Infuso al 2 %, due o tre volte al giorno, contro le diarree infantili.

Le radici colorano le urine di rosa, le feci di rosso.

Uso esterno.

Il rizoma e/o le foglie.

Decotto al 5 % per sciacqui e gargarismi contro le mucose infiammate, utile anche contro la leucorrea.

Uso cosmetico:

Contro le pelli che si infiammano e si arrossano facilmente, si consiglia un bagno in un infuso preparato mettendo una manciata di foglie nella vasca.

La polpa del frutto viene impiegata come maschera schiarente ed emolliente per pelli secche e rugose.

Prunus cerasus L.
Prunus avium L.

PRUNUS CERASUS L.

PRUNUS AVIUM L.

Ciliegia, Amarena, Visciola, Marasca, Amarasca, Ciliegio selvatico, Duracina.

La parte che si usa come fornitrice di droga vegetale, è il peduncolo dei frutti, cioè i gambi dove sono attaccati i frutti, che raccolti a completa maturità, e mondati di eventuali residui, vengono essiccati all'ombra e conservati in barattoli di vetro scuro al riparo dalla luce.

I peduncoli vengono usati nell'industria alimentare per le particolari caratteristiche aromatiche.

Contengono polifenoli e sali di potassio, che sono i principi attivi responsabili dell'azione diuretica, antiurica ed antigottosa.

Infatti, sono, da moltissimo tempo, considerati come eccellenti diuretici e sedativi delle vie urinarie, da usare quindi quando si vuole stimolare le funzioni renali, come nelle insufficienze renali, nelle nefriti, nelle cistiti e nei casi in cui l'aumento della diuresi, influisce favorevolmente su altre forme morbose come reumatismo, artritisismo e gotta.

Per avere un diuretico blando, un cucchiaino di peduncoli in una tazza di acqua bollente, lasciare riposare fino a raffreddamento poi colare. Due o tre volte al giorno.

Decotto diuretico: al 3 % lasciare macerare 3 grammi di peduncoli per alcune ore in 100 cc di acqua fredda e portare poi ad ebollizione per almeno 10 minuti, colare e filtrare.

Tre o quattro tazzine durante la giornata.

N.B. Se i peduncoli sono freschi, non importa la macerazione preventiva e la concentrazione si può portare al 4-5 %

Estratto fluido di peduncoli, 2-3 grammi al giorno.

Pozione diuretica: (Valnet)

estratto di peduncoli essiccati e contusi gr.

3

sciroppo di Ciliege

gr

100

Prunus cerasus L.

Prunus avium L.

acqua q.b. a

cc 1000

agitare mescolando tutto insieme e bere durante la giornata.

Decotto: (Leclerc) fare bollire in un litro d' acqua, per 10 minuti 30 grammi di peduncoli essiccati, versare bollente su 250 grammi di Ciliege selvatiche e su pari peso di Mele tagliate a fette, lasciare riposare per 20 minuti, colare attraverso tela spremendo leggermente. A tazzine.

Decotto vinoso: cuocere le ciliege immerse nel vino fino a copertura, aggiungendo 2-3 cucchiaini di miele.

Una coppa ai pasti, per ridare vigore all' organismo.

N.B. I semi del Ciliegio sono particolarmente velenosi, per il loro contenuto di acido cianidrico. Attenzione a non farli ingerire specialmente ai bambini, che potrebbero essere attratti dal particolare sapore del seme.

responsabile | per l'azione diuretica,
ent-urica ed ent-urica per il
peduncolo
ciliegie
Infatti, per la moltissima tannina
8. Scarsamente con eccellenti diuretici
9. e ridotti: sotto via corrente
10. Urto grande per il vizio
11. E' molto le funzioni renali
12. come nella insufficienza renale,
13. nella nefrosi, ent-urica, nefrosi estesa
14. e nei casi in cui l'organismo
15. diuretici infusivi favoriscono
16. in altre forme di nefrosi con
17. renali, ent-urica e fatto
18.

CRATAEGUS MONOGYNA Jacq.

Biancospino.

La droga è costituita dai fiori, riuniti in corimbi all' apice dei corti rametti, dai frutti, contenenti al loro interno un solo seme (raramente due) che è poi il vero frutto, e dalla corteccia dei rami.

I fiori si raccolgono in Marzo-Aprile, quando non sono ancora completamente sbocciati, recidendo tutto il corimbo fiorale comprese le foglie, i frutti in Settembre-Ottobre, appena prima della completa maturazione, la corteccia in Novembre, dopo la caduta delle foglie, oppure in Febbraio-Marzo, prima che la pianta rientri in vegetazione.

I corimbi si essiccano all' ombra, evitando che i fiori divengano scuri, i frutti si trasformano in marmellate oppure si essiccano al sole o in stufe a bassa temperatura.

La corteccia dei rami si essicca al sole. La corteccia e i corimbi si conservano in sacchetti di carta o di tela, i frutti in vasetti di vetro.

La corteccia è considerata febbrifuga, se usata come decotto, e il decotto di fiori e corteccia è utile come antinfiammatorio delle mucose delle gengive e della bocca, per sciacqui e gargarismi.

La parte più importante è costituita dai frutti e soprattutto dai fiori che contengono come principi attivi un glucoside chiamato "crategina", attivo sul cuore e sui vasi; vari derivati flavonici, sapogenina, acido clorogenico.

In particolare, i fiori del Biancospino, vengono considerati una droga con azione sedativa sul cuore e, pur essendo innocua perché la sua azione si rivolge particolarmente a disturbi dell' apparato circolatorio, è consigliabile usarla con l' approvazione del medico.

L' azione cardiaca è stata attribuita:

- 1) ad un effetto deprimente sul miocardio,
- 2) ad un effetto sedativo sulla innervazione simpatica,
- 3) aumento del tono dell' innervazione frenettrice cardiaca.

Indipendentemente dal fatto che vari ricercatori non siano d'accordo sul meccanismo di azione dei fiori di Biancospino, è un medicamento cardiosedativo efficace, capace

Crataegus monogyna Jacq.

di neutralizzare l' eccitabilità del sistema nervoso cardiaco, indicato nel caso di eretismo cardiaco, e di palpitazioni in pazienti in cui né il cuore, né il sistema vascolare possono essere incriminati quindi di disturbi cardiaci della menopausa, dei dispeptici nervosi, dei nevrotici.

Utile quindi nelle palpitazioni e nell' angoscia derivanti dalla menopausa, negli squilibri neurovegetativi e nelle angine pectoris, in quanto, oltre ad agire sulla innervazione cardiaca, anche sulla innervazione vascolare provocando una dilatazione delle coronarie senza influenzare il miocardio.

Uso interno: decotto di frutti al 2 % (2 grammi di frutti essiccati, in 100 cc d' acqua), bollire per 10 minuti e tenere in infusione per 15 minuti.

Due tazzine al giorno contro la diarrea e le ritenzioni urinarie.

Tintura di frutti al 20 %:

frutti essiccati e macinati	gr.	20
alcool etilico a 70.	cc	80

tenere a macero per 10 giorni colare e filtrare. Conservare in bottiglia di vetro scuro.

20 gocce prima dei pasti nell' ipertensione, 40-50 gocce prima di coricarsi come sedativo e per conciliare il sonno.

Infuso di fiori al 5 %, tenere in infusione per 15 minuti a recipiente tappato. Una tazza per dose 2-3 volte al giorno.

Per quanto sostiene il Poletti, è utile contro la tosse e tutte le affezioni delle vie respiratorie, se fatto con un pugno di fiori essiccati in un litro d' acqua ed edulcorato con miele.

Tintura:	fiori essiccati e sminuzzati	gr	20
	alcool etilico 70	cc	80

macerare per 5 giorni, poi colare e filtrare.

20 gocce per dose, tre volte al giorno prima dei pasti, per tre settimane al mese, per tutti i sofferenti di pressione alta.

XL-L gocce prima di coricarsi, inducono al sonno.

Sciroppo: 15 grammi di fiori essiccati tenuti in infusione per 30 minuti in 450 cc di acqua bollente, si cola e si

Equisetum arvense L.

EQUISETUM ARVENSE L.

Equiseto, Coda cavallina.

Ha steli fertili che germogliano in Primavera, e steli sterili che appaiono in Maggio.

Si utilizzano gli steli sterili, raccolti in Estate, sia freschi, sia essiccati al sole o in forno.

La pianta essiccata da quasi il 14 % di cenere da cui si ricava il 6,40 % di silice, tanto che è considerata la pianta più ricca di questa sostanza; come curiosità il sangue umano ne contiene 10 micron per litro; 1/10 del calcio, e tutto l'organismo circa 7 grammi; il doppio del contenuto del ferro (da 3 a 3,5 grammi).

Nelle ceneri dell' unghia il 10 % di zolfo, 12 % di calcio, 20 % di silice.

Nelle persone morte di cachessia tubercolosa, le ossa hanno perduto il 13 % di magnesio, il 25 % di calcio, il 45 % di silice.

Vari autori francesi, Leclerc, Renan, Valnet, hanno insistito nelle proprietà rimineralizzanti della silice, inoltre vari lavori sperimentali, pubblicati 10 anni fa, hanno dimostrato l' importanza dell' Equiseto nel consolidare le fratture.

La silice favorisce l' assimilazione del fosforo ben noto fattore rimineralizzante.

Come principi attivi contiene anche sali di potassio, vari flavonoidi, l' equisetonina.

Da molti anni la pianta è stata usata per la sua attività emostatica; nel succo centrifugato si trova un anticoagulante nel liquido galleggiante, ed un coagulante nel sedimento.

Nella pianta coesistono quindi due principi attivi.

Attualmente viene considerata una pianta molto utile da usare nelle anemie provocate da una ridotta "Eriblastogenesi" da insufficienza midollare.

Gli inglesi la usano molto nell' "enuresi notturna" dei bambini che degli adulti, incontinenza urinaria e nell' infiammazione della prostata.

I fusti sterili raccolti per la droga si essiccano sopra

fogli di carta, perché la pianta essiccata è molto fragile e si rompe con facilità in tanti pezzetti.

Viene usata quindi per uso esterno: per detergere le ferite, contro le emorragie nasali, lenire le pelli infiammate, i bruciori di gola e le infiammazioni emorroidali sotto forma di infuso, per fare lavaggi, sciacqui, gargarismi, applicando batuffoli di cotone o compresse di garza imbevute di infuso, nelle zone interessate.

E' utile anche per fare sciacqui in bocca, in presenza di "afta".

Per uso interno, come rimineralizzante.

Succo fresco: due o tre cucchiaini o cucchiari da minestra al giorno.

Decotto di pianta fresca:

da 50 a 100 grammi di pianta fresca, bollire per 30 minuti in un litro d' acqua, lasciando poi riposare per 20 minuti. (Se si usa pianta essiccata da 10 a 20 grammi).

dosi: Bambini, 1-2 cucchiaini al giorno, fino a 2 cucchiari.

Adulti, 200 grammi al giorno.

Polvere: 1-2 grammi al giorno in un' ostia o cachet, prima o durante i pasti principali, come diuretico; esercita però meglio le sue azioni nei preparati alcoolici.

Estratto fluido: 2-5 grammi al di come diuretico.

5-20 grammi al di come emostatico.

Tintura al 20%:	droga essiccata di Equiseto	gr.	20
	alcool etilico a 70	cc	80

macerare per 10 giorni e poi filtrare.

XX-L gocce per dose, tre volte al giorno come diuretico.

3-8 grammi per dose, due tre volte al giorno come emostatico.

I giovani getti si possono anche mangiare in insalata.

Per uso cosmetico:

Una manciata di Equiseto in acqua calda del bagno, è utile per pelli rugose e rilassate.

L' estratto glicolico è utile come elasticizzante, riepitelizzante, coadiuvante nel trattamento esterno di rughe e smagliature.

HYPERICUM PERFORATUM L.

Iperico.

La droga è contenuta nelle sommità fiorite che si raccolgono in Giugno-Luglio, quando la maggior parte dei fiori sono aperti, evitando che ve ne siano di appassiti.

Si recidono i fusti al di sotto dei fiori; normalmente la droga si usa fresca, ma si può anche essiccare in luogo ventilato e all' ombra, conservandola poi in recipienti a chiusura ermetica.

Contiene olio essenziale (pinene, sesquiterpeni), flavonidi, tannini, ipericina, acido clorogenico e caffeico.

E' conosciuto anche con il nome di "scacciadiavoli", per il suo forte profumo di incenso, e veniva usato anche nelle esorcizzazioni.

Proprio per le sue proprietà aromatiche e digestive viene usato nel settore liquoristico.

E' considerato un buon antisettico, decongestionante e balsamico.

Per il Valnet. è efficace anche nelle arteriti e nelle insufficienze circolatorie.

Viene usato nell' asma, affezioni bronchiali, insufficienze epatiche, incontinenza d' urina, come antispasmodico ed anche come ipotensivo; per uso esterno per lenire i dolori provocati dalla gotta, dai reumatismi, oltre che come cicatrizzante nelle scottature, piaghe anche da decubito, come pure nelle ferite.

Preparazioni uso interno: contro la pressione alta e per favorire la digestione.

Droga essiccata e leggermente contusa	gr	1
acqua bollente	cc	100

versare l' acqua bollente sulla droga e lasciare in infusione per 10 minuti poi colare. Una o due tazze al giorno.

Tintura: droga essiccata e contusa	gr.	20
alcool etilico a 70	cc	100

tenere a macero per 10 giorni, poi colare, filtrare e conservare in una bottiglietta munita di contagocce.
8-10 gocce per due o tre volte al giorno.

N.B. Non superare la dose.

Uso esterno: efficace contro piaghe, ferite, scottature.

Decotto al 5 %: bollire per 5 minuti e tenere 15 minuti in infusione, colare e applicare garze imbevute sulle parti interessate.

Olio:	sommità fiorite fresche contuse	gr	250
	olio d' Oliva	cc	500
	vino bianco	cc	250

mescolare assieme e lasciare a macero, esponendo al sole, per 15 giorni agitando di tanto in tanto, colare e filtrare.

Bollire a bagno-maria fino a quando tutto il vino non sia completamente evaporato. L' olio allora avrà assunto un bel colore rosso sangue e serve per compresse e medicazioni per piaghe, utile anche per le scottature solari, o come linimento, frizionando lievemente, per dolori articolari e gottosi.

E' utile anche come protettivo solare, come filtro aggiuntivo ai filtri di sintesi. Abbronzante. L' ipericina è anche un fotosensibilizzante della cute.

Rosa canina L.

ROSA CANINA L.

Rosa canina.

La droga è contenuta nelle foglie nei fiori e nei frutti, detti botanicamente "cinorrodonti".

Le foglie si raccolgono in Estate, senza il picciolo.

I frutti, rappresentati da acheni ovali, con superficie pelosa, racchiusi in un ricettacolo che durante la maturazione diventa carnoso, chiamato "cinorrodonte", si raccolgono in Agosto-Settembre, si incidono lateralmente, e si tolgono gli acheni, cercando di eliminare il più possibile la peluria.

Le foglie si essiccano all' ombra, i frutti al sole. Anche i fiori si essiccano all' ombra, disponendoli su graticci in strato sottile e si conservano in barattoli a chiusura ermetica.

I principi attivi contenuti sono: tannini, pectine, vitamina "C", carotenoidi, acidi organici, polifenoli (cinorrodonti).

I petali della Rosa canina, hanno proprietà analoghe a quelli delle altre Rose, vengono cioè usati come astringenti intestinali e digestivi; in passato sono stati usati molto come ricostituenti per individui effetti da TBC.

Le foglie vengono usate per tisane leggermente astringenti, utili per chi è facilmente soggetto a disturbi intestinali.

La parte più utilizzata della Rosa però, sono i suoi cinorrodonti; infatti sono molto ricchi di vitamina "C" (5 volte più del Limone), sono astringenti, depurativi, e quindi vengono usati anche per conserve e marmellate come fonte naturale di vitamine, e soprattutto, sono utili per chi è facilmente soggetto a diarree, emorragie, dissenterie, perdite bianche delle donne, stati anemici.

Preparazione:

Come blando astringente intestinale, infuso di fiori e foglie.

Un cucchiaino da dessert di fiori e foglie, in infusione per dieci minuti in una tazza di acqua bollente, colare e filtrare. Tre o quattro volte al giorno.

Per uso esterno, infuso: 2 cucchiaini di petali Rosa canina

essiccati e contusi, in un litro di acqua bollente per 10 minuti, colare e filtrare. Fare impacchi sugli occhi stanchi ed arrossati.

Uso esterno:

Aceto: su una bella manciata di fiori freschi, versare 1/2 litro di aceto caldo, tappare il recipiente, esporre tutto al sole per 15 giorni, poi filtrare. Compresse di garza imbevute su orticaria e scottature.

Uso interno: Infuso di frutti (decotto): fare bollire per due minuti 50 grammi di frutti leggermente contusi in un litro d'acqua, filtrare per garza. Tre o quattro tazze al giorno.

Ottimo per bevande invernali vitaminizzanti, e come stimolante delle funzioni renali.

Contro la diarrea, bollire per alcuni minuti, 25 grammi di frutti essiccati e contusi in 1/2 litro d'acqua, filtrare. Bere durante la giornata.

Un litro di decotto di frutti al 10 %, contiene 150 mg di vitamina "C", e la dose ottimale per un uomo adulto è 1/3 di litro al giorno, corrispondente a 50 mg di vitamina "C".

Vino:	cinorrodi essiccati e contusi	gr	100
	vino rosso di buona gradazione	cc	1000

tenere a macero per 15 giorni, poi colare e filtrare.

A bicchierini, 2-3 al giorno, stimola le forze.

Elisir:	frutti essiccati e contusi	gr	100
	zucchero	gr	50
	alcool etilico a 50	cc	300
	acqua distillata	cc	200

si tengano un mese a macero i frutti nell' alcool e zucchero, si coli e si aggiunga l' acqua.

A bicchierini come tonico ed energetico, per persone anziane e debilitate e per convalescenti.

Uso cosmetico: Sminuzzando e omogenizzando nel frullatore, dei frutti freschi di Rosa canina (tagliarli a pezzettini dopo averli svuotati e puliti dei peluzzi interni che potrebbero irritare la pelle) si ottiene una maschera di bellezza efficace per il suo effetto schiarente, levigante e tonificante la pelle.

Rubus ulmifolius Schott.
Rubus fruticosus L.

RUBUS ULMIFOLIUS Schott

RUBUS FRUTICOSUS L.

Nel Rovo, la droga è contenuta: nelle foglie, nei frutti, nelle gemme.

Le foglie si raccolgono in Primavera quando sono completamente sviluppate, i frutti in Luglio-Agosto, a maturazione completa.

I principi attivi sono costituiti da: acido malico, succinico, ossalico, lattico, salicilato di metile, tannino, pectine.

Le foglie si essiccano all'ombra in luogo areato, i frutti si consumano freschi o si trasformano in marmellate.

Per conservarne le proprietà, il frutto fresco si può congelare.

I frutti, ricchi di zuccheri e vitamine, sono un ottimo alimento dietetico, vengono usati come correttivi del sapore nell'industria farmaceutica e come colorante per alimenti e preparati medicinali.

I frutti consumati freschi o in sciroppo, ottenuto con 100 grammi di succo in 200 grammi di zucchero, hanno proprietà astringenti e regolatori intestinali, esercitando in tale maniera anche un'azione coadiuvante nel trattamento delle emorroidi.

Le foglie, particolarmente ricche di tannino, vengono usate per frenare diarree, normalizzare le infiammazioni dell'intestino, lenire i disturbi emorroidali e le ragadi anali.

Decotto di foglie:

Una manciata di foglie essiccate e contuse, in un litro di acqua, bollire fino a che il liquido si sia ridotto alla metà, si cola, si filtra accuratamente per trattenere le spine. A cucchiaini o a tazzine, due tre volte nella giornata, come astringente, antidiarroico, ed anche per frenare mestruazioni troppo prolungate.

I francesi (Valnet) usano l'estratto fluido di foglie, nella dose di 30-40 gocce prima di ogni pasto per individui con glicemia aumentata (diabete).

Rubus ulmifolius Schott.
Rubus fruticosus L.

Per uso esterno le foglie vengono adoperate in decotto per sciacqui e gargarismi per gengive infiammate, infiammazioni ed irritazioni di gola, utili per la leucorrea, per lavande vaginali, per detergere le zona perivaginale come le zone pericoculari in caso di arrossamento e prurito, serve per lavaggi e applicazioni di compresse di garze imbevute.

Decotto uso esterno:

25 grammi di foglie ogni litro di acqua, bollire per 10 minuti, colare e filtrare, oppure un decotto con 60 grammi per ogni litro di acqua, da preparare come sopra.

Utile per sciacqui alla bocca, per nevralgie dentarie (Valnet)
Le gemme raccolte in Primavera, messe in un fiasco spagliato esposto al sole, lasciano colare un succo sciropposo che si utilizza per le ustioni, per medicazione delle piaghe, come cicatrizzante ed analgesico, per gargarismi.

naturale di vitamina e mare	
sofisticato, sono utili	9
feri lumeni fessato e donne,	10
di nervosa, emorragie, fudore	11
bianchezza della donna,	12
orticaria.	13
Preferenziale	14
leoni bianchi orologeria del colore	15
infuso di fiori e foglie	16
fiori e foglie: un cinchico di	17
donne e mi una fona di tre	18
bollente, si es. un marmo infuso	
edera, f. l. l. l. (mi) infuso	
3. 4 fone al di	cer

Cynodon dactylon (L.) Pers.
Agropyron repens (L.) Beauv.

CYNODON DACTYLON (L.) Pers.

Gramigna rossa

AGROPYRON REPENS (L.) Beauv.

Dente canino

La droga è contenuta nel rizoma che si raccoglie per quasi tutto l'anno, escluso l'Inverno, (è migliore quello raccolto in Primavera e in Autunno).

Si essicca al sole, dopo averlo raschiato per eliminare la pellicola esterna, e si conserva in recipienti di vetro o ceramica o latta, stando molto attenti ai parassiti.

L'Agropyron contiene: triticina, zuccheri, sali minerali, il Cynodon: mucillagini, zuccheri, amidi, sostanze di natura saponinica.

La Gramigna rossa viene usata nella pratica erboristica in sostituzione o in alternativa al Dente canino.

Viene considerata una delle piante diuretiche e depurative per eccellenza.

Il suo uso risale a tempi remotissimi, ed è basato sull'istinto che informa gli animali domestici.

E' utile per promuovere la escrezione di urine, con conseguente eliminazione di acqua dai tessuti infiammati.

Utile per combattere le infiammazioni dei reni, intestino e fegato.

Come depurativo è utile per gli artritici, reumatici, uricemici, alternandolo con preparazioni di piante più specifiche, proprio per eliminare gli acidi urici.

Un uso tradizionale è la somministrazione di decotti di Gramigna diluiti, alle persone febbricitanti come bevanda igienica dissetante e rinfrescante.

E' stato dimostrato in via sperimentale, che la Gramigna ha la capacità di diminuire la pressione del sangue, soprattutto se somministrata in dose e preparazione adatta, per via parenterale.

E' utile anche come colagogo, cioè per favorire il deflusso della bile.

Il rizoma può essere anche tostato ed usato in

Cynodon dactylon (L.) Pers.
Agropyron repens (L.) Beauv.

alternativa del caffè.

Decotto: si ottiene con 30 grammi di rizoma fatto bollire in circa 200 grammi di acqua per un minuto, si cola, si scarta l'acqua della bollitura che è ricca di sostanze acri ed amare, si pesta bene in un mortaio il rizoma precedentemente bollito, si mette in un recipiente con 1250 grammi di acqua e si porta ad ebollizione fino a che l'acqua si sia ridotta ad un litro. Si aggiungono a questo punto 8 grammi di radice di Liquirizia lasciando raffreddare il tutto.

Colare o filtrare. Due o tre tazzine al giorno.

Tale semplice preparazione basta da sola ad esplicitare tutte le virtù salutari della Gramigna.

Forse l'unico preparato che gli può stare alla pari è l'estratto fluido, del quale se ne prendono 3 grammi due o tre volte al giorno, allungato con acqua.

14 nel'istesso. Legge su ferro
15 gli animali stornare.
16 Erosi per la loro avere le
17 eruzioni di urina, con come
18 queste eliminazioni su l'idea del
19 venute in forma
20 Urti per i cistiti. E infine
21 zione del rene, infettive e fistole.
Come depurativo è utile per gli
ostacoli, reumatismi, miocardio,
e quando con proporzioni
di fronte per qualche tempo

TILIA PLATYPHYLLOS Scop.

Tiglio: la droga è contenuta nei fiori con la relativa brattea, che si raccolgono all' inizio della fioritura, Giugno-Luglio, staccando il peduncolo dall' infiorescenza, ed esponendoli in strato sottile all' ombra ad essiccare.

Si conservano al riparo dalla luce del sole in recipienti di vetro scuro o porcellana, e scartando quelli che durante l' essiccamento non hanno mantenuto il colore giallo-verdastro.

Principi attivi contenuti: mucillagini, tannini, un olio essenziale contenente farnesolo, essenza di delicato odore aromatico ad azione leggermente diaforetica ed antispasmodica ed alla quale si attribuisce una certa azione sedativa.

Tale azione è rafforzata dalla presenza di un glucoside flavonico.

Esistono poi altre varietà di Tiglio che appartengono tutte alla famiglia della *Tilia europaea*, come la *Tilia parviflora* Ehrh. (sinonimo di *Tilia cordata* Miller) da cui si ricavano i fiori che forniscono la droga.

I fiori hanno varie proprietà: sono ottimi sudoriferi, efficaci nelle malattie da raffreddamento e reumatiche, calmanti in caso di insonnia nervosa, sedativi ed antispasmodici nelle forme di cattiva digestione derivata da spasmi della muscolatura liscia.

Esercitano anche un' azione emolliente sulla gola in caso di tosse.

Boni e Patri danno come specifica indicazione pressione arteriosa aumentata associata con arteriosclerosi e tensione nervosa. L' associano con il Biancospino per avere un effetto maggiore.

Come si usa.

Infuso:	fiori con brattee essiccati	gr	2-4
	acqua bollente	cc	200

infondere per 15 minuti a recipiente coperto e filtrare.

Una tazza 3-4 volte al giorno come sudorifero o leggero sedativo ed anche come calmante della tosse.

Tintura:	fiori essiccati e contusi	gr.	20
	alcool etilico a 95	cc	20

Tilia platyphyllos Scop.

acqua distillata	cc	60
------------------	----	----

macerare per 5 giorni poi filtrare.

Un cucchiaino due o tre volte al giorno.

Estratto fluido: 3-4 cucchiaini al giorno in acqua o altra bevanda.

Sciroppo: estratto fluido	gr	15
sciroppo semplice	cc	85

agitare mescolando bene, 5-6 cucchiaini al giorno.

Infuso composto (Rovesti):

fiori di Tiglio	gr	2
fiori d' Arancio	gr	2
fiori di Camomilla	gr	2

tenere in infusione per 30 minuti in un litro di acqua bollente, colare.

Aggiungere 100 grammi di sciroppo semplice. Una tazza ogni ora come antispasmodico.

Uso esterno:

Per le irritazioni della pelle e delle mucose della bocca e della gola.

Infuso al 5 % per sciacqui e garagarismi, compresse su scottature ed eritemi solari, irritazioni emorroidarie e zone intime.

Tintura oleosa: fiori essiccati e contusi	gr	10
olio d' Oliva	cc	100

tenere a macero per 10 giorni i fiori di Tiglio in olio di Oliva in ambiente caldo.

Colare e filtrare. Applicare sulla parte interessata con frizioni leggere.

Juniperus communis L.

JUNIPERUS COMMUNIS L.

Ginepro. La droga è contenuta nelle foglie, nei frutti (galbuli o coccole), nel legno.

Le foglie si raccolgono dalla Primavera all' Autunno, recidendo i rametti su cui sono inserite.

I frutti, a maturazione completa, quando hanno assunto il colore nero, e il legno, scortecciando i rametti di almeno un cm di diametro.

Le foglie si essiccano all' ombra rimuovendole spesso, i frutti al sole o in forno, a calore moderato.

Foglie e legno si conservano in sacchetti di carta o di tela, i frutti in recipienti di vetro o porcellana.

Principi attivi costituiti da: olio essenziale formato da pinene, canfene, junene e terpinolo, acidi organici, zuccheri, juniperina.

La presenza nella droga di un olio essenziale, fa sì che la maggiore proprietà del Ginepro, sia quella di aumentare la diuresi, e tale attività è utile ai reumatici, artritici, gottosi, ed è stata ben studiata e confermata da autori moderni.

L' olio essenziale inoltre è un buon disinfettante delle vie interne e respiratorie, valido stimolante della digestione, antifermentativo intestinale, espettorante e sedativo della tosse.

Le preparazioni di Ginepro, sono controindicate in casi di infiammazioni renali o intestinali, ed in gravidanza perché eccitano l' utero.

Preparazioni per uso interno.

Un infuso preparato versando una tazza d' acqua bollente su un cucchiaino da tè di frutti (galbuli) essiccati e spezzettati, lasciando in infusione per 10 minuti, come balsamico e antisettico delle vie urinarie e respiratorie.

Tre tazze al giorno.

Vino:	galbuli essiccati e spezzati	gr.	50
	vino bianco di buona gradazione	cc	1000

a macero per 15 giorni, poi colare. Un bicchierino prima dei pasti.

Essenza: tre gocce tre volte al giorno, mescolate a miele e sciolte in acqua calda.

Tintura: Bacche o galbuli essiccati e contusi gr 20
alcool etilico a 70 cc 80

tenere a macero per 8 giorni poi colare.

Se ne prendono da 20 a 30 gocce due o tre volte al giorno.

Uso esterno (Valnet).

Bollire per 10 minuti 50 grammi di legno di Ginepro in un litro d' acqua, poi colare.

Usare per lavaggi di piaghe, ferite, ulcere di cui favorire la cicatrizzazione.

Linimento contro la pediculosi:

essenza di Ginepro	gr.	2
essenza di Mentolo	gr	1
essenza di trementina	gr	20
alcool etilico a 80	cc	120

Le bacche di Ginepro tostate, si usano per disinfettare le abitazioni.

VENERDI

Natività di M.V.

8

38

Sinepro - Juniperus communis

Teghe - frutti - (corte)	8
lepro -	9
frutti in alcool	10
primavera all'outdoor, resistenti	12
i remota: in cui sen	13
mentre	

Juniperus oxycedrus L.

JUNIPERUS OXYCEDRUS L.

Ginepro rosso.

La droga è contenuta, a differenza del Ginepro comune, non tanto nei frutti (le coccole o galbuli), ma soprattutto nel legno dal quale si ricava un olio essenziale, acquistabile in farmacia, detto olio di Cade e formato da: guaiacolo, etilguaiacolo, creosolo, cadinene.

L'olio di Cade ha importanti proprietà nella cura di molte affezioni della pelle, è utile rimedio contro la psoriasi, l'eczema ecc.

Molti autori suggeriscono l'utilizzazione di preparati bevibili, di Ginepro rosso, con indicazioni pressoché identiche a quelle del Ginepro comune, si consiglia di impiegare solamente quest'ultimo, che tra l'altro è più facilmente reperibile, ed anche più sicuro.

Il Boni e Patri ricordano che sotto il nome generico di Ginepro rosso, viene annoverata una specie molto pericolosa come la Sabina (*JUNIPERUS SABINA* L.).

i frutti: prendi sen	14
numerici compen	15
il legno si ottiene scorrendo	16
rimetti di alcuni in	17
con alcuni	18
la foglia si estrae col'acqua,	19
rimuovendola per i frutti di sale	
ed in ferro, e così unetto	
moderato.	
Fogli. colore si sentano	
o di reles, i frutti in compen	
si versano a bollire	

SETTEMBRE

L	4	11	18	25
M	5	12	19	26
M	6	13	20	27
G	7	14	21	28
V	8	15	22	29
S	9	16	23	30
D	10	17	24	

ADIANTUM CAPILLUS-VENERIS L.

Capelvenere.

Si usa la parte aerea fresca od essiccata, raccogliendola in Giugno-Luglio, recidendo la pianta alla base, si essicca in strati sottili o legata a mazzi, in luogo areato e naturalmente all' ombra.

Conservare al riparo dalla luce in vasi di vetro o di porcellana.

Le foglie di Capelvenere rimangono asciutte anche se immerse per breve tempo in acqua, e questa sua proprietà gli ha valso il nome popolare di "non mi bagno".

Principi attivi.

I principi attivi della pianta sono: tannini, sostanze amare, piccole quantità di olio essenziale, mucillagini.

E' considerata una pianta molto utile per combattere i sintomi da raffreddamento, tipo raffreddore, tosse, influenza, con ottime qualità decongestionanti ed emollienti.

Emollienti significa che agiscono sulle mucose infiammate diminuendo le tensioni, e tale azione è dovuta alla presenza di mucillagini.

L' infuso ha un sapore molto gradevole, tanto che a dosi leggere può essere preso come bevanda igienica.

Uso interno:

Infuso al 5 % (10 grammi per 200 cc di acqua):

portare all' ebollizione, infondere per 30 minuti poi colare spremendo il residuo e filtrare.

Una tazza da 200 ml tre volte al giorno.

Sciroppo:	Capelvenere pianta essiccata	gr.	100
	acqua distillata	cc	1500
	zucchero	circa gr.	1200

portare ad ebollizione l' acqua e versarla sulla droga, lasciare in infusione per 6 ore circa poi colare spremendo e aggiungere lo zucchero. Portare ad ebollizione per alcuni minuti e filtrare.

Un cucchiaino 4 volte al giorno.

Preparazione galenica.

estratto fluido di Liquirizia	gr	10
-------------------------------	----	----

Adiantum capillus-veneris L.

estratto fluido di Farfara

gr 5

sciroppo di Capelvenere

cc 400

4 cucchiaini durante la giornata. E' molto utile nei casi di raffreddamento.

8 E venire così le uode, o carum
 9 si vna, si svolgeri per le cure
 10 cono e della mente alla
 11 mettere alternative, defunta
 12 delle Enuclejuc Télii un
 13 vero ed eterogeneo gruppo
 14 perche' si e' guernich e' eterofut
 15 che solo con esecuzioni
 16 non vengono nella medicina
 17 ufficiale
 18 Anche la Tiro terapia, come tale
 19 melata con la praua, e'
 20 state fatte liberamente in tal
 21 gruppo eterogeneo, da un
 22 secondo che si fa men
 23 meto v' commerciali le
 24 hanno messo sul commercio

MARRUBIUM VULGARE L.

Marrubio, (in Toscana): Robbio, Mentastrico, Erba apiola.

Foglie e sommità fiorite.

E' una pianta conosciuta dai tempi remoti per le sue proprietà balsamiche tossifughe ed espettoranti.

Ricercatori moderni hanno confermato sperimentalmente le proprietà, soprattutto anticatarrali

Ha una composizione chimica molto complessa, contenendo una saponina, responsabile delle azioni anticatarrali della droga, un olio essenziale, che si elimina per via polmonare, per cui agisce sulle mucose bronchiali disinfettandole, fluidificando il muco e favorendone l' eliminazione senza inaridire le mucose stesse.

Contiene anche due principi amari tanto da giustificare il suo uso anche in persone debilitate, affette da tosse con catarro, proprio perché tale principio amaro, stimola le funzioni digestive; migliora la funzionalità epatica perché contiene una sostanza simile alla colina ed acido ursolico con leggere proprietà coleretiche.

Ricercatori moderni ora tentano di confermare sperimentalmente che il Marrubio ha anche un' azione sedativa cardiaca per la colina e il nitrato di K (potassio) che contiene, tenendo ben presente che deve essere usato a dosi giuste proprio perché tali sostanze ad alte dosi potrebbero essere purgative, e quindi vanificare l' effetto richiesto.

Alle dosi indicate, la sua azione è esente da pericoli di congestioni o di infiammazioni, tanto da renderne l' uso sicuro.

Comunque serve anche nelle bronchiti con tossi non produttive.

Le sue indicazioni specifiche.

Per uso interno:

Può essere usato in vari modi:

In infuso, prendendo	Marrubium vulgare	gr.	60
	Acqua bollente	gr.	1000
tenuto in infusione per	minuti		10
oppure	Marrubium vulgare	gr.	6

Marrubium vulgare L.

Acqua bollente gr. 100

sempre in infusione per il tempo detto.

Colare spremendo il residuo, dolcificarlo e somministrare 200ml caldo, tre volte al giorno.

Per tinture: 10-15 gocce due-tre volte al giorno.

Preparare la tintura con Marrubio gr. 200

Alcool etilico 60 cc 1000

macerare per 10 giorni e poi filtrare.

Vino di Marrubio: Vino rosso cc 100

Marrubio gr. 4

tenere a macero per 8 giorni, colare spremendo e filtrare.

Un cucchiaino ai pasti.

Secondo il Valnet: 60 gr. di pianta essiccata a macero per 7-8 giorni in un litro di vino bianco, colare e filtrare, 1/2 bicchiere prima dei pasti per eliminare la cellulite.

Si consiglia anche al 4% in infuso (4 gr. di droga in 100 ml di acqua), per detergere la pelle in caso di abrasioni, e crosticine.

HYSSOPUS OFFICINALIS L.

Issopo, Fiore blu. Sommità fiorite

Oltre alle saponine, contiene un olio essenziale che si elimina attraverso le mucose bronchiali favorendo la fluidificazione del muco ed attraverso una contemporanea azione stimolante, l'eliminazione del muco stesso.

Tale olio essenziale è il responsabile della maggior parte delle proprietà di questa pianticella usata per le sue proprietà odorose nell'industria dei profumi e nell'industria liquoristica che sfrutta le sue proprietà aromatiche.

Ma proprio per la presenza nell'olio essenziale di tracce piccolissime di "pinocanfone", un chetone particolare, tutti gli autori sono concordi nell'affermare o di suggerire di limitare l'uso di questa pianta medicinale ad alte dosi, ed anche a dosi normali, in soggetti predisposti a crisi epilettiche, o al limite di adoperarla solo per uso esterno, per detergere piaghe o ferite e purificare la pelle.

Le dosi da usare per l'infusione per uso esterno, vanno da 30 a 50 gr. per litro di acqua bollente, lasciando in fusione per tempi che vanno dai 10 minuti, al tempo necessario per raffreddare la soluzione, e poi applicare compresse di garze imbevute di infuso sulle parti interessate.

Per la pelle delle ferite è consigliabile un semplice lavaggio, oppure usare l'infuso con 5 gr. di droga in 100 ml di acqua per sciacqui e gargarismi.

Per quanto riguarda l'uso interno deve essere evitato tutte le volte che i disturbi sui quali si desidera intervenire, sono in fase acuta, quindi droga vegetale da usare solo in terapie mirate, anche per favorire i processi digestivi, eliminare l'aria dallo stomaco e dall'intestino ed esercitare una certa azione calmante anche nei dolori da cattiva digestione.

L'indicazioni principali comunque sono quelle di: bronchite comune e raffreddamento con raffreddore incipiente.

Questo significa che se un individuo prende una frescata, e sente arrivare la tosse, può tranquillamente usare l'Issopo

Hyssopus officinalis L.

in varie forme galeniche, prima di arrivare allo stadio acuto delle malattie.

Si usa in varie tipiche preparazioni per uso interno

Infuso:	Issopo essiccato	gr.	20
	Acqua bollente	cc	1000

Tenere in infusione 10 minuti, colare spremendo il residuo, indolcire con zucchero. 200 ml fino a tre volte al giorno.

Per il Boni ed il Patri, l' infuso per uso interno è conveniente farlo usando 10 gr. di droga in 100 ml di acqua bollente.

Estratto fluido= 1 gr. (2) per dose tre volte al giorno (XL-LXXX gocce).

Sciropo:	estratto fluido	gr.	50
	sciropo semplice	qb	1000

da un cucchiaino da dessert a un cucchiaino e mezzo, fino a tre volte al giorno (30-60 gr. al di).

Lo sciroppo si può anche preparare (Poletti) partendo da:

sommità fiorite	gr.	100
acqua bollente	cc	1000

tenerlo in infusione per 24 ore e colare, sciogliere a caldo
ma senza far bollire 1000 gr. di zucchero.

Un cucchiaino tre volte al giorno.

Tintura (65) già pronta 1-2 cucchiaini tre volte al giorno.

Il Poletti per la preparazione della tintura consiglia di mettere: Issopo sommità fiorite gr 20

Issopo sommità fiorite	gr	20
Alcool etilico 80	gr	80

tenere a macero per tre settimane, poi colare spremendo il residuo e filtrare, 10-20 gocce due o tre volte al giorno dopo i pasti per favorire la digestione, 10-20 gocce diluite in acqua lontano dai pasti per la tosse.

Essenza: 2-3 gocce su una zolletta di zucchero o su un cucchiaino di miele due o tre volte al giorno, come sopra.

Vino di Issopo:

per il Boni e Patri	droga essiccata	gr.	20
	vino bianco	cc	1000

macerare per 5 giorni e colare. A bicchierini quando occorra.

Per Poletti	sommità fiorite	gr.	50
-------------	-----------------	-----	----

vino bianco (meglio Marsala) cc 1000

macerare per 8-10 giorni colare spremendo e filtrare.

A bicchierini dopo i pasti nelle disfunzioni digestive.

Da segnalare che secondo il Poletti l' infuso può essere usato per combattere la "leucorrea", perdite bianche delle donne.

(Issopo + Marrubio combinano bene)

Proprio perché siamo in Toscana e si trovano generalmente vi ricordo la Nepeta cataria e tutte le Erbe gattaie ed ortiche pelose e la Nepetella (Calamintha sylvatica) Bromf.

droghe. fiori con brattee	8
si raccolgono all'indomani delle	9
fioritura, quando l'acqua, l'essenza	10
si fondono col vino e si ripuliscono	11
si emulsionano in un po' d'acqua,	12
da ripulire col vino e si ripuliscono	13
all'ombra. Si conservano in	14
un fiasco con un po' d'acqua	15
si viene a prendere	16
Primo anno	17
un'infusione di fiori,	18
un altro emulsionato, fresco,	19
che è un emulsionato o altro.	
collocato ed aromatizzato	
che è un emulsionato	
che è fresco ed emulsionato	
ed al quale si aggiunge	
un certo emulsionato	

SETTEMBRE

M	4	11	18	25
M	5	12	19	26
M	6	13	20	27
G	7	14	21	28
G	8	15	22	29
S	9	16	23	30
D	10	17	24	

THYMUS VULGARIS L.

Timo. Cresce dal mare alla regione montana, ma preferisce la zona marina. Si trova nei luoghi aridi, soleggiati, fra le rocce e le ghiaie.

La droga si trova nelle sommità fiorite che si raccolgono a Maggio-Luglio, recidendo i fusti fiorali 5-10 cm al di sotto della spiga, ma evitando le parti legnose.

La droga si essicca all'ombra in luogo areato, ponendola sopra un foglio di carta perché tende a perdere le foglie con l'essiccamento. E' consigliabile, ad essiccamento avvenuto, battere o strusciare con le mani le sommità in modo di raccogliere foglie e fiori eliminando i fusticini. La droga si conserva in vasetti di vetro o porcellana.

Come principi attivi contiene un olio essenziale costituito principalmente da timolo e carvacrolo; tannini, un glucoside ed un saponoside.

Viene usato in campo alimentare non solo per le caratteristiche aromatiche, ma anche per le sue proprietà antisettiche che contribuiscono a prolungare la conservazione dei cibi.

Le proprietà antisettiche del Timo, dovute al timolo contenuto nell'olio essenziale, sono utili per disinfettare l'albero respiratorio e l'intestino, e vengono utilizzate per le proprietà balsamiche, tossifughe, fluidificanti il catarro e per combattere le fermentazioni e le infezioni intestinali e normalizzare i processi digestivi.

Gli infusi e gli sciroppi di Timo, tonificano l'intero organismo stimolando l'appetito e la digestione, favoriscono il funzionamento del fegato, combattono le malattie da raffreddamento.

L'infuso di Timo, molto gradevole, potrebbe sostituire benissimo al mattino, il tè o il caffè della prima colazione.

Se preso a digiuno, almeno per tre giorni, secondo Compain, e poi a piccole tazze anche durante il giorno, si ottengono risultati favorevoli sulle fermentazioni intestinali e dello stomaco e favoriscono i processi digestivi, indicato soprattutto nelle alitosi.

Preparazioni per uso interno:

Infuso:	droga essiccata e sminuzzata	gr.	1-5
	acqua	cc	100

portare l' acqua ad ebollizione, introdurre dentro la quantità di droga desiderata , tappare il recipiente e toglierlo dal fuoco, lasciando in infusione per 10 minuti.

Una tazza durante o subito dopo i pasti (Pedretti e Valnet).

Secondo il Poletti l' infuso si prepara con:

	droga essiccata e sminuzzata, un cucchiaino da minestra	
	acqua bollente	cc 1000

versare l' acqua bollente sulla droga, tappare il recipiente e lasciarlo riposare per 20 minuti, poi colare spremendo e filtrare. Tutto il preparato a tazzine durante la giornata.

Tintura:	droga essiccata e sminuzzata	gr.	20
	alcool etilico a 60	cc	100

tenere a macero per 10 giorni, colare, filtrare e conservare in bottigliette di vetro scuro e in luogo fresco.

Da 30 a 40 gocce due o tre volte al giorno.

Tintura vinosa:	sommità fiorite essiccate	gr.	25
	vino bianco secco	cc	1000

tenere a macero per 15 giorni, colare, spremere il residuo e filtrare. Un bicchierino dopo i pasti come digestivo, lontano dai pasti per sfruttare l' azione balsamica ed espettorante sull' apparato respiratorio.

Estratto fluido: 1 grammo = XL gocce, da 5 a 15 grammi al giorno.

Essenza: III - V gocce per dose, su una zolletta di zucchero, tre volte al giorno.

Sciroppo:	estratto fluido	gr	15
	sciroppo semplice	cc	85

da prendere a cucchiaini tre volte al giorno.

Thymus serpyllum L.

THYMUS SERPYLLUM L.

Timo serpilllo. La droga è contenuta nella porzione aerea della pianta e si raccoglie alla fioritura, Maggio-Agosto, scartando la parte basale che risulta indurita.

Si essicca all' ombra e in luogo ventilato, e si conserva in vasetti di vetro o di porcellana.

Il Timo serpilllo è molto simile al Timo selvatico, ma è apprezzato per l' aroma più tenue e gradevole che dipende dal minor contenuto di olio essenziale e di timolo.

Ha le stesse proprietà del Timo selvatico o volgare, cioè favorenti l' espulsione dei gas intestinali, è antispasmodico, ed esercita sull' apparato respiratorio, le sue virtù balsamiche, tossifughe, espettoranti e fluidificanti della secrezione catarrale.

Si usa nella stessa maniera del Timo volgare.

Da ricordare che in caso di necessità, l' infuso fatto sia con il Timo volgare che con il Timo serpilllo, al 5 % è utile per disinfettare ferite e piaghe.

Un pugno di sommità fiorite fresche di Timo serpilllo, gettate in una catinella d' acqua bollente, è utile ogni tanto per fare dei suffumigi stimolanti per pelli pallide e stanche.

Una buona pozione balsamica, da prendere a cucchiaini in acqua calda, si prepara in farmacia e consiste:

Timo volgare estratto fluido	gr.	25
Timo serpilllo estratto fluido	gr.	25
Eucalipto estratto fluido	gr.	15
Balsamo del Tolù estratto fluido	gr.	15
Sciroppo semplice	gr	120

Viola mammola

bollire fino a che l' acqua si sia ridotta a circa 150 cc, poi

Viola odorata L.

colare e filtrare. Un cucchiaino ogni 2-3 ore, edulcorato con miele, come espettorante del catarro bronchiale.

Cominciare da dosi basse, perché può causare vomito.

Polvere: radici essiccate e polverizzate, da 1 a 5 grammi, come vomitivo.

50 grammi di succo di foglie fresche come purgativo, oppure:

20 grammi di foglie essiccate infuse per 10 minuti in un litro d' acqua bollente, colare. Una tazza prima di coricarsi come blando lenitivo.

Pozione espettorante (Velnet):

radici essiccate e sminuzzate	gr	5
acqua	cc	150
sciroppo di fiori di Violetta	gr	5

bollire per 15 minuti e colare. Aggiungere lo sciroppo e agitare. Un cucchiaino da minestra ogni 2 ore.

Uso esterno.

Foglie cotte nell' acqua, (cataplasma), contro le ragadi del seno.

Decotto di fiori al 5 %, bollire per 10 minuti e tenere un quarto d' ora in infusione, poi colare. Lavaggi o applicazione di garze imbevute di decotto, in caso di contusioni o scottature.

Olio: 20 grammi di fiori essiccati e contusi in 100 grammi di olio di Oliva in recipiente chiuso. Scaldare per due ore a bagnomaria e colare. Serve contro ragadi e scottature.

EUCALIPTUS GLOBULUS Labill.

Eucalipto. La droga è contenuta nelle foglie di questo albero, ampiamente coltivato in Italia.

Si raccolgono dall' Estate all' Autunno, si essiccano al sole e si conservano in scatole chiuse, al riparo dalla luce.

L' Eucalipto è un buon antisettico delle vie respiratorie, con una buona azione espettorante, fluidificante la secrezione bronchiale e calmante della tosse.

Infatti ha una certa azione antireumatica, utilizzato per uso interno ha un' azione riconosciuta ipoglicemizzante, cioè diminuisce il tasso di zucchero nel sangue.

La presenza di olio essenziale lo rende utile per le sinusiti, malattie da raffreddamento oltre che per le affezioni delle vie urinarie.

Da tenere presente però, che se usato in dosi elevate, può dare intolleranza, prurito, eruzioni cutanee.

Preparazioni.

Infuso:	foglie di Eucalipto essiccate e contuse	gr 2-3
	acqua bollente	cc 100

tenere in infusione per 15 minuti poi filtrare.

Una tazzina per dose, due o tre volte al giorno.

Tintura:	foglie essiccate e contuse	gr 20
	alcool etilico a 95	cc 80
	acqua distillata	cc 20

macerare per 8-10 giorni e filtrare, conservando in recipiente scuro. 30-40 gocce per due o tre volte al giorno.

Vino:	foglie essiccate e contuse	gr 30
	vino bianco generoso	cc 1000

macerare per 15 giorni e colare. 2-3 bicchierini al dì.

Vino di Marsala: tutto come sopra, ma con 50 grammi di foglie essiccate di Eucalipto e 950 cc di Marsala.

Sciroppo:	tintura di Eucalipto	cc 50
	sciroppo semplice	cc 950

nella dose di 4-5 cucchiaini al giorno.

Olio essenziale: 3-4 gocce tre volte al giorno su una zolletta di zucchero o mescolate con miele.

Polvere: polverizzare alcune foglie essiccate di Eucalipto,

PINUS SYLVESTRIS L.

Pino silvestre. La droga in questa pianta è contenuta dalle gemme, dai rametti e dalla resina.

Tutte queste parti della pianta contengono dei principi attivi che hanno azione benefica sull' apparato respiratorio e quello uro-genitale.

Utili quindi in caso di bronchiti, raffreddori oltre che per affezioni reumatiche.

Lo sciroppo di gemme di Pino silvestre, fatto con 5 grammi di estratto fluido e 95 grammi di sciroppo semplice.

Si prende a cucchiaini ed è molto utile nelle malattie da raffreddamento con tosse, specialmente dei bambini.

Infuso:	gemme di Pino essiccate	gr	5
	acqua bollente	cc	100

lasciare in infusione per 20 minuti e colare.

Una tazza, due o tre volte al giorno.

Tintura:	gemme di Pino essiccate e sminuzzate	gr	30
	alcool etilico a 70	cc	120

tenere a macero per 10 giorni, poi filtrare e conservare in recipiente di vetro scuro.

10-15 gocce tre volte al giorno, diluite in acqua calda.

Vino:	gemme di Pino essiccate e sminuzzate	gr	30
	vino di buona gradazione	cc	1000

a macero per 10 giorni poi colare o filtrare.

5-6 cucchiaini, distribuiti nella giornata.

Decotto di gemme: bollire per un paio di minuti, un cucchiaio di gemme sminuzzate, in 250 cc d' acqua, tenendovele poi in infusione 20 minuti. Colare e filtrare.

4-5 tazzine al giorno, edulcorato con miele, nelle cistiti.

Decotto di foglie: 50 grammi di foglie (o rametti con foglie) essiccate e sminuzzate, fatte bollire per 10 minuti in un litro d' acqua e tenute 20 minuti in infusione. Colare.

6-7 tazzine al giorno, per eliminare gli acidi urici.

Essenza: 5-10 gocce, due o tre volte al dì.

Tussilago farfara L.

TUSSILAGO FARFARA L.

Nella Farfara la droga è contenuta nelle foglie e nei capolini.

I capolini si raccolgono in Febbraio-Aprile, quando sono ancora in boccio, o poco prima della fioritura, le foglie in Giugno-Luglio eliminando il picciolo

Si essiccano all' ombra in luogo areato e si conservano in contenitori di vetro o di ceramica.

I principi attivi sono costituiti da tannini, mucillagini, inulina, pigmenti coloranti, sali minerali di potassio di ferro di zinco 3 % nelle ceneri.

Il nome del genere deriva dal latino "tussim ago", che significa "caccio la tosse".

I medici dell' antichità conseguivano questo risultato, facendo aspirare i fumi della pianta.

Anche ai nostri tempi alcune popolazioni usano fumare le foglie per calmare la tosse e gli accessi di asma.

Proprio per il contenuto in mucillagini, flavonidi e terpeni, preparazioni galeniche della Farfara sono rimedi molto usati per tutte le forme di irritazione dell' apparato respiratorio, tosse secche, ostinate, bronchiti, pleuriti, asma, raffreddori ed influenze, forme catarrali su cui esercita soprattutto un effetto emolliente ed espettorante.

Esperti sostengono che ha anche blande proprietà antispasmodiche.

Quindi è indicata per: bronchiti acute e croniche,
laringiti,
tracheiti,
catarro bronchiale secco.

Per Boni e Patri ha azione espettorante, antitosse, emolliente, anticatarrale. Indicazioni: bronchiti, pertosse, asma.

Indicazioni specifiche: tosse cronica con spasmo.

In combinazione con Marrubio e Tasso barbasso per la tosse insistente.

Preparazione con capolini.

Infuso al 5%, tenere in infusione 15 minuti e colare spremendo

il residuo, poi filtrare. 150 cc per dose, quattro volte al giorno, tra i pasti.

Decotto di foglie al 5-10 %, bollire per un minuto e lasciare infondere per 10 minuti, colare. Una tazza tre o quattro volte al giorno, tra i pasti.

Estratto fluido: da 5 a 10 grammi per dose tre o quattro volte al giorno.

30-100 grammi al giorno come depurativa e nelle dermatosi squamose.

Per uso esterno viene usata come dermopurificante per pelle grassa.

Le foglie fresche contuse, o il loro decotto, sono utili per ulcerazioni della pelle, foruncolosi, eczemi o per fare bagni ai piedi doloranti.

Preparazione composta: estratto fluido di Liquirizia gr 10
 estratto fluido di Farfara gr 5
 sciroppo di Capelvenere cc 400

quattro cucchiaini al giorno.

Esiste anche una preparazione chiamata la "tisana dei quattro fiori" e consiste nel prendere uguale dose di fiori di:

Papavero, Farfara, Malva, Piede di gatto.

Tussilago farfara L. (Farfara)

*Le droghe e comuni nelle
 e del capelvenere*

*I capelvenere e ricoperto in
 e per questo sono amare in*

*buono, e fa comune nelle
 le foglie in foglie lunghe*

*e comunemente il primo
 Si riconosce all'occhio in*

le foglie

8
.
9
.
10
.
11
.
12
.
13
.
14
.
15
.
16
.
17
.

Coffea arabica L.

COFFEA ARABICA L.

Caffè.

In questo caso la droga è rappresentata dal seme raccolto a maturità che contiene, a seconda delle varie qualità, dall' 1 al 3 % di caffeina, il principio attivo.

Poiché il seme di Caffè si usa normalmente torrefatto, cioè tostato, e che la caffeina durante la torrefazione "sublima" cioè evapora, in misura maggiore o minore, a seconda del tempo di durata della tostatura, abbiamo Caffè molto tostati di colore bruno scuro, tipo Caffè all' italiana, con caffeina allo 0,3 %, e Caffè poco tostati, colore marroncino chiaro, tipo Caffè all' americana, contenente caffeina, sino al 2%.

Se per fare una tazza di Caffè occorrono in media 5 grammi di Caffè, in una tazza di Caffè all' italiana ci saranno 15 mg di caffeina, mentre in una tazza di Caffè all' americana ce ne saranno 100. Per avere quindi un infuso di Caffè per uso terapeutico, dovremo usare semi di Caffè poco tostati, naturalmente polverizzati.

L' infuso si prepara con 5 grammi di Caffè poco tostati e macinati, tenuti in infusione per 10 minuti in 100 cc di acqua bollente. Indolcire con zucchero e berne due tazze al giorno.

Da tenere presente che la Coffea arabica, oltre alla caffeina che è il principio attivo stimolante, oltre al "caffeone", cioè la sostanza che dà al Caffè il suo profumo e sapore, contiene tanti altri componenti, circa 500, tra cui una "caffeotossina", una sostanza ad azione depressiva, che viene eliminata solo per ebollizione dell' infuso di Caffè.

Per avere un infuso meno stimolante, il preparato deve essere portato all' ebollizione, per distruggere la caffeotossina.

Sarà un preparato di sapore meno gradevole, ma il suo effetto terapeutico migliore e meno tossico.

In caso di somministrazione di dosi esagerate, l' azione eccitante del Caffè può provocare: ebbrezza caffeica, caratterizzata da confusione mentale, incoerenza muscolare, turbe sensitive, cioè l' effetto contrario di quello che si

voleva ottenere.

L' infuso di Caffè sopra descritto è utile come cardiostimolante, capace cioè di apportare uno stimolo passeggero al cuore, con rinforzo della contrazione miocardica, con aumento della pressione arteriosa.

Tone di caffè all'irritazione
 15 mg e caffè
 meno in un tè e caffè
 all'irritazione 100 mg -

Per aver quindi un infuso di
 caffè per uso terapeutico, basterà
~~far il caffè~~ avere vicino a
 caffè poco tostato, un po' di
 meno polvere, e
 l'infuso si prepara con
 acqua e caffè poco tostato 5 g
 172, per il caffè basterà 100 g
 tener in infusione 10' - bollire -
 in un tè al di -

Ne viene presunta che le
 Caffè Arabica L. altre di caffè
 che è il principio di
 stimolazione e che il caffè
 cioè la sostanza aromatica che
 si è il caffè il principio di settimana

Giovedì

6

Gennaio

Per il caffè basterà 100 g
 ~ 500, per cui una
 CH 750 TOSTATO, da
 una sostanza aromatica
 di presunta, da avere

Passiflora incarnata L.

PASSIFLORA INCARNATA L.

Passiflora; la droga è rappresentata dalla porzione aerea della pianta.

La pianta è originaria degli stati meridionali degli Stati Uniti, dove è coltivata un po' dovunque sia a scopo medicinale che per i frutti commestibili.

La Passiflora cerulea che viene coltivata anche in Italia, ha proprietà terapeutiche minori.

La pianta si raccoglie quando i frutti sono maturi, tagliandola poco sopra il terreno e facendola essiccare e conservandola in sacchetti di carta o di tela al riparo dall'umidità.

I principi attivi contenuti sono: Passiflorina lo 0.04 %, derivati flavonici, alcoli, pectine, fitosteroidi.

Viene considerata una delle piante sedative per eccellenza, sia come depressore del S.N.C., e quindi per calmare gli stati di eccitazione nervosa, tipo angoscia, palpitazioni, disturbi nervosi della menopausa, sia come calmante il nervosismo e favorente il sonno, sia come leggero antispasmodico, cioè sedativo delle fibre muscolari lisce dell'intestino.

Viene peraltro esercitata anche indirettamente tramite la sedazione a livello del S.N.C.

Preparazioni.

Infuso: foglie e fiori essiccati di Passiflora gr 15
 acqua bollente cc 250
 infondere per 10 minuti in recipiente coperto, colare spremendo il residuo e indolcire.

Se usato per conciliare il sonno, si può aggiungere un cucchiaino di Whisky o Cognac, in quanto le piccole quantità di alcool favoriscono l'assorbimento dei principi attivi presenti nell'infuso della droga.

Inoltre lo stesso alcool, per le sue azioni dirette vasodilatatorie sui capillari, e facendo abbassare leggermente la pressione, faciliterà l'assopimento e quindi il sonno.

Tintura: Passiflora essiccata e contusa gr 20
 alcool etilico a 50 cc 80

macerare per 8 giorni e poi colare e filtrare, conservandolo in una bottiglietta di vetro scuro.

20-40 gocce per due o tre volte al giorno. Contro l'insonnia se ne prendono 30 gocce in una tazza di Camomilla, (tenendo conto della sensibilità individuale per la Camomilla), oppure in un infuso di Tiglio.

Estratto fluido: X-XX gocce pro dose, due o tre volte al dì.

Alcoolaturo: macerare per una settimana un certo quantitativo di pianta fresca, in uguale peso di alcool puro (95), poi colare e filtrare e conservare in bottigliette di vetro scuro. Se ne prendono 25-30 gocce tre volte al giorno, l'ultima prima di coricarsi.

Enorme aiuto per i nervi e per il
prezioso nel infuso sulle droghe
Inoltre è bene alcool, per la sua
azione diretta verso il cervello
mi capillari, e facendo abbassare
non leggermente la pressione,
ferma l'arteria e l'arteriosclerosi
e quindi il cuore -

Turbinaria 20 g di foglie fresche
ammaccate in 80 g di alcool
e 50° - Macerare 8 giorni -
Colare, filtrare, conservare in
una bottiglietta di vetro scuro -
20-40 g per 2-3 volte al dì -
Contro l'ipertensione, 30 g per un
un tempo di camomilla
Prezioso contro tutti i disturbi
nervosi e per il cervello
o in un infuso di Tiglio -

settimana 11-354

Estratto fluido - X-XX Martedì
per la dose, 2 volte al dì
con un po' di acqua

II

Valeriana officinalis L.

VALERIANA OFFICINALIS L.

La Valeriana è una pianta perenne che cresce nei luoghi umidi, nei boschi, nei prati montani di tutta l' Italia.

La droga è contenuta nel rizoma e nelle radici.

Si raccolgono in Autunno o in Primavera, estirpando la pianta di almeno tre anni.

Il rizoma si pulisce dalla terra e si essicca rapidamente al sole (Poletti), o all' ombra o in un forno ad una temperatura massima di 45 (Pedretti).

Solo con l' essiccazione la droga acquista l' odore caratteristico che la distingue, e si conserva in sacchetti di carta o tela.

I principi attivi della Valeriana sono diversi, rappresentati da: un olio essenziale le cui percentuali variano dallo 0,5 al 2,5 %, da acido valerianico costituito da varie sostanze, e da un alcaloide leggermente sedativo.

Ricordare: 1) i valepotriati, instabili in presenza anche di piccole quantità di acqua, 2) l' effetto placebo dovuto all' odore.

Proprio per questa composizione molto varia, la Valeriana presenta un' azione farmaco-dinamica varia, tanto da essere utile per: stato di ansia, insonnia, preoccupazioni nervose, tachicardia, vampi di calore, turbe della menopausa, isterismo, convulsioni infantili, spasmi dolorosi dello stomaco e dell' intestino.

E' eccitante per i gatti e dà luogo a manifestazioni tipo ubriachezza.

Le cure a base di Valeriana devono essere praticate per un periodo di 8-10 giorni, intervallate da due-tre settimane di riposo, e ciò per evitare da una parte l' assuefazione e dall' altra una Valeriana dipendenza.

Deve essere perciò alternata con altri preparati ad effetto analogo.

Preparazioni:

Succo di rizoma fresco, 2-5 grammi al giorno (Pedretti).

Polvere: polverizzare, pestandolo in un mortaio o macinandolo,

del rizoma essiccato di Valeriana.

0,5 grammi di polvere in un' ostia, in un cachet, o amalgamata a un cucchiaino di miele, 2-3-4 volte durante la giornata. La dose massima 4 grammi al giorno. Per evitare l'odore non a tutti gradito, si usano capsule di gelatina.

Macerato (Poletti): un cucchiaino di rizoma essiccato e sminuzzato, tenuto a macero per 10-12 ore in un bicchiere d'acqua fredda. Due volte al giorno come sedativo.

Infuso al 3 %: (3 grammi in 100 cc d'acqua), tenuto in infusione per 10 minuti, poi colare. 2-3 tazze al giorno.

Tintura al 25 % (Poletti):

rizoma di Valeriana essiccato e contuso gr 25
alcool etilico a 70 cc 100

macerare per 10 giorni poi colare e conservare in bottiglia di vetro scuro. 10 gocce due-tre volte al giorno.

Il Pedretti consiglia una tintura preparata come sopra, ma con 20 grammi di rizoma. Da X a XX gocce due-tre volte al dì.

Essenza: da II a IV gocce per tre volte al giorno, su una zolletta di zucchero.

Estratto fluido: 1 grammo = XLV gocce. Da 2 a 8 gocce al dì.

18
19 Il rizoma si pulisce dalla terra
e si macera separatamente al sole
(Poletti) si emulsiona all'ombra
ad una temperatura
minima di 45° (PEDRETTI) -
Solo con l'emulsione si deve
aggiungere l'edera e il castoreo,
Si conserva in contenitori di vetro
o di ceramica

Il principio attivo della Valeriana
sono diversi, e appartengono a
due diverse categorie, le
ammoniacali, e le
(0,5 / 2,5 %) di cui
la Valeriana contiene
la vera essenza
② la Valeriana, l'essenza e il castoreo

Giovedì

13

Gennaio

Filipendula ulmaria (L.) Maxim.

FILIPENDULA ULMARIA (L.) Maxim.

E' chiamata comunemente Regina dei prati. La droga è costituita dalle sommità fiorite raccolte in Estate prima della fioritura, ed anche dal rizoma.

La radice si essicca al sole, le sommità fiorite all' ombra, e si conservano entrambi in sacchetti di carta al riparo dalla luce.

Principi attivi: nei fiori freschi un etere salicilico e salicilati di metile, glucosidi flavonici, una sostanza colorante gialla, la spireina.

Nell' essiccamento del fiore l' etere si trasforma in acido salicilico e salicilato.

Ha un notevole effetto diuretico, cioè oltre a stimolare la secrezione di urina da parte del rene, vince ed elimina l' acido urico ed i cloruri dell' organismo, quindi la pianta è utile per quei soggetti in cui l' eliminazione dell' acido urico diminuisce i dolori reumatici, i principi di gotta e utile anche per eliminare le ritenzioni liquide raccolte nelle sierose dell' organismo, nelle litiasi urinarie, crea piccoli calcoli della vescica e, secondo il Poletti, utile nell' insufficienza biliare e come astringente nelle varici.

Valnet la ritiene utile anche nella cellulite; la British Herbum Pharmacologia come specifico contro l' ulcera peptica, usata per la prevenzione e trattamento.

Fra le indicazioni generali: dispepsie atoniche, con bruciori e acidità, cistite catarrale acuta, reumatismo muscolare, diarrea dei bambini.

Tutte le preparazioni ottenute con Spirea, non vanno mai portate all' ebollizione, perché farebbe evaporare l' acido salicilico che è uno dei principi attivi della pianta.

Preparazioni:

Come bevanda depurativa e per stimolare la diuresi.

Infuso:	sommità fiorite essiccate e contuse	gr	50
	acqua alla temperatura di 90	cc	1000

versare l' acqua sulla droga e lasciarla in infusione per 10 minuti. poi colare e zuccherare.

Una tazza tre volte al giorno, lontano dai pasti.

Filipendula ulmaria (L.) Maxim.

Tintura: Sommità fiorite essiccate e sminuzzate gr 20
alcool etilico a 60 cc 100

tenere a macero per 8 giorni, filtrare e conservare in boccetta di vetro scuro.

XX-XXV gocce pro-dose, tre o quattro volte al giorno, diluite in acqua.

Estratto fluido: 1 grammo = XL gocce.

XXX-XL gocce pro-dose, tre volte al giorno in acqua anche zuccherata.

Sciroppo: estratto fluido di Olmaria gr 5
sciroppo semplice cc 100

3-4 cucchiaini al giorno, tra i pasti.

Sciroppo: sommità fiorite essiccate e contuse gr 125
acqua a 90 di temperatura cc 1000
zucchero gr 2000

macerare per 12 ore la droga nell' acqua , in recipiente ben tappato, colare spremendo il residuo e aggiungere lo zucchero, sciogliendolo a bagno-maria.

2 cucchiaini 3-5 volte al giorno, anche diluiti in acqua.

Per la cellulite: un cucchiaino di sommità fiorite essiccate e contuse in infusione per una notte in 250 grammi d' acqua a 90 di temperatura in recipiente coperto. Al mattino colare e bere.

Vino: fiori essiccati e sminuzzati gr 40
vino bianco di buona gradazione cc 1000

tenere a macero per 5 giorni, poi colare e conservare in luogo fresco.

Un bicchierino da liquore a pranzo e a cena.

Uso esterno:

Foglie fresche su tagli, scottature ed ulcere.

Infondere per 10-12 ore, due manciate di sommità fiorite e foglie essiccate, in un litro d' acqua. Da usare per applicazione di compresse imbevute, su dolori reumatici.

Lo stesso infuso è usato anche sulle piaghe e sulle ulcere.

Urtica dioica L.

URTICA DIOICA L.

Ortica. La droga è contenuta nella radice e nella parte aerea della pianta.

Le radici si raccolgono alla fine dell' Estate , la parte aerea da Aprile a Settembre, muniti di guanti per evitare dolorose irritazioni dovute ai peli rigidi e urticanti della pianta. Entrambe si essiccano all' ombra in corrente d' aria.

Si conservano in sacchetti di carta o di tela, al riparo dall' umidità e dalla polvere. I principi attivi contenuti sono: clorofilla, xantofilla, carotene, secretina, tannini, e sostanze inorganiche: (Fe, Si, Ca, N, K, S, Mn, Mg), oltre a provitamina "A".

Il liquido urticante dei peli contiene acetilcolina, istamina, acido formico.

Stimola il metabolismo e la secrezione delle ghiandole dello stomaco, intestino, fegato, pancreas, cistifellea.

L' azione galattogoga e antidiabetica, non è stata bene dimostrata.

Succo fresco indicato come emostatico, vasocostrittore, contro il reumatismo gottoso, litiasi renale, dermatosi, diarrea, a secondo della preparazione.

Preparazioni:

Succo fresco: pestare e ridurre in poltiglia la pianta fresca, mettere in una tela robusta, spremere il succo per torsione. Prenderne fino a 100 grammi al giorno, in tre volte, allungato con acqua o altro liquido gradito.

Particolarmente adatto come emostatico e vasocostrittore.

Infuso di pianta intera:

fusto e radici essiccate e contuse	gr	5
acqua	cc	100

bollire per 2-3 minuti e infondere per 20 minuti.

"Ad libitum" come diuretico, depurativo, antireumatico.

Estratto fluido: un cucchiaino pro-dose, 2-4 volte al giorno.

Decotto di tutta la pianta, o solo radici:

5 grammi di radici essiccate fatte bollire per 10 minuti in 100 cc d' acqua e lasciate a riposo fino a raffreddamento.

4-5 tazze al giorno come antireumatico.

Urtica dioica L.

Tintura:	pianta essiccata e sminuzzata	gr	20
	alcool etilico a 60	cc	100

tenere a macero per 10 giorni poi filtrare.

Il Valnet suggerisce 25-30 gocce 3 volte al giorno, il Pedretti, un cucchiaino due-tre volte al giorno, sempre come bevanda antireumatica.

Uso esterno.

Decotto: bollire due pugni di Ortica essiccata e sminuzzata, in 500 cc di aceto di vino, per 10 minuti, a fuoco lento.

Colare a raffreddamento avvenuto, spremendo il residuo e filtrare, e fare frizioni al cuoio capelluto prima di coricarsi. Al mattino si lavano i capelli senza asciugare con l'asciugacapelli. (Particolarmente indicato per alopecia)

Un pugno di foglie essiccate e contuse fatte bollire per 30 minuti in 1/2 litro d' acqua. Gargarismi per la gola arrossata.

Radice di Ortica essiccata	gr	50
Rosmarino essiccato e contuso	gr	50
grappa di vino	cc	1000

lasciare macerare per 12 giorni, poi colare e filtrare.

Frizionare il cuoio capelluto per stimolare la crescita dei capelli. (Valnet).

19

19 P. A. Clarkville x encapula,
ceratin, succrine, Penum

Serrenus morizonich / F. 1-3.

Се. н-т-мн-ны /l m r e

Proverbe A - He luyms

Ursachen des falschen Zinsgewinns

Accretion - and fission

Purthane Struck it overboard

e le ricevem all'ingrosso

5ª settimana

25-340

25-340
Grillo, Remue, mason,
Jesse, painter. emery **Martedì**

Ar cu foletto fine e

entw. durch, von

here summarize

25

Gennaio

Smilax aspera L.

SMILAX ASPERA L.

Salsapariglia.

La droga è contenuta dalla radice delle diverse specie di *Smilax*, pianta della famiglia delle Liliacee, una specie di liana gigante (alcune spinose), dell' America centro-meridionale, che si arrampica su alberi, alta fino a 50 metri.

La radice si raccoglie in Autunno o in Primavera, prima che la pianta riprenda la fase vegetativa.

I principi attivi contenuti sono: saponina, un amaro, olio grasso, zuccheri, amido, ossalato di calcio.

Le saponine che rappresentano il principio attivo della Salsapariglia, hanno le capacità di migliorare l' assorbimento di altre sostanze farmacologicamente attive, forse per la loro azione tensioattiva utile per le emorroidi, urea, reumatismo gottoso, dermatosi.

A dosi elevate può provocare accidenti cardiaci preceduti da nausea, vomiti, diarree.

L' industria alimentare fa largo uso anche della radice di Salsapariglia per la schiuma a cui dà origine nelle bevande zuccherate e nelle birre.

I nostri nonni vantavano l' uso contro la sifilide. (Anche il Matthiole nel XVI secolo, attribuì alla pianta le stesse proprietà).

B.H.P. azione antireumatica, antisettica, antiprurito.

Indicazione specifica contro la psoriasi, specialmente con irritazione e leggera desquamazione, altre condizioni cutanee, reumatismo cronico, artrite reumatoide, febbre, (insieme ad altri medicinali), unita alla Bardana ed al Romice nelle malattie della pelle.

Preparazioni galeniche:

Decotto: bollire per 10 minuti 6-10 grammi di droga in 100 cc d' acqua, tenerla in infusione per 10 minuti poi filtrare.

Una tazza tre volte al giorno prima dei pasti. (Contro l' influenza).

Come diaforetico: Far macerare per 2 ore 60 grammi di droga in un litro d' acqua, bollire per 10 minuti e tenere ancora due ore in infusione, poi colare e filtrare, e riaggiungere acqua

fino a riportare il volume ad un litro.

Una tazza tre volte al giorno, prima dei pasti.

Polvere diuretica: pestare in un mortaio della radice di Salsapariglia, passarla da un colino a maglia fine.

Da 0,5 a 1 grammo per dose in un' ostia o in un cachet o amalgamata con miele, tre volte al giorno prima dei pasti, fino ad un massimo di 10 grammo al giorno.

Tintura:	droga essiccata e spezzettata	gr	20
	alcool etilico a 95	cc	100

a macero per 10 giorni prima di filtrare. Da XX a XXX gocce per dose tre volte al giorno, prima dei pasti.

Estratto fluido: 1 grammo = XL gocce.

Da 1 a 5 grammi pro-dose, tre volte al giorno.

Sciroppo:	estratto fluido di Salsapariglia	gr	5
	sciroppo normale	gr	95

agitare e conservare in bottiglia ben chiusa.

50-100 gocce pro-dose tre volte al giorno.

Pumpkin seeds -
 not far from an acre seed bed
 extracted & mixed with
 flowers, one more delicate
 the specimen

Well known to the
 Perfume in some
 delicacy

4^a settimana

19-346

He is a new effect of strength

Mercoledì

and also to make the
 secretion of the
 pores in the skin
 and clean the

19

Gennaio

new delicacy in

Asparagus officinalis L.

ASPARAGUS OFFICINALIS L.

Asparago. La droga è contenuta nella radice che si raccoglie in Autunno, da Ottobre a Novembre, quando la pianta è in stato di riposo.

Anche i "turioni", cioè i germogli che a maturità formano i turioni commestibili, che si consumano freschi.

I principi attivi sono costituiti da: saponina, asparagina, acidi organici, sali di potassio, tannino, vitamina "B9" ecc.

L'azione elettiva è la diuretica utile in tutti i casi in cui c'è ritenzione di urina.

Per il Penso è un diuretico idrurico (come la Gramigna e lo Zea mais) quando somministrato in tisana, facilita l'emissione di orine scacciando l'acqua introdotta e parte dell'acqua ritenuta nell'organismo.

Preparazioni galeniche:

Decotto: (Penso) bollire per 15 minuti in un litro d'acqua, 50 grammi di radici essiccate e contuse, raffreddare colare e zuccherare. Una tazza tre volte al giorno.

Il Pedretti consiglia lo stesso decotto, ma senza aggiungere lo zucchero, da prendere tre volte al giorno, lontano dai pasti.

Il Poletti un decotto di turioni freschi: Bollire 20-25 turioni freschi in 300 cc d'acqua, fino a che l'acqua si sia ridotta alla metà, poi colare.

Un cucchiaino ogni due-tre ore.

Tutti e tre i decotti, si usano nelle affezioni dell'apparato urinario.

Sciroppo: con una centrifuga spremere 500 grammi di succo dai turioni e aggiungere 1 chilogrammo di zucchero, sciogliendolo a bagnomaria. 3-4 cucchiaini al giorno.

Estratto fluido: 1 grammo = XL gocce. 1 gr 2-3 volte al dì.

Sciroppo:	estratto fluido di Asparago	gr	10
	sciroppo semplice	cc	80

da 10 a 50 gocce per dose, due volte al giorno.

Tintura:	radice essiccata e spezzettata	gr	20
	alcool etilico a 60	cc	100

a macero per 10 giorni, poi filtrare.

Un cucchiaino tre volte al giorno, prima dei pasti.

Tintura vinosa: radice essiccata e contusa gr 50
vino bianco di buona gradazione cc 1000

tenere a macero per 10 giorni poi filtrare.

Un bicchierino pro dose, due o tre volte al giorno.

Non devono però essere somministrate a chi soffre di: affezioni renali e vescicali, alle persone eccitabili e nervose, ai reumatici, ai diabetici.

Sciropo diuretico delle 5 radici:

radici di Asparago	gr	100
radici di Prezzemolo	gr	100
radici di Finocchio	gr	100
radici di Sedano selvatico	gr	100
radici di Pungitopo	gr	100

le radici essiccate e polverizzate, vengono messe a bollire per 20 minuti in tre litri d' acqua e lasciate poi in infusione per 15 minuti.

Si filtra e si aggiungono a caldo, due Kg di zucchero, si fa bollire ancora per tre minuti e si filtra di nuovo.

Si prende a cucchiari (4-5) durante la giornata.

Asparagus (Asparagus officinalis)

*Dage - radice, che si raccoglie
in estate, ed si toglie a
novembre, quando la pianta
non ha più fiori.*

*Radici: Radici, cioè i germogli
che si mettono a macerare in acqua
comune per 10 giorni, e si estraggono
per la*

P. A. - Sciroppo - asparagum -

Zea mays L.

ZEA MAYS L.

Granturco. La droga è contenuta negli stigmi che fuoriescono dal fiore femminile, si raccolgono in Luglio-Agosto, durante la fioritura o in Agosto-Settembre, dopo la fecondazione, in modo da non danneggiare la pianta.

E' importante conservarli in luoghi secchi, perché l'umidità la degrada rapidamente.

I principi attivi contenuti sono: tannini (11-13 %), acidi grassi, alcool etereo (0,2 %), fitosteroli, betaina, allantoina, sali di potassio, di calcio, manganese, sodio, ferro, zuccheri.

Sedativo nelle sintomatologie dolorose delle affezioni delle vie urinarie, diuretico, eliminante dell'acido urico e dei fosfati, utile per chi soffre di litiasi urinaria, affezioni delle vie urinarie, albuminuria, gotta.

B.H.P., cistite, metrite, enuresi notturna, indicazioni specifiche, infiammazioni acute e croniche delle vie urinarie.

Combina bene con: Uva ursina e Corbezzolo, e con la Gramigna nella cistite. (Confermato anche dagli erboristi cinesi)

Con Agrimonia e Coda cavallina, nelle enuresi.

Preparazioni galeniche:

Decotto:	stimmi di Granturco essiccati	gr	20
	acqua	cc	1000

bollire per 10 minuti, colare e bere nelle 24 ore.

Utile perché eccita direttamente l'epitelio renale, favorendo la diuresi.

Decotto (Pedretti): al 5 % (5 gr in 100 cc d'acqua). Bollire per 10 minuti infondendo per 5 minuti a recipiente tappato, poi filtrare. Una tazza pro-dose avanti i pasti.

Infuso: infondere per 20 minuti, 10 grammi di droga in 100 cc di acqua bollente, filtrare.

Una tazza per dose avanti i pasti, tre volte al giorno.

Estratto fluido: 1 grammo = XL gocce. Un cucchiaino per dose 3 volte al giorno, avanti i pasti.

Sciroppo:	estratto fluido	gr	5
	sciroppo semplice	cc	100

80-100 gocce al giorno.

Tintura 20%: stimmi essiccati cc 20
 alcool etilico a 65 cc 100

tenere a macero per 5 giorni e filtrare, conservando in bottiglietta ben tappata. Un cucchiaino pro-dose, tre volte al giorno.

Non da assuefazione, è tollerabile da tutti, si può usare per lunghi periodi.

Recentemente è stata dimostrata anche un' azione ipotensiva.

Per il contenuto di allantoina per uso esterno, è utile per favorire la cicatrizzazione di piaghe, ferite ecc.

Sciroppo composto: estratto fluido di stimmi gr 3
 sciroppo di radici aperitive gr 50
 sciroppo di Tarassaco gr 30
 acqua distillata cc 120

conservare in bottigliette di vetro scuro.

Da 1 a 10 cucchiaini al giorno.

(adesso su metolmanoprene)
 endo organici - senza ferro -
 ferro - nitrato
 Vit. B9, acido folico, (febbraio)
 100 - 200 mg di acido - der. Treppe
 ma 250 mg di acido - 11 mg
 100 mg - Sime 0,025 mg
 7 settimana 38-327 Sime 0,025 mg 100
 Sime 0,025 mg 2,5 mg

Febbraio

ARBUTUS UNEDO L.

Corbezzolo. La droga è contenuta nelle foglie, raccolte da Maggio ad Agosto, staccandole unitamente al picciolo.

Utili solo le foglie dell' anno in corso, che si riconoscono perché sono inserite sui rami terminali, ed hanno colore verde-intenso. Si essiccano all' ombra e si conservano in sacchetti di carta.

I principi attivi contenuti: tannini, resine, arbutina, arbutoside, flavonidi.

L' azione elettiva è quella disinfettante tutto il tratto genito-urinario, quindi infiammazione del rene, delle vie urinarie, tipo cistite, ipertrofia prostatica con piuria, incontinenza e ritenzione di urine.

Preparazioni galeniche:

Per le infiammazioni del rene , della vescica , per aumentare la diuresi.

Infuso:	droga essiccata e sminuzzata	gr	7
	acqua bollente	cc	100

infondere per 15 minuti a recipiente coperto, poi filtrare.

Una tazza pro-dose tre volte al giorno.

Polvere di foglie essiccate:

ridurre in polvere in un mortaio, alcune foglie di Corbezzolo, prenderne 0,5 grammi in un' ostia o mischiata con miele, 4-6 volte al giorno.

Tintura:	foglie essiccate e sminuzzate	gr	20
	alcool etilico a 75	cc	100

tenere a macero per 8 giorni poi filtrare.

Un cucchiaino pro-dose, due o tre volte al dì.

Estratto fluido: 1 grammo = XXXV gocce.

XXX-XL gocce pro-dose due-tre volte al giorno.

L' uso prolungato, per la presenza di tannino, può provocare stitichezza. L' arbutina per effetto della arbutoside, un idrochinone, conferisce all' orina un colore verde.

Per rinforzare l' azione è bene alcalinizzare le urine con "bicarbonato di sodio".

Come l' Uva ursina, si può unire con radici di Altea, Gramigna. Mais.

SAMBUCUS NIGRA L.

Il Sambuco è un grande arbusto che può raggiungere anche l'altezza di diversi metri. La corteccia del tronco e dei grossi rami è bruna e ruvida, quella dei rami più piccoli, chiara e butterata da escrescenze crateriformi, dette "lenticelle". Sotto la prima corteccia ce n'è un'altra verde, quella che viene usata in medicina.

E' una pianta apprezzata fin dai tempi preistorici, tanto che i frutti di Sambuco erano mangiati dai nostri antenati, che ricavavano bevande dai frutti fermentati. I germani li usavano per tingersi il volto ed i simulacri dei loro dei del Sambuco.

I contadini lo usavano e lo usano ancora per tingere il vino.

Le antiche stoffe erano tinte di rosso-cupo con le bacche di Sambuco.

La corteccia si raccoglie in Autunno o in Primavera, prima che la pianta riprenda a vegetare.

Le foglie in Estate.

I fiori durante la fioritura, meglio un po' prima, quando ancora non sono completamente sfioriti.

I frutti in Autunno inoltrato, quando sono ben maturi.

I frutti sono lassativi ed apportatori di vitamine.

Le foglie sono lassative, purganti ed attenuanti gli stati infiammatori.

I fiori utili per sudare, antinfiammatori dell'apparato respiratorio e blandi lassativi.

La seconda corteccia ha proprietà diuretiche ed eliminanti la raccolta di liquido nell'organismo.

I frutti usati come lassativo, o come antinevralgico nelle nevralgie del "trigemino", del nervo sciatico, per applicazione topica.

Le foglie come lassativo nelle stitichezze abituali e come purgante, allo stato fresco. Sempre fresche, utili per medicazioni di foruncoli e calmare il dolore nelle emorroidi, o come disintossicante del fegato.

I fiori sono indicati nei raffreddori, bronchiti, stati

Sambucus nigra L.

febbrili, per aumentare la sudorazione e, per uso esterno, revulsivi e rubefacenti.

Sembra, secondo il Valnet, che favoriscano l' eruzione della febbre eruttiva, tipo morbillo e scarlattina.

La seconda corteccia, nei reumatismi, gotta, litiasi urinarie, ritenzione di liquidi nell' organismo. Particolarmente indicata nei casi di raccolta di liquidi nelle cavità peritoneale, infiammazioni delle vie urinarie verso le quali le preparazioni di bevande di seconda corteccia esercitano un benefico effetto di stimolazione senza limitazione.

Ricordare che le foglie fresche, la corteccia e i frutti immaturi contengono acido cianidrico, e pertanto sono tossici.

Principi attivi: nitrato di potassio, sambucina, un glucoside (sambunigroside), oli essenziali, mucillagini.

B.H.P. Usa solo i fiori essiccati come sudorifero, diuretico, antireumatico, come indicazione specifica.

Preparazioni galeniche:

Corteccia.

Decotto: bollire per 10 minuti 8 grammi di corteccia in 100 cc d' acqua e lasciare riposare per 10 minuti. Filtrare.

Una tazza pro-dose una due volte al giorno.

Tintura vinosa: corteccia essiccata e sminuzzata	gr	100
vino bianco di buona gradazione	cc	1000

tenere a macero per 5 giorni, poi colare.

Un bicchierino due-tre volte al giorno, per la calcolosi renale o come diuretico.

Estratto fluido: 1 grammo = 10 gocce

da 1 a 3 grammi pro-dose tre volte al giorno.

Tintura:	corteccia essiccata e contusa	gr	20
	alcool etilico 70	cc	100

a macero per 10 giorni, poi filtrare.

Un cucchiaino per dose tre volte al giorno.

Foglie.

Decotto: due cucchiaini di foglie essiccate bollite per qualche minuto in due tazze d' acqua (circa 400-450 cc), poi filtrare.

Due bicchierini al giorno. (Come lassativo o, in dose maggiore, purgante).

Sambucus nigra L.

Decotto di foglie fresche: un cucchiaino di foglie fresche sminuzzate fatte bollire per 10 minuti in 500 cc d' acqua. Lasciare a riposo per circa 15 minuti, poi filtrare.

Un bicchierino al mattino a digiuno, come disintossicante del fegato.

Fiori.

Infuso: una manciata di fiori essiccati in un litro d' acqua bollente. Macerare per 30 minuti poi colare e filtrare.

5-6 bicchierini al giorno, nelle affezioni bronchiali, reumatiche, nei raffreddori, nelle dermatosi e influenze.

L' infuso aumenta la sua efficacia, se si sostituisce il latte all' acqua.

Tisana diuretica composta:

fiori essiccati di Sambuco	gr	20
fiori essiccati di Calendula	gr	20
foglie essiccate di Borragine	gr	20
foglie essiccate di Parietaria	gr	20
acqua bollente	cc	600

infondere per un' ora circa, colare e poi aggiungere 100 cc di sciroppo di Menta piperita.

3-4 bicchierini al giorno come diuretico.

Frutti.

Sciroppo: si spremono i frutti maturi per torsione in una tela robusta. Al succo raccolto si aggiunge pari quantità di zucchero, sciogliendo a caldo.

2-3 cucchiaini al giorno.

Vino: cuocere per 30 minuti bacche fresche mature in pari peso d' acqua, e colare spremendo, per tela.

Aggiungere uguale peso di zucchero lasciando a riposo, in fermentazione, per 20 giorni. Filtrare. Due o tre bicchierini al giorno.

Altre preparazioni.

fiori essiccati di Sambuco	gr	4
fiori essiccati di Calendula	gr	3
fiori essiccati di Tiglio	gr	2
acqua bollente	cc	200

infondere per 10 minuti poi colare. Aggiungere cc 50 di sciroppo di Arancio dolce.

Una o più tazze al giorno, come diuretico.

8. ~~lungo. attun~~
 due enemata, con ~~nut. o le~~
 9. ~~humere, confus, mellea, resplenda~~
 10. ~~ecce. argentes, rubri,~~
 11. ~~unifere~~
 12. ~~le fumum~~ ~~stille dege di~~
 13. ~~un duo enemata, k n. ch~~
 14. ~~le messon~~ ~~pepente~~ ~~di~~
 15. ~~fructu~~ ~~ne puelle di cumen~~
 16. ~~le diureti, e~~ ~~relativu~~
 17. ~~e uter~~ ~~si rumerici, attitudi~~
 18. ~~getton, ed e note ben vultu~~
 19. ~~e confermare su curam melle~~
 20. ~~d' duo enemata melle e un~~
 21. ~~mon di melleum. stille~~
 22. ~~de melle e resplenda~~
 23. ~~velido melleum stille~~
 24. ~~stilleum, anti fumum~~

Stilleum humum

INDICE ANALITICO

- Abbronzante 76
 Abrasioni 47
 Aceto
 rosa canina 78
 Acidi urici 67, 81, 102
 Acido cianidrico 69, 123
 Acido urico 111
 Acne 44
 Acqua di Melissa 23
 ADIANTUM CAPILLUS-VENERIS L.
 88
 Aerofagia 26, 34, 58, 61
 Affaticamento 26
 Affezioni bronchiali 75,
 124
 Affezioni renali 118
 Affezioni reumatiche 124
 Affezioni vescicali 118
 Afta 21, 74
 AGROPYRON REPENS (L.) Beauv.
 81
 Alcolaturi 11
 Alcolaturo
 pimpinella anisum 62
 rosmarinus officinalis
 16
 Alcoolaturo
 passiflora incarnata
 108
 Alito cattivo 31
 Alitosi 95
 Alopecia 114
 Alopecie 21
 Amarasca 68
 Amarena 68
 Analgesiche 32
 Analgesico 80
 Anemia 38
 ANETHUM GRAVEOLENS L. 64
 Aneto 64
 Angine pectoris 71
 Angoscia 71, 107
 Anice verde 61
 Ansia 109
 Anticatarrale 8, 90, 103
 Antidiarroico 79
 Antifermentative 23
 Antifermentativo 61
 Antifermentativo intestinale
 85
 Antigottoso 68
 Antinevralgico 122
 Antinfiammatorio 70, 98
 Antiprurito 115
 Antiputrefattivo 61
 Antireumatico 100, 113, 115
 Antisettica 58
 Antisettico 30, 46, 75, 95, 100,
 115
 Antispasmodica 58
 Antispasmodiche 14, 23
 Antispasmodici 83
 Antispasmodico 64, 75, 97, 107
 Antispastico 64
 Antitosse 103
 Antiurico 68
 Aperitive 54
 Api
 punture 10
 APIUM GRAVEOLENS L. 56
 Apparato circolatorio 70
 Apparato urinario 117
 Appetito 28, 50, 67, 95
 ARBUTUS UNEDO L. 121
 Aromatico 61
 Aromatizzante 64
 Arrossamenti della cute 31
 Arteriosclerosi 83
 Arteriti 75
 Articolazioni 40
 Articolazioni doloranti 49
 Artrite 66
 Artrite reumatoide 57, 115
 Artritici 52, 81
 Artritismo 66, 68
 Asma 19, 75, 103
 Asparago 117
 ASPARAGUS OFFICINALIS L. 117
 Astringente 72, 79
 Astringente intestinale 77
 Astringenti intestinali 77
 Atonia gastrica 58
 Atonia gastrointestinale 19
 Attività del cuore 42
 Avvelenamento 18
 Azione analgesica 32
 Azione cardiaca 70
 Bagno
 origanum vulgare 26
 Balsamico 75, 90, 97
 Biancospino 70
 Bicarbonato di sodio 121
 Bile 35, 45
 Bocca
 infiammazioni della 64
 Bronchite 92

- Bronchite cronica 19
 Bronchiti 90, 102, 103, 122
 Bruciature 47
 Brufoli 44
 Caduta dei capelli 21
 Caffè 105
 CALAMINTHA SYLVATICA Bromf. 10
 Calcoli 14, 45
 Calcoli biliari 40
 Calcolosi biliare 44
 Caldane 19
 Calendula 46
 CALENDULA OFFICINALIS L. 46
 Capelli
 crescita dei 114
 Capelli grassi 17
 Capelvenere 88
 Capillari sanguigni 42
 Carciofo 42
 Cardiosedativo 70
 Cardiostimolante 54
 Cardo asinino 54
 Cardo benedetto 50
 Cardo dei lanaioli 52
 Cardo mariano 54
 Carminative 14
 Carminativo 58, 61, 63
 Cataplasma
 viola odorata 99
 Catarri vescicali 56
 Catarro 25, 28, 90, 103
 Catarro bronchiale 98, 99
 Cattiva digestione 83
 Cedroncella 23
 Cefalee 14
 Cellulite 111
 Celluliti dolorose 27
 Cicatrizzante 46, 75, 80
 Cicatrizzazione 86
 CICHORIUM INTYBUS L. 37
 Ciclo mestruale 14
 Cicoria 37, 45
 Ciliegia 68
 Ciliegio selvatico 68
 Cirrosi 54
 Cisti 44
 Cisti sebacee 46
 Cistifellea 19, 113
 Cistite 119, 121
 Cistite catarrale 111
 Cistiti 66, 68, 102
 CNICUS BENEDICTUS L. 50
 Coda cavallina 73
 COFFEA ARABICA L. 105
 Colagoghe 40
 Colagogo 48, 81
 Coleretiche 23, 40
 Coleretico 48, 90
 Colesterolo 45, 48
 Colesterolo endogeno 42
 Colorante 79
 Coma 62
 Comedoni 44
 Confusione mentale 105
 Congestione agli organi pelvici 18
 Contrazione miocardica 106
 Contusioni 99
 Convulsioni infantili 109
 Corbezzolo 121
 Cosmetico 72, 74, 78
 Crampi intestinali 35
 CRATAEGUS MONOGYNA Jacq. 70
 Crisi epilettiche 17, 18, 92
 Cuore 42, 70, 106
 CYNARA SCOLYMUS L. 42
 CYNODON DACTYLON (L.) Pers. 81
 Debolezza sessuale 16, 60
 Decongestionante 75, 98
 Decotto
 asparagus officinalis 117
 cichorium intybus 38
 ciliegio 68, 69
 crataegus monogyna 71
 dipsacus silvester 53
 equisetum arvense 74
 foeniculum 59
 fragaria vesca 67
 gramigna 82
 hypericum perforatum 76
 pinus sylvestris 102
 rosa canina 78
 rosmarinus officinalis 16
 rubus 79, 80
 salvia officinalis 20
 sambucus nigra 123
 smilax aspera 115
 solanum melongena 48
 sylibum marianum 54
 tussilago farfara 104
 urtica dioica 114
 viola odorata 99
 zea mays 119
 Decotto di radice
 viola odorata 98
 Decotto di rizoma
 cynara scolymus 43
 Decotto vinoso
 ciliegio 69
 Dente canino 81
 Dente di leone 39
 Depressione mentale 57
 Depurativi 77
 Depurativo 37, 43, 56, 66, 81,

- 113
 Depuratore 52
 Dermatosi 104, 113, 115, 124
 Dermopurificante 17, 104
 Diabete 79
 Diabetici 118
 Diaforetico 115
 Diarrea 18, 78, 111, 113
 Diarree 66, 77, 79, 115
 Diarree infantili 67
 Digestione 10, 50, 61, 75, 93, 95
 Digestioni difficili 28, 64
 Digestive 14
 Digestivi 77
 Digestivo 34, 63, 96
 DIPSACUS SILVESTER Huds. 52
 Disinfettante 25
 Disinfettanti 8
 Disintossicante 14, 37, 43
 Dismenorrea 24
 Dispepsia 19, 40, 58, 61
 Dispepsie atoniche 111
 Dispepsie nervose 72
 Dissenterie 77
 Dissetante 81
 Disturbi addominali 10
 Disturbi intestinali 77
 Disturbi nervosi 18
 Diuresi 14, 43, 48, 50, 52, 56, 64, 67, 68, 119, 121
 Diuretico 40, 54, 56, 58, 59, 64, 66, 68, 113, 124
 Dolori addominali 28
 Dolori colici 32
 Dolori intestinali 64
 Dolori mestruali 46
 Dolori muscolari 26
 Dolori reumatici 26, 31, 49, 111, 112
 Dolori reumatoidi lombari 40
 Dolori spastici 23
 Duracina 68
 Eccitante 105
 Eccitazione nervosa 107
 Eczema 87
 Eczemi 22, 38, 47, 53, 104
 Efelidi 40
 Elasticizzante 74
 Elisir
 rosa canina 78
 Emicranie 23
 Emicranie digestive 58, 61
 Emolliente 88, 103
 Emorragia 18
 Emorragie 77
 Emorragie interne 40
 Emorragie nasali 74
 Emorroidi 49, 79, 115, 122
 Emostatico 73, 113
 Energetico 78
 Enuresi 119
 Enuresi notturna 73
 Epatiti 54
 Epatopatie 54
 Epilessia 23
 Equiseto 73
 EQUISETUM ARVENSE L. 73
 Erba apiola 90
 Erba cedrata 23
 Erba gattaia 8
 Eretismo cardiaco 71
 Eritemi solari 84
 Eruzioni cutanee 38
 Espettorante 19, 85, 90, 96-100, 103
 Essenza
 foeniculum 59
 hyssopus officinalis 93
 juniperus communis 86
 melissa officinalis 24
 mentha aquatica 33
 origanum vulgare 26
 pimpinella anisum 62
 rosmarinus officinalis 15
 salvia officinalis 20
 thymus vulgaris 96
 valeriana officinalis 110
 Estratto fluido 84
 anethum graveolens 64
 arbutus unedo 121
 asparagus officinalis 117
 calendula officinalis 47
 ciliegio 68
 crataegus monogyna 72
 cynara scolymus 43
 equisetum arvense 74
 filipendula ulmaria 112
 foeniculum 59
 gramigna 82
 hyssopus officinalis 93
 melissa officinalis 24
 mentha aquatica 33
 passiflora incarnata 108
 pimpinella anisum 62
 rosmarinus officinalis 15
 salvia officinalis 20
 sambucus nigra 123
 smilax aspera 116
 solanum melongena 48
 taraxacum officinale 41
 thymus vulgaris 96

- tussilago farfara 104
 urtica dioica 113
 zea mays 119
 Eucalipto 100
 EUCALIPTUS GLOBULUS Labill. 100
 Farfara 103
 Febbre 115
 Febbri maltesi 51
 Febbrifugo 54, 70
 Fegato 19, 35, 37, 48, 95, 113, 122
 infiammazione del 81
 Fegato grasso 42
 Ferite 47, 75, 76, 86, 92, 97, 120
 Fermentazioni intestinali 10, 25, 28, 32, 95
 FILIPENDULA ULMARIA (L.) Maxim. 111
 Finocchio selvatico 58
 Fiore blu 92
 Flatulenza 34, 58, 61
 Foeniculum dulce D.C. 58
 Foeniculum officinalis All. 58
 FOENICULUM VULGARE (Mill.) Gaertn. 58
 Foruncolletti 43, 44
 Foruncoli 122
 Foruncolosi 38, 104
 Fotosensibilizzante 76
 FRAGARIA VESCA L. 66
 Fragola 66
 Fratture 73
 Gargarismi 70, 80
 Gas intestinali 56, 61, 64, 97
 Gastralgia nervosa 61
 Gastralgie nervose 58
 Gastrointestinale 58
 Gengive
 infiammazioni delle 80
 Gengiviti 40
 Ginepro 85
 Ginepro rosso 87
 Glicemie 19
 Gola
 infiammazione della 80
 Gotta 66, 68, 75, 111, 123
 Gottosi 52
 Gramigna rossa 81
 Granturco 119
 Gravidanza 85
 HYPERICUM PERFORATUM L. 75
 HYSSOPUS OFFICINALIS L. 92
 Impetigini 47
 Inappetenza 38, 40
 Incenso
 profumo di 75
 Incoerenza muscolare 105
 Incontinenza 75, 121
 Incontinenza urinaria 73
 Infezioni intestinali 95
 Infiammazione gastrointestinale 50
 Infiammazione renale 50
 Infiammazioni emorroidali 40, 74
 Influenza 88
 Influenze 103, 124
 Infuso
 adiantum capillus-veneris 88
 anethum graveolens 64
 apium graveolens 56
 arbutus unedo 121
 calamintha sylvatica 10
 cichorium intybus 37
 cnicus benedictus 50
 coffea arabica 106
 crataegus monogyna 71
 dipsacus silvester 52
 eucaliptus globulus 100
 filipendula ulmaria 111
 foeniculum 59
 fragaria vesca 66, 67
 hyssopus officinalis 93
 juniperus communis 85
 lavandula 35
 marrubium vulgare 90
 melissa officinalis 23
 mentha aquatica 33
 mentha piperita 30
 nepeta cataria 8
 origanum majorana 28
 origanum vulgare 25
 passiflora incarnata 107
 pimpinella anisum 62
 pinus sylvestris 102
 rosa canina 78
 rosmarinus officinalis 15, 16
 salvia officinalis 19
 sambucus nigra 124
 thymus vulgaris 96
 tilia platyphyllos 83, 84
 tussilago farfara 103
 valeriana officinalis 110
 viola odorata 98
 zea mays 119
 Infuso composto
 tilia platyphyllos 84
 Insalata
 cichorium intybus 37
 equisetum arvense 74
 Insonnia 32, 72, 108, 109

- Insonnia nervosa 83
 Insufficienza epatica 40
 Insufficienza lattea 58
 Insufficienza mestruale 58
 Insufficienza biliare 111
 Insufficienza epatica 66
 Insufficienza midollare 73
 Insufficienze epatiche 75
 Intercoliti 66
 Intestino 37, 95
 infiammazione dell' 81
 metabolismo dell' 113
 Intossicazioni 18
 Iperacidità gastrica 50
 Iperico 75
 Ipertensione 54, 71
 Ipertrofia prostatica 121
 Ipoglicemizzante 100
 Ipotensione 54
 Ipotensivo 75
 Irritazioni emorroidarie 84
 Irritazioni intestinali 41
 Issopo 92
 Isterismo 23, 109
 Isufficenze renali 68
 Isufficienza epatica 38
 Itterizia 40, 45
 JUNIPERUS COMMUNIS L. 85
 JUNIPERUS OXYCEDRUS L. 87
 JUNIPERUS SABINA L. 87
 Laringiti 103
 Lassativi 122
 Lassativo 40, 122, 123
 Lavande vaginali 80
 LAVANDULA ANGUSTIFOLIA
 Miller 35
 LAVANDULA SPICA L. 35
 Lenitivo 99
 Lesioni della pelle 46
 Leucorrea 67, 80, 94
 Linimento
 juniperus communis 86
 Linimento glicolico
 salvia officinalis 22
 Liquore
 pimpinella anisum 63
 Liquore di Anice 63
 Litiasi 111, 123
 Litiasi renale 113
 Litiasi urinarie 58
 Macchie cutanee 40
 Macerato
 taraxacum officinale 41
 Maggiorana 28
 Mal di testa 28
 Malattie della pelle 38
 Marasca 68
 Mariano 45
 Marmellata
 rubus 79
 Marrubio 90
 MARRUBIUM VULGARE L. 90
 Mazza ferrata 42
 Melanzana 45, 48
 Melissa 23
 MELISSA OFFICINALIS L. 23
 Menopausa 19, 71, 72, 107
 turbe della 109
 Menta 30, 32
 Mentastrico 90
 MENTHA PIPERITA L. 30
 Mestruazione dolorosa 24
 Mestruazioni 46
 Mestruazioni dolorose 19, 23
 Mestruazioni prolungate 79
 Meteorismo 58, 61
 Metrite 119
 Mialgie 49
 Mucose
 della bocca 70
 delle gengive 70
 infiammazioni delle 64
 Mucose bronchiali 90
 Muscolatura liscia 32
 Narcotico 60
 Nausea 115
 Nausee 32, 35
 Nefriti 68
 NEPETA CATARIA L. 8
 Nepetella 10
 Nepitella 10
 Nervo sciatico 122
 Nervosismo 107
 Nevralgie 23, 28, 49
 Nevralgie dentarie 80
 Nodi linfatici 46
 Obesità 56
 Occhi stanchi 78
 Oleum Olivaceum 45
 Olio
 hypericum perforatum 76
 viola odorata 99
 Olio d' Oliva 45
 Olio di Cade 87
 Olio essenziale
 anethum graveolens 64
 eucalyptus globulus 100
 melissa officinalis 23
 mentha aquatica 32
 mentha piperita 30
 origanum majorana 28
 rosmarinus officinalis 14
 salvia officinalis 18
 Origano 25
 ORIGANUM MAJORANA L. 28

- ORIGANUM VULGARE L. 25
 Orina 111
 Orine 40
 Ortica 113
 Orticaria 78
 Palpitazioni 71, 107
 Pancreas 113
 Paralisi muscolare 62
 Paresi 62
 Passiflora 107
 PASSIFLORA INCARNATA L. 107
 Pediculosi 86
 Pelle 43, 47
 affezioni della 87
 desquamazioni della 53
 malattie della 52
 ulcerazioni della 104
 Pelle gialla 43
 Pelle grassa 104
 Pelli arrossate 46
 Pelli grasse 72
 Pelli infiammate 74
 Pelli rugose 74
 Pelli secche 67
 Perdite bianche 77
 Pertosse 103
 Piaghe 47, 75, 76, 80, 86, 92, 97, 112, 120
 Piedi doloranti 104
 PIMPINELLA ANISUM L. 61
 Pino silvestre 102
 PINUS SYLVESTRIS L. 102
 Piuria 121
 Pleuriti 98, 103
 Polvere
 apium graveolens 57
 arbutus unedo 121
 crataegus monogyna 72
 dipsacus silvester 52
 equisetum arvense 74
 eucaliptus globulus 100
 foeniculum 59
 pimpinella anisum 62
 salvia officinalis 20
 smilax aspera 116
 sylibum marianum 55
 valeriana officinalis 109
 viola odorata 99
 Pomata
 calendula officinalis 47
 Pomata anticellulite
 origanum vulgare 26
 Pomata antireumatica
 origanum vulgare 27
 Portata latte 58
 Pozione
 crataegus monogyna 72
 salvia officinalis 21
 Pozione diuretica
 ciliegio 68
 Pozione espettorante
 viola odorata 99
 Preoccupazioni nervose 109
 Preparazione galenica
 adiantum capillus-veneris 88
 Preparazioni galeniche
 arbutus unedo 121
 asparagus officinalis 117
 sambucus nigra 123
 smilax aspera 115
 zea mays 119
 Pressione alta 71
 Pressione arteriosa 83, 106
 Pressione bassa 19
 Principio estrogeno 18
 Processi digestivi 52
 Prostata
 infiammazione della 72, 73
 Protettori epatici 45
 PRUNUS AVIUM L. 68
 PRUNUS CERASUS L. 68
 Prurito 80
 Psoriasi 53, 87, 115
 Purgante 122, 123
 Purganti 122
 Purgativo 99
 Radicchio 37
 Raffreddamento 89, 100
 Raffreddore 28, 34, 47, 88, 92
 Raffreddori 30, 102, 103, 122, 124
 Ragadi 99
 Ragadi anali 79
 Ragadi del seno 99
 Ramerino 14
 Regina dei prati 111
 Regolatori intestinali 79
 Rene
 infiammazione del 121
 infiammazioni del 121
 Renella 56, 58
 Reni 37
 infiammazione dei 81
 Respiratorio
 apparato 102, 103
 Reumatici 52, 81, 118
 Reumatismi 56, 66, 75, 123
 Reumatismo 68
 Reumatismo cronico 115
 Reumatismo gottoso 113, 115
 Reumatismo muscolare 111

- Revulsivi 123
 Riepitelizzante 74
 Rimineralizzante 52, 73, 74
 Rinfrescante 32, 81
 Robbio 90
 ROSA CANINA L. 77
 Rosmarino 14, 45
 ROSMARINUS OFFICINALIS L. 14
 Rovo 79
 Rubefacenti 123
 RUBUS FRUTICOSUS L. 79
 RUBUS ULMIFOLIUS Schott 79
 Rughe 74
 Sabina 87
 Salsapariglia 115
 Salvia 18, 45
 SALVIA OFFICINALIS L. 18
 Sambuco 122
 SAMBUCUS NIGRA L. 122
 Sciacqui 70
 Sciatica 66
 Sciroppo 84
 adiantum
 capillus-veneris 88
 asparagus officinalis 117, 118
 calendula officinalis 47
 crataegus monogyna 71
 cynara scolymus 43
 eucaliptus globulus 100
 filipendula ulmaria 112
 foeniculum 59
 hyssopus officinalis 93
 sambucus nigra 124
 smilax aspera 116
 taraxacum officinale 41
 viola odorata 98
 zea mays 119
 Sciroppo depurativo
 cichorium intybus 38
 Scorbuto 40
 Scottature 76, 78, 84, 99
 Scottature solari 76
 Secrezione biliare 30
 Secrezione bronchiale 14
 Secrezione catarrale 97
 Secrezione gastrica 30, 32
 Secrezione latteia 61
 Secrezioni biliari 46
 Secrezioni gastriche 10, 25
 Secrezioni intestinali 10
 Sedano 56
 Sedativo 71
 Seno
 ragadi del 99
 Shampoo
 rosmarinus officinalis 17
 salvia officinalis 22
 Sifilide 115
 Singhiozzo 8, 35, 64
 Sinusiti 30
 Smagliature 74
 SMILAX ASPERA L. 115
 Soffione 39
 SOLANUM MELONGENA L. 48
 Sonno 71, 107
 Sonno profondo 62
 Spasmi
 dell' intestino 109
 dello stomaco 109
 Spasmi gastrici 58
 Spigo 35
 Stati anemici 77
 Stati infiammatori 122
 Stato comatoso 18
 Steatasi epatica 42
 Steatosi epatiche 54
 Stitichezze abituali 122
 Stomaco
 metabolismo dello 113
 Succo
 apium graveolens 56
 equisetum arvense 74
 urtica dioica 113
 valeriana officinalis 109
 Succo di foglie
 cichorium intybus 37
 Sudorazione 14, 52, 123
 Sudorazione abbondante 19
 Sudorifero 40, 56, 98
 Suffumigi 97
 origanum majorana 29
 origanum vulgare 25
 Surrogato del caffè
 cichorium intybus 37
 taraxacum officinalis 40
 Svenimenti 23
 SYLIBUM MARIANUM (L.) Gaertner 54
 Tachicardia 109
 Tarassaco 39, 45, 57
 TARAXACUM OFFICINALE Web. 39
 TBC 77
 Tensione nervosa 83
 THYMUS SERPYLLUM L. 97
 THYMUS VULGARIS L. 95
 Tiglio 83
 TILIA PLATYPHYLLOS Scop. 83
 Timo 95

- Timo serpillio 97
- Tintura
- anethum graveolens 64
 - apium graveolens 57
 - arbutus unedo 121
 - calamintha sylvatica 10
 - calendula officinalis 47
 - cnicus benedictus 50
 - crataegus monogyna 71
 - cynara scolymus 43
 - dipsacus silvester 52
 - equisetum arvense 74
 - eucaliptus globulus 100
 - filipendula ulmaria 112
 - foeniculum 59
 - hypericum perforatum 75
 - hyssopus officinalis 93
 - juniperus communis 86
 - melissa officinalis 24
 - mentha aquatica 33
 - mentha piperita 31
 - nepeta cataria 8
 - origanum majorana 28
 - origanum vulgare 25
 - passiflora incarnata 107
 - pimpinella anisum 62
 - pinus sylvestris 102
 - rosmarinus officinalis 15
 - salvia officinalis 20
 - sambucus nigra 123
 - smilax aspera 116
 - solanum melongena 48
 - sylibum marianum 55
 - taraxacum officinale 41
 - thymus officinalis 96
 - tilia platyphyllos 83
 - urtica dioica 114
 - valeriana officinalis 110
 - zea mays 120
- Tintura di vino
- cynara scolymus 43
- Tintura madre
- calamintha sylvatica 12
- Tintura oleosa
- tilia platyphyllos 84
- Tintura vinosa
- anethum graveolens 65
 - asparagus officinalis 118
 - calamintha sylvatica 10
 - cichorium intybus 38
 - cnicus benedictus 50
 - cynara scolymus 43
 - mentha aquatica 33
 - nepeta cataria 8
 - origanum majorana 28
 - origanum vulgare 26
 - rosmarinus officinalis 15
 - salvia officinalis 20
 - solanum melongena 48
 - taraxacum officinale 41
 - thymus vulgaris 96
- Tinture
- marrubium vulgare 91
- Tisana
- sambucus nigra 124
- Tonico 78
- rosmarinus officinalis 16
- Torace 40
- Tosse 28, 83, 85, 88, 90, 93, 100, 102, 103
- Tossi 90, 98
- Tossi convulse 14
- Tossi secche 103
- Tossifugo 90, 97
- Tracheiti 103
- Trigemino 122
- Tube digerente 98
- Tube gastroenterico 32, 41
- Tumori
- dell' utero 46
 - dello stomaco 46
- Turbe sensitive 105
- TUSSILAGO FARFARA L. 103
- Ulcera duodenale 46
- Ulcera peptica 111
- Ulcerazioni 21
- Ulcere 47, 86, 112
- Uovo 45
- Urea 115
- Uricemici 81
- Urina
- ritenzione di 117
- Urine 58
- Uro-genitale
- apparato 102
- URTICA DIOICA L. 113
- Ustioni 47, 80
- Utero 85
- Valeriana 109
- VALERIANA OFFICINALIS L. 109
- Vampe di calore 109
- Varici 111
- Vasocostrittore 54, 113
- Vasocostrittrice 8
- Vescica

calcoli della 111
 infiammazioni della 121
Vespe
 punture 10
Vie biliari 56
Vie urinarie 98
 affezioni delle 100
 infiammazione delle 58, 121, 123
 infiammazioni delle 119
Vino
 colorazione del 122
 cynara scolymus 44
 eucaliptus globulus 100
 filipendula ulmaria 112
 foeniculum 60
 hyssopus officinalis 93
 juniperus communis 85
 marrubium vulgare 91
 melissa officinalis 24
 mentha aquatica 34
 pimpinella anisum 62
 pinus sylvestris 102
 rosa canina 78
 rosmarinus officinalis 15
 salvia officinalis 20
 sambucus nigra 124
Vino composto
 crataegus monogyna 72
Vino di Marsala
 eucaliptus globulus 100
Viola mammola 98
VIOLA ODORATA L. 98
Visciola 68
Vitamina "A" 50, 66
Vitamina "B" 56, 66
Vitamina "C" 56, 77, 78
Vitamine 122
Voce 29
Vomiti 115
Vomitivo 99
Vomito 18, 32, 35, 50, 64, 99
ZEA MAYS L. 119

*Finito di stampare
il 20 Marzo 1992*