

Pancia che sonnecchia

Per sottrarsi alla crudezza dei sinonimi, più o meno volgari,
 di cui il linguaggio dispone per designare le feci,
 bisogna tornare all'infanzia, dove i bambini educati
 parlano di "bisogni" che scappano.

di Lina Suglia

L'espressione rende l'urgenza di una necessità
 improrogabile e apre il capitolo, molto vasto in
 merito, dei termini - come "bisogno"- carichi
 di funzione simbolica: primeggia la metafora
 tra escrementi e denaro, entrambi "volgari",
 ma ineludibili per soddisfare le esigenze
 corporali e materiali.
 Sporczia e ricchezza, rifiuti e abbondanza,
 scorie e salute sono congiunti in un codice
 linguistico atavico: lo testimonia la sacralità
 assunta presso alcune culture dallo sterco (il
 culto egizio dello scarabeo, che vi depono
 larve e cibo), o l'utilizzo di feci umane e
 animali in antiche pratiche di magia.

Il percorso culmina nel binomio
 escrementi-vita, evocato da miti primitivi
 dove dio gioca come un fanciullo con le
 proprie feci, ne modella l'uomo, poi lo
 solletica per farlo ridere e animarlo:
 un gesto immune dalla severità e dal carico
 di tutti i tabù che un secolo di psicanalisi ha
 tentato di decrittare.

Proprio il rapporto ancestrale e inconscio
 che intratteniamo con il nostro addome e
 i suoi scarti metabolici, e le radici che lo
 connettono alla sfera psichica e
 comportamentale, dovrebbero essere oggetto
 di riflessione quando si parla di stitichezza.

La sua vasta incidenza sociale è
 proporzionale al diffondersi sul mercato di
 lassativi sintomatici, discutibili se valutati
 sul lungo termine. La disinformazione che
 ne favorisce l'abuso è coerente a una pancia
 che sonnecchia: in essa impigrisce una
 mente, il "cervello intestinale", determinante
 nell'economia dell'intero organismo,
 che una fitoterapia opportuna e mirata può
 sollecitare in modo dolce e efficace.

S o m m a r i o

Intestino pigro

p a g i n a

Intestino: un Labirinto dove fare Luce 2

Lancette fuori Orario 4

Intestino in Scacco 6

Dolce Sveglia per i Pigri 8

Una Pancia ragionevole 9

Puntuali si diventa 14

Consigli per un Intestino sveglio! 17

Arrendersi al Vasino 18

Chiuso per Maternità 20

Il Nonno salta gli Appuntamenti 21

Filo da torcere 22

Oligoterapia
 Oligo per Digestione in Tilt 10

Aromaterapia
 Profumi da Toilette 12





*di Lina Suglia
Erborista, Fitopreparatore,
Consulente aziendale*

Intestino: un Labirinto dove fare Luce

**OLTRE LA DIGESTIONE,
L'INTESTINO SVOLGE COMPITI
COMPLESSI E MENO NOTI**

La digestione è un lavoro d'equipe: impegna un intero apparato e prevede la stretta collaborazione di ogni suo organo, per assicurare in passaggi successivi l'elaborazione meccanica e chimica del cibo ingerito.

Dopo l'iniziale insalivazione e masticazione, intervengono con i rispettivi succhi enzimatici lo stomaco, poi il fegato e il pancreas, che li riversano nel duodeno; nell'intestino tenue e nel crasso, infine, nutrienti e liquidi sono selezionati e assorbiti.

Direttore d'Orchestra

Ghiandole e visceri eseguono compiti coordinati e interdipendenti: ne risulta un ritmo sincrono di secrezioni e peristalsi (il movimento di progressione). Il merito di questa concertata pianificazione funzionale è in buona parte dello stesso intestino, la cui mucosa produce sostanze che portano a monte e a valle messaggi ormonali per la corretta scansione del processo. Tali capacità organizzative lo rendono simile al cervello, con cui peraltro condivide analogie morfologiche, vista la forma tortuosa di questo canale che si avviluppa in anse e meandri.

L'Addome fa di Testa sua

Di "cervello addominale" parla espressamente la moderna fisiologia: rovesciando l'immagine di dedalo scuro e ottuso, riconosce all'intestino una specifica "intelligenza", supportata da complesse funzioni nervose. Sono quelle che gli permettono di comprendere e interpretare sollecitazioni che non riguardano solo la percezione degli alimenti, ma si estendono a stimoli immunitari e a impressioni emotive. Nell'inconsapevolezza della nostra coscienza, questo viscere elabora quindi risposte "ragionate", specifiche e articolate, integrando la propria attività con quella della mente che risiede nel capo: da un lato riceve dal sistema nervoso centrale input funzionali che ne regolano la secrezione e la motilità, dall'altro influenza l'assetto neurovegetativo, psichico e intellettuale.

Zona di Confine

Testa e pancia collaborano dunque in un vicendevole scambio di informazioni che interessa l'equilibrio di tutto l'organismo e ne determina le condizioni generali di tono ed efficienza.

Sono aspetti che incidono sulla qualità della relazione tra individuo e ambiente circostante, come è implicito alla posizione dell'intestino nel corpo umano: la sua superficie, insieme a quelle dell'apparato respiratorio e della pelle, rappresenta una delle più estese aree di contatto tra intimità individuale ed entourage.

Come ogni frontiera, esso è quindi zona di scambio in entrata ed uscita, e al tempo stesso confine di difesa.

Soldati di Frontiera

Attraverso gli alimenti solidi e liquidi ingeriti, l'addome incontra il mondo esterno in forma di cibo, veicolo di fattori nutritivi, ma anche di emozioni ed elementi inerti o potenzialmente aggressivi (cariche microbiche, additivi, conservanti, ecc.).

Con la lucidità di un organo di senso e la "ragionevolezza" che gli è propria, l'intestino percepisce e seleziona quanto è idoneo al passaggio nella circolazione sanguigna.

Protagonista di tale compito è la flora batterica, che affolla questo tratto digerente, sentinella di confine che elabora ulteriormente i nutrienti e inattiva le sostanze tossiche.

Pulizia è Salute

La presenza dei microrganismi simbiotici e l'equilibrio delle loro popolazioni è un fattore irrinunciabile per favorire la funzionalità intestinale, assicurare protezione immunitaria e garantire il drenaggio dell'organismo.

L'intestino, infatti, organo emuntore complementare a polmoni, pelle, fegato e rene, elimina con le feci scarti metabolici e tossine che, se non rimossi, comprometterebbero lo stato individuale su più livelli, compreso quello comportamentale e relazionale.

pierluigi bruno visual design



Incontriamoci *navigando sul web*

L'indirizzo del nostro sito è **www.fitomedical.com**
È una vetrina on-line, progettata per mantenere una relazione dinamica con Operatori e Consumatori e per creare nuovi contatti.

Strutturato con un'architettura facilmente fruibile, permette all'utente d'incontrare l'Azienda, seguirne l'attività, conoscerne le proposte e accedere al materiale informativo disponibile.



www.fitomedical.com

di Lina Suglia

Lancette fuori Orario

QUALI FATTORI CONCORRONO

A RALLENTARE

IL TRANSITO INTESTINALE

Ognuno è fatto a modo suo, non ci sono leggi assolute che regolano il ritmo intestinale, ma abitudini soggettive: evacuazioni con una frequenza di 24 ore sono compatibili con un buono stato di salute, quanto quelle che si susseguono a intervalli di 12 o 48 ore.

Si parla quindi di stitichezza quando il transito intestinale rallenta rispetto alla consuetudine individuale; spesso l'instaurarsi di questa condizione è accompagnato da un diffuso stato di malessere, in cui trovano espressione sintomi come mal di testa, scarso appetito, alito pesante, dilatazione addominale e flatulenza.

Eccezioni e Abitudine

Mentre la stipsi occasionale, che nella maggior parte dei casi si risolve in breve tempo e spesso non richiede un trattamento specifico, è legata ad eventi eccezionali come il cambio di clima, orari e abitudini alimentari in vacanza, le forme croniche, molto più diffuse, presentano sempre un'ampia serie di concause: radicate abitudini di vita con pasti disordinati e scarso apporto di liquidi, vita sedentaria e poca attività fisica sono costanti frequenti.

In alcune situazioni, la pigrizia intestinale può essere tra gli effetti collaterali all'utilizzo di farmaci (spasmolitici, tranquillanti o antidepressivi, antiacidi, diuretici, ipotensivi, ecc.): in questi casi è importante la segnalazione al medico curante e il suo parere.

Possono modificare la funzionalità dell'intestino anche condizioni particolari: alcune costituzionali, come un'innata "lentezza" digestiva, altre fisiologiche come la gravidanza, altre ancora plausibili come la senescenza, o decisamente pregiudizievoli, come lo stress cronico.

Comunicazioni interrotte

Quanti e quali che siano i fattori responsabili della stitichezza, il loro permanere crea circoli viziosi che autoalimentano il disturbo e ne peggiorano progressivamente il quadro.

Compromessa la reciproca “percezione” tra i diversi organi dell’apparato digerente, che ne scandisce e coordina il lavoro, si affievolisce il tono complessivo del processo nel suo insieme: è una stasi che riverbera dal livello intestinale ai circuiti fegato-cistifellea e pancreas esocrino e anche a livello gastrico, dando luogo a quella comune sensazione generale di pienezza e pesantezza.

Tilt ecologico

Le modificazioni delle secrezioni epatopancreatiche determinano profondi cambiamenti nelle caratteristiche dell’ambiente intestinale e nell’equilibrio delle popolazioni di flora simbiotica che esso ospita.

Il loro nuovo assetto favorisce ulteriormente una situazione di corto circuito funzionale: infatti i residui metabolici di questi microrganismi unicellulari, assorbiti dalla mucosa, entrano in circolo e, raggiunto il sistema nervoso centrale, interferiscono sia sul tono e l’umore, sia sulla trasmissione dei messaggi neurovegetativi che regolano la motilità intestinale. L’effetto di questo disordine ecologico (disbiosi) è dunque ancora una penalizzazione dell’efficienza dell’intero individuo, che include anche l’indebolimento della sua resistenza immunitaria.

L’Uovo e la Gallina

Queste osservazioni evidenziano come in un insieme complesso di relazioni, quale è l’organismo umano, il permanere dell’insufficienza funzionale, anche modesta, di un distretto può estendersi all’intero sistema e creare circuiti circolari di autointossicazione.

La stitichezza cronica può quindi essere interpretata come una condizione di stress psico-fisico, nel cui protrarsi cause ed effetti si identificano e convergono nell’alterazione profonda di molti ritmi fisiologici, non solo digestivi.

Soluzioni di benessere

La salute è preziosa. Scegli Estratti Integrali Sinergici, soluzioni naturali per effetti fisiologici rapidi e duraturi.

- | | | | | |
|-----------------|--------------|-------------------|-------------|----------------|
| — ansia | — difese | — grassi | — pelle | — respirazione |
| — articolazioni | — digestione | — ipersensibilità | — peso | — serenità |
| — ciclo | — drenaggio | — memoria | — pressione | — sonno |
| — circolazione | — fegato | — menopausa | — prostata | — stomaco |
| — colon | | | | — testa |
| | | | | — zuccheri |



Estratti Integrali Sinergici





di Lina Suglia

Intestino in Scacco

L'ABUSO DI LASSATIVI

PEGGIORA LA SITUAZIONE

E CREA DIPENDENZA

È diffusa la convinzione, sostenuta da inesperienza e disinformazione, che i prodotti naturali, in quanto tali, siano sempre “dolci”, privi di rischio ed esenti da effetti collaterali. È un parere opinabile, decisamente smentito dai lassativi vegetali, efficaci al punto che l'industria farmaceutica utilizza spesso come materia prima le stesse piante reperibili in erboristeria o loro molecole.

Il problema non riguarda l'utilizzo di queste sostanze, ma il loro abuso: è infatti abitudine comune convivere con la stipsi fino a quando segnali di malessere generale, dolore addominale, a volte comparsa di emorroidi, la impongono all'attenzione. Allora, è frequente il ricorso a lassativi che, come tutti i rimedi sintomatici, sono efficaci, ma discutibili se valutati sul lungo termine.

Soft, Strong ed Extra-Strong

Si distinguono diverse modalità d'azione dei lassativi, catalogabili in progressione per l'intensità dell'effetto, direttamente proporzionale all'aggressività della sollecitazione intestinale.

Quelli “meccanici” (es. i semi di Lino o Psillio, che posti in acqua rilasciano sostanze mucillaginee e viscosi) accrescono il volume del bolo: l'aumentata pressione contro la parete intestinale ne stimola la motilità.

Più delicati rispetto ad altri, danno però risultati modesti nei casi ostinati; controindicati in presenza di diverticoli, inibiscono l'assorbimento intestinale e nel tempo possono compromettere la corretta assunzione di nutrienti.

Ci vuole il Fisico

Gli “osmotici”, mediamente energici, fluidificano molto le feci: ricchi di zuccheri semplici (es. mannosio) o acidi

organici (es. prugne cotte), richiamano nell'intestino una quantità di acqua 4-5 volte superiore ai valori fisiologici. Tipico esempio è la Manna, considerata adatta ai bimbi solo per il sapore dolciastro (ottimo, in confronto all'amarissimo olio di ricino, "classico" rimedio di un tempo), mentre la drastica deplezione di liquidi contrasta con le caratteristiche di turgore tessutale dell'organismo infantile, ma rappresenta un forte stress anche per soggetti anziani o debilitati.

Piante irritanti

Aloe, Rabarbaro, Senna, Frangula, Cascara e diverse specie di Rhamnus compaiono in molte tisane o formulazioni lassative per l'azione decisa sull'ambiente intestinale, sostenuta dai composti antrachinonici: è un gruppo di molecole il cui effetto si articola nel ridotto assorbimento di acqua che, anzi, è richiamata nel lume, nell'irritazione della mucosa e nella stimolazione della motilità muscolare della parete.

Protratto nel tempo, il loro utilizzo comporta profondi disordini in cellule e tessuti intestinali, che ne peggiorano le condizioni e l'efficienza inducendo, con la cronicizzazione, la necessità di un aumento del dosaggio.

La Prudenza non è mai troppa

Ciò è in relazione a diversi fattori: la graduale carenza di sodio, potassio, calcio, magnesio, ecc.

(il riassorbimento dei cui ioni si associa a quello dell'acqua), indispensabili per la funzionalità nervosa della muscolatura intestinale; la progressiva resistenza al rimedio, per l'interferenza di flore batteriche selezionate; l'irritazione infiammatoria della mucosa (nei casi peggiori si arriva all'erosione).

Indagini tossicologiche ipotizzano inoltre che l'abuso di piante antrachinoniche possa rappresentare un cofattore nell'insorgenza di problematiche renali e fenomeni di cancerogenesi intestinale, aspetti che, in attesa di verifiche più esplicite, consigliano comunque una maggiore prudenza e suggeriscono di modificare radicalmente l'approccio al problema della stitichezza cronica.

Abbiamo fatto del nostro meglio per arrivare **secondi.**

*Dopo aver lavorato scrupolosamente siamo riusciti a selezionare così tanti
Gemmoderivati e Macerati di pianta fresca da offrire la più vasta gamma di prodotti.
Tanta fatica per collocarci, come qualità e quantità, solo secondi.
Prima di noi c'è solo la natura.*

Gemmo
derivati

Macerati
di pianta fresca



FITOMEDICAL

Dolce Sveglia

per i Pigri

LA LINEA ERBAREGOLA

ACCOMPAGNA NEL

PROGRESSIVO RECUPERO

DELLA FUNZIONALITÀ

INTESTINALE

Per risvegliare i ritmi naturali dell'intestino è importante intervenire con delicatezza e calibrare la scelta degli strumenti secondo le necessità individuali. Risponde a quest'esigenza Erbaregola, una linea articolata in quattro prodotti, che permette di affrontare con efficacia i diversi tipi di stitichezza e nel contempo può costituire un programma innovativo e flessibile per normalizzare le condizioni ambientali dell'intestino e abituarlo gradualmente e dolcemente a mantenere la propria motilità spontanea.

Pancia cocciuta

Per le forme di stitichezza ostinata, per garantire una risposta in situazioni dove è necessaria un'azione rapida, o per iniziare a normalizzare le funzioni intestinali compromesse dall'uso continuo dei comuni prodotti lassativi, sono indicate le tavolette **Erbaregola Forte**.

La loro formulazione associa alle "classiche" specie vegetali contenenti antrachinoni (Rabarbaro, Senna, Frangula, Cascara) altre piante, che contrastano i diversi agenti di stress intestinale: oltre a idratare le pareti viscerali e tutelarle dall'aggressività dei radicali liberi, proteggono e drenano il fegato (Curcuma, Altea, Zenzero, Tarassaco, Polygonum, Liquirizia, Finocchio, Rosmarino).

Ripristino dell'Ordine

La composizione di **Erbaregola Bilanciato** si adatta sia alla soluzione di episodi occasionali, sia alla correzione di stipsi con moderata frequenza, come preparato ad attività intermedia nella transizione verso il recupero delle funzioni intestinali. Nelle tavolette si affianca una sufficiente quantità di Senna con specie che svolgono un'azione di reidratazione dell'intestino e di normalizzazione della sua motilità, tramite l'azione disintossicante, drenante e riequilibrante il fegato e i reni (Polygonum e Tarassaco).

Erbaregola Delicato, "leggero", particolarmente indicato a soggetti che richiedono prudenza, come bambini e donne

in gravidanza, è studiato per ristabilire in modo dolce e fisiologico le naturali funzioni intestinali. Lo contraddistinguono piante attive sullo stato di idratazione delle mucose (Polygonum, Tarassaco, Cynomorium), che favoriscono il recupero del tono e il drenaggio delle pareti intestinali.

Risposte a Tono

Complementare alle preparazioni sopra descritte è **Erbaregola Ritmo**, un prodotto innovativo a base di estratti meristemati di gemme e di radichette di Fico (vedi box a lato). La sua peculiarità è incentrata sul ripristino della comunicazione "tra testa e pancia": riattiva il libero flusso di messaggi tra il cervello vero e proprio e quello cosiddetto addominale e ne modula l'intensità, coordinando l'insieme delle funzioni digestive.

Si utilizza insieme agli altri prodotti della linea, specifici per le diverse forme di stitichezza, per ridurre l'intestino ad un'attività spontanea e puntuale e anche in seguito, per mantenerne la naturale regolarità.

Percorsi alternativi

La valida alternativa rappresentata dalla linea Erbaregola rispetto ai consueti lassativi, permette di affrontare con efficacia la pigrizia intestinale, con il vantaggio di eludere i rischi frequenti di cronicizzazione, aumento progressivo del dosaggio, dipendenza. Questo obiettivo è raggiunto favorendo il "risveglio" dell'intero processo digestivo, attraverso il ripristino dell'equilibrio delle flore simbiotiche e dello stato delle mucose, condizioni imprescindibili per il recupero del ritmo fisiologico e per una correzione della stitichezza attuata in modo completo e risolutivo.

linea **erbaregola**[®]
intestino regolare



Una Pancia ragionevole

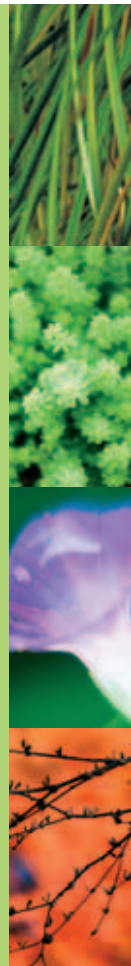
Nel linguaggio simbolico, che rende accessibile l'essenza delle cose, il Fico (Ficus carica) è una pianta legata al concetto di ritmo: con le sue foglie si coprono i genitali Adamo ed Eva quando, scacciati dal paradiso, approdano sulla terra, pianeta dove il tempo è cadenzato dall'alternanza giorno/notte e ogni forma vivente segue cicli fisiologici conformi a questa scansione.

Trasposta in terapia, questa tematica caratterizza l'attività delle gemme e delle radichette di Fico. Sono rimedi distinti, ma simili sia per l'azione delicata, propria dei fitoderivati ottenuti da tessuti embrionali (meristemi), sia per la comune impronta di riequilibrio, orientata al ripristino dei ritmi funzionali dell'organismo: questi risultano da un vicendevole e fluido scambio di informazioni neuro-endocrine tra "centro" (le strutture di controllo presenti a livello cranico nel sistema nervoso centrale) e "periferia" (organi e visceri).

Le gemme intervengono sulla comunicazione "in uscita", sulla cui qualità influiscono aspetti emozionali e affettivi; in clinica, ciò riguarda sindromi psicosomatiche con spasmofilia, localizzata prevalentemente a livello digerente, in un contesto emotivo che include ansia e inibizioni istintuali.

Le radichette focalizzano il quadro sull'intestino e lo rovesciano. Qui è la funzione vegetativa e ormonale viscerale a influenzare la percezione cerebrale: l'addome si fa sentire con meteorismo, stitichezza o alvo fluido, spasmi o adinamia.

Valorizzando la complementarietà dei due estratti, **Erbaregola Ritmo** li associa per affrontare un fattore centrale nel trattamento della stipsi: la coordinazione "tra testa e pancia", tra sistema nervoso centrale e cervello intestinale. (L.S.)



Oligo per Digestione in Tilt

GLI OLIGOELEMENTI

CHE RIATTIVANO

IL PROCESSO DIGESTIVO

L'Oligoterapia offre diverse possibilità per la correzione del processo digestivo: alcune riguardano il riequilibrio delle condizioni generali in cui la stitichezza si inquadra (rimedi diatesici), altre la sollecitazione di funzioni o fattori specifici che condizionano una corretta motilità intestinale (rimedi complementari).

Come sei, dove vai

Quando la stitichezza, da occasionale, assume note costanti, è bene valutare dall'insieme di questo con altri segnali, se sia in atto un aggravamento o una transizione verso la distonia (Triticum + Manganese-Cobalto): è un profilo

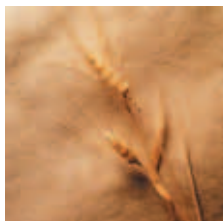
Dall' incontro
di più forze
nasce un
nuovo equilibrio

Dall'incontro fra
gli **Oligoelementi** e
gli estratti di **Triticum**
nasce il nuovo equilibrio
dell'organismo.

A partire dagli scambi cellulari,
fino agli organi più complessi,
Triticum+ assicura un benessere
profondo e duraturo.

TRITICUM + Oligoelementi





diatesico caratterizzato dall'alterazione dei ritmi fisiologici e dalla cronicizzazione. In esso l'intestino presenta gonfiore, pesantezza e spasmi addominali, alternanza di stipsi e dissenteria, emorroidi, disturbi che sono spesso associati a significative modificazioni del tono e dell'umore. Questo quadro può rappresentare l'evoluzione di una situazione ipostenica (Triticum + Manganese-Rame), con peggioramento di un'iniziale "lentezza" digestiva costituzionale, o l'esito di fenomeni enterocolitici che abbiano compromesso le microflora e la funzionalità intestinale.

Oppure, può trattarsi di un inasprimento delle caratteristiche ipersteniche della prima diatesi (Triticum + Manganese), in cui gioca una significativa componente epatica e dove la stitichezza, inizialmente marcata ma transitoria, o alternata ad alvo fluido, assume complesse note spasmofiliache.

Tendenze atrofiche delle mucose gastrointestinali e disbiosi profonde, anche favorite dall'abuso di lassativi, possono invece contestualizzarsi nel profilo della diatesi anergica (Triticum + Rame-Oro-Argento).

Non solo Zolfo

Triticum + Zolfo è l'oligoelemento complementare più comune per il trattamento della stipsi, come drenante dell'intossicazione cronica che essa induce:

stimola e sostiene le secrezioni epatobiliari, importanti per il corretto svolgimento della funzione digestiva e per un equilibrato microambiente intestinale.

Risultano spesso utili anche Cobalto

(crampi addominali, aerofagia, cefalee),

Bromo (per le tendenze ansiose tipiche di alcuni quadri),

Fosforo (spasmi viscerali violenti, anche indotti da lassativi troppo aggressivi) o Magnesio (distonia con disordini a carico del colon, insufficienze epatiche e tendenza all'autointossicazione).

FITO DIRETTO

Orientare nella scelta dei Fitoderivati

Associare TM, MG, Oli essenziali e Oligoelementi

SERVIZIO RISERVATO AGLI OPERATORI PROFESSIONALI

Per avere una consulenza qualificata basta telefonare al n° 02 90781542

Ogni mercoledì, dalle ore 9,30 alle 12,30 presso la Fitomedical, Lina Suglia risponde alle vostre domande.

Oppure in qualunque momento potete inviare un fax al n° 02 90781996

FITOMEDICAL



Periodico trimestrale sui fitoderivati
Anno 12 n°1-2 Aut.del Trib.di Milano
n°398 del 04.06.90

Direzione, redazione e amministrazione: Fitomedical snc Via N. Parenti 22/24 20090 Fizzonasco di P. Emanuele (MI)
Editrice: Fitomedical snc
Direttore responsabile: Avv. Francesco Ribera
Direttore scientifico: Dr. Massimo Rossi
Redazione: Lina Suglia
Ufficio pubblicità: Tel. 02 90781896

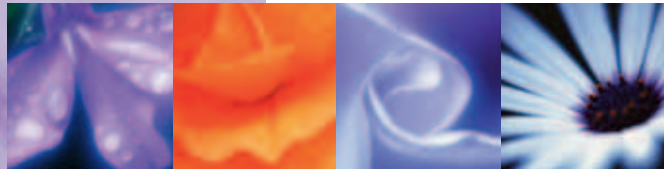
Art direction: Pierluigi Bruno visual design
www.pierluigibruno.com

Foto: Photodisc
Elaborazione immagini: Pierluigi Bruno
Fotolito: F.G.V. & C. Cernusco S.N. (MI)
Stampa: Lithotris (MI)

FITO•News

*di Massimo Rossi,
Biologo, Consulente Aziendale*

Profumi da Toilette



La difficoltà di transito intestinale ha cause molteplici: disordini alimentari, alterazione della flora batterica, assunzione di farmaci, ma anche ansia e stress, oltre a una percezione disturbata della propria fisicità, dovuta ad esperienze infantili o a sovrastrutture culturali.

Ritmi corretti di lavoro, riposo e alimentazione sono sostituiti da una costante fretta.

È certo che attività rilassate e piacevoli e sollecitazioni non invasive ma carezzevoli, aiutano a superare la tensione nervosa che si riflette in somatizzazioni. Proprio agli stimoli sensoriali si rivolge l'aromaterapia, appellandosi alle più ancestrali corde percettive, quelle dell'olfazione, quindi del nostro rapporto primordiale e profondo con le sostanze aromatiche naturali. L'azione delle essenze, però, non si esaurisce attraverso l'olfazione, ma è indissolubilmente legata alla loro composizione molecolare e al modo in cui le diverse sostanze interagiscono con l'organismo a livello delle sue cellule e nei confronti delle sue flore batteriche.

OLI ESSENZIALI CHE MIGLIORANO

L'AMBIENTE E LA FUNZIONALITÀ

INTESTINALE

Rivisitare la Tradizione

Nelle stipsi di lunga data può essere particolarmente efficace adottare per abitudine un'antica prescrizione: il bicchiere d'acqua tiepida da bere al mattino al risveglio.

È un consiglio che può essere "rivisitato" in chiave aromaterapeutica: basta aggiungere un poco di miele, agitandovi bene una goccia di olio essenziale di Zenzero e una di frutti di Finocchio o di Coriandolo. La prima è un'essenza che scalda, attiva e imprime ritmo al tono viscerale, le altre aiutano la flora intestinale e riducono le stasi gassose.

Bizze del Colon

Quando è attiva quella fase della colite che si manifesta con stitichezza, si può ricorrere ad oli essenziali ad azione

rilassante muscolare, spasmolitica, in particolare all'OE di Basilico: se ne possono mescolare 40 gocce in 50 ml di olio di Nocciole o di oleolito di Lavanda per fare massaggi ai lati della base della colonna vertebrale.

Quando nel quadro è presente una componente infiammatoria determinante, con sensazioni di bruciore e calore localizzato, l'OE di Camomilla (*Matricaria recutita*) può essere diluito in oleolito di Achillea (20 gocce in 50 ml di oleolito) e impiegato per massaggi sulla zona addominale in almeno una o, meglio ancora, due applicazioni al giorno.

Dolce Attesa

Nella stipsi della gravidanza, comunque sempre dopo il terzo mese di gestazione, si può ricorrere a massaggi sul dorso in zona lombare con un cucchiaino da caffè di una miscela composta da essenze di Geranio Bourbon o Legno di Rosa (10 gocce), Patchouli (10 gocce) e OE di Neroli Bigarade (5 gocce) per 50 ml di olio di Rosa mosqueta o Jojoba (o loro mescolanze in parti uguali): è una profumazione muschiata e fiorita al contempo che, con la gentile sollecitazione del movimento, rilassa e tonifica favorendo una profonda azione distensiva.

Occasioni mancate

Per le costipazioni transitorie, spesso in coincidenza con viaggi o situazioni stressanti, subitanei cambiamenti nelle abitudini o nell'alimentazione, può risultare efficace il massaggio addominale con miscele di essenze di Maggiorana (15 gocce) per l'attività distensiva, Rosmarino (15 gocce) come attivante e Ginepro (10 gocce) per gli aspetti decongestionanti: il tutto va diluito in 50 ml di olio di Mandorle o oleolito di Elicriso.

Altre essenze interessanti per il trattamento delle stasi intestinali sono quella di Lavanda in presenza di ansia e tensione, Pepe nero per l'atonìa e l'OE di Carota per le componenti epatiche.

Pierluigi Bruno visual design



Il giro del mondo in cento profumi

Le essenze sono la voce profumata delle piante.
L'abbiamo ascoltata e compresa, selezionando
pregiate specie aromatiche.
Oggi proponiamo un ampio assortimento
di **oli essenziali** di qualità,
corredati di tutte le informazioni necessarie
per il loro corretto utilizzo.

olio
essenziale

linea
**oli
&essenze**



FITOMEDICAL





di Lina Suglia

Puntuali si diventa

GLI OBIETTIVI E GLI STRUMENTI

DA ASSOCIARE PER RISOLVERE

CASI DIVERSI DI STITICHEZZA

“(...) Addì 26, clistere a base di anice e menta per stimolare le fughe d’aria dal ventre del Signore: soldi trenta. (...) Più, stessa data, ampio enteroclisma deterensivo a base di camomilla, catolicon doppio, rabarbaro, miele rosato, e altro come prescrizione, per liberare, sgrassare e ripulire il bassoventre del Signore: soldi trenta. (...) Più, stessa data, pozione purgativa e nutritiva a base di cassia fresca, senna levantina, e altro come da prescrizione del Professor Fecis, per scaricare e svuotare la bile del Signore: franchi quattro.”

L'accanimento con cui l'ipocondriaco malato immaginario di Molière assicura il drenaggio al proprio intestino non solo è ostinato, come testimonia il conteggio del servitore Argante, ma sminuisce la complessità plurifattoriale degli elementi che concorrono a indurre e alimentare la stitichezza.

Ampliare la Prospettiva

Nella maggior parte dei casi, essa si presenta con una già ben definita nota cronica, spesso aggravata dall'utilizzo sconsiderato di lassativi sintomatici ed aggressivi, la cui correzione risolutiva non può prescindere da un trattamento che intervenga su piani complementari e affronti il disturbo da più angolazioni.

Si tratta di fattori interdipendenti, riassumibili nei seguenti punti: la coordinazione nervosa tra livello centrale e viscerale, per rinvigorire il tono della parete intestinale; la sincronia e l'efficienza delle secrezioni epatobiliari e pancreatiche, per favorire il processo digestivo e indurre un opportuno ambiente intestinale; il ripristino delle micropopolazioni simbiotiche, per interrompere circuiti di autointossicazione metabolica e nervosa; infine, la

modulazione degli aspetti costituzionali o dello stato generale soggettivo in cui si contestualizza il disturbo.

Tappe di Recupero

È possibile avviare un percorso di recupero attraverso traguardi progressivi di normalizzazione, fino al pieno riequilibrio delle funzioni e alla loro stabilizzazione: la linea Erbaregola offre strumenti innovativi per conseguire questi obiettivi, poiché pone le premesse di un riequilibrio complesso, senza eludere la necessità di una risposta sintomatica immediata, la cui intensità è mirata alle esigenze del caso.

Erbaregola Ritmo, indicato a regolare il tono della peristalsi intestinale, sia in presenza di contrazioni statiche, sia di tendenze ipotoniche della parete (40 gocce diluite in acqua, 3 volte nell'arco della giornata), è consigliato in abbinamento alle tavolette, la cui scelta dipende dall'entità del disagio.

Generalmente una stitichezza tenace, nella fase iniziale di disaffezione dai lassativi classici, la cui durata indicativa può variare dalle 2 alle 4 settimane, richiede **Erbaregola Forte** (3 tavolette, la sera prima di coricarsi). Gli stadi di regolarizzazione seguenti sono accompagnati dall'assunzione progressiva di **Erbaregola Bilanciato** (2-3 tavolette 2 volte/dì), poi di **Erbaregola Delicato** (2 tavolette 2 volte/dì).

Amaro in Bocca

Dall'intestino, l'attenzione si estende agli altri organi dell'apparato, per correggere eventuali insufficienze funzionali che influenzano negativamente lo svolgimento della digestione.

A volte la stipsi può essere legata a problematiche a monte, come dispesia e sensazioni di nausea e pesantezza a livello gastrico: le risolve EIS Digestione-Angelica, stimolando fin dalle prime tappe la liberazione di enzimi e la motilità gastrointestinale.

Più complessa è l'intossicazione che induce stanchezza e cattivo sapore in bocca, tensione psichica e umore nero, compromissioni metaboliche: EIS Fegato-Curcuma, drenante e protettivo epatico, difende il fegato e l'organismo tutto dall'attacco di ossidanti e radicali liberi e dall'incalzare di quanto una vecchia pubblicità definiva "logorio della vita moderna".

In altre circostanze, connotate da un'eventuale tendenza iperglicemica, è opportuna una regolazione delle funzioni pancreatiche con EIS Zuccheri-Morus.

In un secondo momento del trattamento, possono subentrare i meristemi di Fico d'India MG, Rosmarino MG, Gelso MG, per stabilizzare i rispettivi quadri.

FitoNews Gratis!



FitoNews è distribuito gratuitamente

per riceverlo compilate e spedite questo coupon a:
Fitomedical Via Norma Parenti, 22
20090 Fizzonasco di Pieve Emanuele (MI)
oppure inviate via Fax al n° 02 90781996

Ai sensi dell'art. 13 del D.Lgs. n. 196 del 30.06.03 "Codice in materia di protezione di dati personali", informiamo i lettori che i loro dati saranno conservati nel nostro archivio informatico e saranno utilizzati da questa redazione e da enti e società esterne collegati solo per l'invio della rivista «FitoNews» e di materiale promozionale relativo alle attività di Fitomedical. Informiamo inoltre che gli interessati hanno diritto di conoscere, aggiornare, rettificare i propri dati e, in caso di trattamento in violazione di legge, richiederne la trasformazione in forma anonima o il blocco e di opporsi all'utilizzo degli stessi, compresi quelli di cui non è necessaria la conservazione in relazione agli scopi per i quali i dati sono stati raccolti o successivamente trattati, mediante comunicazione scritta al titolare del trattamento e cioè a: Fitomedical snc di Moretti G. & C. Via N. Parenti, 22/24 - Fizzonasco di Pieve Emanuele (MI)

Data:

Firma:

Nome

Cognome

Ragione sociale

Professione

Indirizzo

CAP Città

Provincia Nazione

Telefono Fax

E-mail



Microdimensioni, grande Peso

La stitichezza si accompagna sempre al disordine ecologico delle microflora, il cui recupero è determinante tanto a livello intestinale, quanto generale. Alcuni meristemoderivati sono preziosi per correggere il dismicrobismo addominale. Nella fase iniziale è consigliabile Magnolia officinale MG, indicata quando la stipsi si inserisce in un quadro distonico (Triticum + Mn-Co), di cui modula sia l'irritabilità nervosa, sia l'alterata motilità gastrointestinale. Per disinfiammare le mucose a lungo sottoposte a stress, è utile anche EIS Colon-Agrimonia, che interrompe la costellazione di sintomi e anomale impressioni viscerali (dolore, crampi, flatulenza). Altre alternative sono offerte da Noce MG (disbiosi profonde e sistemiche, correlate a prolungata antibiotico terapia, o disimmunosì con alterazioni glucidiche), Mirtillo rosso MG (problemi intestinali con ricorrenti episodi di cistite e infezioni vaginali, legate a disordini endocrini e senescenza ormonale), o Mirtillo nero MG (disbiosi intestinali e genitourinarie sorrette da un ambiente tessutale favorevole all'impianto di coliformi).

Cura di Buonumore

Tono ed umore sono elementi da non sottovalutare per correggere le condizioni dell'intestino, organo che rappresenta un'importante interfaccia tra noi e il mondo esterno: elabora e digerisce non solo cibi, ma anche emozioni e nel contempo condiziona "silenziosamente" lo stato generale e la disponibilità al confronto con l'ambiente circostante. Non a caso la stitichezza, più cronicizza, più si colloca in quadri di ansia e stress dove l'intossicazione procede parallelamente sul piano fisico e su quello psichico e comportamentale: ogni intervento che rilassi l'organismo e favorisca un più disteso atteggiamento nei confronti della vita, è quindi utile a suggerire adeguati ritmi mentali, che si riflettono su quelli intestinali.

A tale scopo, Giuggiolo MG giova all'ansia dei piccoli, ma anche degli adulti che si sentano persi come bambini, di fronte di scelte difficili o a fasi di transizione che comportano fratture e crisi d'abbandono, il cui radicamento viscerale porta a distonia gastrointestinale.

Tra gli adattogeni, in certi casi risulta calzante Schisandra EST, per il netto tropismo epatico. Le connotazioni psichiche attribuite al deficit di quest'organo dalla Medicina Cinese, rimandano a una condizione di stress connotato dalla frustrazione di "trattenere" anche emozioni, fino a "mangiarsi il fegato".

Pazienza, Virtù dei Forti

È implicito come la correzione di abitudini igieniche e alimentari sconvenienti sia determinante nella risoluzione della stipsi: ciò solleva problematiche individuali di sensibilità e motivazione relative alla salute, cui non risponde la fitoterapia. Nella maggior parte dei casi l'ostacolo al definitivo abbandono di lassativi è determinato non dalla mancanza di concrete alternative, quanto dalla poca disponibilità alla loro attuazione. Un progetto di rieducazione intestinale richiede impegno e costanza, per imparare a cogliere modificazioni, a volte piccole ma significative, che segnano i momenti di recupero: come ogni scolaro, anche l'intestino pretende di essere ascoltato.

LEGENDA:

EF = Estratti Fluidi

EIS = Estratti Integrali Sinergici

EST = Estratti Secchi in Tavolette

MG = Macerati Glicerinati, o Gemmoderivati, o Meristemoderivati

OE = Oli Essenziali

TM = Tinture Madri (Macerati di pianta fresca)

AVVERTENZA >>>

Questo fascicolo è fornito esclusivamente a scopo informativo e non è assolutamente inteso come sostitutivo dell'atto medico. Pertanto, le informazioni ricevute non devono essere utilizzate per diagnosticare o curare un disturbo o una malattia. Il Lettore è invitato ad interpellare il medico curante per domande relative al proprio stato di salute.

Consigli per un Intestino sveglío!

1

Fare regolarmente attività fisica. Per aiutare l'intestino basta fare una camminata al giorno, l'ideale sono venti minuti al mattino e venti alla sera, oppure salire le scale a piedi o andare in bicicletta. Sarebbe bene ritagliare un piccolo spazio nella giornata per qualche esercizio specifico per i muscoli addominali.

2

Aumentare la quantità di fibre, introducendo nella dieta i cereali integrali (riso, grano, avena, orzo, ecc.) e i loro derivati. Ma attenzione a non scegliere pane o prodotti ottenuti da farina bianca addizionata con crusca! Anche tavolette o pastiglie di crusca sono irritanti e il loro abuso può peggiorare lo stato intestinale.

3

Mangiare verdure cotte e crude: queste ultime, per migliorare il processo digestivo, andrebbero consumate all'inizio del pasto, mentre le cotte dovrebbero accompagnare primi o pietanze successive.

4

Usare i sapori in cucina. Le spezie, da quelle comuni (rosmarino, salvia, timo, peperoncino), a quelle esotiche (come curcuma o zenzero), ottimizzano il processo digestivo e migliorano l'equilibrio e la funzionalità intestinale.

5

Bere molti liquidi come acqua, tisane, bevande non gassate, non solo durante i pasti, ma soprattutto nell'arco della giornata. Per umidificare l'intestino è utile bere un bicchiere di acqua tiepida al mattino a digiuno.

6

Iniziare la giornata con una colazione abbondante per offrire all'organismo il giusto apporto di energia e per stimolare la peristalsi intestinale, agevolando l'evacuazione mattutina.

7

No a caffè e sigaretta insieme perché è una consuetudine che invece di educare l'intestino ad un corretto ritmo, lo abitua a rispondere solo se sollecitato da stimoli forti.

8

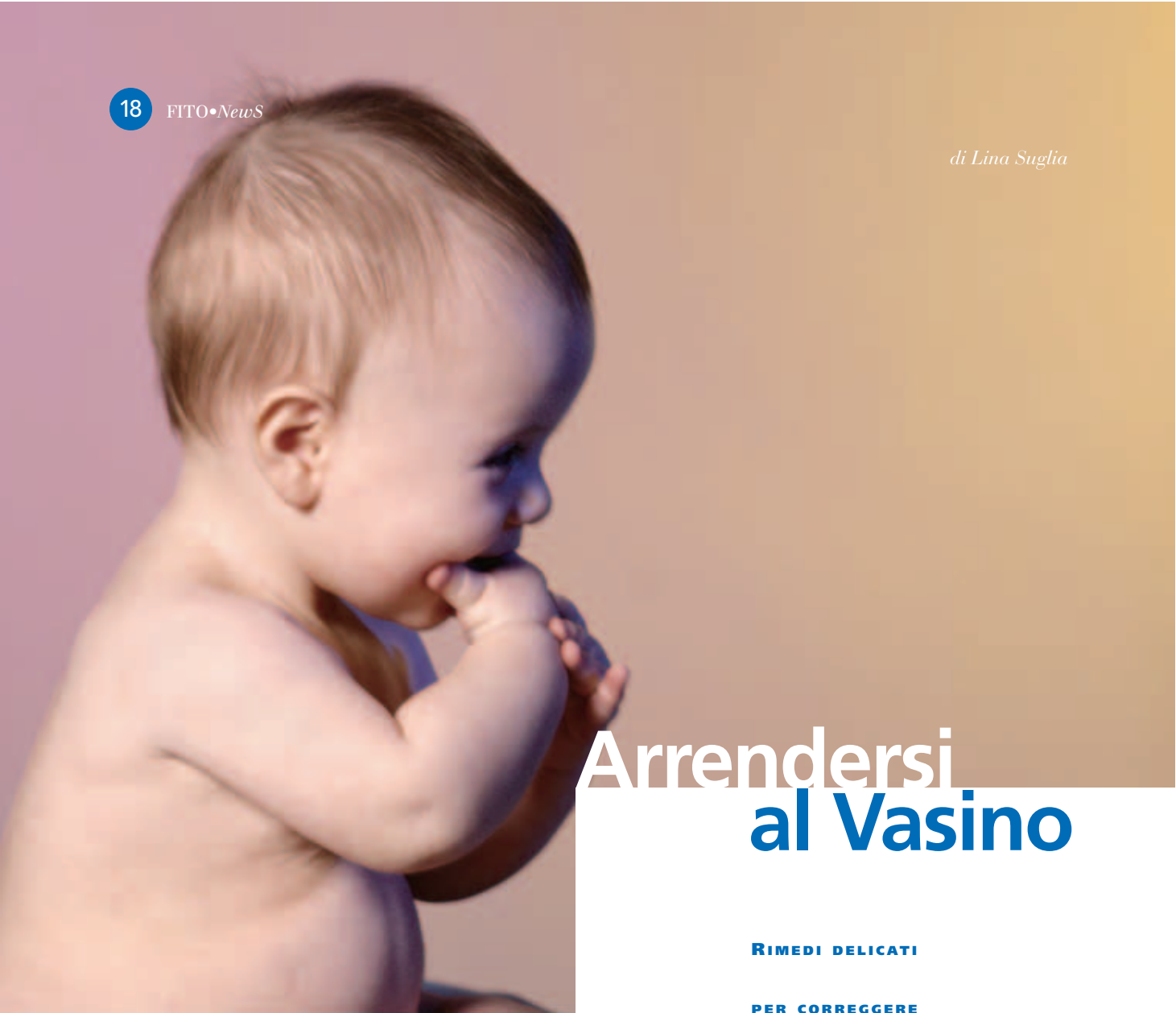
Non ignorare lo stimolo: rimandare l'evacuazione diminuisce la sensibilità dell'intestino che, condizionato da continue e ripetute inibizioni volontarie, nel tempo rinuncia a lanciare «segnali».

9

No ai lassativi in vacanza: il cambio di ambiente o di abitudini alimentari può indurre una temporanea stitichezza. In questi casi conviene lasciare che l'intestino ritrovi delicatamente il proprio ritmo, cosa che in genere avviene in pochi giorni.

10

No all'ansia da stitichezza! La stitichezza va affrontata con serenità (l'ansia la favorisce), senza la fretta di vedere subito i risultati: è decisivo l'impegno a cambiare abitudini poco alla volta, correggendo l'alimentazione, imponendosi un po' di moto e di esercizio fisico, dedicando maggiore attenzione a se stessi.



Arrendersi al Vasino

RIMEDI DELICATI

PER CORREGGERE

LA STIPSI DEI PICCINI

Sono solo bisillabi, ma per i bambini “popò” e “pupù” possono diventare sinonimo di “problema”: lo attesta lo spazio dedicato alla stitichezza in letteratura pediatrica.

Escluse cause organiche, generalmente si tratta di squilibri funzionali, spesso transitori, in relazione a una modifica di orari o di tipo di nutrizione, un’alterazione della flora intestinale al cambio di stagione, o un’intolleranza verso un particolare cibo o una categoria di alimenti.

Stress Bonsai

Frequente più di quanto non si creda è il nesso tra stipsi e situazioni di stress, da cui l’infanzia non è immune.

Lo induce spesso, malgrado le migliori intenzioni, l’ambiente che educa e protegge: dai bebè allattati al seno, che succhiano con il latte i neuromediatrici della neo-madre ansiosa di controllare il pannolino, alle implicazioni freudiane che coinvolgono i piccoli, assillati da genitori e nonni nella delicata fase di apprendimento del vasino, fino ai bagni estranei della scuola e la tensione della socializzazione.

Per stabilire un ponte dialogico fra i turbamenti del bambino e l’intestino che tende a diventare il termometro del suo confronto con il mondo è indicato **Erbaregola Ritmo**: previene l’istaurarsi di somatizzazioni addominali e rende più

agevole la transizione in queste delicate fasi della vita, favorendo dolcemente l'acquisizione di nuove abitudini e corretti ritmi digestivi. La dose giornaliera indicativa è 4 gocce per anno di età, diluite in acqua naturale e assunte frazionate nell'arco del giorno per il lattante, o in un'unica soluzione, generalmente serale, per i più grandicelli.

Contro la Fretta di vivere

Un'ulteriore dose di rassicurazione può essere offerta da un massaggio in senso orario sul pancino, con essenze di Geranio, Maggiorana, Mandarino (10 gocce/cad in 50 ml di olio vegetale): è un rito giocoso che tramite cute e olfatto favorisce con l'intimità fisica il relax.

Un po' di distensione giova in particolare ai bimbi iperstenici, così distratti dall'entusiasmo di fare, curiosare, correre, da dimenticare o rimandare il momento dei "bisognini".

Le note soggiacenti di questi piccoli, costituzionalmente impazienti, si evidenziano a volte anche con intolleranze alimentari, che consigliano l'oligoelemento Triticum + Manganese per modulare sia la sfera allergica e metabolica, sia l'irrequietezza psichica.

No alle Caprette

Per la stitichezza dell'ipostenico, che sul vasino ci farebbe la siesta, calmo e un po' lento anche sul piano digestivo, è indicato Triticum + Manganese-Rame, meglio se alternato a Zolfo: il riequilibrio dell'intestino e delle sue flore migliora in modo apprezzabile il tono e la resistenza immunitaria di questo bimbo.

Per entrambi può essere utile, oltre a **Erbaregola Ritmo**, **Erbaregola Delicato** (1-2 tavolette/dì) che, drenando le pareti intestinali e agendo sull'idratazione delle mucose, evita il formarsi di feci secche, "da capretta".

Accorgimenti dietetici come la somministrazione di olio vegetale di buona qualità, di frutta ricche di pectine e mucillagini e di fibre presenti in verdure e cereali integrali, favoriscono un netto miglioramento del quadro.

Quattro buoni Motivi per un bel Sorriso

Pierluigi Bruno visual design

linea **PURAL** igiene orale

Ricca di componenti pregiati, come l'olio essenziale e l'oleoresina di Lentisco, Pural è la linea per l'igiene orale studiata per preservare naturalmente la salute di denti, gengive e mucose.

Dentifricio
antiplacca
omeocompatibile
con Lentisco

prevenzione naturale

Collutorio
lenitivo
con Lentisco

protezione denti e gengive

Spray
purificante
con Lentisco

igiene pronto intervento

Chewing gum
igienizzante
con Lentisco

pulizia profonda senz'acqua

FITOMEDICAL



di Lina Suglia

Chiuso per Maternità

LA GRAVIDANZA**PUÒ RALLENTARE****IL TRANSITO INTESTINALE**

La gravidanza, che concilia le esigenze di due individui in un solo organismo, cambia e condiziona la funzionalità di diversi distretti. A livello digerente, le modificazioni neuroendocrine materne e il volume addominale progressivamente crescente rallentano la motilità: è una nuova “taratura” dei parametri fisiologici, finalizzata a facilitare l’assorbimento di nutrienti idonei alle necessità di madre e figlio e ad attenuare le contrazioni di tutti gli organi adiacenti l’utero, come stomaco e intestino, che con il loro movimento potrebbero disturbare l’ambiente fetale.

Diverse ragioni consigliano il ricorso a **Erbaregola Ritmo** (40 gtt. 3 volte/dì): in primo luogo, l’analogia tra embrione vegetale e umano e la maneggevolezza dei meristemoderivati, la cui delicata modalità d’azione calza alle esigenze di prudenza implicite alla complessa condizione gestazionale.

Reciproco Ascolto

Per di più, la riattivazione della comunicazione “testa-pancia”, indotta da gemme e radichette di Fico, suggerisce un’armonia di reciproco ascolto che è la caratteristica fondamentale su cui si articola l’equilibrio “due in uno”. In questo stadio la relazione genitoriale è sostenuta da circuiti neuroendocrini che si sovrappongono a quelli di coordinazione delle funzioni digestive: basti pensare che tramite il circolo ematico il feto si nutre di quanto assorbe l’intestino della madre e che i metaboliti degli ormoni placentari veicolano attraverso il circuito entero-epatico materno. Inoltre i meristemi di Fico, la cui attività clinica abbraccia l’intero apparato digerente, portano un sensibile miglioramento non solo della stipsi, ma anche di altri disturbi frequenti in gravidanza, come ipersalivazione (ptialismo), nausea e vomito, reflusso gastrico.

Dolce Incoraggiamento

La regolazione intestinale è completata dall’associazione con **Erbaregola Delicato** (2-3 a tavolette 2 volte/dì), una formulazione “leggera”, che evita il rischio di esacerbare il tono della muscolatura viscerale o alterare l’equilibrio idrico; in casi ostinati, può essere utile anche Psillio EST, le cui mucillagini esercitano un effetto lassativo meccanico, oltre a opportuni correttori di disbiosi (Mirtillo rosa MG, Magnolia officinale MG, Mirtillo nero TM e EST).

Il Nonno salta gli Appuntamenti

ANCHE L'INTESTINO,

INVECCHIANDO,

RALLENTA I RITMI



Il passare degli anni comporta l'affievolirsi della funzionalità generale dell'organismo, le cui attività, seppure mantenute entro parametri fisiologici relazionati all'età, diminuiscono di vigore ed efficienza. Non fa eccezione il processo digestivo, che in molti anziani diventa più lento per diversi fattori: disattenzioni alimentari e poco apporto di liquidi, sedentarietà, tendenza involutiva delle mucose e delle loro secrezioni, diminuito tono della muscolatura viscerale e, spesso, effetti collaterali dei farmaci.

Pulito mantiene Nuovo

Per correggere la stitichezza dell'anziano la scelta si orienta tra **Erbaregola Bilanciato** o **Delicato** (per entrambi: 2 tavolette 2 volte/dì), secondo le esigenze del caso e le condizioni del soggetto. È anche possibile utilizzare in successione questi facilitatori delle funzioni digestive, di intensità graduata, fino alla normalizzazione del ritmo. Gli aspetti drenanti delle loro formulazioni e quelli di reidratazione dell'intestino compensano il deficit emuntoriale e la perdita di troficità tissutale propria dell'organismo senile.

È sempre consigliabile l'associazione con **Erbaregola Ritmo** (40 gtt. 3 volte/dì) per ripristinare il controllo neuroendocrino della motilità gastroenterica e in seguito per sostenerlo nel tempo.

Nonni scattanti

Non è da trascurare l'opportunità di favorire le funzioni intestinali anche attraverso il sostegno offerto all'anziano da piante polifunzionali che ne migliorano le condizioni generali.

Ad esempio, Polygonum EST si addice a quadri di intossicazione con stipsi in soggetti con segni di invecchiamento precoce, squilibri metabolici con ipercolesterolemia, affaticamento psicofisico e dolenzia lombare e delle gambe, ansia, palpitazioni e disturbi nervosi (tinnitus, labilità mentale, vista sfuocata).

Tra gli adattogeni, i frutti di Schisandra EST, la cui azione è incentrata sul fegato, stimolano le risposte nervose (concentrazione, riflessi, efficienza) e immunitarie, contrastando stati di debolezza e neurastenia (con dissonnie, mal di testa, vista offuscata, palpitazioni); per la Medicina Tradizionale Cinese, giovano anche a sentimenti di blocco e rancore, espressione di un'energia di fegato scompensata.



di Lina Suglia

Filo da torcere

COME AFFRONTARE

LE COMPLICAZIONI

DI DIVERTICOLI,

EMORROIDI E RAGADI

A volte il disagio della stitichezza può associarsi ad altri disturbi che aggravano in modo significativo lo stato generale e peggiorano il quadro, sia accentuandone le note croniche, sia introducendo sintomi acuti di dolore localizzato, che ostacolano ulteriormente l'evacuazione.

Note dolenti

Le feci disidratate per il ristagno nell'intestino, aumentano di consistenza e sono emesse con difficoltà: la continua sollecitazione traumatica infiamma vasi e mucose vicini allo sfintere anale, che possono fissurarsi. Il dolore che ne deriva, tipico di emorroidi e ragadi, è acuto e trafittivo e costituisce un'ulteriore inibizione dello stimolo.

Oltre a **Erbaregola Ritmo** e alle tavolette della linea indicate al caso, utili per ripristinare la funzione intestinale, ma anche per ammorbidire le feci, un immediato sollievo è offerto dall'effetto antalgico e antiflogistico dell'oleolito di Iperico in applicazioni locali ripetute; Kalen pomata favorisce la cicatrizzazione ed evita complicanze infettive.

Da Fastidio ad Ardore

Le emorroidi rappresentano una localizzazione specifica della stasi venosa. Nei soggetti con tendenza a varicosità, la stitichezza ne favorisce la comparsa che, asintomatica all'inizio, evolve in attacchi violenti, con prurito intenso e dolore crescente, fino a emorragie.

Nonostante gli intervalli di remissione, la cronicizzazione è favorita non solo da stipsi, ma da ogni evento che induce o aggrava la congestione pelvica (ciclo mestruale, gravidanza, sforzi fisici). Nei casi estremi nemmeno la chirurgia, quando si impone, è sufficiente a escludere eventuali ricadute.

Durante e dopo

In fase acuta si consigliano piante vasotoniche come Rusco TM o Cipresso TM. A livello topico, oltre ai rimedi sopra indicati, è utile l'olio di Tamanu, da utilizzare diluito al 5% in un altro olio base: unisce alle proprietà antinfiammatorie e analgesiche quelle stimolanti la rigenerazione cutanea; è inoltre un protettivo dei vasi sanguigni, aspetto che può essere valorizzato aggiungendo alla miscela un 1% di essenza di Cipresso.

Eventuali emorragie sono contenute con le TM di Pepe d'acqua o Borsa del Pastore.

Passato il momento acuto, sarebbe auspicabile l'assunzione ciclica di flebotonici: oltre agli MG di Ippocastano, Sorbo e Castagno, associati o alternati periodicamente, è interessante Chrysanthellum EF o EST, attivo a livello epatico (e indirettamente sulla funzionalità intestinale) e vascolare. La compromissione circolatoria e la tendenza alla cronicizzazione suggeriscono una correzione profonda con l'oligoelemento Triticum + Mn-Co.

Anse da superare

I diverticoli sono estroflessioni dovute a cedimento della parete intestinale, "tasche" provocate da un aumento di pressione all'interno del lume per stipsi e presenza di gas.

Spesso asintomatici, possono indurre situazioni infiammatorie complesse (diverticoliti), un rischio da prevenire con un regime alimentare specifico e il recupero del ritmo alterato, che dà adito a stipsi, ma anche a crampi addominali con scariche diarroiche.

EIS Colon-Agrimonia corregge disbiosi e spasmofilia intestinale, migliorando rapidamente la sintomatologia, mentre un riequilibrio più profondo è indotto dall'abbinamento di **Erbaregola Ritmo** con Magnolia officinale MG: le sue gemme regolano la motilità gastrointestinale, il dissesto della microflora simbiote e i disturbi nervosi che la accompagnano (irritabilità, disagio, algie localizzate). Aloe EST disinfiama le mucose e le sostiene sotto il profilo immunitario.

linea **KALEN**
alla **CALENDULA**

*L'equilibrio naturale
della pelle
in ogni momento
per tutte le stagioni*

Gel
rinfrescante

Crema
protettiva

Pomata
lenitiva

Olio
detergente

FITOMEDICAL

Pierluigi Bruno visual design



Aiutare l'intestino con dolcezza è una buona regola

Erbaregola è la linea di prodotti specifici
per ogni tipo di stitichezza.
Risveglia dolcemente l'intestino
e lo aiuta a mantenere i suoi ritmi naturali.

erbaregola[®]
intestino regolare



FITOMEDICAL
star bene è naturale

www.fitomedical.com
info@fitomedical.com

