

## LE PROPRIETA' DELLE NOSTRE ERBE OFFICINALI

*Qui di seguito potete trovare le indicazioni delle principali proprietà delle erbe e delle piante contenute nei nostri prodotti a base naturale*



### AGNOCASTO – VITEX AGNUS-CASTUS

I ricercatori hanno studiato per anni le proprietà dell'Agnocasto, dimostrando chiaramente un effetto "ormonale" sull'organismo. Infatti sembrerebbe sia inibire l'azione degli ormoni sessuali maschili, che avere un'azione sull'ipofisi nell'organismo femminile, regolando il ciclo estrale, e un'azione progestino-simile. L'Agnocasto, inoltre, grazie alla sua attività sull'ipofisi e i tessuti nervosi, regola l'attività neurochimica con effetti calmanti, ricostituenti, anti-stress e contro l'ansia, a cui si aggiunge la capacità di agevolare il sonno.



### ALGHE MARINE

Le Alghe marine sono usate con successo in cucina ed in erboristeria, contengono minerali e metalli in abbondanza. Queste piante marine sono state definite giustamente "concentrati di acqua di mare". Le alghe marine contengono inoltre numerose vitamine, fibre e omega 3. Infine sono ricche di clorofilla che favorisce il metabolismo del ferro e l'assorbimento del calcio, ha un'azione epatoprotettiva e di sostegno sulla funzionalità epatica e renale e possiede importanti attività antivirali, antibatteriche, antimicotiche e immunostimolanti. Tra le alghe ricordiamo per esempio il Fucus, ottimo contro l'acidità gastrica, efficace per abbassare i livelli di colesterolo, nel trattamento dell'ipotiroidismo e come stimolante del metabolismo basale. La Spirulina, ricca di proteine, aminoacidi essenziali e acidi grassi essenziali, è in grado di normalizzare i livelli di colesterolo nel sangue, partecipare alla formazione delle guaine mieliniche che rivestono i nervi e ottimizzare la funzionalità del sistema immunitario.



### ALOE VERA – ALOE VERA

Originaria dall'Africa, l'Aloe Vera ha due prerogative medicinali ben distinte: da una parte ha proprietà vulnerarie per le ferite, accelerando la guarigione e riducendo il rischio di infezione. La linfa, invece favorisce la digestione, stimolando la secrezione biliare e ha azione lassativa. Particolarmente ricca di mucillagini, ha un'azione lenitiva e protettiva utile in presenza di gastriti, coliti, esofagiti ecc. Possiede inoltre proprietà idratanti, antitumorali, immunostimolanti ed ipoglicemizzanti.



### ANICE- PIMPINELLA ANISUM

L'Anice verde è una pianta largamente utilizzata per le sue qualità aromatiche e salutari. I semi dell'Anice sono conosciuti per la loro capacità di ridurre la flatulenza e il gonfiore e aiutare la digestione; aumentano anche l'appetito grazie alla stimolazione della secrezione gastrica. L'azione antispastica ed espettorante dei semi di Anice la rende utile in caso di tosse, asma e bronchite.



### ARNICA – ARNICA MONTANA

Pianta aromatica perenne conosciuta e apprezzata nella medicina popolare già nel XVI secolo. Meglio conosciuta sotto forma di pomate, in realtà come diluizione omeopatica può essere anche assunta per via orale. Ha un'azione antinfiammatoria importante, stimola la



circolazione e aumenta la velocità di riassorbimento in caso di emorragie interne. L'Arnica possiede inoltre proprietà stimolanti ed eccitanti per il sistema nervoso, e svolge un'azione diuretica e anticatarrale.

### ARTIGLIO DEL DIAVOLO - HARPAGOPHYTUM PROCUMBENS



Il nome deriva dall'aspetto del suo frutto, duro e spinoso. I composti attivi più importanti, con azione analgesica e antinfiammatoria, appartengono alla classe dei glucosidi, in particolare: arpagoside, arpagide e procumbide. L'Artiglio del Diavolo è una pianta ampiamente utilizzata come rimedio naturale e recenti studi hanno messo in evidenza come sia in grado di svolgere un'azione antinfiammatoria paragonabile a quella del cortisone (viene infatti soprannominata "cortisone vegetale"), molto utile nella cura di dolori articolari, in caso di artrite reumatoide, reumatismi infiammatori, tendinite, contusioni, dolori alla schiena e rigidità articolare in generale. Inoltre l'Artiglio del Diavolo è molto efficace come antispasmodico e analgesico, alleviando e calmando il dolore in tutti i casi di affezioni artritiche e reumatiche. Svolge inoltre un'azione stimolante dell'attività del fegato e delle funzioni gastrointestinali.

### BOLDO – PEUMUS BOLDUS

Il Boldo è una delle piante che svolge una migliore azione sul fegato e sull'apparato digerente in generale. Grazie alla presenza dell'alcaloide "boldina", stimola le attività del fegato, fluidifica e aumenta le secrezioni biliari, attenua le congestioni e le coliche epatiche ed è particolarmente utile in caso di calcoli biliari, intossicazione e insufficienza epatica. Stimola inoltre l'appetito e facilita i processi digestivi, attenuando gli spasmi intestinali. L'olio essenziale del Boldo, inoltre, possiede proprietà stimolanti generali, diuretiche, disinfettanti e antinfiammatorie dell'apparato genito-urinario.



### CALENDULA - CALENDULA OFFICINALIS



La Calendula è una delle erbe più conosciute e versatili della medicina erboristica occidentale. Contiene alcuni principi attivi che hanno proprietà antimicotiche, antibatteriche e antivirali. E' soprannominata "l'erba della pelle" perché è estremamente utile nel trattamento dei problemi cutanei (tagli, ferite, infiammazioni, arrossamenti, micosi). Per via interna ha un'azione antinfiammatoria sull'apparato digerente, in caso di gastriti, ulcera, ileiti e coliti. E' anche un potente detossificante, in quanto aiuta ad eliminare le tossine e ha azione depurativa sul fegato.

### CAMOMILLA – CHAMOMILLA RECUTITA

Sebbene la Camomilla sia familiare a tutti, i vari usi medicinali non sono ben conosciuti. Il principale uso per cui è nota è per i problemi dell'apparato digerente, in quanto adatta a trattare disturbi quali: indigestione, acidità, gastrite, ulcera, coliti, flatulenza, meteorismo e coliche. Inoltre la Camomilla contiene spiroetero, principio ad azione spasmolitica molto intensa, in grado di rilassare i muscoli tesi e doloranti e attenuare l'irritabilità. Grazie alle proprietà antiallergiche è efficace anche contro l'asma.





### CANNELLA – CINNAMOMUM VERUM

Oltre ad essere una delle più importanti spezie al mondo, la Cannella è un'antica medicina erboristica conosciuta in Europa già dal 500 a.C. Secondo la tradizione veniva presa per il raffreddore, l'influenza e i problemi digestivi e ancora oggi viene usata per questi stessi motivi. Infatti possiede importanti azioni antivirali, stimolanti e "riscaldanti" per le patologie da "raffreddamento". Stimola la circolazione soprattutto a livello delle estremità; è un ottimo rimedio contro la nausea, il vomito e la diarrea. Efficace anche contro i dolori muscolari, viene usata spesso per trattare la debilitazione e la convalescenza.



### CARCIOFO – CYNARA SCOLYMUS



Il Carciofo è una preziosa pianta medicinale, la cui principale proprietà è un'azione benefica sul fegato in quanto lo protegge da tossine e infezioni (i flavonoidi e gli alcoli triterpenici infatti sono protettivi delle membrane del parenchima epatico e stimolano il metabolismo del fegato). Il Carciofo è in grado di diminuire l'azotemia stimolando la trasformazione epatica di molecole azotate imperfettamente elaborate dal fegato e poco diffusibili dal rene, in urea meno tossica e diffusibile attraverso il rene. Oltre alla funzione epatoprotettiva, è in grado di stimolare le secrezioni digestive, per cui il Carciofo risulta particolarmente utile nel trattamento di problemi di cattiva digestione, nausea, distensione addominale. Inoltre abbassa i livelli di colesterolo e di zuccheri nel sangue e ha anche azione diuretica.

### CARDO MARIANO – CARDUUS MARIANUS

Il Cardo Mariano è stato usato in Europa per migliaia di anni come rimedio per la depressione e i problemi di fegato. La recente ricerca ha confermato la conoscenza erboristica, dimostrando che l'erba ha una notevole capacità di proteggere il fegato e in particolare che la silimarina (un flavolignano), sostanza contenuta nei semi, previene il danno epatico dovuto all'azione di composti altamente tossici. I flavolignani stimolano la produzione di RNA e aumentano la sintesi enzimatica, favorendo la detossificazione dei composti tossici e la loro eliminazione; inoltre, legandosi alla membrana cellulare, riducono l'ingresso dei composti tossici nella cellula. Riducono le transaminasi in corso di epatopatie e sono utili in corso di sindrome epatorenale, favorendo l'eliminazione biliare e renale dei metaboliti tossici. Per questo oggi il Cardo rappresenta il principale rimedio usato dalla medicina erboristica per proteggere il fegato e le sue attività metaboliche, e in particolare è usato in caso di epatiti, itterizia, epatopatie iatrogene, epatopatie croniche e nelle condizioni di particolare stress per il fegato (ad esempio infezioni e trattamenti chemioterapici).



### CAROTA – DAUCUS CAROTA



Questo comune vegetale è anche un medicinale dalle grandi qualità depurative. Sostiene il fegato e stimola il flusso urinario (azione diuretica) e la rimozione di sostanze di scarto da parte dei reni; per questo è impiegata per contrastare le cistiti e per ridurre i calcoli già formati. La Carota inoltre contiene vitamine A e glutazione, un antiossidante molto potente che riesce a rafforzare le difese immunitarie. Possiede infine proprietà carminative, stimolando la funzionalità digestiva, e lenitive sull'apparato gastroenterico.



### CAVOLO – BRASSICA OLERACEA

Il Cavolo è ricco di vitamina A, B1, B2 e C. Oltre alle note funzioni antinfiammatorie e detergenti antisettiche sulle ferite quando utilizzato come impacco, se ingerite le foglie aiutano la digestione e la distruzione di tossine da parte del fegato (azione detossificante). Infine ha una potente azione antinfiammatoria ed è particolarmente indicato in caso di ascessi, cistiti, ulcere gastriche.

### CHINA - CINCHONA OFFICINALIS

La China è ben conosciuta come fonte di chinino che per secoli è stato il più potente antimalarico al mondo. Oltre a questa funzione il chinino è anche un potente antibatterico, stimola la salivazione, le secrezioni gastroenteriche e l'appetito, migliorando in generale la funzionalità digestiva. Grazie alla sua azione spasmolitica, trova utilizzo anche contro i crampi muscolari e allevia pure l'artrite.



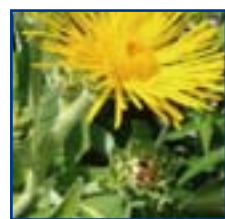
### CURCUMA – CURCUMA LONGA

Sebbene sia ben nota come spezia, il suo valore medicinale è poco conosciuto. Negli ultimi decenni la ricerca ha ampiamente confermato l'antico uso della Curcuma come trattamento per i problemi digestivi ed epatici e ha anche rivelato nuovi potenziali usi. Innanzitutto si tratta di un potente antinfiammatorio, con azione addirittura più potente dell'idrocortisone, particolarmente efficace in corso di artriti ma anche di altre patologie, quali asma ed eczemi. La curcumina, principio attivo contenuto nella Curcuma, ha una potente azione antibatterica e antiossidante, più forte ancora della vitamina E. Migliora l'azione del fegato, abbassa i livelli di colesterolo, ed è utile nei problemi digestivi quali gastrite e acidità (proteggendo la mucosa gastrica). Infine ha azione anticoagulante.



### ELEUTEROCOCCO – ELEUTHEROCOCCUS SENTICOSUS

L'Eleuterococco, o Ginseng Siberiano, è una pianta tonica con una vasta gamma di benefici per la salute. La ricerca ha dimostrato che stimola la resistenza allo stress e per questo viene utilizzato negli stati di sovraffaticamento, nella astenia, nelle convalescenze, nell'esaurimento psico-fisico, nella stanchezza, e quando è richiesta una maggiore capacità di rendimento nella attività sportiva o di concentrazione e di attenzione. L'Eleuterococco è anche conosciuto come "Ginseng delle donne", perché il tipo di principi attivi in esso contenuti sono più adatti all'organismo femminile. L'effetto tonico sarebbe legato all'azione sulle ghiandole adrenergiche e sessuali. Inoltre la pianta è ricca di polisaccaridi che le conferiscono proprietà immunomodulante, in quanto aumenta il numero dei linfociti T e rinforza l'attività dei globuli bianchi.



### ENULA – INULA HELENIUM

Apprezzata dai romani come medicina e come cibo, questa radice è stata a lungo considerata un delicato "riscaldante" utile per trattare la bronchite cronica e altri problemi respiratori. In particolare ha una spiccata azione espettorante (favorendo l'eliminazione del muco dai bronchi), calmante della tosse e antisettica. E' particolarmente utile nei pazienti debilitati e asmatici. L'Enula è anche considerata un tonico per la digestione, in quanto stimola l'appetito e allevia la dispepsia.

### **EQUISETO - EQUISETUM ARVENSE**

L'Equiseto o Coda Cavallina possiede molteplici proprietà medicinali: grazie al suo elevato contenuto di silice e sali di potassio svolge un'importante funzione remineralizzante per l'intero organismo. L'acido silicico che contiene contribuisce ad aumentare l'elasticità dei tessuti e partecipa alla ricostruzione dello scheletro, rendendosi così utile nella cura di fratture ossee, e svolgendo inoltre un'ottima azione cicatrizzante e antiemorragica in caso di emorragie di qualsiasi natura. Viene utilizzata in caso di problemi reumatici ed artrici. Inoltre è un efficacissimo diuretico e depurativo, ha azione astringente sul sistema genito-urinario (utile in caso di cistite, uretrite, prostatite). Possiede infine particolari proprietà emopoietiche, cioè è in grado di stimolare la produzione di globuli rossi e bianchi, assai utili in caso d'infezioni e malattie in corso.



### **EUCALIPTO - EUCALYPTUS GLOBULUS**



L'Eucalipto è un potente antisettico usato in tutto il mondo per alleviare tosse, raffreddore, mal di gola e altre infezioni. È stato ampiamente dimostrato che l'olio etero di Eucalipto possiede una potente azione antisettica e la capacità di dilatare i bronchioli polmonari. È inoltre un forte espettorante, utile in corso di bronchiti e polmoniti. Applicato per via topica ha azione riscaldante, leggermente anestetica e analgesica; per queste proprietà viene utilizzato anche in presenza di dolori articolari, reumatici, rigidità, nevralgie e in alcune infezioni batteriche cutanee.

### **FIENO GRECO - TRIGONELLA FOENUM-GRÆCUM**

Rimedio molto utilizzato in medicina erboristica in quanto ideale per un'ampia gamma di condizioni. Le mucillagini contenute nel Fieno Greco posseggono proprietà antinfiammatorie e perciò sono indicate in presenza di irritazioni a carico delle mucose del sistema gastroenterico e di quello respiratorio. In particolare, sono in grado di decongestionare i tessuti di bronchi e polmoni in caso di tosse, e di sfiammare la mucosa dell'intestino in presenza di colite o stitichezza, oltre ad avere un'azione lassativa di tipo meccanico. I semi, particolarmente nutrienti, vengono utilizzati in corso di convalescenza per la loro azione tonico-ricostituente e per favorire l'aumento ponderale in caso di anoressia, in quanto determinano un aumento dell'appetito. L'effetto calmante dei semi li rende utili nel trattamento di gastriti e ulcere gastriche; posseggono inoltre azione antidiabetica e riducono i livelli di colesterolo nel sangue.



### **FINOCCHIO - FOENICULUM VULGARE**



Il Finocchio selvatico è una delle erbe da più tempo conosciute; per secoli è stato utilizzato a scopo prevalentemente alimentare e solo in seguito si apprezzarono le sue proprietà curative. Il Finocchio è una pianta dalle innumerevoli proprietà terapeutiche, con una particolare azione antispasmodica, diuretica, digestiva ed espettorante. Evita infatti l'accumularsi di liquidi e stimola l'appetito in casi di anoressia e inappetenza. È ottimo come digestivo ed efficace nella cura di coliche e meteorismo, contribuendo a diminuire i gas gastrici e intestinali.



### **FUMARIA - FUMARIA OFFICINALIS**

La Fumaria è conosciuta soprattutto per il suo utilizzo in corso di affezioni dermatologiche (eczema, seborrea, dermatiti, dermatosi allergiche, psoriasi). Tuttavia possiede altre proprietà legate alla sua azione colagoga-coleretica, per cui è efficace in caso di spasmi, infiammazioni e coliche biliari. Ha azione epatoprotettrice ed è utile in corso di intossicazioni epatiche e insufficienza epatobiliare. Grazie alla sua azione carminativa e anti fermentativa, è efficace in presenza di spasmi gastrici, dispepsie, meteorismo. Grazie alla sua azione diuretica è anche un depurativo.

### **GENZIANA - GENTIANA LUTEA**

I principi amari contenuti nella Genziana stimolano particolari recettori della lingua determinando un incremento della produzione di saliva e di secrezioni gastriche, stimolando così l'appetito. Inoltre induce effetti benefici generali sul sistema digerente: allevia la flatulenza, i problemi di digestione e migliora l'assorbimento intestinale dei nutrienti. Stimola inoltre la funzionalità epatica e la produzione e l'attività dei linfociti circolanti aumentando l'efficienza del sistema immunitario.



### **GINKGO - GINKGO BILOBA**



Benché impiegato da tempo nella nativa Cina, le proprietà terapeutiche del Ginkgo sono state studiate solo di recente. La ricerca ha dimostrato la sua importante efficacia nel migliorare la circolazione cerebrale insufficiente, nell'aiutare la concentrazione e la memoria, per la prevenzione dell'ictus e nel supportare i casi di demenza senile. Inoltre possiede proprietà antinfiammatorie ed è in grado di inibire il Fattore Attivante le Piastine, responsabile della coagulazione sanguigna con formazione di trombi, ed è un mediatore dell'infiammazione e dei fenomeni allergici.

### **GINSENG - PANAX GINSENG**

Il Ginseng è la più famosa tra le erbe cinesi. È apprezzata per i suoi notevoli effetti benefici da oltre 7000 anni ma negli ultimi decenni è stato studiato in modo approfondito. La sua notevole capacità adattogena, di grande aiuto per l'organismo in situazioni di stress e stanchezza, è stata scientificamente provata; questo effetto è dato dai ginsenoidi, simili per struttura agli ormoni anti-stress. Inoltre il Ginseng migliora la funzionalità immunitaria, incrementando la resistenza alle infezioni, e migliora la funzionalità epatica. Ha attività di regolazione sugli ormoni sessuali.



### **IGNATIA AMARA - STRYCHNOS IGNATIA**

L'Ignatia Amara è un rimedio omeopatico ottenuto a partire dalla tintura madre di Strychnos Ignatia o Fava di Sant'Ignazio. Di questa pianta si utilizzano i semi per ottenere l'estratto, ricchi di alcaloidi come la stricnina e la brucina. È stato dimostrato sperimentalmente che l'Ignatia è in grado di controllare l'umore mutevole, caratterizzato da fasi di eccitamento e depressione, l'emotività, le frustrazioni, l'iperalgia e l'iperestesia. Viene utilizzata in caso di instabilità emotiva, carattere variabile, ipersensibilità allo stress e stati di ansia.



### LIQUIRIZIA – GLYCYRRHIZA GLABRA

La Liquerizia è una delle più valide medicine erboristiche, tra le più usate della medicina europea e utilizzata da diverse migliaia di anni. È un potente antinfiammatorio, grazie alla presenza dell'acido glicirretico che ha azione simile all'idrocortisone. È efficace nelle condizioni più svariate: problemi dell'apparato digerente (afte orali, gastriti, ulcere peptiche, acidità gastrica), dell'apparato respiratorio (bronchiti, asma), dell'apparato locomotore (infiammazioni articolari) e problemi cutanei. È efficace nel trattamento di problemi di epatite e cirrosi epatica. La liquerizia stimola la produzione di uno spesso strato di muco protettivo per la mucosa gastrica. La ricerca ha dimostrato inoltre che la Liquerizia è in grado di stimolare le ghiandole surrenali e ridurre il catabolismo degli steroidi da parte di fegato e rene e rappresenta un valido supporto nella terapia del morbo di Addison.



### MILLEFOGLIO – ACHILLEA MILLEFOLIUM



L'Achillea è una pianta erbacea modesta, ma che nasconde grandi qualità; comunemente è conosciuta anche con il nome di "Millefoglio", ma per le sue particolari proprietà antiemorragiche e cicatrizzanti è stata spesso denominata come "Sanguinella" e "Erba dei tagli". L'Achillea possiede ottime proprietà ipotensive, diuretiche e antisettiche; associata ad altre piante è un buon rimedio per la cura del raffreddore e dell'influenza. Svolge un'efficace azione emostatica e cicatrizzante e viene utilizzata in caso di emorragie e disordini circolatori. Favorisce infine la digestione e stimola l'appetito, oltre ad avere un'azione antispasmodica.

### MIRTILLO – VACCINIUM MYRTILLUS

I Mirtilli sono dei frutti di bosco tra i più apprezzati non soltanto per il loro sapore, ma anche per le proprietà curative di cui dispongono questi gustosi rimedi naturali. Una delle applicazioni più note delle proprietà curative offerte dai mirtilli è quella che interessa la salute del sistema circolatorio; infatti il Mirtillo possiede buone proprietà protettive dei vasi sanguigni, agisce come antiemorragico, favorisce la circolazione nei distretti periferici. Grazie alle sue proprietà antibiotiche e antinfettive, è ottimo in corso di infezioni delle vie urinarie; possiede inoltre attività diuretica.



### OLMARIA – SPIREA ULMARIA



La Spirea Ulmaria o Olmaria o Regina dei Prati, ha varie proprietà benefiche; al suo interno contiene buone concentrazioni di salicilati, sostanze derivanti dall'acido salicilico, dotate di effetti analgesici, antipiretici ed antinfiammatori. La Spirea viene quindi consigliata per alleviare dolori di lieve e media entità e di qualsiasi origine; in particolare, si sottolinea la sua attività antireumatica e la sua efficacia in corso di processi artrosici. Oltre ad alleviare il dolore, facilita inoltre la scomparsa dei versamenti articolari. Possiede anche proprietà diuretiche e depurative, antispasmodiche e astringenti.

### OLMO – ULMUS RUBRA



La corteccia dell'Olmo Rosso Canadese è un rimedio delicato ed efficace per gli stati di irritazione delle mucose delle vie respiratorie, urinarie e gastro-intestinali. La mucillagine in essa contenuta, infatti, riveste il tessuto irritato, lo protegge dai danni e allontana le tossine irritanti. Inoltre riesce essa stessa a provocare la produzione di muco a livello dell'apparato urinario. L'Olmo è inoltre eccellente negli stati di convalescenza e debilitazione, grazie alla sua azione nutriente, calmante e alla sua capacità di favorire la digestione. Ha azione lenitiva e porta immediato sollievo in presenza di acidità gastrica, diarrea e gastroenteriti. Aiuta ad alleviare situazioni quali: coliche, infiammazione intestinale e stipsi. È efficace in corso di problemi urinari quali la cistite cronica; ha azione anche sui problemi respiratori con effetto calmante su tosse, bronchiti e pleuriti.

### ORIGANO – ORIGANUM VULGARE

L'Origano è tra le piante aromatiche più conosciute nel Mediterraneo. L'olio volatile che contiene comprende il carvacrolo, sostanza in grado di attivare l'HSP (heat shock proteins – proteine dello stress), un sistema antinfiammatorio naturale presente nel nostro corpo in grado di aumentare la resistenza cellulare allo stress. Le forti proprietà antibatteriche, antivirali, antimicotiche e antiparassitarie dell'Origano sono ben conosciute. Oltre alle proprietà antinfiammatorie e antisettiche possiede proprietà analgesiche, antispasmodiche e toniche sul sistema nervoso.



### PINO SILVESTRE – PINUS SILVESTRIS



Il Pino Silvestre contiene principi attivi che gli conferiscono ottime proprietà medicinali; innanzitutto esercitano un'azione benefica e salutare a livello dell'apparato respiratorio e di quello urinario. Le foglie di pino, infatti, hanno un effetto antisettico sulle vie respiratorie, ma possono essere utilizzate anche per problemi artrici e reumatici. L'olio essenziale ottenuto dalle foglie può essere utilizzato contro l'asma, la bronchite e altre infezioni respiratorie, favorendo la respirazione; inoltre è utile in corso di alterazioni digestive. Possiede infine proprietà diuretiche ed è efficace contro le infezioni vescicali.

### RAFANO – ARMORACIA RUSTICANA

Questa pianta viene ampiamente coltivata per utilizzarne la radice, la quale contiene la sanigrina, una sostanza antibiotica. Per la maggior parte della sua storia è stata usata come erba diuretica. Oggi è sottovalutata, ma in realtà possiede diverse proprietà. È un forte stimolante della digestione, aumentando le secrezioni gastriche e l'appetito. È un buon diuretico e favorisce la traspirazione, per cui è particolarmente utile in caso di febbri, raffreddori e influenze. Inoltre grazie alla sua azione espettorante e alle proprietà antibiotiche, è utile in caso di infezioni dell'apparato respiratorio e urinario.



## RIBES NERO - RIBES NIGRUM

Grazie ai flavonoidi contenuti nelle bacche, che si oppongono alla liberazione di sostanze pro-flogogene e che migliorano il microcircolo, il Ribes ha azione antinfiammatoria sia per i processi acuti che cronici, con diminuzione dei macrofagi e di altre cellule infiammatorie. Inoltre l'effetto antiallergico-antinfiammatorio è dovuto all'azione diretta sulle catene enzimatiche che producono i prostanoidei, oltre alla capacità del Ribes di stimolare il rilascio, da parte delle surrenali, di corticosteroidi. In particolare è utilizzato in presenza di infiammazioni a carico dell'apparato locomotore ma anche dell'apparato respiratorio, digestivo ed urinario. Le bacche inoltre sono ricche di vitamina C e aiutano ad aumentare le difese immunitarie con un aumento della resistenza alle infezioni. Le foglie sono dotate di attività diuretica e antireumatica.



## ROSMARINO – ROSMARINUS OFFICINALIS

Il Rosmarino è una pianta molto conosciuta e apprezzata, usata fin dall'antichità per migliorare e rafforzare la memoria. Ha un'antica reputazione come erba tonica, rinforzante e riscaldante, stimolando la circolazione; inoltre stimola le ghiandole surrenali e aiuta il recupero da situazioni di stress di lunga durata e malattie croniche. Aiuta nei casi di astenia dovuta a cattiva circolazione e digestione. Ha un'importante azione sul sistema nervoso, tanto che viene utilizzata nel trattamento dell'epilessia e della depressione. Ha azione antinfiammatoria, analgesica e antispasmodica.

## SALICE BIANCO – SALIX ALBA

Famoso come fonte principale dell'acido salicilico, il Salice Bianco è utilizzato da migliaia di anni per alleviare i dolori articolari e gli stati febbrili. L'acido salicilico infatti possiede le stesse azioni analgesiche e antinfiammatorie dell'aspirina: inibisce la formazione di prostaglandine, allevia il dolore e abbassa la febbre. A differenza dell'aspirina, però, non fluidifica il sangue e non irrita la mucosa gastrica. Il Salice Bianco è astringente ed è un ottimo rimedio per il dolore artritico e reumatico a livello di articolazioni e schiena.



## SOIA – GLYCINE MAX

Alimento principale in gran parte dell'Asia, è diventata ormai diffusa in tutto il mondo. È un ottimo epatoprotettore e trova utilizzo in caso di epatiti, intossicazione epatica ed insufficienza epatobiliare. Svolge un'azione digestiva e lassativa grazie all'elevato contenuto di fibre che determinano l'incremento del volume della massa fecale, l'incremento del contenuto di acqua nelle feci, l'accelerazione del transito intestinale, l'aumento della tolleranza allo zucchero e l'aumento della sensibilità all'insulina. La Soia riduce sperimentalmente il rischio della proliferazione tumorale dimostrandosi utile nella prevenzione clinica di patologie neoplastiche.



## TARASSACO - TARAXACUM OFFICINALE

Conosciuto anche come Malerba o Dente di Leone, il Tarassaco ha una sorprendente gamma di effetti benefici. La ricerca scientifica ha confermato che le foglie sono un potente diuretico e, a differenza di molti diuretici convenzionali, non determinano una perdita di potassio in quanto ne sono ricche. Per questa proprietà viene utilizzato anche in caso di ipertensione. La radice del Tarassaco, invece, è una delle più importanti erbe detossicanti, svolgendo un'importante azione depurativa sul fegato e stimolando la produzione di bile. Pur agendo principalmente sul fegato, aiutando l'eliminazione dei prodotti di rifiuto, stimola anche i reni favorendo l'eliminazione delle tossine. Apporta moltissimi benefici su molti disturbi tra cui: stipsi, problemi cutanei, patologie artritiche, calcoli biliari.



## TIMO – THYMUS VULGARIS

Il Timo è una delle erbe aromatiche tra le più note e maggiormente usate a scopo alimentare. Il Timo è utilizzato nella cura di una vasta gamma di disturbi, in particolare a carico dell'apparato respiratorio, in quanto svolge un'efficace azione antisettica, balsamica ed espettorante. In questo modo disinfetta l'intero apparato respiratorio, facilita l'espulsione del catarro da bronchi e polmoni e combatte le malattie da raffreddamento. È utile per calmare gli attacchi di tosse e asma. Possiede preziose proprietà toniche digestive e depurative che si rilevano particolarmente efficaci nella cura e nel trattamento di fermentazioni e infezioni gastrointestinali, normalizzando i processi digestivi, stimolando l'appetito e favorendo il funzionamento del fegato. In presenza d'infezione sembra inoltre in grado di stimolare la produzione di globuli bianchi.

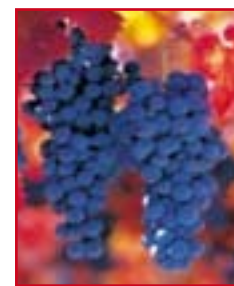


## VERGA D'ORO – SOLIDAGO VIRGA-AUREA

Antiossidante, antisettica, diuretica e astringente, la Verga d'Oro è un rimedio utile per i problemi urinari, dalla cistite alla nefrite. Inoltre è utile per eliminare i calcoli biliari e renali. Le saponine della Verga d'Oro agiscono in modo specifico contro la candida, inoltre sono attive contro il catarro e la diarrea.

## VIOLA TRICOLORE - VIOLA TRICOLOR

Nella medicina erboristica occidentale, la Viola è usata come piante purificanti e come depurativo drenante. Ha azione diuretica e antisettica particolarmente utile in caso di infezioni osteoarticolari. Ricca di vitamina C, ha proprietà antiossidanti e antinfiammatorie.



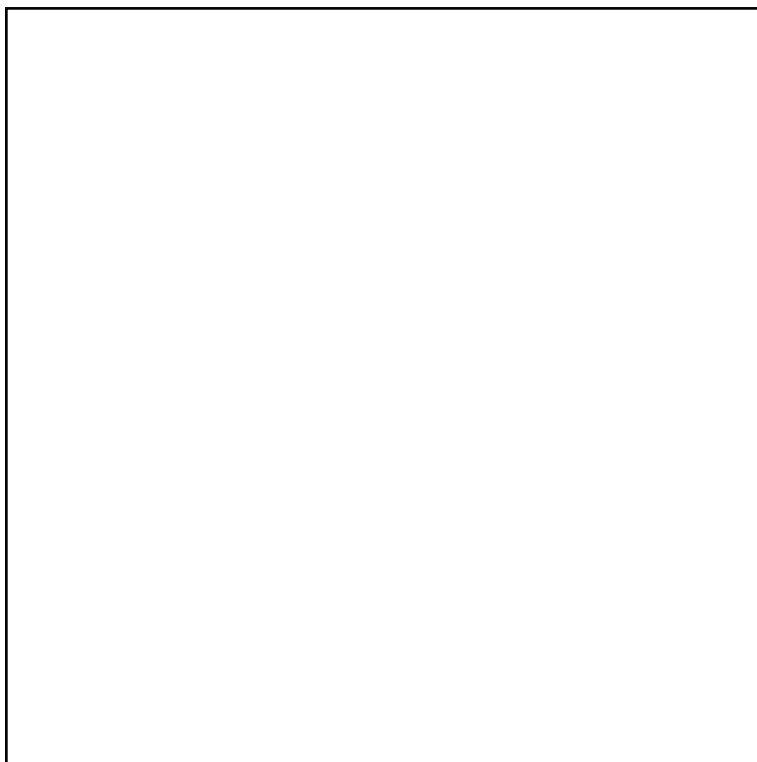
## VITE – VITIS VINIFERA

Molti non sanno che le proprietà terapeutiche della Vite non si esauriscono solo con l'uva, ma anche le foglie e i viticci svolgono un'azione benefica e curativa. Le foglie hanno proprietà astringenti e antinfiammatorie e sono adatte a combattere numerosi disturbi della circolazione (fragilità capillari, emorragie). I viticci sono considerati un ottimo depurativo del sangue, particolarmente utile nel trattamento dell'artrosi e della gotta. L'uva è rinfrescante e dissetante, possiede un elevato valore nutritivo tale da essere considerata un alimento completo, è molto utile per cure depurative e disintossicanti in soggetti convalescenti e con problemi del tratto gastrointestinale ed epatici; stimola l'appetito, facilita i processi digestivi e migliora la diuresi.



## ZENZERO – ZINGIBER OFFICINALE

Conosciuto come una spezia aromatica, lo Zenzero è anche una delle principali medicine al mondo. È un rimedio eccellente per molti disturbi gastrici, come dispepsia, nausea, flatulenza e coliche. Le sue qualità antisettiche lo rendono inoltre di estremo beneficio nelle infezioni gastro-intestinali. Lo Zenzero stimola la circolazione, favorendo l'innalzamento della pressione; ha proprietà anti-tussigene con azione calmante su tosse, raffreddore e altri problemi respiratori.



---

**Chifa Srl**

Via Verdi, 84 - 21021 Angera (VA)  
Tel. 0331 932014 - Fax 0331 932510  
chifasrl@tiscali.it - [www.chifa.it](http://www.chifa.it)