

## PREVENZIONE INVERNALE

Ci sono molte metodiche che permettono di fare prevenzione alle malattie da raffreddamento, quei classici fastidi stagionali e lo scopo di tutte è quello di innalzare le difese immunitarie sia utilizzando fitoterapici, sia utilizzando rimedi omeopatici e omotossicologici che Sali di Schuessler e tutto questo quando una alimentazione "sana" non è sufficiente. Vedremo in questo articolo di tratteggiarne alcuni. Lo scopo della prevenzione è quello di ricorrere nel periodo invernale il meno possibile all'uso dei farmaci antinfluenzali classici, dal paracetamolo fino a arrivare agli antibiotici che dovrebbero venire usati solo nel caso ci fossero delle complicanze e che non tutti possono usufruire e che si dovrebbero usufruire con le dovute cautele, come per i soggetti che hanno una carenza dell'Enzima glucosio-6-fosfato deidrogenasi o di quelli che hanno resistenze agli antibiotici a esempio all'Amoxicillina. In questo articolo tratteremo anche dei vaccini. Scrive la Dr.ssa Maria Luisa Di Pietro in "bioetica e infanzia" Ed. Dehoniane Bologna: "La vaccinazione è un vero e proprio atto medico, la cui correttezza etica deve essere valutata secondo i criteri di qualsiasi atto medico, e in base al rapporto rischio/beneficio e del consenso informato. L'applicazione di entrambi i criteri, nel caso di un minore, specie se è un piccolo minore, è molto difficile". ... "Le evidenze scientifiche porterebbero a ridimensionare il rischio conseguente alle vaccinazioni ...". " I movimenti anti-vaccinazione hanno avuto comunque il merito di obbligare la comunità scientifica e le autorità sanitarie ... a non praticare vaccinazioni inutili in un determinato ambiente a escludere con maggior cura i soggetti a rischio per eventi avversi da vaccini".

Dopo questa premessa necessaria ora parleremo dei fitofarmaci che si possono usare in prevenzione: Uncaria e Echinacea in Tintura madre. La parte dell'Uncaria che viene usata è la corteccia per la preparazione della Tintura madre. E' un ottima alternativa all'Echinacea in gocce come prevenzione delle malattie invernali e è molto facile da usare: non avendo alcuna interferenza farmacologica non bisogna aver alcun riguardo particolare con chi usa gli anticoagulanti e non ci sono problemi con l'eventuale esposizione al sole delle nostre latitudini. La posologia è di cinquanta gocce la mattina, per una persona del peso di settanta chilogrammi, da utilizzare da ottobre fino a novembre per un primo ciclo e da gennaio a febbraio per il secondo ciclo. La sua attività è dovuta agli alcaloidi pentaciclici di cui è stata evidenziata la potente azione immunostimolante, la frazione glicosidica in particolare quelli dell'acido quinovico mostrano importanti attività antinfiammatoria e antivirali. La stimolazione aspecifica del sistema immunitario si traduce in un sostanziale aumento dell'attività fagocitaria dei macrofagi del sistema reticolo endoteliale e dei granulociti neutrofili e in un aumento della reattività delle cellule del sistema immunitario nei confronti di antigeni, diversi virus e batteri. In Germania e Austria estratti standardizzati di Uncaria vengono venduti, dietro prescrizione medica, per stimolare la funzione immunitaria in persone ammalate di cancro.

E ora parliamo di Echinacea in Tintura madre: molte sono le varietà dell'Echinacea che vengono utilizzate per la preparazione delle gocce, quella più comunemente utilizzata è la Echinacea Angustifolia che è un genere di Asteraceae proveniente dal Nord America. La parte della pianta che si usa sono le radici e l'attività principale è immunobiologica

perché porta a un aumento delle difese organiche, con l'attivazione della fagocitosi e la liberazione di citochine e di altri fattori. L'Echinacea si può usare per quindici giorni al mese per massimo tre cicli nel periodo invernale da Novembre a Gennaio, in Tintura madre si usano da trenta a cinquanta gocce al giorno al mattino, oppure in estratto secco una capsula al giorno a digiuno per tre cicli. Si usano per due settimane al mese perché così rimane immunostimolante e non diventa eventualmente immunosoppressore. L'uso dell'Echinacea è controindicato in concomitanza di malattie sistemiche progressive quali collagenopatie, leucosi, sclerosi multipla, tubercolosi, HIV e altre malattie autoimmuni e è controindicato in chi fa uso di farmaci epatotossici quali steroidi anabolizzanti, amiodarone, metotrexato, chetoconazolo ... e deve essere usato con cautela nei pazienti con epatopatie. Il suo uso non è controindicato in gravidanza e in allattamento.

Altra pianta utilizzata nella prevenzione delle malattie da raffreddamento è la Tabebuja barbata. Anche questa è una pianta sudamericana, è usata la corteccia. Contiene circa 18 chinoni, antrachinoni e naftochinoni, il più importante è il lapaciolo e i suoi derivati, contiene inoltre quercitina. Ha una attività inibitrice verso i gram positivi, i gram negativi e i miceti. Tale proprietà è dovuta al lapaciolo e soprattutto al beta lapacione. Possiede un'attività antivirale poiché esiste la necessità di inibire alcuni processi enzimatici necessari alla moltiplicazione dei virus e tale attività è stata dimostrata nell'influenza, nell'Herpes, nella stomatite vescicolare della polio. Le dosi consigliate sono 50 gocce due volte al giorno a digiuno prima dei pasti.

Ora parliamo dell'Astragalo di cui si usa la radice e che è usata per ridurre la gravità e la durata delle infezioni virali, stimola il sistema immunitario, attivando la fagocitosi dei monociti e dei macrofagi, aumentando l'interferone e l'attività delle cellule natural killer, migliorando l'attività dei linfociti T e potenziando altri meccanismi. Il suo uso ideale sarebbe nella profilassi delle infezioni e in caso di infezioni virali croniche con debilitazione sudorazione spontanea.

Nella prevenzione delle patologie invernali viene utilizzato anche un prodotto il Citomix che è una miscela di interleuchine IL4 - IL 1-beta - IL2 - IL6, Interferone gamma, di organoterapici: Vasa lymphatica suis ; Medulla ossis suis, Glandula thymi suis e di fitoterapici come il Vaccinium viti, l'Ananassa sativa e la Centella asiatica, normalmente questo farmaco viene utilizzato abbinato a un altro prodotto Engystol la cui composizione Sulfur e Vincetoxicum Hirundinaria ha la caratteristica di far aumentare la fagocitosi e quindi per le caratteristiche di Sulfur di buttar fuori dall'organismo i cataboliti che intossicano l'organismo. Nell'abbinare questi due prodotti per una prevenzione delle patologie invernali la posologia sarà di tre granuli di Citomix alla sera e una compressa di Engystol al mattino utilizzandoli solo quando la temperatura corporea sarà normale o non superiore ai 38° perché Engystol può provocare, in questo caso, vicariazione con conseguente iperpiressia, cioè la temperatura corporea improvvisamente supera i 40,5°. Per la prevenzione invernale si usa questo schema Engystol con Citomix per quaranta giorni partendo da Ottobre e eventualmente altri dieci giorni a metà Gennaio per riportare le nostre difese al top. Altro rimedio che può essere usato in prevenzione è Omeogrifi che è a base di autolisato di Anas Barbariae, Aconitum, Echinacea, Vincetoxicum, Cuprum, Belladonna, Influenzinum tutti in diluizione omeopatica; come prevenzione si usa un tubo dose alla settimana partendo dai Novembre fino agli inizi di Febbraio. Questo prodotto lo si può usare anche come sintomatico con la posologia di un tubo dose ogni otto ore al

sorgere della sintomatologia influenzale.

Altro rimedio Fito-omeopatico è Munostim a base di Echinacea in Tintura madre e Thuya, Propoli, Eleuterococco e Uncaria Tomentosa in diluizione omeopatica si usa tutti i giorni a partire dai primi freddi fino a Febbraio cinque granuli tre volte al giorno, a bocca pulita ideale dai primi mesi di vita. Munostim è un attivatore del sistema immunitario, può essere utilizzato per la prevenzione delle patologie stagionali. Un prodotto che deriva dai Sali di Schuessler e che è efficace nella prevenzione dell'influenza è Immunplus a base di: Silica che agisce come modulante immunologico, Magnesium Phosphoricum che ha una azione simpaticolitica e Natrum Muriaticum che ha una azione osmotica mineralizzante, vagotonica e simpaticolitica. La posologia per il lattante è di un granulo orosolubile tre volte al giorno per tutto il periodo autunnale/invernale mentre per i bambini si somministrano tre granuli due/tre volte al giorno e per gli adulti quattro granuli due/tre volte die.

Molte sono le altre piante che hanno un razionale nella prevenzione e tra queste vorremmo accennare alla Andrographis Paniculata e al Sambucus Niger. Altra modalità, poco usata, di schema preventivo dei problemi invernali, dovuti alle malattie da raffreddamento, è utilizzare Dolisobios 15 un tubo dose alla settimana per cinque settimane e poi l'autolisato di Anas Barbariae, un tubo dose la settimana fino al termine del periodo freddo iniziando a Ottobre. Dolisobios 15 è un immunostimolante aspecifico a base di Organo terapeutici come Thimuline e Muquese Rhino Pharyngea in diluizione omeopatica e rimedi omeopatici come Aconitum, Mercurius Solubilis, Silicea e Calcarea Sulfurica.

E da ultimo vorremmo ricordare due gemmoderivati utilizzati per la prevenzione e sono il Ribes Nigrum e la Rosa Canina. In ambito pediatrico si inizierà la somministrazione dei gemmoderivati dopo i due anni d'età per la presenza di alcool e glicerina. I due gemmoderivati si usano insieme a Abies Pectinata in cicli di venti giorni a mese prima dei pasti con un po' d'acqua per almeno tre cicli. Le gemme di Abies presentano un organotropismo elettivo nei confronti del tessuto linfatico, equilibrandone la funzionalità mentre le gemme di Ribes stimolano la corteccia surrenalica, innalzando la resistenza fisica contro gli stress ambientali perché conseguono come risultato un aumento del cortisolo ematico e infine abbiamo la Rosa Canina, che ha un organotropismo sul sistema reticolo-endoteliale, aiutando alla ricostruzione delle difese immunitarie essendo molto ricca di Acido levo-ascorbico( Vit. C naturale).