

COMPOSTO ESCOLZIA: Passiflora, escolzia, melissa, luppolo, iperico, valeriana
Erboristeria

Inviato da : Carlo Perrella

Pubblicato il : 8/1/2024 9:10:00



Vista l'azione delle singole piante Ã" utile negli stati di insonnia, agitazione, stress psico-fisico, ansia generica, ansia da prestazione sessuale, ipertensione, cefalee, stress, nervosismo, tachicardia. **Escolzia: AttivitÃ principali: sedativa, ipnoinducente, analgesica.**

COMPONENTI, compresse a base di PASSIFLORA pianta Ã polvere 15%, ESCOLZIA pianta Ã polvere 15%, MELISSA foglie Ã polvere 15%, LUPPOLO fiore polvere 10%, IPERICO erba polvere 10%, VALERIANA radici polvere 10%, coad. tecnologici q.b. a 100Ã



PASSIFLORA, passiflora incarnata

Della famiglia delle Passifloraceae, se ne impiegano le foglie e le parti aeree. Le attività della pianta sono essenzialmente sedative, antispasmodiche.

È utile nelle turbe del sonno ed in caso di ansia, nelle forme di nevrosi, isterica, fobica, ossessiva, post traumatica, nelle angosce. (in questi casi seguire i consigli del proprio medico) stimola un sonno fisiologico senza risvegli notturni, riduce il senso di intorpidimento mattutino, utile nei disturbi della menopausa, come la tachicardia, la dispnea, le vampate di calore, lo stress, ed è preventiva per gli attacchi di cuore. La Passiflora svolge una azione sul sistema nervoso centrale con un blando effetto inibente-sedativo, ma non produce effetti narcotici. Rilassa il tessuto muscolare lasso dell'apparato digerente quindi è un ottimo antispasmodico, con effetti digestivi. È adatta anche nei dolori mestruali in quanto rilassa i muscoli della parete uterina, aiuta nelle forme dolorose e per uso esterno è utile nel trattamento delle ferite in quanto uccide molte muffe, funghi, batteri patogeni. Aiuta anche nelle gastralgie, nelle dispepsie.

CONTIENE: alcaloidi, passiflorina, apigenina, luteolina, quercetolo, fitosteroli, acidi fenoli, cumarine, eterosidi, cianogenici, tracce di olio essenziale, flavonoidi, vitexina, isovitexina, saponaria, rutina, quercetina, gli alcaloidi amari, insieme ai flavonoidi avrebbero una azione spasmolitica, utilizzabile soprattutto a livello bronchiale, mentre ai flavonoidi viene attribuita l'azione sedativa. Il malto, l'esi-malto ed i flavonoidi potenziano l'effetto dei tranquillanti, mentre le ammine sono leggermente stimolanti. Le ammine dilatano le arterie coronarie, la cui occlusione può portare ad attacchi di cuore, quindi è un ottimo preventivo per i soggetti a rischio.

NON USARE, non sono segnalati effetti indesiderati, solo le ammine, presenti nella passiflora che inducono la stimolazione uterina, rendono la pianta non adatta alle gestanti, l'uso concomitante della passiflora e di sedativi può potenziarne gli effetti

ESCOLZIA, escolzia californica

Famiglia delle Papaveraceae, ha fiori giallo arancioni, si usa la pianta intera sia le parti aeree che le radici, ha una attività sedativa, ipnotizzante, analgesica, utile per l'insonnia, la distonia neurovegetativa, le sindromi dolorose, la emicrania, gli spasmi della colite, e biliari. Ha inoltre una azione antibatterica e citotossica, antimicrobica, è rilassante, antinfiammatoria e riduce il battito cardiaco, ha una azione antiaritmica, spasmolitica, è un ottimo disinfettante del dotto biliare, abbassa la pressione ed ha attività narcotica. È di aiuto nella gastrite, nella colite spastica, negli spasmi viscerali specie se sono di origine psicosomatica.

COMPONENTI, i suoi alcaloidi, sono privi di tossicità ed il loro utilizzo non provoca né assuefazione né disturbi psichici, è una pianta ricca di zinco che ha una azione benefica sulla pelle, quindi è indicata nel caso di psoriasi, orticaria e prurito.

NON USARE, in gravidanza ed allattamento

MELISSA, melissa officinalis

Famiglia delle Labiate, quando *À* fresca se strofinata profuma come un limone i fiori sono bianchi o leggermente azzurri, si usano le foglie e le sommità fiorite. Utile *À* per curare l'insonnia, l'emicrania, le cefalee, utile nelle sindromi depressive, nei disturbi della menopausa, nelle somatizzazioni gastriche, negli stati ansiosi, nelle gastralgie, nelle difficoltà digestive, come tonico psico-fisico, si usa anche in caso di insonnia, di eccitazione, *À* antispasmodica, antinervina, carminativa, agisce sul fegato stimolando la coeresi e i reni favorendo la diuresi, per uso esterno *À* utile *À* nelle mialgie e nei dolori articolari. Aiuta nei casi di aerofagia e di flatulenza, negli stati di tensione nervosa premenstruale, ha una azione tranquillante, in chi *À* irritabile, in chi ha difficoltà ad addormentarsi, adatta ai soggetti nevrotici e bulimici, ha una azione ipotensiva e bradicardica, allieva l'inquietudine e la tristezza, dovute ad umore melanconico, di aiuto *À* anche per il colon irritabile, vertigini, spasmi addominali, ipertensione. Ha anche attività antibatteriche ed antivirali.

COMPONENTI, pinene, citrale, geraniolo, linalolo, mucillagini, amidi, tannini, canfora, pectra, acido succinico, acido caffeico, clorogenico, rosmarinico, flavonoidi, terpeni

NON USARE, ad alte dosi perché *À* può indurre torpore, rallentamento della respirazione, abbassa la pressione arteriosa. Alle dosi *À* consigliate *À* *À* una pianta sicura.

LUPPOLO humulus lupulus

Famiglia delle Cannabacee, ha fiori bianchi, *À* utile *À* come rimedio digestivo, sedativo, come amaro tonico, induttore del sonno, di aiuto *À* negli stati di ipereccitabilità, insonnia di origine nervosa, negli stati di tensione, nelle dispesie, dona energia, aiuta nelle condizioni di nervosismo, di palpitazioni cardiache, nei disturbi digestivi di origine nervosa, utile *À* come prevenzione delle infezioni, efficace contro i batteri, rilassa i tessuti della muscolatura liscia dell'apparato digerente. *À* antispasmodica, contiene estrogeni e può quindi alterare il ciclo mestruale, utile nella pertosse, nel climaterio e nella ipersessualità

CONTIENE metilbutenolo un alcool volatile che conferisce alla pianta un effetto sedativo e soporifero, umolone, luppolone che distruggono i batteri responsabili del deterioramento degli alimenti, contiene resine, oli essenziali, pinene, geraniolo, flavonoidi, sostanze minerali, sali di potassio, tannini, amine tracce di istamina e sostanze estrogeni

NON USARE, se si *À* in gravidanza o allattamento e alle donne che abbiano cancro alla mammella o mastectomizzate.

Alle dosi *À* consigliate *À* *À* una pianta sicura

IPERICO, Hypericum perforatum

Ha una azione rasserenante sul tono dell'umore, $\hat{A}$ antidepressivo, ansidifico, aiuta nei disturbi di natura psicosvegetativa, nelle nevralgie croniche, $\hat{A}$ un ottimo antivirale, stimola il sistema immunitario, utile per contrastare il virus dell'herpes simplex, il suo uso pu $\hat{A}$ causare la fotosensibilizzazione della pelle, quindi quando si assumono preparati a base di iperico, $\hat{A}$ bene non esporsi al sole. $\hat{A}$

COMPONENTI $\hat{A}$ flavonoidi, rutina, quercetina, $\hat{A}$ gerina, iperoside, rutina, biflavoni, ipericina, ossipericina tannini ed altri componenti.

NON USARSI in gravidanza ed allattamento, se si stanno assumendo degli antidepressivi di sintesi, non va associato alle anfetamine ai farmaci a base di triptofano e di tirosina, non assumere alcolici. $\hat{E}$ una pianta sicura alle dosi consigliate.

VALERIANA, valeriana officinalis

$\hat{E}$ una pianta erbacea comune $\hat{A}$ abitualmente usata come sedativo, tranquillante e sonnifero, si usano i rizomi e le radici. $\hat{E}$ utile come spasmolitica, ipnotica, nelle sindromi ansiose, come coadiuvante nelle convulsioni, nella insonnia, nell'affaticamento intellettuale, nello stress, nella cefalea, nella emicrania, negli spasmi gastrici e nelle colici. $\hat{A}$ Utile $\hat{A}$ come ansiolitico, nelle sindromi nevrotiche, nella nevrosi fobica, isterica ed ossessiva, nelle angosce, negli stati di agitazione maniacale, nella insonnia, nei disturbi della menopausa, nella tachicardia, nelle palpitazioni, nella sindrome pre-mestruale, non provoca senso di intorpidimento al risveglio, $\hat{A}$ un sedativo del sistema nervoso centrale, migliora la qualit $\hat{A}$ del sonno. Coadiuvante sotto controllo medico per l'epilessia, abbassa la pressione sanguigna, ha effetti anticonvulsivi (consultare sempre il proprio medico)

COMPONENTI, pinene, carfene, limonene, bornesolo, velenone, velenione, formato di bornile, isobutirrato di geranile, eugenolo, acido acetico, formico e malico, valerianina, catirina, isovalerianato di bornile, acido valerianico, due acidi valeriotannici, alcool chesilico, micellagine, resine,, oli essenziali, contiene anche numerosi enzimi e colina.

NON USARE, $\hat{A}$ bene non somministrare la valeriana in chi soffre di disturbi epatici o renali, non usare in gravidanza ed in allattamento, alle dosi consigliate $\hat{A}$ $\hat{A}$ una pianta sicura.

La pianta di Escolzia viene utilizzata per l'attività sedativa e blandamente ipnotica ed analgesica. Anche se gli studi clinici sono ancora scarsi, numerosi sono i lavori che hanno indagato l'attività dei singoli alcaloidi.

Escolzia: Attività principali: sedativa, ipnoinducente; analgesica.

Impiego terapeutico: insonnia, distonia neuro vegetali va, sindromi dolorose (emicrania, spasmi colici e biliari...)

Viene segnalato anche l'uso come calmante nella pertosse.

Le proprietà analgesiche e calmanti fanno utilizzare i preparati a base di Eschscholzia nel trattamento delle sindromi dolorose a carico dell'apparato digerente e delle vie biliari e nell'emicrania.

Anche grazie a queste proprietà la pianta risulta utile nelle turbe del sonno accompagnate da crampi (miglioramento del microcircolo e azione spasmolitica da parte dei flavonoidi) e manifestazioni dolorose.

Per uso topico preparati a base di Eschscholzia possono essere impiegati per combattere artralgie, mialgie, nevriti e sciatalgie.

Curiosità :

<http://www.dimensionenotizia.com/modules/news/article.php?storyid=11248>

Gli indiani d'America e i primi coloni del Nord America utilizzavano le foglie come legume, bollite oppure cotte su pietre calde. Come medicamento veniva impiegata nelle coliche intestinali, biliari, nel mal di denti e anche per ridurre la lattazione, esternamente, in cataplasmi, nelle ulcerazioni

 $\hat{A}$