

## LE GASTRITI

Il motivo principale per cui le gastriti sono in aumento è perché viviamo in un ambiente sempre di più teso, in cui lo stress è il life motiv del quotidiano, dove vivere tranquilli, in un ambiente armonioso diventa sempre di più una chimera, per le mille situazioni che richiedono risposte adeguate al contesto attuale, e l'infiammazione cronica (inflammaging) diventa la conseguenza diretta dal punto di vista degli stimoli ambientali come fattore di rischio sia dal punto di vista della morbilità che della mortalità. La fitoterapia, l'omeopatia, l'omotossicologia, i Sali di Schussler consentono una risposta efficace a quelle che sono le varie forme di gastrite, chiaramente valutando la necessità di masticare il più a lungo possibile il cibo per partire correttamente nel nostro processo digestivo e quindi intervenendo dal punto di vista olistico. Tra i duemilacinquecento rimedi che si possono utilizzare uno dei più usati soprattutto nelle gastriti atoniche è l'**Acorus Calamus** in TM è consigliabile utilizzare il rizoma essiccato della varietà americana pressoché priva di beta Asarone, contiene oli essenziali come derivati mono e sesquiterpenici e derivati fenilpropanici, l'acorina che è una sostanza amara e tannini, mucillagine, amido a piccoli granuli e colina. Ha un buon sapore amarognolo è nota la sua funzione eupeptica e carminativa cioè favorisce la digestione cioè la secrezione degli enzimi digestivi, inoltre nota è la sua azione diuretica e diaforetica cioè che favorisce la sudorazione. Ha una azione simile a quella di un procinetico, si consigliano 30 gocce prima dei tre pasti e si può utilizzare per un periodo massimo di tre mesi. E' utile anche nelle situazioni di ipoacidità gastrica. Non si deve utilizzare quando si assumono già farmaci sedativi e antidepressivi per un possibile effetto di potenziamento. Altro fitofarmaco utile nella dispepsia fermentativa è l'**Angelica Archangelica** var. sativa TM che viene utilizzata anche nell'inappetenza e è indicata nelle persone che mangiano poco. Contiene furanocumarine, idrossicumerine, oli essenziali e acido caffeico e acido clorogenico. Le furanocumarine si sono dimostrate le responsabili della fototossicità della pianta. E' un buon antispasmodico che interviene favorevolmente quando il fattore nervoso risulta per la persona alla base del disturbo funzionale. La posologia di 30 gocce tre volte al giorno non deve essere superata. Avendo una azione foto sensibilizzante sarà bene nei giorni di vacanza evitare l'esposizione prolungata al sole e ai raggi UV. E' sconsigliato l'uso in gravidanza e sono segnalate interazioni con i farmaci anticoagulanti. Molto Utile nelle gastriti ipocloridriche è l'**Artemisia absinthium**, ricco nei costituenti principali di tuione come olio essenziale, di lattoni sesquiterpenici, flavonoidi, omoditerpeni perossidi e sostanze amare come l'absintina. Proprio l'absintina stimola eccitando le terminazioni nervose della mucosa orale e così stimolando per via riflessa la mucosa gastrica, la secrezione di succo gastrico in quanto induce l'aumento della secrezione cloropeptica. Somministrato mezz'ora prima dei pasti svolge appieno la sua azione amaro-tonica stimolando l'appetito e facilitando la digestione. Utile nella atonia digestiva e nell'anoressia in particolare in persone anemiche e nelle convalescenze da malattie debilitanti. La pianta non va utilizzata nelle donne in gravidanza e durante l'allattamento, nei bambini e nelle persone sensibili alle Asteracee. L'uso è controindicato nelle

gastriti nell'ulcera gastrica e duodenale, nelle ostruzioni delle vie biliari e nelle malattie epatiche e in chi usa farmaci psicostimolanti per un possibile potenziamento degli stessi. L'olio essenziale Tuione inibendo il metabolismo ossidativo a livello cerebrale ha una azione convulsivante. In Tintura Madre si usa venti gocce due volte al giorno mezzora prima dei pasti principali. Altro eupeptico è poi la **Gentiana lutea** controindicata, come la Artemisia, nelle gastriti, nelle ulcera gastrica e duodenale responsabile del sapore amaro è la gentiopicroside, l'amarogentoside, la sveroside e la sverziamarina. Anche la Gentiana deve essere somministrata mezzora prima dei pasti e sorvegliata lungamente ha anche un'azione tonico-corroborante. Come posologia si possono usare trenta gocce mezzora prima dei pasti. Della Gentiana si utilizza la radice. È proprio il rimedio della dispepsia di origine non gastrica ma epatica. Ora trattiamo di un gemmoterapico: **Ficus Carica** che serve per regolarizzare le motilità e la secrezione gastrica, come azione principale viene utilizzata soprattutto nelle manifestazioni psicosomatiche in cui la è interessata sfera digestiva. Agisce manifestando una azione a livello dell'asse cortico-diencefalico e è quindi un neuro regolatore, regolarizzando la motilità e la secrezione gastrica e così normalizzando, è molto efficace nella gastrite "nervosa" o nelle somatizzazioni gastriche di chi sente tutto nello stomaco. Presentando una azione ansiolitica e quindi diminuendo la componente ansiosa a livello gastrico può aiutare a regolarizzare l'appetito. E' molto utilizzata nei bambini data la sua maneggevolezza. Come posologia si possono arrivare a somministrare fino a cinquanta gocce tre volte al dì sempre prima dei pasti.

La **Robinia Pseudo-Acacia** rimedio omeopatico viene utilizzata alla 5 o 7 CH tre granuli prima dei pasti, nelle gastralgie con ipercloridria notturna e nelle pirosi. E' bene ricordare che le difficoltà digestive spesso sono legate a errate combinazioni alimentari che andranno a essere modificate opportunamente, riducendo proteine, grassi e zuccheri raffinati e introducendo cereali completi e verdure crude del luogo, di stagione.

Quando è presente salivazione abbondante eruttazioni, non sempre con nausea e vomito e bruciori di tutto il tubo digerente con peggioramento con il movimento si usa **Iris versicolor** alla 5CH, 7CH tre granuli due o tre volte al giorno. Nell'Iris ci sono tracce di oli essenziali, una resina contenente un fitosterolo e alcol miricilico.

La **Nux Vomica** è indicata nelle sindromi digestive caratterizzate soprattutto da sonnolenza postprandiale lingua con patina bianco giallastra e la presenza di emorroidi pruriginose migliorate con abluzioni fredde e anche in presenza di eccessi di cibi e di alcolici. Si utilizza alla 5 CH due volte al dì tre granuli o anche alla 7 o 9CH quando ci sono segni più generali. Nella Nux vomica ci sono presenti alcaloidi, quali la stricnina e la brucina, oltre a tracce di alcaloidi minori, quali la vomicina e la novacina, oltre a sostanze come minerali, oli e glucidi.