

## ECHINACEA, UNCARIA, ASTRAGALO, UN AIUTO DALLA NATURA PER RAFFORZARE LE DIFESE DELL'ORGANISMO

Il termine *immunità* deriva dal latino, e significa "**protezione**".

Il sistema immunitario è quindi un apparato protettivo, che difende l'uomo dalla nascita in poi. Il suo compito principale è quello di proteggere il nostro corpo da agenti infettivi, come virus, batteri e parassiti, capaci di superare barriere cutanee e mucose. Esso è in grado inoltre di identificare la eventuale presenza di cellule, appartenenti all'organismo, ma deviate dalla norma (cellule tumorali), e di eliminarle.

Per svolgere il suo lavoro il sistema immunitario deve innanzi tutto riuscire a distinguere le cellule che fanno normalmente parte del nostro corpo da quelle estranee, che vengono genericamente definite **antigeni**.

Ciascuna delle migliaia di miliardi di cellule del nostro organismo è dotata di una propria "carta di identità": una particolare combinazione di molecole proteiche, situate sulla superficie della sua membrana cellulare.

Il sistema immunitario è in grado di ricordare l'aspetto di ogni cellula, mentre attacca tutte quelle che non possiedono quei particolari caratteri distintivi.

### **Immunostimolazione**

Nell'ambiente in cui si trova a vivere, il corpo umano è continuamente attaccato da agenti esterni anche patogeni quali i batteri, virus, protozoi, funghi ecc.. Al nostro sistema immunitario spetta il compito di salvaguardare l'integrità del corpo e di difenderlo da tali attacchi oltre che a provvedere all'eliminazione delle cellule morte o displasiche.

È particolarmente importante trovare dei preparati che riescano a modulare la risposta immunitaria in modo che ad esempio si possa stimolare un sistema immunitario indebolito.

Oltre alla profilassi vaccinica e alla terapia basata sugli anticorpi si è venuto a delineare in campo medico il concetto di immunostimolazione. Per immunostimolazione si intende una serie di processi non specifici che favoriscono la stimolazione del sistema immunitario umorale e cellulare. La protezione che viene in seguito raggiunta prende il nome di paraimmunità.

Numerose ricerche hanno dimostrato che le risposte immunitarie possono essere potenziate da una serie di fattori di diversa natura ed origine. Sono state ottenute risposte molto positive con estratti provenienti da funghi e da piante.

Gli immunostimolanti, o immunopotenziatori sono sostanze che agiscono prevalentemente tramite la stimolazione non-specifica dei meccanismi di difesa immunitaria. Nella maggior parte dei casi non sono propriamente degli antigeni, ma piuttosto antigenemimetici.

Recentemente l'attenzione degli studiosi si è spostata verso il settore delle piante medicinali nel tentativo di individuare nuovi ed efficaci agenti immunostimolanti.

Nei diversi sistemi di medicina tradizionale di tutto il mondo, sono state utilizzate convenientemente molte piante soprattutto ad azione tonico-adattogena, per la maggior parte delle quali oggi è stato possibile evidenziare anche un'attività immunostimolante. Molto interessante è notare come pur non conoscendo il concetto di immunostimolazione, oltre 2000 anni fa, si utilizzavano molte piante con il preciso scopo di poter risolvere disturbi e malattie che possono essere ragionevolmente associate a disfunzioni dei fattori immunitari.

Risulta particolarmente importante somministrare gli immunomodulanti ai primi segni di infezioni, ma soprattutto nella profilassi delle malattie da raffreddamento e influenzali.

Per gli immunostimolanti vegetali le indicazioni principali sono la profilassi e la cura delle infezioni virali semplici (sindromi influenzali) e la terapia delle infezioni batteriche. Inoltre possono essere importanti nella profilassi di infezioni opportunistiche in pazienti temporaneamente immunodepressi e nella terapia adiuvante dei tumori maligni.

Con il termine Immunostimolazione viene indicato un approccio profilattico o terapeutico che ha lo scopo di stimolare i meccanismi di difesa aspecifici tramite preparazioni vegetali o di altro tipo. Le piante ad attività immunostimolante sono in grado di rafforzare le difese dell'organismo nei confronti delle sindromi influenzali o febbrili, con interessamento delle vie respiratorie superiori. Possono essere impiegate pertanto sia in modo preventivo che nella malattia in atto, variando opportunamente la posologia.

Siccome il sistema immunitario aspecifico non è antigene-specifico, non possiede memoria, quindi ogni trattamento deve essere ripetuto nel tempo in maniera ciclica. La Commissione E del Ministero della Sanità tedesco ha proposto che ogni ciclo di somministrazione per gli immunostimolanti non debba prolungarsi oltre le 8 settimane.

### **Gli agenti immunostimolanti devono soddisfare alcuni requisiti generali:**

- \* Nessuna o trascurabile attività antigenica;
- \* Nessuna induzione di reazioni allergiche, o di autoimmunità o altri effetti collaterali;
- \* Non essere cancerogeni o cocancerogeni;
- \* Essere soggetti ad una rapida degradazione biologica;
- \* Essere chimicamente definiti, almeno per quel che riguarda la classe chimica di appartenenza.

- È importante scegliere un prodotto ad azione immunostimolante nei periodi di forte stress, lo stress infatti è tra i fattori che provocano abbassamento delle difese immunitarie.
- Anche negli stati depressivi si potrebbero utilizzare convenientemente alcune piante ad azione immunostimolante in considerazione del fatto che anche in questa condizione si ha un abbassamento delle difese immunitarie.
- È particolarmente indicato l'uso di immunostimolanti durante le epidemie influenzali sia come profilattico che con effetto propriamente curativo.
- Aumentando la capacità di difesa dell'organismo gli immunostimolanti possono essere utilizzati anche come coadiuvanti nel trattamento chemioterapico delle malattie tumorali.
- Nelle malattie infettive in atto è possibile utilizzare gli immunostimolanti come supporto della antibiotico terapia.
- Al cambiamento di stagione per tutte quelle persone (soprattutto per i bambini ) che hanno difficoltà ad adattarsi ai cambiamenti climatici (primi freddi).
- In tutti quei soggetti che per motivi di lavoro, di studio ecc.. si trovano costretti a vivere in luoghi molto affollati (scuole, asili, fabbriche, uffici affollati, metropolitana ...) dove più alto è il rischio di contagio per malattie infettive.

## **PIANTE AD AZIONE IMMUNOSTIMOLANTE**

### **ECHINACEA**

**Altri nomi usati** Common purple cone flower; Roter sonnenhut

**Nome botanico** Echinacea angustifolia Moench.

**Sinonimi** (sspp usate) E. pallida Nutt.; E. purpurea (L.) Moench

**Famiglia** Composite

**Descrizione** pianta erbacea perenne vivace- alta fino a 60 cm con foglie lanceolate e fiori violetti

**Droga usata** pianta e radice

**Principi attivi** echinacoside olio essenziale polisaccaridi glicoproteine flavonoidi alcaloidi pirrolozidinici

**Tossicità** bassissima

**Controindicazioni** nessuna controindicazione alle dosi terapeutiche normali. tuttavia è sconsigliato l'uso in gravidanza e in presenza di malattie autoimmuni come hiv-sclerosi multipla-tbc-leucosi-ecc. non superare comunque le 8 settimane di utilizzo.

**Erbe sinergiche**

assenzio romano

muirapuama

eleuterococco

**Attività terapeutica:** confermata

Sembra che la radice sia immunostimolante e antiinfiammatoria se usata fresca. Il succo fresco ha proprietà vulnerarie ed è considerato afrodisiaco. Sperimentazioni e studi clinici (anche se pochi quelli condotti con metodologia scientifica) hanno dimostrato che l'assunzione di Echinacea aumenta la produzione di alfa e beta interferone - TFN-alfa e citochinine - aumenta la chemiotassi dei leucociti - impedisce la ialuronidasi batterica - esplica attività antivirale contro influenza e herpes.

**ECHINACEA. INTERAZIONI CON FARMACI**

(a cura di Francesco Salvo - Dipartimento Clinico e Sperimentale di Medicina e Farmacologia - Università degli Studi di Messina)

L'Echinacea angustifolia - l'Echinacea pallida e l'Echinacea purpurea vengono usate per il trattamento del raffreddore comune e dell'influenza. Dati in vitro suggeriscono che l'echinacea inibisce il CYP3A4. L'uso concomitante di echinacea e farmaci come alprazolam - calcio antagonisti e inibitori delle proteasi potrebbe aumentarne i livelli serici e quindi la possibilità di manifestare eventi avversi. Se ad esempio un paziente in terapia con un farmaco tra quelli sopra elencati assume echinacea per il raffreddore e poi beve un succo di pompelmo (che inibisce il CYP3A4) - le possibilità che manifesti un evento avverso crescono in modo esponenziale. Casi ipotetici di questo genere non hanno ancora trovato riscontro nella letteratura scientifica. Quel che è certo è che gli effetti immunomodulanti dell'echinacea la rendono controindicata in pazienti in terapia immunosoppressiva (trapianti - malattie autoimmuni).

**UNCARIA TOMENTOSA**

**Altri nomi usati** Una de gato

**Nome botanico** Uncaria tomentosa Willd. DC.

**Famiglia** Rubiacee

**Descrizione** liana con fusto legnoso alta fino a 20 m

**Droga usata** corteccia del fusto e delle radici di piante adulte

**Principi attivi** alcaloidi ossindolici pentaciclici, glicosidi dell'acido quinovico, triterpeni polioidrossilati

**Tossicità** bassissima

**Controindicazioni** non è stata studiata in donne in gravidanza o allattamento. Nelle terapie prolungate è segnalato un leggero calo di vitamina A. Il sovradosaggio può provocare diarrea.

**Erbe sinergiche**

- curcuma
- eleuterococco
- astragalo

**Attività terapeutica:**

Antibiotico naturale, alza le difese immunitarie, utile nelle coliti, artrosi, artrite, reumatismi. Per uso esterno si curano le ferite profonde, le ustioni e le ulcerazioni, è utile per le patologie degenerative e nei processi flogistici di varia natura, nelle algie, nei dolori osteoarticolari, nei dolori post-partum, ha una azione immunomodulante ed immunostimolante, ha una spiccata azione antivirale, antinfiammatoria, antidolorifica, cicatrizzante, è un ottimo antiossidante ed antibatterico, è vermifuga, ricostituisce la flora batterica intestinale, purifica l'intestino, indicata nelle ulcere, nelle gastriti, nella gonorrea, nella dissenteria, nella candida, nei parassiti intestinali, ha una buona azione in caso di artrite, di dolori reumatici, nelle nevralgie, nelle infiammazioni croniche vaginali, nell'herpes genitale, labiale, nell'AIDS, protegge il fegato, aiuta nella cirrosi, nelle malattie veneree, come la sifilide, regolarizza il ciclo mestruale, è utile in chi fuma, in chi soffre di acne, è un ottimo diuretico, aiuta nelle forme tumorali dell'apparato genito urinario femminile, per uso esterno indicata nelle emorroidi, nei funghi, esercita una leggera azione ipotensiva, indicata anche nelle allergie, nell'influenza, nel raffreddore, nei disturbi gastrointestinali.

**ASTRAGALO**

**Altri nomi usati** Mongolian milk vetch; Huangqi

**Nome botanico** Astragalus membranaceus (Fish.) Bge.

**Sinonimi** Phaca membranacea Fish ; Astragalus mongolicus Bge. + sspp cinesi

**Famiglia** Leguminose

**Descrizione** pianta erbacea perenne alta 50-80 cm.

**Droga usata** radici raccolte in primavera da piante di 4-7 anni

**Principi attivi** saponine polisaccaridi flavonoidi aminoacidi ferro zinco rame rubidio cromo cumarina acidi folico nicotinico ferulio clorogenico caffeico linoleico linolenico colina betaina sitosterolo glicosidi triterpenici

**Tossicità** bassa

**Controindicazioni** nessuna controindicazione alle dosi terapeutiche normali eccetto ipersensibilità individuale.

### **Sinergie con altre erbe**

- ginseng [panax]
- codonopsis
- eleuterococco
- zenzero
- uncaria

**Attività terapeutica** valida per i soli estratti

Pianta adattogena, aumenta la moltità spermatica, innalza la soglia di resistenza allo stress, Tónico generale, immunostimolante, antibatterico, antivirale, antinfiammatorio, cardiotonico, ipotensivo, vasodilatatore, abbassa la glicemia, attività antiossidante, stimolo della memoria, della produzione di cartilagine, pianta epatoprotettiva, azione diuretica e protettiva dei reni ( i polisaccaridi e le saponine svolgono un ruolo primario)

Per uso interno trova impiego come tonico generale e immunostimolante e per aumentare la resistenza alle malattie e alle infezioni; rigenera i tessuti, stimola la crescita muscolare, rinforza e reintegra l'energia vitale. Si usa l'Astragalo grezzo contro i sudori spontanei e notturni, mitiga la sudorazione, utile per gli edemi e le piaghe croniche, gli ascessi, le piaghe difficili da rimarginare, e le ulcere, per trattare le articolazioni dolorose, per alleviare la debolezza e la fatica, la mancanza di appetito, la diarrea causata da stanchezza della milza, prolasso rettale, sanguinamento uterino, prevenzione nel trattamento del raffreddore, nell'influenza, nell'ulcera dello stomaco, nelle neurodermatiti, nel diabete ( consultare sempre il proprio medico curante) Si sta studiando la radice di Astragalo per trattare l'AIDS e l'epatite ed epatite cronica ( sono in corso studi) protegge dagli effetti negativi di alcuni farmaci, e dalla chemioterapia e radioterapia stimola la circolazione periferica, ha attività diuretica e coronodilatatoria, previene l'ischemia e l'ipertensione, disintossica l'organismo da sostanze chimiche e da metalli pesanti, l'uso dell'Astragalo non crea nessun disturbo al sonno ( può usare l'Astragalo chi ha bisogno di un tonico e non sopporta bene il Ginseng o l'Eleuterococco), la pianta è utile nelle forme di alcolismo, stimola il metabolismo, utile nell'insufficienza polmonare cronica con respiro corto, nel collasso energetico, nell'astenia, nel prolasso degli organi, utile nei casi di nefrite che non rispondono ai diuretici ( consultare il proprio medico curante), riduce la fibrosi epatica da sostanze tossiche, aiuta, sotto controllo medico, i soggetti affetti da insufficienza cardiaca congestizia.

USO ESTERNO Astragalo

creme e lozioni per mani e per viso, come nutrienti vasodilatatrici, e come tonico per i capelli

Denise Lodi

[www.erboristeriaitigli.it](http://www.erboristeriaitigli.it)

