

Un Sacco sensibile

Ci nutriamo di alimenti ed emozioni, che sono il sostentamento della nostra esistenza: li assimiliamo e li facciamo nostri trasformandoli in forze di crescita per il corpo, la psiche e il pensiero. Cibi ed esperienze - e il cibo stesso è tra le primissime esperienze che incontriamo nella vita - sono un nutrimento che, se ben accolto, rende sazi e appagati. Ma quando lo tolleriamo o, peggio, lo subiamo, può disturbarci e diventare un peso amaro da ruminare, o trasformarsi in un pungolo acido che ci consuma come un fuoco. Tutto ciò che resta sullo stomaco o, senza metafore, lo brucia, ci suggerisce di riflettere non solo sulla difficoltà di assimilare carboidrati, grassi e proteine, ma sulla qualità della nostra relazione con il mondo. Ci consiglia di chiederci cosa ci soddisfa e cosa ci risulti davvero indigeribile di quanto dall'esterno raccogliamo in queste viscere che ha la forma evocativa di un sacco.

Lo stomaco è molto vigile, attento a questi aspetti, sensibile fino a diventare per alcuni un vero e proprio punto debole, dove si accentra ogni disagio del quotidiano. In queste condizioni, limitarsi a "tamponare" occasionalmente i sintomi locali è una soluzione parziale, che procrastina e spesso inasprisce la questione. Un'alternativa efficace è offerta dalla Nutraceutica Funzionale Bioregolativa® che, integrando le conoscenze delle medicine tradizionali e la ricerca moderna, coglie in una prospettiva sistemica le relazioni funzionali tra lo stomaco e gli altri distretti dell'organismo. Sono questi i presupposti che distinguono Gastrokey® omeostat, la formulazione Fitomedical studiata per armonizzare l'attività gastrica: ne parliamo in queste pagine dedicate allo stomaco, ai fitoderivati che ne preservano l'equilibrio e ai criteri di una scelta che valorizza, caso per caso, le risorse salutogenetiche di ciascun individuo, arginando la vulnerabilità gastrica.



S o m m a r i o

Per uno Stomaco di Ferro

	p a g i n a
<i>All'Inizio di un Percorso elaborato</i>	2
<i>Public Relation in Rete</i>	4
<i>Coccole per i Capricci dello Stomaco</i>	7
<i>Fare Pace con lo Stomaco</i>	8
<i>Un Nodo al Fazzoletto (Tabella)</i>	11
<i>Sedare la Rivolta dello Stomaco</i>	12
<i>Masticare Amaro</i>	14
<i>Ecosistemi Sottosopra</i>	16
<i>L'Ospite indesiderato</i>	18
<i>Respinto con Perdite</i>	20
Herbae volant	10
Aromaterapia	10
<i>L'Essenziale per lo Stomaco</i>	22





*di Lina Suglia
Erborista, Fitopreparatore,
Consulente Scientifico*

All'Inizio di un Percorso elaborato

NELLA FUCINA DELLO STOMACO

LA DIGESTIONE ENTRA NEL VIVO

Sembra una semplice bisaccia ricurva, lo stomaco, adagiato a sinistra della linea mediana dell'addome. Ma in questa sede dalla forma anatomica quasi banale hanno inizio processi fisiologici complessi, che coinvolgono diversi distretti in una concertazione articolata, mirata a fornire all'organismo i nutrienti necessari al suo sostentamento.

Mister Muscolo

La Medicina Cinese descrive come un granaio o un "mare del cibo e delle bevande" quest'organo, che una spessa parete muscolare rende tonico e mobile, capace di dilatarsi per accogliere alimenti solidi e liquidi.

Li "tiene in sacco" bloccando due valvole (il cardias in alto, vicino all'esofago e il piloro, prossimo al duodeno) e li rilascia gradualmente nell'intestino quando, amalgamati e intrisi di succhi gastrici, sono pronti per le successive elaborazioni digestive, a parte alcune piccole molecole già assorbite a questo stadio.

Completare il lavoro di un pranzo richiede allo stomaco qualche ora di tempo, scandita dalla ritmica coordinazione tra il movimento che rimescola il contenuto gastrico e lo fa progredire poco alla volta nell'intestino e il rilascio di varie secrezioni. Queste ultime sono prodotte da tipi diversi di ghiandole distribuite in zone differenti della mucosa interna, e svolgono compiti specifici ma interattivi, non solo locali.

Una Cosa tira l'Altra

I loro effetti riverberano dal livello gastrico, al digestivo, fino a quello sistemico: nello stomaco la liberazione di gastrina, acido cloridrico ed enzimi, unitamente al movimento delle pareti, innesca la scomposizione di alcune macromolecole alimentari; l'intestino, il circuito epatobiliare e il pancreas sono allertati a prendere parte al processo assecondandone la scansione; il tutto influisce sulla regolazione del metabolismo energetico e su ritmi biologici come l'alternanza di fame e sazietà.

È l'intero organismo che risponde all'ingestione di alimenti, già dalla percezione del loro aspetto, odore, sapore e poi

sempre più intimamente, vagliandone gli aspetti quantitativi e qualitativi. Ognuna di queste informazioni confluisce nella regolazione degli eventi concatenati descritti.

Li coordina una serie di comunicazioni che sono veicolate in più punti della rete da ormoni e neurotrasmettitori: scambiabili messaggi fanno eco tra la parete gastrica e quella intestinale, il circuito epatobiliare e il pancreas, il sistema nervoso centrale e quello periferico.

Già detto con altre Parole

Quest'orchestrazione d'insieme, che la ricerca attuale "scopre" in modo sempre più dettagliato, è un elemento intrinseco alla fisiologia delle medicine tradizionali. Eludendo una visione frammentaria dell'organismo, esse interpretano la salute come il risultato dell'armonia tra comparti che cooperano: in questo caso, per fruire dell'energia degli alimenti, che l'Ayurveda definisce "ahara rasa" e la Medicina Cinese "Gu Qi".

Estrapolare dai cibi la loro essenza implica molto calore, descritto ricorrendo alle immagini di fuochi digestivi che alimentano le trasformazioni attraverso fermentazioni, cotture a vapore, distillazioni in successione, in un continuum che non si esaurisce nel crogiolo dello stomaco, ma si dispiega con diverse implicazioni.

Una Coppia aperta

Ne fornisce un esempio l'antica visione cinese, dove la competenza dei processi digestivi e metabolici è attribuita a Milza e Stomaco.

L'uno accoglie, l'altra dispensa: lo Stomaco "fermenta" e "apre" i cibi, ne estrae l'energia dividendo il torbido, che scende nell'intestino con l'aiuto del Fegato, dal limpido; quanto è puro è distillato dalla Milza, che lo distribuisce e lo diffonde ovunque, in particolare agli arti, coinvolgendo anche il Polmone, dove l'energia alimentare si unisce a quella della respirazione. Il trofismo dell'intero corpo è garantito dalla collaborazione di questa coppia non solo per quanto riguarda il nutrimento, ma anche per la diffusione dei liquidi, di cui lo Stomaco è l'origine e la "Porta dei Reni".



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.

Dal sito è possibile
collegarsi alla nostra
pagina Facebook



www.fitomedical.com

di Lina Suglia

Public Relation in Rete

LE FUNZIONI GASTRICHE SI INSERISCONO

IN UN AMPIO CONTESTO SISTEMICO,

DA VALUTARE CASO PER CASO

Affrontarlo facendo riferimento alla classificazione dei disturbi che ne derivano, catalogati per diffusione, sintomi e altri parametri, offre informazioni parziali, poco esaustive se non si considera anche il “background” delle caratteristiche di ogni individuo.

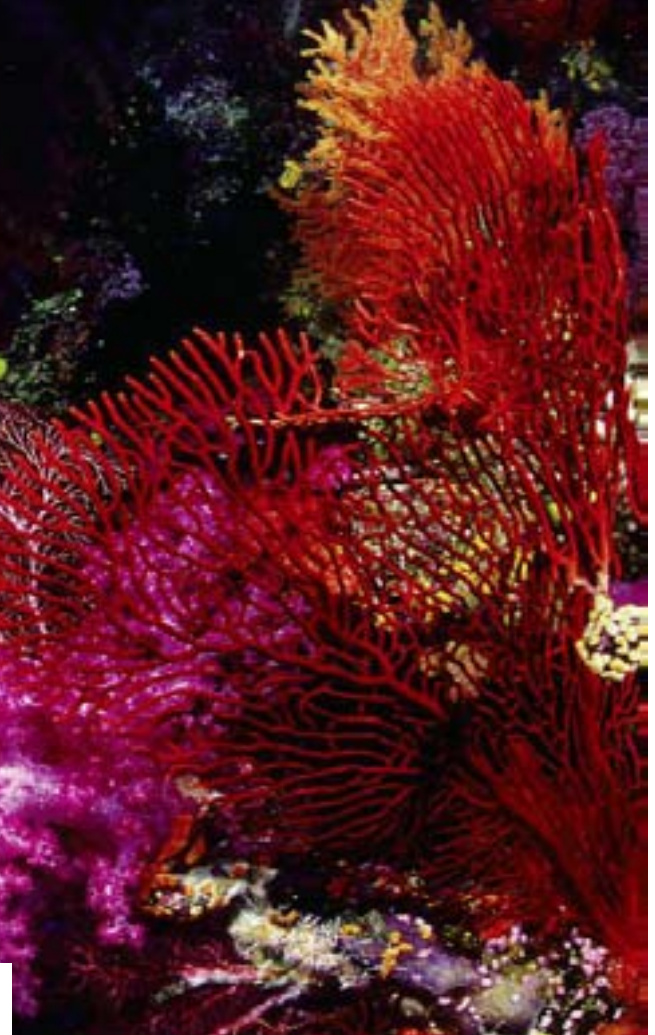
Conosci Te stesso

Quello che succede quando accogliamo gli alimenti nello stomaco, sollecitando l’attivazione di una rete che intesse l’intero organismo, racconta molto di noi: rispecchia la modalità con cui il nostro sistema complesso adattativo interagisce con il mondo esterno, cioè quali schemi fisiologici e comportamentali adottiamo per rispondere ai suoi stimoli. Come detto, ciascuno ha un proprio stile. Alcuni modelli reattivi offrono una traccia che permette di cogliere in modo sintetico queste caratteristiche soggettive: ogni tipologia evidenzia quali aspetti endocrini, nervosi, immunitari e psichici possono orientare alle gastralgie, fornendo nel contempo elementi utili sia a prevenire il manifestarsi di vulnerabilità latenti, sia a lenirne l’espressione, secondo la visione della Nutraceutica Funzionale Bioregolativa® (NFB) e con i suoi strumenti.

Calma piatta

Il modello *ipoergico* tratteggia il profilo di un soggetto che replica alle sollecitazioni con una qualche incertezza, con risposte dalla tempistica esitante e d’intensità variabile.

Lo connota un comportamento biologico conservativo, improntato da una rete sistemica in cui il flusso di comunicazioni è spesso rallentato rispetto all’incalzare degli stimoli, o di debole tono. La scorrevolezza delle informazioni locali e sistemiche è inoltre “intralciata” da un crescente accumulo di scorie tessutali, che la scarsa capacità di disintossicazione e drenaggio implicita al quadro favorisce.



Se la pressione di troppi input crea difficoltà crescenti nell'organizzazione funzionale del network, possono emergere vulnerabilità, che si manifestano in particolare con una progressiva stanchezza psicofisica. Si associano disordini nell'equilibrio delle microflora, aspetto che favorisce infezioni, e infiammazioni che propendono alla cronicizzazione: è un insieme che indebolisce ulteriormente le capacità di reazione dell'organismo.

Quando lo stomaco è coinvolto, una motilità inadeguata affianca la ridotta secrezione acida ed enzimatica (dispepsia iperergica, vedi pag. 12), condizionando negativamente l'intero ambiente digestivo e la sua funzionalità.

Allarme a Oltranza

All'opposto, le risposte biologiche del modello reattivo definito *iperergico* sono intense, esuberanti e tendenzialmente esondanti, come è proprio di un individuo che vive in perenne allerta psicofisica.

La forza che lo sostiene attinge a un vigore connaturato, e potremmo immaginare che un simile individuo possa permettersi di digerire anche i sassi, almeno inizialmente.

Il suo limite è l'inclinazione a un comportamento dissipativo, che nel tempo tende a compromettere l'efficienza del sistema adattativo, dilapidandone le risorse: da un lato in ansia, nervosismo, reazioni infiammatorie acute e fugaci, e manifestazioni di ipersensibilità, come intolleranze o allergie; dall'altro per la progressiva e inevitabile sovrapproduzione di scorie.

In queste condizioni una situazione di sovraccarico mal gestita dal sistema, che reagisce accelerando e amplificando ulteriormente le comunicazioni in network, può tradursi a livello gastrico e digerente in disturbi caratterizzati da elevata motilità e ipersecretività (dispepsia iperergica, vedi pag. 12), come se aggredisce anche gli alimenti con la veemenza che gli è propria.

Se il Disordine regna

Più compromesso rispetto ai precedenti è il modello *disergico*, in cui dominano lo scompiglio e la disarticolazione. Qui le



Nel segno della vitalità!

Risposte su misura allo stress

Eleutero+

OME⁺STAT

La formulazione per ogni tipo di stress

est

estratti secchi in tavolette

12 piante toniche per scegliere la soluzione più adatta



FILLO DIRETTO

Orientare nella scelta dei prodotti naturali

Associare Fitoderivati, 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, un esperto risponde alle vostre domande. Oppure in qualunque momento potete inviare un fax al n° 02 90781996


FITOMEDICAL



Periodico trimestrale sui fitoderivati
Anno 25 n°1-2 Aut.del Trib.di Milano
n°398 del 04.06.90

Direzione, redazione e amministrazione: Fitomedical snc Via Copernico, 5/7
20082 Binasco (MI)
Editrice: Fitomedical snc
Direttore responsabile: Marco Angarano
Direttore scientifico: Dr. Massimo Rossi
Redazione: Lina Suglia
Ufficio pubblicità: Tel. 02 90781896

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

Elaborazione immagini: Pierluigi Bruno
Fotolito: F.G.V. group Cernusco S.N. (MI)
Stampa: Vela Binasco (MI)

FITO•News

vulnerabilità individuali tendono a riproporsi con frequenza insistente e ad ampliarsi, permeando l'organismo sul piano neuropsichico, endocrino, metabolico, immunitario.

L'intera rete sistemica presenta una profonda disarmonia: il network è percorso da comunicazioni scomposte, eccessivamente intense, o dispersive perché troppo deboli; si generano retroazioni non allineate, che orientano a un disordine caotico, incline a coinvolgere ambiti sempre più estesi.

È una condizione particolarmente critica per l'evoluzione del quadro, perché le risposte biologiche incoerenti messe in atto nel tentativo di recuperare l'equilibrio omeostatico risultano non solo poco efficaci, ma sempre più dissipative delle risorse psicofisiche disponibili.

Network impallato

Pericolo non remoto è che il sistema vada in tilt: concorrono a ciò il ritmo irregolare delle funzioni biologiche, che trova un'espressione tangibile nei frequenti spasmi viscerali, le disbiosi persistenti, le infiammazioni cronicizzate e riacutizzanti, la persistenza dello stress ossidativo, il progressivo indebolimento dei meccanismi preposti alla depurazione e detossificazione. Sono tutti fattori che gradualmente inducono alterazioni nella struttura dei tessuti, aprendo il varco a tendenze lesionali. Se il gastroenterico costituisce un ambito particolarmente sensibile, il rischio prevede possibili evoluzioni in gastriti, su base infettiva o autoimmune, ulcere, ma anche disturbi estesi a tutto il digerente, come la sindrome del colon irritabile (IBS), le patologie croniche intestinali (IBD) e colonpatie autoimmuni.

Vie d'Uscita personali

Gli articoli seguenti offrono criteri per distinguere quali formulazioni o singoli fitoderivati siano utili a favorire l'omeostasi gastroenterica assecondando le esigenze individuali suggerite dai diversi modelli reattivi, secondo la visione salutogenica della NFB.

Caso per caso, la scelta si orienta sia sul fronte locale, con rimedi indicati a regolarizzare la motilità e la secrezione gastrointestinali, a correggere disbiosi gastriche (*Helicobacter pylori*), del tenue (SIBO) e del colon (vedi pag. 16-18), a proteggere la barriera epiteliale e le mucose, a prevenire e arginare processi infiammatori, sia su quello sistemico, armonizzando la trasmissione di informazioni della rete con opportuni adattogeni e favorendone l'efficienza con un'azione drenante e depurativa dei tessuti.

Coccole

per i Capricci dello Stomaco

PICCOLI ACCORGIMENTI PER DIGERIRE MEGLIO

Diversi fattori possono esacerbare la sensibilità individuale dello stomaco; evitarli può essere una cautela utile a non urtare la suscettibilità di quest'organo.

Consigliare di diminuire lo stress a molti può sembrare una raccomandazione ovvia, ma troppo spesso dimentichiamo di avere un "cervello nella pancia".

Tra il livello gastrico e intestinale da un lato, e quello nervoso centrale dall'altro, scorre un intenso flusso di reciproche notifiche, siano armoniose o distorte.

Sono veicolate non solo dalla rete nervosa, ma anche dal sangue, che è il corriere delle scambievoli comunicazioni tra specifiche ghiandole endocrine gastroenteriche e altre poste nel cervello.

Cosa combina il Cuore

È quindi comprensibile come le emozioni poco gestite, i cambiamenti di tono e umore, gli stati ansiosi o le tendenze depressive, condizionino pesantemente questi circuiti e ne siano a loro volta influenzati.

Questo evidenzia l'importante ruolo che le piante o le formulazioni adattogene possono svolgere, aumentando la capacità di adattarsi alle situazioni disagiate: in particolare alcune, come Codonopsis e Tulsi, che compaiono anche tra i componenti di Eleutero+ omeostat®, includono nel proprio profilo salutogenetico anche la correzione della vulnerabilità gastrica.

Prendete Nota

Migliorare il proprio stile di vita include la rinuncia a comportamenti nocivi che spesso lo stress trasforma in automatismi, come il ricorso frequente a caffè, sigarette, alcolici che placano l'emotività solo fugacemente, ma favoriscono l'accumulo di effetti dannosi per lo stomaco e l'intero organismo, con esiti a volte immediatamente percepibili sulla motilità e secrezione gastrica, e altri poco evidenti sul piano sintomatico, ma non meno negativi su quello sistemico.

A tavola lo stomaco ha gusti personali, per questo alcuni consigliano di compilare un diario alimentare, per individuare più facilmente cosa complica la digestione. Come regola generale, conviene evitare di affaticarla associando nello stesso pasto proteine e carboidrati, o abbinando più tipi dell'una o dell'altra categoria (es. uova e formaggi, pane e pasta). È anche utile diminuire i cibi ricchi di grassi; ciò vale anche per il metodo di cottura, per cui è preferibile il forno, la griglia, o il vapore.

A chi accusa dolore gastrico giova ridurre o eliminare alimenti acidi come i pomodori, gli agrumi, l'aceto, soprattutto consumati a stomaco vuoto.

Oltre alla qualità del cibo, è bene badare anche alla quantità delle porzioni: servirle meno abbondanti ma in piatti più piccoli inganna l'occhio e aiuta a modificare progressivamente le cattive abitudini acquisite.

In proposito, a volte il peso corporeo eccessivo costituisce un impedimento alla digestione, ostacolando la distensione del viscere e favorendo il rilassamento del cardias, la valvola che blocca la risalita di acido nell'esofago.

Regolarizzare l'ora dei pasti, mangiare lentamente, porre attenzione a pietanze troppo calde o troppo fredde, sono altri utili consigli.



di Lina Suglia



di Lina Suglia

Fare Pace con lo Stomaco

GASTROKEY REGOLA I DIVERSI ASPETTI

CHE SONO ALLA BASE DI UNA

BUONA FUNZIONALITÀ DIGESTIVA

Solo quando lo stomaco dà problemi ci rendiamo conto di quanto una buona digestione sia importante per renderci bendisposti verso il mondo. Non per tutti questo è assodato: fonti differenti stimano che la percentuale di quanti soffrono di forme diverse di dispepsia (cattiva digestione) varia in Europa dal 15 al 28%; si attesta peggio la diffusione di *Helicobacter pylori* nei paesi industrializzati: dal 50 al 90%, anche se una buona parte non ne avverte gli effetti.

Poco confortante è anche il novero delle soluzioni offerte dal mercato, che si limita a proporre rimedi solo sintomatici, in particolare antiacidi, o protettivi della mucosa, o enzimi

che faciliterebbero la digestione: è un'ottica ristretta unicamente allo stomaco, ne trascura le implicazioni sistemiche funzionali e non considera lo specifico contesto individuale che dà voce a questa vulnerabilità.

Si può fare di Più

Sono limiti ai quali si propone di sopperire Gastrokey omeostat®, un nuovo prodotto Fitomedical, conforme ai principi della Nutraceutica Funzionale Bioregolativa. La sua formulazione è concepita nell'intento di sostenere la naturale capacità dello stomaco di mantenere il proprio equilibrio (omeostasi), armonizzando nel contempo la digestione nel suo insieme. L'obiettivo è conseguito regolando i diversi aspetti neuroendocrini e immunitari che interagiscono nel garantire la funzionalità della rete, ponendo quindi attenzione alle relazioni sistemiche evidenziate dai più recenti studi scientifici.

La ricerca moderna ha orientato non solo la scelta dei bersagli, ma anche quella degli ingredienti di Gastrokey, che si avvale delle proprietà, oggi convalidate, di specie botaniche già presenti nel patrimonio di conoscenze tradizionali: sono Triphala, Scutellaria, Zenzero e Liquirizia, ciascuno presente in quantità idonee ad assicurare un dosaggio efficace, come indicato dalla letteratura scientifica.

Tre per Uno

Il ruolo di Triphala (pag. 10) in Gastrokey può essere riassunto in tre punti chiave, in primo luogo l'armonizzazione d'insieme delle funzioni digestive e dell'ecosistema gastrointestinale. Si aggiunge la regolazione dello stress ossidativo, che permette di arginare i processi infiammatori delle pareti di stomaco e intestino; le protegge, infine, sia stimolando la rigenerazione di mucose danneggiate, sia equilibrando le secrezioni di muco, con un effetto stabilizzante sugli epitelii, che ne rinforza l'importante funzione di barriera. La presenza di Triphala anche in Enteroshield (per la tutela della corretta permeabilità gastrointestinale) ed Enterorelax (per correggere disbiosi e motilità del digerente) suggerisce la contiguità dei prodotti omeostat e possibili strategie d'intervento.



Completano il Puzzle

Tra le molteplici proprietà di Scutellaria (pag. 10), si valorizza in particolare quella antibatterica, che ostacola le tendenze disbiotiche e lo sviluppo di microrganismi potenzialmente patogeni (*Helicobacter pylori*), e quella antinfiammatoria, che tutela gli epitelii gastrointestinali. Per il leggero effetto ansiolitico, inoltre, giova ai quadri caratterizzati da forti componenti emotive. Zenzero, che compare anche in Enterorelax, regola l'azione della serotonina, un importante neurotrasmettitore gastrointestinale, favorendo l'ordine della peristalsi viscerale. Interviene come efficace antinausea, procinetico e valido antinfiammatorio delle mucose. L'estratto di Liquirizia utilizzato ha un basso contenuto in glicirrizina che, senza sminuire l'attività della pianta, riduce gli eventuali effetti ipertensivizzanti. La presenza in formulazione di questa radice è importante per la riparazione di lesioni epiteliali, la regolare produzione di succhi digestivi e per la particolare azione armonizzante, che migliora l'assorbimento e l'efficacia dell'insieme, accrescendone la biodisponibilità. Queste premesse evidenziano l'utilità di Gastrokey (una compressa due o tre volte al giorno, preferibilmente ai pasti principali) come preventivo, coadiuvante o complementare per la regolazione delle funzioni a livello dello stomaco e dei distretti correlati.

est

per chi bada
alla sostanza

Estratti vegetali in tavolette
pratiche, efficaci,
di uso flessibile e modulabile



linea ampliata con nuove referenze!



www.fitomedical.com
info@fitomedical.com



FITOMEDICAL
star bene è naturale



di Marco Angarano
Fitopreparatore, Giornalista

Herbae volant

NOTIZIE AL VOLO

DALLA LETTERATURA SCIENTIFICA

Triplice Sinergia

La medicina ayurvedica utilizza molti rimedi contenenti combinazioni di ingredienti vegetali che agiscono in sinergia, come Triphala, una preparazione composta dai frutti essiccati di *Phyllanthus emblica*, *Terminalia chebula* e *Terminalia bellirica*, esaminata dalla moderna ricerca sia per l'azione d'insieme, sia per quella specifica dei suoi singoli componenti.

Due recenti ricerche effettuate in India hanno messo in luce le potenziali attività terapeutiche di Triphala validate dagli studi scientifici, da quelle antibatterica e antivirale a quella antitumorale.

Per la tradizione questo rimedio è molto importante per il benessere dell'apparato digerente: clinicamente si è osservato che agisce stimolando la mucosa del tratto gastrointestinale, migliorando e bilanciando la digestione,

correggendo la stipsi, stimolando l'appetito e riducendo l'iperacidità gastrica. L'uso quotidiano favorisce anche l'assorbimento di nutrienti, come le vitamine del gruppo B, e crea un ambiente favorevole per lo sviluppo di un microbiota intestinale positivo, sfavorendo la proliferazione di batteri intestinali non benefici.

Ricercatori australiani hanno riassunto le proprietà medicinali delle piante del genere *Terminalia* analizzando le più recenti ricerche. È emerso che potrebbero essere i tannini, in particolare, le sostanze a cui sono dovute le principali attività benefiche ma, come sempre, va considerato l'insieme del fitocomplesso.

A *T. bellirica* sono attribuite, tra le altre, proprietà lassativa, antielmintica, antipiretica e analgesica; *T. chebula* ha attività antinfiammatoria, cardiotonica, antitumorale e risulta di particolare utilità nel trattamento dei disturbi digestivi.

Alle Radici del Benessere

Dall'India alla Cina, per incontrare le radici di *Scutellaria baicalensis*, utilizzate nella moderna fitoterapia e nella medicina tradizionale - sia come singolo rimedio, sia in formulazioni composte - per il trattamento di disturbi infiammatori, cardiovascolari, respiratori e di infezioni gastrointestinali.

La potente azione antinfiammatoria di *Scutellaria* è dimostrata da diversi studi, in cui sono caratterizzati i principali composti a cui è ascrivibile tale attività, in particolare i flavonoidi scutellarina e baicalina. Queste due sostanze sono state protagoniste di un recentissimo lavoro svolto da ricercatori cinesi, che hanno indagato sulla loro azione di inibizione dello sviluppo di *Helicobacter pylori*, il batterio responsabile di infiammazioni e ulcere gastriche.

I risultati positivi presentano *Scutellaria* e i suoi estratti come ottimi candidati a future ricerche per l'uso terapeutico, oltre a fornire un supporto scientifico all'uso tradizionale.

Altri studiosi cinesi hanno esaminato un rimedio composto da *Scutellaria*, Liquirizia, Giuggiolo e Peonia, utilizzato in Cina per una vasta gamma di disturbi, soprattutto infiammazioni gastrointestinali con sintomi come diarrea, vomito, crampi addominali. Il rimedio, testato in un modello animale di colite ulcerosa, ha dimostrato la sua efficacia, specialmente ad alte dosi, comparabile a quella di un farmaco antinfiammatorio utilizzato per trattare questo grave disturbo.

Un Nodo al Fazzoletto

Rassegna dei principali fitoderivati segnalati nelle pagine seguenti, utili per sostenere l'omeostasi gastrica, con le specifiche indicazioni descritte in letteratura.

Codonopsis EST <i>Codonopsis pilosula</i> (Franch.) Nannf. radici	Specie adattogena, indicata in condizioni di stress con dispepsie e stati infiammatori gastrici. <i>Debolezza, anche immunitaria, con scarso appetito, bruciore gastrico e difficoltà di digestione e assimilazione.</i>
DigestiMiel (con <i>Melissa, Finocchio, Zenzero, oli essenziali di Menta, Coriandolo e Arancio e miele d'Acacia</i>)	Facilita il processo digestivo; adatto in particolare per bambini e anziani. <i>Dispepsia con tensione viscerale, sensazione di nausea, flatulenza, meteorismo.</i>
Digestione Estratto Integrato Sinergico (con <i>Angelica, Melissa, Genziana, Liquirizia, e oli essenziali di Menta, Finocchio e Zenzero</i>)	Sostiene le secrezioni e la motilità del digerente, attivando la coordinazione funzionale degli organi coinvolti. <i>Difficoltà digestive, con sensazioni di pienezza, nausea, pesantezza e gonfiore.</i>
drena&depura omeostat® (con <i>Ribes, Karkadè, Mango, Verga d'oro, Schisandra e Fumaria</i>)	Favorisce il mantenimento dell'omeostasi digerente e metabolica creando, attraverso il drenaggio e la detossificazione dei tessuti, le condizioni ideali per una comunicazione coordinata nella rete sistemica. <i>Stress ossidativo delle mucose digerenti, dismetaboliche.</i>
Eleutero+ omeostat® (con <i>Eleuterococco, Codonopsis, Tulsì, Aronia, Olivello spinoso</i>)	Sostiene le capacità individuali di adattamento allo stress, prevenendo la manifestazione di vulnerabilità gastroenteriche. <i>Disturbi digestivi alimentati da condizioni di stress psicofisico.</i>
Enterorelax omeostat® (con <i>Triphala, Zenzero, Camomilla, Finocchio e Tabebuia</i>)	Favorisce la regolazione della motilità gastrointestinale, l'equilibrio delle flore simbiotiche e il controllo di quelle virulente e potenzialmente nocive. <i>Spasmi gastroenterici con gonfiore e meteorismo.</i>
Enteroshield omeostat® (con <i>Baobab, Agrimonia, Triphala, zinco e carnosina</i>)	Prevenzione e sostegno della funzione di barriera delle pareti dell'apparato digerente e della corretta permeabilità intestinale. <i>Condizioni infiammatorie gastroenteriche.</i>
Shatavari EST <i>Asparagus racemosus</i> Willd. radici	Adattogeno e regolatore endocrino, protettivo del trofismo di mucose e connettivi. <i>Iperacidità gastrica con tendenze ulcerative in contesto di stress a prevalente componente endocrina.</i>
Stomaco Estratto Integrato Sinergico (con <i>Achillea, Melissa, Trifoglio fibrino, Zenzero, Magnolia officinale e oli essenziali di Mandarino, Camomilla romana e Lentisco</i>)	Aiuta a regolare l'eccessiva secrezione acida, lenire gli spasmi gastroenterici e proteggere le mucose. <i>Bruciore e crampi gastrici, rigurgiti acidi, tendenze ulcerative delle mucose digerenti.</i>

LEGENDA >>>

EF = Estratti Fluidi
 EST = Estratti Secchi in Tavolette

MG = Macerati Glicerinati, o Gemmoderivati, o Meristemoderivati
 OE = Oli Essenziali
 TM = Tinture Madri (Macerati di pianta fresca)
 B&H = Botanicals&Honey

di Lina Suglia

Sedare la Rivolta dello Stomaco

PER RISTABILIRE L'ARMONIA

QUANDO ECCESSI E DIFETTI

SCOMBUSSOLANO LA DIGESTIONE

“Il mal di stomaco e la disperazione sono parenti” scherzava Achille Campanile, uno dei tanti che ha sperimentato di persona quanto lo stomaco influenzi lo stato generale e ne sia a sua volta condizionato.

La coordinazione della rete locale e sistemica, che garantisce il buon andamento di tutti i processi fisiologici dell'organismo, si traduce nel digerente in equilibrio e sincronia tra secrezione e peristalsi. Le loro alterazioni in eccesso o difetto configurano il quadro variabile della dispepsia. Questo termine tecnico indica una digestione difficile, riconducibile a una modificazione delle funzioni che, se non arginata, può aggravarsi fino a indurre lesioni degli organi coinvolti.

Fatti che restano sullo Stomaco

Le condizioni di malessere gastrico possono dipendere da un tono ridotto della muscolatura e un'insufficiente quantità e qualità delle secrezioni, come visto per il modello ipoergico.

Li accompagna una sensazione di pienezza fisica e torpore mentale, indotta dal rallentato svuotamento dello stomaco, spesso accompagnato da gonfiore addominale e eruttazioni.

L'ingresso nell'intestino di materiali mal rielaborati rende inoltre difficoltoso l'assorbimento da parte del tenue, riducendo quindi l'assimilazione dei nutrienti.

Gatrokey è qui indicato per rinvigorire i parametri digestivi ma, considerando il contesto ipoergico in cui questa vulnerabilità emerge, può essere utile abbinare Eleutero+ (con Eleuterococco, Codonopsis, Tulsì, Aronia, Olivello spinoso) per l'azione generale tonica e adattogena, che temprà la resilienza di questi individui e ne rafforza le risorse psicofisiche.

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.

Casi particolari

Condonopsis, presente in Eleutero+, ma disponibile anche singolarmente come EST, ha specifiche indicazioni per situazioni di deperimento, connotate da disturbi digestivi, debolezza delle funzioni respiratorie e ridotta efficienza immunitaria. Carciofo (EST e TM) è utile quando si associno squilibri epatobiliari e incremento dei tassi ematici lipidici e proteici; meno noto è Pepe lungo EST, che attiva i processi digestivi rallentati, stimola il metabolismo epatico (dislipidemie), ha azione immunomodulante e antinfiammatoria (infiammazioni e infezioni respiratorie) e coadiuvante nei trattamenti detossificanti.

Particolare è l'indicazione di Shatavari, adattogeno a prevalente tropismo femminile, che può proteggere le fisiologiche condizioni delle mucose da tendenze involutive dovute a modificazioni endocrine (ipoestrogenia).

Dalla Padella alla Brace

L'espressione sintomatica è molto più vivace quando i succhi gastrici sono in eccesso e la muscolatura dello stomaco reagisce con intensità spropositata. Allora il dolore acuisce la sensibilità nervosa anche a livello centrale, creando un circolo vizioso. Sono situazioni di frequente riscontro nei soggetti riconducibili al modello iperergico o all'evoluzione disergica, che alterna spasmi a blocchi temporanei della motilità.

L'eccesso di acido cloridrico, non completamente neutralizzato a livello gastrico, può aggredire anche il duodeno, e in certi casi l'esofago, se il ritmo della peristalsi s'inverte causando reflusso (vedi pag. 14), sottoponendo la mucosa del digerente nella sua continuità a un forte stress ossidativo. Il riproporsi e cronicizzare di queste condizioni predispongono a disbiosi gastroenteriche diffuse e lesioni (vedi SIBO, pag. 16 e Helicobacter pylori, pag. 18).

Persone acide

Gastrokey può essere un valido aiuto per controllare l'ipereccitabilità gastrica e la suscettibilità nervosa e neuroenterica di questi individui (con Eleutero+ o altri adattogeni specifici), eventualmente associato o alternato all'Estratto Integrato Sinergico Stomaco (con Achillea, Melissa, Trifoglio fibrino, Zenzero, Magnolia officinale e oli essenziali di Mandarino, Camomilla romana e Lentisco), in cui la regolazione funzionale si abbina alla prevenzione di tendenze ulcerative delle mucose. Enterorelax (con Triphala, Zenzero, Camomilla, Finocchio e Tabebuia) modula il tono della peristalsi lungo il digerente e salvaguarda l'equilibrio del microbiota.

Ulteriori suggerimenti sono segnalati a proposito del reflusso gastroesofageo (pag. 14).

Soluzioni di benessere

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

ansia
articolazioni
ciclo
circolazione
colon

difese
digestione
drenaggio
fegato

grassi
ipersensibilità
memoria
menopausa

pelle
peso
pressione
prostata

respirazione
serenità
sonno
stomaco
testa
zuccheri



Estratti Integrali Sinergici

 **FITOMEDICAL**
star bene è naturale

www.fitomedical.com

info@fitomedical.com



di Lina Suglia

Masticare amaro

COME CONTROLLARE IL REFLUSSO GASTROESOFAGEO

controcorrente, risalendo nell'esofago, il tratto che il cibo deglutito percorre progredendo in direzione dello stomaco. Quest'inversione di direzione è possibile quando il cardias, lo sfintere che separa i due ambiti, si apre in modo asincrono, non rispettando i ritmi digestivi. Ne deriva un'intensa sensazione di bruciore (pirosi), estesa anche alla zona retrosternale, legata all'aggressione delle mucose esofagee che sono esposte senza alcuna protezione al rigurgito acido.

Fuori il Colpevole

Il problema deriva in alcuni casi da situazioni predisponenti particolari, che determinano un aumento della pressione gastrica, come l'obesità, la gravidanza o un'occasionale abbuffata. Più spesso, si tratta di un sintomo associato ad altre problematiche dell'apparato digerente: gastriche (quando il reflusso si manifesta entro due ore dal pasto) o intestinali (oltre le 2 ore), per esempio la presenza nello stomaco di *Helicobacter pylori*, una diminuzione del tono del cardias, o SIBO (sovracrescita batterica nel tratto del tenue, vedi pag. 16)

Generalmente il contesto presenta caratteristiche iperergiche o disergiche, raramente il reflusso è associato a un prolungato ristagno gastrico per rallentato svuotamento.

Divieto di Contromano

Unitamente a opportune regole dietetiche e piccoli accorgimenti, come evitare di sdraiarsi subito dopo mangiato o alzare la testa con cuscini di notte, l'assunzione di Gastrokey può aiutare a lenire significativamente questo sintomo e la sua frequenza, arginandone nel contempo le cause.

La formulazione interviene sul reflusso esofageo coordinando la motilità della muscolatura gastrica e armonizzandone l'attività e i ritmi. Favorisce l'equilibrio delle secrezioni di acido cloridrico e mucine, controlla l'acidità, e protegge la mucosa esofagea irritata dall'evoluzione di condizioni infiammatorie che potrebbero dar adito a lesioni ulcerative.

Pareti instabili

Oltre a Enterorelax (spasmi e disbiosi gastroenteriche) e all'Estratto Integrato Sinergico Stomaco (dispepsie iperergiche), già citati, in questi casi è bene considerare l'utilità di Enteroshield (con Baobab, Agrimonia, Triphala, zinco e carnosina), indicato come prevenzione o sostegno, quando si presentino condizioni infiammatorie gastroenteriche che rischiano di compromettere il trofismo delle pareti dell'apparato digerente e la loro funzione di barriera.

Né è da trascurare lo stato psichico ed emotivo e la sua influenza neuroenterica: sono aspetti che possono essere regolati da opportune piante adattogene, ma anche con fitoderivati dal profilo specifico. Per esempio, Peonia TM, esercita un'attività contrassegnata da note antispasmodiche e miorelassanti, particolarmente calzanti ad alcuni quadri iperergici o disergici (gastriti e coliti, ma anche dismenorree e sindromi premestruali, ipertensione e tachicardia, cefalee ed emicranie).

Magnolia EST si distingue invece come ansiolitico e spasmolitico adatto a condizioni di stress con risvolti ansiodepressivi, intensa spasmofilia (disfagia, dispnea, colon irritabile, ecc.), incremento dei processi ossidativi e ridotta funzionalità neuronale.

Nell'ambito della gemmoterapia, Fico gemme MG è indicato per diverse manifestazioni psicosomatiche con crampi viscerali, soprattutto gastrointestinali (piressie gastriche, gastriti, disfagie, ulcere duodenali, ecc.).

Pulizie generali

Per supportare i rimedi a tropismo gastrico, in questo come in altri casi, può essere interessante ricorrere a drena&depura (con Ribes, Karkadè, Mango, Verga d'oro, Schisandra e Fumaria) che incentiva il drenaggio e la detossificazione dei tessuti. Oltre a contenere lo stress ossidativo delle mucose digerenti, risponde all'esigenza di migliorare la risposta al trattamento, soprattutto quando si affrontano situazioni di vecchia data o che mostrano una tendenza alla cronicizzazione.

Limpido quotidiano



Ogni giorno
più liberi dalle scorie

drena&depura aiuta l'organismo ad eliminare i liquidi in eccesso e a neutralizzare le sostanze dannose, con un effetto tonico generale.

drena&depura®



info@fitomedical.com
www.fitomedical.com



FITOMEDICAL
star bene è naturale



di Lina Suglia

Ecosistemi Sottosopra

LO SQUILIBRIO DELLE FUNZIONI GASTRICHE

PUÒ ASSOCIARSI ALL'ALTERAZIONE DELLE

FLORE BATTERICHE DELL'INTERO DIGERENTE

I microrganismi che costituiscono le flore presenti lungo gli epitelii del digerente hanno un peso notevole, non solo fisico (1-2 chili), ma anche funzionale.

Partecipano attivamente al flusso di comunicazioni della rete locale e sistemica: la loro composizione, strettamente individuale, dipende dagli alimenti e dalla qualità dell'ambiente che popolano, ma loro stessi condizionano in modo diretto e indiretto lo stato delle mucose, le secrezioni e la motilità gastroenteriche, l'assorbimento e il metabolismo dei nutrienti, il comportamento del sistema immunitario e i parametri neuroendocrini.

Uovo e Gallina

L'insieme di queste popolazioni, dalla bocca alla fine dell'intestino, rappresenta un continuum dell'ecosistema, la cui tutela è irrinunciabile per il mantenimento dell'omeostasi.

L'equilibrio quali-quantitativo di specie e ceppi del microbiota è sempre messo in pericolo dalla comparsa di qualunque disturbo digestivo, anzi, diventa facilmente un fattore che l'alimenta, creando un circuito vizioso e favorendone l'estensione ad altri comparti, come nel caso dell'*Helicobacter pylori* (vedi pag. 18), o della SIBO (Small Intestinal Bacterial Overgrowth).

Danni di Inquilini abusivi

L'acronimo SIBO definisce una particolare forma di disbiosi, caratterizzata da un'eccessiva colonizzazione dell'intestino tenue, dove la concentrazione di microrganismi oltrepassa valori 100 volte superiori alla norma. Ne favorisce la proliferazione la carenza (da farmaci o dispepsia ipoergica) di enzimi gastrici e di secrezioni biliari e pancreatiche, associata ad alterazione della motilità gastroenterica.

È facile immaginare come la presenza di materiale non completamente elaborato comporti malassorbimento, ma la sovracrescita batterica innesca ripercussioni lungo tutto il lume intestinale: tra queste, la fermentazione di carboidrati con formazione accentuata di gas, un'abbondante produzione di acidi biliari liberi che danneggiano le pareti, rendendole permeabili al passaggio di microrganismi e metaboliti anomali, la conseguente allerta immunitaria che attiva processi infiammatori ed esalta l'ipersensibilità viscerale.

In proposito è interessante la relazione bidirezionale, evidenziata da dati clinici, tra SIBO e sindrome dell'intestino irritabile (Irritable Bowel Syndrome – IBS): coinvolge due sedi anatomiche, tenue e colon, differenti per struttura e funzioni, ma entrambe compromesse da problematiche analoghe (dismotilità e disbiosi), che inducono sintomi simili, come dolore, diarrea, distensione addominale con flatulenza, dispepsia.

Fare Ordine

L'azione di Gastrokey, che aiuta a ripristinare la funzionalità gastrica e lenire l'incipit di questi disagi, può essere supportata da altri rimedi attivi sulla motilità gastrointestinale e le disbiosi: tra questi Enterorelax (pag. 12), ma anche Scutellaria EST (pag. 8, 10), o Tabebuia EST, che contrasta i microrganismi intervenendo su processi enzimatici che ne bloccano la riproduzione, o Crespino TM, che unisce all'azione antisettica ad ampio spettro quella antinfiammatoria, immunostimolante, favorente le funzioni gastriche ed epatobiliari, detossificante e tonica.

È consigliabile anche sostenere la funzione di barriera delle pareti dell'apparato digerente con Enteroshield che, favorendo una corretta permeabilità intestinale, previene l'innescarsi di processi infiammatori.

Un Fiore in Bocca

Infine, nell'affrontare le problematiche disbiotiche è interessante, considerando la continuità del microbiota lungo il digerente, valutare anche le condizioni microbiche della bocca e il pH salivare, ricordando che i prodotti della linea Pural (vedi pag. 18) favoriscono con l'igiene l'omeostasi del cavo orale, porta d'ingresso della digestione.

Equilibrio intestino: a ciascuno il suo



Dall'equilibrio intestinale dipende il benessere dell'intero organismo

Le proposte Fitomedical per correggere l'**ipersensibilità viscerale**, preservare la **motilità**, il **microambiente** e la corretta **permeabilità dell'intestino**.

● **enteroSHIELD®**
intestino protetto

● **enteroRELAX®**
intestino sereno

● **enteroDEFEND®**
l'intestino ti difende

● **erbaregola®**
intestino regolare



FITOMEDICAL
star bene è naturale

info@fitomedical.com
www.fitomedical.com

di Lina Suglia

L'Ospite indesiderato

**HELICOBACTER PYLORI, UN BATTERIO GASTRICO
CHE DISTURBA LE FUNZIONI DELLO STOMACO
E PUÒ ARRIVARE A LEDERNE LA PARETE**

È un tipo che va tenuto a bada: *Helicobacter pylori* è presente nello stomaco di molte persone, ma solo chi ha buone difese immunitarie riesce a salvaguardarsi dalla potenziale aggressività di questo batterio.

È un microrganismo che vive solo nell'ambiente gastrico, rivestito da un biofilm, e riesce a proteggersi dal pH locale producendo un enzima (ureasi) che neutralizza attorno a sé l'acidità.

Piromane per Natura

Il pericolo intrinseco alla sua presenza nello stomaco deriva dai metaboliti prodotti, tossici per la mucosa. In molti casi, più frequenti nei soggetti affetti da disbiosi diffuse al cavo orale, all'intestino tenue e al colon, e più deboli nell'efficienza dei sistemi di difesa, l'attacco alle pareti può causare gravi danni: a parte sintomi come bruciore e crampi, l'aggressione comporta una destabilizzazione della parete cellulare, che tende ad assumere tendenze lesionali sempre più marcate. Gli esiti possono essere gastriti, reflusso gastroesofageo, ulcere; si ritiene anche che l'offesa di questo batterio sia un fattore favorente il carcinoma gastrico.

Via l'Intruso

Gastrokey è indicato nelle disbiosi con proliferazione di *H. pylori* come preventivo, coadiuvante o complementare (anche in associazione all'assunzione di antibiotici, utilizzati nel protocollo medico di eradicazione). Favorendo il recupero dell'omeostasi gastrica, elude o allevia i disagi provocati dal microrganismo, inibisce la sua adesione alla mucosa gastrica e il suo sviluppo, contiene gli aspetti individuali che favoriscono la sensibilità alla presenza del batterio.

La vulnerabilità soggettiva può essere contenuta anche con l'ausilio di adattogeni da valutare secondo il caso, con attenzione a immunoregolatori come Eleuterococco, Reishi, Astragalo (vedi Fitonews n. 3/4-2014).

In Basso e in Alto

Proprio Astragalo è presente nella formulazione di Enterodefend® (insieme *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus rhamnosus* e *Bacillus coagulans*) in cui, oltre a regolare i meccanismi immunitari dell'intestino, migliorando l'efficienza delle difese di tutto l'organismo, svolge un ruolo non trascurabile come prebiotico, che favorisce l'insediamento e la crescita dei fermenti lattici.

Se per prevenire e correggere la disbiosi gastrica è importante considerare lo stato delle micropopolazioni situate "a valle" dello stomaco, non meno rilevante è quanto succede "a monte", nel cavo orale. La linea Pural è studiata per sostenere la salute e le fisiologiche condizioni della bocca, sia per quanto riguarda la normale igiene quotidiana (dentifricio antiplacca omeocompatibile, Collutorio lenitivo, Chewing gum igienizzante), sia per arginare situazioni nelle quali la disbiosi gioca un ruolo rilevante, come le parodontiti o altre infiammazioni e infezioni gengivali (Parodont).

Una costante tra i pregiati componenti delle diverse formulazioni Pural è l'oleoresina di Lentisco, che annovera tra le sue proprietà quelle di antisettico, decongestionante e riepitelizzante non solo delle mucose orali, ma anche di quelle esofagee, gastriche, intestinali. È disponibile anche nella linea degli oli essenziali (pag. 22) e presente negli ingredienti dell'Estratto Integrale Sinergico Stomaco (pag. 12).

Controllo del Territorio

Per contenere la proliferazione batterica è inoltre possibile avvalersi delle proprietà di singole piante calzanti al caso, per esempio Cranberry EST, che contrasta l'adesione alle cellule da parte di diversi microrganismi aggressivi: molto noto per le infezioni urinarie sostenute da *Escherichia coli*, è attivo anche nei confronti di *H. pylori*. In proposito è interessante anche il profilo di Crespino TM, antisettico ad ampio spettro, indicato per disbiosi diffuse (gastriche, intestinali, epatobiliari, urogenitali, respiratorie, cutanee) di soggetti deboli e provati, intossicati e immunodepressi.

Fresco di Giornata!

Chi a tavola preferisce verdure appena colte, apprezza il pregio degli estratti da pianta fresca.

Fitomedical garantisce la qualità che cerchi con un'ampia gamma di Tinture Madri e Gemmoderivati.



Gemmo
derivati

Macerati
di pianta fresca



 **FITOMEDICAL**
star bene è naturale

www.fitomedical.com

info@fitomedical.com

di Lina Suglia

Respinto con Perdite

NAUSEA E VOMITO:

LE VARIE ESPRESSIONI E

I RIMEDI OPPORTUNI

A tutti è capitato, almeno qualche volta. Il vomito, o emesi, è un moto incontrollabile con cui l'organismo esprime senza tanti giri di parole la sua totale incompatibilità verso qualcosa che gli risulta davvero intollerabile: può essere un eccesso di cibo, una percezione sgradita ai sensi, un'emozione che ferisce l'anima, un banale colpo di freddo, un fattore tossico e nocivo, o molto altro.

Sostanzialmente il gesto esprime sempre un'antipatia radicale e, contemporaneamente, un estremo tentativo di difesa nei confronti di quanto è avvertito come profondamente estraneo al proprio sé.

Chi vuota il Sacco

Il vomito è provocato dalla simultanea partecipazione di diversi muscoli: il diaframma e le fasce addominali si contraggono, il cardias si apre, le pareti dello stomaco spingono violentemente il contenuto gastrico, e qualche volta anche quello della prima porzione intestinale, a refluire in senso contrario nell'esofago, fino alla bocca.

Lo stimolo impellente e irrefrenabile di questo episodio può innescarsi in diversi distretti: dal sistema nervoso centrale, alla mucosa gastrica e intestinale, dal labirinto posteriore dell'orecchio, al peritoneo (la membrana che riveste la cavità addominale) e ad altri organi addominali. La causa può essere occasionale o continua, derivare dall'assunzione o dall'abuso di farmaci o alcol, o da problematiche nei distretti citati, sia interni, sia estranei al digerente.

Proprio per le sue molte implicazioni, quando il vomito si ripropone con insistenza è consigliabile accertarne l'origine con un'indagine medica, per escludere situazioni a rischio, tenendo comunque in considerazione che il suo persistere può alterare delicati equilibri, dato che comporta una perdita significativa di acqua ed elettroliti.

Quadri molto visti

Restringendo l'attenzione alle situazioni più comuni, ed escludendo le forme di dispepsia iperstenica già trattate nelle pagine precedenti, il vomito costituisce un sintomo di facile riscontro in gravidanza, nelle sindromi emicraniche, in alcune infezioni virali, in viaggio (cinetosi o mal di macchina, aereo, ecc.).

Per controllarlo è possibile ricorrere ad alcuni fitoderivati e a piante antiemetiche, che generalmente agiscono inibendo l'adesione ai recettori nervosi dei mediatori associati al vomito (istamina, acetilcolina, ecc.), ma non solo, poiché ognuno aggiunge a questo aspetto altre caratteristiche distintive.

Infreddoliti o irrequieti

Il più noto è Zenzero che, presente nelle formulazioni di Gastrokey ed Enterorelax e disponibile anche come TM, EST e OE, è indicato nell'emesi di diversa origine (postoperatoria e iatrogena, mal di trasporto, gravidanza). Questa proprietà si inserisce in un profilo più ampio, caratterizzato da un'azione tonica generale (digestiva, nervosa, cardiovascolare), indicata a soggetti che abbiano tendenza a sviluppare flogosi ad andamento cronico (gastrointestinali, respiratorie, articolari) e necessità, secondo la Medicina Cinese, di "dissipare il freddo" interno che le promuove. Melissa (anch'essa in TM, EST e OE) si addice a quadri connotati da stati ansiosi e irrequietezza, con note spasmofiliche che incrinano il ritmo dello stomaco e dell'intestino (dispepsia, nausea, sindrome del colon irritabile), dell'utero (dismenorrea), del cuore e dei vasi (eretismo cardiovascolare, cefalee ed emicranie), compromettendo anche il sonno e l'umore. Tra le sue indicazioni è interessante segnalare come esempio il vomito con sintomi emicranici nel contesto della sindrome premestruale.

Non andiamo Controcorrente

Questi rimedi possono essere utilizzati all'occorrenza come sintomatici, ma anche modulati su esigenze particolari. Per esempio, è consigliabile assumerli con regolarità per lenire le nausee durante il primo trimestre di gravidanza, in alcuni casi particolarmente "conflittuale" per l'organismo materno.

Oppure, se il vomito compare in presenza di infezioni virali come le gastroenteriti, conviene protrarne l'uso anche per qualche giorno o settimana anche dopo l'episodio infettivo, per permettere allo stomaco di ristabilire completamente la propria funzionalità. In questo caso, se la vulnerabilità gastrica connota il quadro, è utile l'associazione con Gastrokey, durante e dopo i disturbi, mentre Enterorelax può essere utile come sintomatico fin dalla comparsa dei disturbi, per valutare in seguito l'opportunità di Enterodefend per la riorganizzazione delle difese immunitarie.

FitoNews Gratis!



FitoNews è distribuito gratuitamente

puoi riceverlo:

- ▶ **In formato PDF via e-mail**
(scelta preferenziale)
collegandoti al sito
www.fitomedical.com
e compilando il form online

Riceverai il nuovo numero e i seguenti molto prima della consegna postale e potrai archivarlo elettronicamente senza spesa e senza ingombro. Risparmiare carta è un gesto di responsabilità che giova a tutti.

- ▶ **In formato cartaceo via posta ordinaria**
compilando il coupon a lato e spedendolo a Fitomedical
Via Copernico, 5/7 - 20082 Binasco (MI),
oppure inviando un fax al n. 0290781996

Nome

Cognome

Eventuale nome dell'attività

Professione

Indirizzo

CAP Città

Provincia Nazione

Telefono Fax

E-mail

Data:

Firma:

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. Fitomedical Via Copernico, 5/7 - 20082 Binasco (MI)

*di Massimo Rossi,
Biologo, Consulente Scientifico*



L'Essenziale per lo Stomaco

AROMATERAPIA

PER I DISTURBI GASTRICI

Se i sapori degli alimenti appagano il corpo e la mente, gli odori sono gli ambasciatori e i tessitori del gusto. Gli aromi del cibo, infatti, stimolano l'appetito già nel corso delle varie fasi delle preparazioni, dal taglio alla cottura, amalgamandosi in una nota specifica che caratterizza ciascuna pietanza. Il colore, la consistenza e infine il sapore sollecitano poi tutti i nostri sensi ed evocano memorie di appagamento, attivando la digestione e l'assimilazione.

Sensi aperti

Le sensorialità olfattive e gustative non plasmano solo il metabolismo, ma contribuiscono a dare forma alle nostre reazioni neuropsichiche, endocrine e immunitarie.

Ricerche recenti mostrano infatti che i recettori dei sapori e degli odori, che si pensava fossero presenti solo in aree circoscritte del cavo orale e del naso, sono diffusi in altri tessuti, dall'intestino alle cellule del sistema immunitario.

Quei recettori sono dunque elementi fondamentali del complesso sistema di riconoscimento e tolleranza messo in atto per la sorveglianza di tutto ciò che proviene dal mondo esterno.

Dal Naso allo Stomaco

Gli oli essenziali sono le "essenze" profumate e aromatiche presenti in molte piante, il concentrato odoroso che richiama alla nostra memoria i fiori, le spezie o i frutti.

Molti OE hanno un'intensa azione sui processi digestivi nella loro totalità, cioè sulle fasi sensoriali, enzimatiche o muscolari e agiscono anche sui miliardi di microrganismi, simbiotici e non, che vivono nel nostro corpo.

Agrumi e Spezie

Gli OE degli agrumi stimolano la secrezione dei succhi digestivi, quelli delle diverse specie di Menta favoriscono lo svuotamento gastrico e sono particolarmente utili nelle dispepsie e per il colon irritabile.

Per la nausea l'OE di Zenzero è sicuramente quello più efficace, ancor più se usato insieme alla Tintura Madre o in alternanza a essa.



Profumi personali

È bene osservare come si manifestano i malesseri digestivi - le dispepsie - in modo da poter scegliere gli OE più adatti. Per esempio, il rallentamento dei movimenti muscolari gastrici e la scarsa produzione di succhi digestivi, possono indicare l'OE di Cardamomo, che stimola motilità e secrezioni, abbreviando la sosta dei nutrienti nello stomaco senza ridurne l'assimilabilità, ma alleviando il senso di pesantezza e le flatulenze.

Anche l'OE di Rosmarino, assunto in piccole quantità (1-2 gocce, ai pasti), è un tonico della funzionalità gastrica con effetti successivi anche sui processi epatobiliari.

Stomaco sopra le Righe

Se invece sono presenti eccessive secrezioni acide e contrazioni, gli OE di Melissa, di Camomilla romana o di Mandarino possono calmare l'ipereccitabilità.

L'OE di frutti di Coriandolo è un altro specifico della digestione, con azione rilassante quando siano presenti spasmi e stasi, ma è al contempo un valido tonico e un leggero euforizzante. Anche in questo caso la sua attività non si limita allo stomaco, ma si estende al colon, aiutandolo ad armonizzare movimenti e sensibilità, riducendo le flatulenze e le condizioni crampiformi.

Piccolo ma pericoloso

Per i disturbi sostenuti da Helicobacter pylori, va infine da ricordata la specificità dell'OE di Lentisco, capace di contrastarne l'evoluzione patogena.

Altri OE, come quelli di Limone, di Arancio, di Mirto o di Nepeta, risultano efficaci nel ridurne la virulenza.

www.pierluigi-bruno.com
visual design
piertugi bruno



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



Levando vero
Cassia, Sassafras,
Cassia, Sassafras,
Cassia, Sassafras



Ficus vulgare
o ginepro
Dipente, Anice,
Dipente, Anice,
Dipente, Anice



Manuka
Manuka, Manuka,
Manuka, Manuka,
Manuka, Manuka



Camomilla
Marocca
Camomilla,
Camomilla,
Camomilla



Lentisco
Lentisco,
Lentisco,
Lentisco



Mirto
Mirto,
Mirto,
Mirto



Sandalo
Sandalo,
Sandalo,
Sandalo

FITOMEDICAL



info@fitomedical.com
www.fitomedical.com

GASTROkey®

OMEOSTAT

La chiave
del benessere...



equilibrio

REGOLAZIONE

armonia



...il tuo stomaco ringrazia!



Gastrokey® armonia ed equilibrio naturale delle funzioni gastriche.

Acidità, nausea, bruciori, senso di pesantezza e malessere dovuti a digestione lenta e difficile riducono la qualità della nostra vita.

Gastrokey omeostat® armonizza la funzionalità gastrica regolando l'attività degli organi coinvolti nel processo digestivo e ne ristabilisce il naturale equilibrio.

Questa sua specifica azione di **regolatore** lo rende particolarmente adatto per i diversi disturbi digestivi e ne fa una preziosa chiave di ritrovato benessere.

Per saperne di più: www.fitomedical.com

A base di:
Triphala, Scutellaria,
Zenzero, Liquirizia

 **FITOMEDICAL**
star bene è naturale

