

STASI VENOSE

# Gente in Gamba

di Lina Suglia

**FITTO•News**  
 periodico di informazione sui fitoderivati

Tutto è cominciato due o tre milioni di anni fa, quando i nostri antenati abbandonarono l'andatura a quattro zampe per assumere la posizione eretta. Da allora le vene degli arti inferiori, per svolgere il loro compito, quello di far fluire il sangue dalla periferia al cuore, sono sottoposte ad un maggiore sforzo contro il peso di gravità.

Per ciò, oltre che per le caratteristiche proprie della loro struttura, tendenzialmente più «cedevole» rispetto a quella arteriosa, questi vasi sanguigni sono spesso coinvolti in disturbi che si manifestano con modalità variabili da individuo ad individuo: può trattarsi di una stanchezza localizzata a livello di gambe e caviglie, a volte con edemi che inducono gonfiore, oppure di situazioni di maggiore complessità, come flebiti e tromboflebiti, o anche estremamente violente sul piano sintomatico, come nel caso di emorroidi.

Il quadro può includere anche distrofie come la cellulite o la comparsa di varici, spesso vissuti solo come sgradevoli inestetismi.

In realtà il problema, in tutte le sue espressioni, non è mai solo locale, come evidenzia il permanere nel tempo dei disturbi e il loro aggravarsi. Per affrontarlo in modo esauriente è quindi utile abbinare rimedi che apportino un immediato beneficio sintomatico ad altri, mirati ad indurre un riequilibrio più profondo, ad evitare recidive e complicanze.

In entrambi i casi, fitoderivati e oligoelementi svolgono un ruolo importante nell'ambito delle patologie vascolari: spesso si tratta di piante di antica tradizione, inizialmente individuate dall'esperienza empirica, la cui attività è stata in seguito scientificamente confermata e documentata dalla clinica medica, trovando applicazione nell'industria farmaceutica e cosmetica.

## S o m m a r i o p a g i n a

<b>Flebopatie: Perché e Come</b>	<b>2</b>
<i>Le Vie del Ritorno</i>	
<i>Stirpe di Sangue Blu</i>	<b>4</b>
<i>Libera Circolazione</i>	<b>6</b>
<i>Non sono in Vena...</i>	<b>8</b>
<i>Flebopatie al femminile</i>	<b>10</b>
<i>Dolore e Imbarazzo</i>	<b>12</b>
<i>Senza Zavorra</i>	<b>13</b>
<i>Il Sangue bolle nelle Vene</i>	<b>14</b>
<b>Alimentazione</b>	<b>15</b>
<i>Il Bosco a Tavola</i>	
<b>Fitness</b>	<b>17</b>
<i>Benessere in Circolazione</i>	
<b>Fitocosmesi</b>	<b>19</b>
<i>Contro la Gravità</i>	



di Marilla Buratti  
Medico Agopuntore, Fitoterapeuta

# Le Vie del ritorno

## LE CARATTERISTICHE

## DEL CIRCOLO VENOSO

## E LE SUE POSSIBILI

## COMPROMISSIONI

L'insufficienza venosa rappresenta un problema diffuso, sottoposto spesso ad una valutazione solo squisitamente estetica, mentre in realtà dovrebbe essere inquadrato in un più ampio contesto.

All'instaurarsi di questa condizione concorrono

fattori costituzionali e fattori acquisiti, che inducono un cedimento di tono della parete vasale e un conseguente rallentamento nella risalita del sangue venoso.

### L'Albero venoso

Da un punto di vista anatomico, gli arti inferiori sono provvisti di una circolazione venosa profonda e di una superficiale, collegate da numerose formazioni. Tutto l'albero venoso è inoltre dotato di valvole interne, che mantengono il flusso in direzione antigravitazionale.

Il circolo venoso inizia in periferia dalle diramazioni capillari, con numerose venule a parete sottile: la sottigliezza, oltre alla ridotta tonicità delle pareti, soprattutto al confronto con quelle arteriose, rimane una costante anche dei vasi venosi più grossi e ne rappresenta in un certo senso il «limite».

Il ritorno del sangue dagli arti inferiori verso il cuore è promosso dalla pompa muscolare, cioè dalla contrazione dei muscoli del polpaccio, che ne consente la spinta in direzione toracica, chiudendo le valvole intravasali per impedirne la ricaduta verso il basso.

### Pompe bloccate

In condizioni di riposo, distesi o seduti, la pompa muscolare non è in funzione e le valvole venose sono aperte: queste posizioni, se mantenute per lungo tempo, inducono quindi la tendenza al ristagno, con formazione di trasudati.

Per questo la sedentarietà, come pure il tabagismo e l'eccessivo peso corporeo, sono fattori determinanti per slentizzare una debolezza costituzionale delle pareti venose, peggiorando lo stato di contenimento valvolare e accentuando gli edemi.

A ciò può aggiungersi l'effetto iatrogeno di alcuni farmaci (es. anticoncezionali orali), o anche stati fisiologici come la gravidanza che, provocando un «appesantimento» circolatorio, favoriscono il manifestarsi dell'insufficienza venosa



### Dal Peso alle Macchie

Inizialmente i sintomi sono caratterizzati da pesantezza agli arti inferiori, a volte con parestesie, cioè formicolii, oltre a imbibimento dei tessuti sottocutanei della gamba. Spesso si aggiungono teleangectasie diffuse, reticoli di piccoli vasi superficiali dilatati, che con il tempo tendono a diventare bluastri.

Il quadro può in seguito complicarsi con la comparsa di varici, tratti di vena safena che assumono un andamento tortuoso e un aspetto «nodoso», appaiono visibili attraverso la trasparenza cutanea e diventano dolenti. Una volta instaurata, questa condizione è irreversibile e cronica; può anche creare discromie cutanee con macchie scure e diffuse, testimonianza del perdurare del problema.

Ovviamente, la gravità delle manifestazioni cliniche deve essere valutata tramite strumenti diagnostici come l'eco doppler, per indagare approfonditamente il livello di compromissione circolatoria.

### Problemi su Problemi

Complicanze di una certa entità sono rappresentate da flebiti e trombolflebiti. Nel primo caso l'insufficienza venosa e il conseguente ristagno sanguineo comportano l'instaurarsi di un processo flogistico a carico della parete vasale, che si manifesta in genere come episodio acuto. Nel secondo caso, a ciò si aggiunge la formazione di un trombo intravasale, dovuta al fatto che la parete venosa infiammata innesca nel lume vasale processi di aggregazione piastrinica e quindi di coagulazione del sangue. Dato il rischio di embolia connesso, in entrambi i casi è importante instaurare un'adeguata terapia medica: dal trombo possono infatti distaccarsi frammenti (emboli), che per la direzione circolatoria potrebbero fermarsi nei piccoli vasi polmonari, occludendoli.

Una concomitante situazione potrebbe essere la comparsa di ulcere varicose, che traggono un buon terreno di sviluppo nel mancato trofismo sia dei tessuti vascolari, sia di quelli dermo-epidermici. La loro presenza è una complicanza temibile, per la non infrequente possibilità di infezioni da germi, che qui trovano un'agevole via di ingresso nell'organismo.

## Abbiamo fatto del nostro meglio per arrivare **secondi**.

*Dopo aver lavorato scrupolosamente siamo riusciti a selezionare così tanti  
Gemmoderivati e Macerati di pianta fresca da offrire la più vasta gamma di prodotti.  
Tanta fatica per collocarci, come qualità e quantità, solo secondi.  
Prima di noi c'è solo la natura.*

**Gemmo**  
derivati

**Macerati**  
di pianta fresca



**FITOMEDICAL**



# Stirpe

## di Sangue Blu

MANGANESE-COBALTO,

LA DIATESI

DEI DISTURBI CIRCOLATORI,

E NON SOLO...

Tra gli strumenti utili ad affrontare un quadro clinico correggendone gli aspetti più profondi, si distinguono gli oligoelementi biocatalitici, in particolare quelli «diatesici», ciascuno dei quali corrisponde, secondo la descrizione di Ménétrier, ad una serie variegata di sintomi: questi, apparentemente svincolati, sono tutti riconducibili con un'attenta indagine ad un unico squilibrio di fondo.

La prescrizione di un rimedio diatesico non è quindi orientata a intervenire su un singolo problema, ma su un panorama complesso, una sindrome cui appartiene anche quello specifico disagio.

### Stress, Padre di tutti i Mali

La presenza di stasi venose, ad esempio, spesso riconduce al contesto distonico.

Questa diatesi include problemi non solo vascolari (venosi, oltre che arteriosi e cardiaci), ma anche di altri distretti. Qualunque sia la natura dei disturbi, li accomuna il carattere prevalentemente funzionale: non c'è ancora, cioè, un'«apprezzabile» lesione degli organi interessati. Tuttavia tali tendenze, se non arginate, sono inclini ad aumentare in frequenza e gravità, annunciando un probabile passaggio verso la senescenza biologica, che può anche anticipare l'età strettamente cronologica del soggetto.

L'oligoelemento diatesico corrispondente, Manganese-Cobalto (Mn-Co), è noto anche come rimedio dello stress cronico, dal momento che tutti i disagi presenti compaiono, si accentuano e peggiorano in relazione a situazioni di ansia e affaticamento.

### Peso lordo

La stanchezza, negli individui Mn-Co, è avvertita come oppressione tanto a livello mentale quanto fisico, ma tende a «materializzarsi» agli arti inferiori, con una sensazione di pesantezza e mancanza di forze: come se il soggetto si trascinasse faticosamente nella propria vita.

Nel corso della giornata e soprattutto verso sera, il quadro si inasprisce: compaiono edemi malleolari, o si acutizza la

congestione pelvica, con un «carico» che si estende dalla zona del bacino a quelle sottostanti.

### Formiche nelle Mani

Inizialmente la sintomatologia si evidenzia solo in occasione di eventi particolarmente impegnativi, poi progressivamente si ripropone con periodicità variabile, ad esempio in relazione ai caldi climi estivi o, in alcune donne, in occasione del ciclo mestruale, per assumere un andamento cronico sempre più incalzante, fino alla comparsa di ectasie capillari (reticoli di capillari «rotti»), varici, emorroidi, ecc.

Un altro segno significativo che orienta il Terapeuta a valutare la prescrizione di Mn-Co è costituito dalle parestesie, cioè alterazioni della sensibilità cutanea, con sensazione di anestesia, intorpidimento e formicolii alle estremità (mani e piedi, a volte avambracci e gambe), oltre all'apparizione di crampi agli arti inferiori. Altri possibili sintomi circolatori, sulla cui presenza nel quadro è opportuno indagare, sono quelli a carico di cuore e arterie: tachicardie e disritmie cardiache, precordialgie, prime manifestazioni di arterite, alcuni tipi di cefalea, ecc.

### Giorni neri e Notti bianche

La spossatezza di Mn-Co investe anche gli aspetti affettivi ed intellettivi: in una crescente astenia, che rende faticoso far fronte ai comuni impegni quotidiani, l'ansia guadagna terreno, rende frequenti dimenticanze, sbadattaggini e vuoti di memoria, aumenta la difficoltà di concentrazione e di «raccolgimento».

Spesso il disagio si focalizza sul soma, con spasmi sistemici o localizzati: al torace (la «stretta» al cuore, alla gola), agli organi della digestione (gastralgie, colon irritabile, ecc.), all'apparato locomotore.

Il sonno è mediocre come la veglia, spesso difficoltoso e interrotto da sogni spiacevoli, aspetto che alimenta la prostrazione diurna.

### Dal Dire al Fare

La correzione profonda del quadro suggerisce di abbinare a Mn-Co altri rimedi: ad esempio, Fosforo con Fico M.G. possono controllare le tendenze spasmolitiche, Litio e Tiglio M.G. l'ansia crescente, gemmoderivati di nuova concezione come Cisto M.G. o Giuggiolo M.G. puntualizzano l'intervento.

Ad essi potrebbero infine essere associate T.M. specifiche che tutelino l'aspetto circolatorio.

**FILLO  
DIRETTO**

**ORIENTARE NELLA  
SCELTA DEI  
FITODERIVATI**

**ASSOCIARE  
TM, MG,  
OLI ESSENZIALI E  
OLIGOELEMENTI**

**SERVIZIO RISERVATO  
AGLI OPERATORI  
PROFESSIONALI**

*Per avere una consulenza  
qualificata basta  
telefonare al  
n° 02 90781542  
Ogni mercoledì, dalle  
ore 9,30 alle 12,30  
presso la Fitomedical,  
Lina Suglia risponde alle  
vostre domande.  
Oppure in qualunque  
momento potete inviare  
un fax al n° 02 90781996*



**FITOMEDICAL**



Periodico trimestrale sui fitoderivati  
Anno 8 n°3 Aut.del Trib.di Milano  
n°398 del 04.06.90

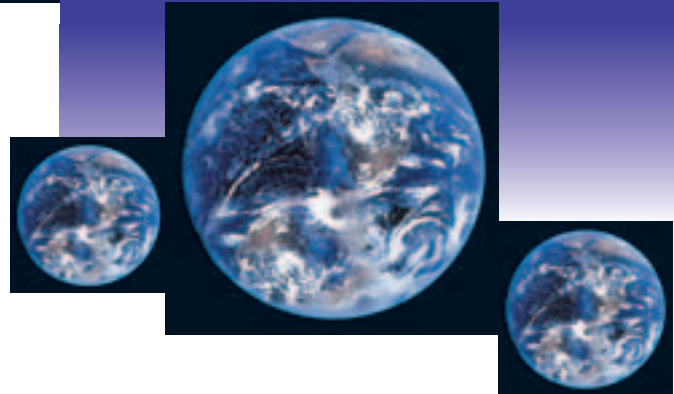
*Direzione, redazione e  
amministrazione: Fitomedical snc Via N. Parenti 22/24  
20090 Fizzonasco di P. Emanuele (MI)  
Editrice: Fitomedical snc  
Direttore responsabile: Avv. Francesco Ribera  
Direttore scientifico: Dr. Massimo Rossi  
Redazione: Lina Suglia  
Ufficio pubblicità: Tel. 02 90781896  
Art direction: Pierluigi Bruno, Roberta Pedretti  
Fotografie: Andrea Temperini,  
Fotografi Associati, PhotoDisc  
Illustrazioni: Claudia Ferrarini  
Elaborazione immagini: Pierluigi Bruno  
Fotolito: F.G.V. & C. Cernusco S.N. (MI)  
Stampa: Lithotris (MI)*

**FITO•News**



di Massimo Rossi  
Biologo, Consulente Aziendale

# LIBERA Circolazione



Siamo spesso messi in guardia contro il danno vascolare e cardiaco, in costante aumento in diversi paesi occidentali.

In effetti, la protezione dei vasi sanguigni e del cuore si rende sempre più necessaria a causa dello stile di vita tumultuoso e poco rispettoso delle esigenze del corpo e della mente.

Lo stress quotidiano, gli alimenti non bilanciati dal punto di vista nutrizionale e consumati spesso in fretta, gli inquinanti ambientali, il fumo e l'abuso di farmaci minacciano l'equilibrio funzionale dell'apparato circolatorio, determinando un serio rischio per la salute.

## Sistemi idraulici

In tempi recenti, la ricerca scientifica ha potuto individuare alcuni dei meccanismi biochimici implicati negli squilibri: disordini che in un primo momento sono solo funzionali, poi anche lesionali.

È noto che la vasodilatazione è in parte regolata dall'ossido d'azoto, che le compromissioni delle pareti venose e arteriose sono dovute all'attività degli ossidanti, dei radicali liberi e dei complessi proteici del colesterolo, che il rischio di formazione di trombi è legato ai mediatori tipici del fenomeno infiammatorio.

Tuttavia, una visione settoriale della nostra circolazione può frequentemente indurre a un approccio parziale al problema: quello che si limita a focalizzare l'attenzione ora sul cuore e le coronarie, ora sul circolo cerebrale, ora sui vasi sanguigni degli arti o sulla pressione arteriosa, il tasso di colesterolo, la velocità di coagulazione, dimenticando che, anche in semplici sistemi idraulici, ogni alterazione delle funzioni in un punto può pregiudicarne altre in sedi distanti.

Un'associazione di fitocomplessi orientati a favorire la cura complessiva del sistema offre invece il vantaggio di considerare l'insieme del sistema cardiovascolare, permettendo quindi di prevenire danni profondi e irreversibili.

## Giovani vecchi

Molte piante posseggono attività protettive nei confronti dei rischi cardiovascolari, agendo come antiossidanti, antiradicaliche, spasmolitiche vascolari, antinfiammatorie e antiedemigene.

Sono a tutti note il Rusco (*Ruscus aculeatus*) e l'Ippocastano (*Aesculus hippocastanum*): queste,

**L'ATTIVITÀ COMPLEMENTARE**

**DEI COMPONENTI DI**

**SCUTELLARIA EIS**

**NELLA TUTELA DEL CIRCOLO**



con tropismo differenziato, proteggono le pareti di grandi e medi vasi e ne riducono la permeabilità, contrastando l'innesco di fenomeni infiammatori che, inizialmente localizzati, tendono a propagarsi, andando così ad interessare porzioni sempre più ampie della vascolarizzazione corporea.

L'associazione ad esse di Ginkgo aiuta a difendersi dalle tendenze ischemiche indotte dallo stato di alterazione degli endoteli dei capillari cerebrali e delle coronarie, condizione che non si verifica unicamente nell'anziano, ma riguarda sempre più spesso anche fasce d'età giovanile.

### Vasi cinesi

Alla formulazione sono state aggiunte piante provenienti dal bagaglio culturale della Medicina Tradizionale Cinese, come *Salvia miltiorrhiza*. Questa specie, considerata in quel contesto un rimedio molto importante, possiede caratteristiche peculiari: controlla infatti la tendenza dei vasi sanguigni, sottoposti a stress chimici e fisici, a contrarsi in modo incontrollato, innescando in tal modo numerosi processi lesionali.

Un altro fitocomplesso, quello di *Scutellaria baicalensis*, protegge dalle tendenze aggregative delle piastrine (che danno origine ai trombi) e stabilizza le membrane delle cellule di pavimentazione di vene e arterie.

### Fegato sott'Occhio

Entrambe le piante, inoltre, sono attive sulle funzioni epatiche, migliorandone l'efficienza metabolica ed emuntoriale. Non va infatti dimenticato il significativo ruolo svolto dal fegato nell'insorgere delle patologie vascolari e nel suo aggravamento: quest'organo, quando ne siano compromessi i meccanismi enzimatici, interviene nel generare precursori di radicali liberi e nella mancata «sorveglianza» dei fenomeni ossidativi, che tendono così ad uscire fuori controllo. In queste condizioni entrano in circolo fattori dannosi, che in tale sede possono esibire il proprio potenziale distruttivo.

### Utili e profumati

Fitoderivati che, oltre a rafforzare le strutture vascolari, rendono inerti i radicali e gli ossidanti e favoriscono il metabolismo epatico, sono candidati ideali per la prevenzione e la cura del complesso dei disturbi vascolari. Alle piante citate si aggiungono in formulazione l'olio essenziale di Limone (*Citrus limon* O.E.), che facilita la riduzione della viscosità del sangue, rendendone più fluida la circolazione e contrastandone l'eccessiva tendenza alla coagulazione, oltre all'essenza di Cipresso (*Cupressus sempervirens* O.E.), quale efficace decongestionante delle pareti venose, particolarmente utile negli stati infiammatori delle safene e delle vene emorroidarie.





# Non sono in vena...

di Lina Suglia



Il mondo delle piante offre un ampio ventaglio di rimedi a tropismo circolatorio e in particolare venoso. Verificando le conoscenze empiriche tradizionali con il moderno approccio scientifico, la loro attività è stata ampiamente comprovata, tanto che la maggior parte dei farmaci attualmente commercializzati sono di derivazione vegetale.

Mentre i prodotti farmaceutici contengono una specifica molecola o frazione chimica isolata dalle altre presenti nella pianta, l'attività dei fitoderivati, e in particolare delle Tinture Madri, è riconducibile ad un fitocomplesso, cioè all'interazione di molte sostanze, il cui insieme compone il profilo chimico e farmacologico della specie utilizzata: ciò permette, laddove la gravità del quadro non imponga una terapia convenzionale, di scegliere tra diversi rimedi vegetali quello che, pur condividendo con gli altri l'azione flebotonica, abbina ad essa altre proprietà che la rendono meglio calzante alle esigenze di quel caso specifico.

## Dalla Testa ai Piedi

Spesso, ad esempio, le stasi venose si inquadrano nel contesto di sindromi spasmofiliche, caratterizzate dalla presenza di disturbi nervosi come ansia, insonnia, astenia, ecc. e crampi muscolari e viscerali. In questi casi è possibile orientarsi su piante a tropismo venoso che intervengano anche su questi problemi collaterali.

Tra esse, Meliloto TM, oltre a controllare l'ipercoagulabilità ematica, è consigliabile in presenza di spasmi gastrici e renali, accompagnati da ipereccitabilità nervosa, ipercinesia ed insonnia con problemi vascolari diffusi e tendenze ipertensive. Achillea TM è utile nei disturbi circolatori associati a processi infiammatori e spasmi in sede gastrointestinale e uterina. Gingko TM (o EST), nota come inibitore del Fattore di Aggregazione Piastrinica, non solo riduce il rischio trombotico, ma controlla tendenze spasmodiche bronchiali e intestinali, anche di origine allergica, oltre a correggere eventuali tendenze ipercolesterolemiche. Il derivato meristemato della stessa pianta, che può essere utilizzato in alternanza alla TM, privilegia gli aspetti vascolari.

## Vecchi Problemi

I problemi venosi possono anche comparire in un quadro di senescenza più generale, ad esempio caratterizzato da problematiche neuroendocrine, o metaboliche, o da patologie croniche articolari.

Tra le scelte possibili, Centella (EST o E.I.), è utile quando i problemi circolatori (flebiti, varici, microangiopatie) siano abbinati a patologie reumatiche croniche e squilibri nervosi dovuti a situazioni di stress cronico.

Rusco TM contiene le insufficienze venose anche di grave entità (varici, flebiti e tromboflebiti) e la fragilità capillare,



favorendo nel contempo la diuresi con effetti ipouricemizzanti: si utilizza nelle fasi acute con tendenze edemigene accentuate e nelle crisi di gotta. Cipresso TM, indicata nelle tossi spasmodiche con dispnea, aggiunge una nota estrogenica che ne suggerisce la prescrizione in particolare nel climaterio femminile, spesso caratterizzato da sintomi neurovegetativi. In presenza di disturbi vascolari da menopausa e in particolare di metrorragie, è consigliata come vasoprotettore Amemelide TM.

#### **Piccoli Vasi**

Quando nel quadro domina la compromissione del microcircolo, che interessa capillari e venule, e le affezioni venose sono accompagnate da fragilità capillare ed edema, i fitoderivati più idonei, oltre le già citate Ginkgo e Centella, sono quelli ottenuti dalle foglie di Vite rossa (EST) e le bacche di Mirtillo nero (TM). Quest'ultima pianta, di cui è disponibile anche il derivato meristemico, è interessante anche per la correzione delle disbiosi intestinali e genitourinarie.

Se la fragilità dei piccoli vasi facilita piccoli traumi con ecchimosi, Margheritina TM è consigliabile per uso esterno e per os per favorire la protezione delle tonache vasali e la riduzione della permeabilità vascolare.

#### **Meristemi in Associazione**

La Gemmoterapia offre importanti rimedi da associare a quelli indicati: Sorbo MG, come fleboprotettivo e fluidificante ematico è spesso associato a Castagno MG, utile a sostenere il drenaggio linfatico degli arti inferiori.

La pratica clinica ricorre inoltre ad Ippocastano MG, per la sua attività antinfiammatoria, come specifico delle manifestazioni emorroidali.

sostituire con NUOVA  
pubblicità

Avance Color

115x245



# Flebopatie al femminile

di Luana Vantadori,  
Ginecologa CED

**COME CONTENERE**

**I PROBLEMI VENOSI**

**DELLE DONNE**

**IN OGNI FASCIA D'ETÀ**

Secondo alcune statistiche, circa il 15% dei soggetti d'età superiore ai trent'anni soffre di flebopatie, con un'incidenza preponderante tra la popolazione femminile: i disturbi venosi interessano una donna su tre, contro il rapporto maschile di uno a quindici.

Ciò è in parte riconducibile al fatto che, tra i vari elementi che regolano le condizioni dei vasi e la quantità di sangue che attraverso essi fluisce ai tessuti, i fattori nervosi e umorali svolgono un ruolo rilevante e, nella donna, l'assetto fisiologico prevede che i tassi ematici neuroendocrini subiscano significative modificazioni periodiche, in relazione al ciclo mestruale, alle gravidanze, al climaterio, ecc.

Tali fluttuazioni possono in alcuni casi favorire la slatentizzazione di caratteristiche costituzionali, condizionando negativamente il sostegno connettivale dei tessuti, in particolare la stabilità della rete vasale e il suo flusso.

In molte circostanze, l'assunzione di rimedi fitoterapici e di oligoelementi può essere utile a lenire la sintomatologia e contenere l'evoluzione delle patologie venose.

## **Un Ventaglio di Problemi**

In alcune donne in età fertile, i problemi del circolo di ritorno si manifestano nell'ambito della sindrome premestruale, situazione che si presenta nella seconda fase del ciclo. Comporta un insieme di disturbi psichici (affettivi e comportamentali) e somatici, tra i quali alcuni interessano il ricambio idrico: edemi, gonfiore addominale, aumento ponderale, tensione mammaria, ecc.

Se di lieve entità, la ritenzione è alleviata riducendo l'apporto di sale nella dieta e con un incremento dell'attività fisica. Qualora tali misure fossero insufficienti, è consigliabile modulare l'assetto endocrino (ad esempio scegliendo Mn-Co e Zn-Cu, e/o Fico MG, Lampone MG, Agnocasto TM): è conveniente non limitare il trattamento al momento di comparsa della sintomatologia, ma prostrarlo continuativamente per qualche mese; in prossimità del ciclo, è possibile associare fitoderivati vasoprotettivi, ad esempio Centella EST o EF.



### Consigli in Pillole

L'assunzione di estrogeni esogeni (cioè non prodotti dal proprio organismo) contenuti nei contraccettivi orali può, in alcune donne, determinare ritenzione idrica ed aumento di peso. Caso per caso, si dovrà quindi cercare la dose e il principio attivo più idoneo per la singola paziente: un basso dosaggio non è sinonimo di minori effetti indesiderati.

Gli anticoncezionali orali possono comportare un aumento del rischio trombovascolare legato a patologie pregresse, soprattutto all'abitudine al fumo: è conveniente in questi casi abbinare cicli intervallati di Ginkgo TM, per il sostegno vasale e la profilassi trombotica.

Crhysanthellum EF può invece giovare in qualità di pianta vasoprotettiva, utile anche ad evitare un sovraccarico della funzionalità del fegato, organo che gioca un importante ruolo nel metabolismo degli ormoni steroidei.

### Mamme pesanti

In gravidanza l'insorgere o peggiorare dei problemi venosi è frequente: a volte appaiono varici, localizzate per lo più agli arti inferiori, meno ai genitali esterni e ancor meno a vagina e collo dell'utero; frequenti sono le emorroidi che, se già presenti in precedenza, si accentuano. Tutte le manifestazioni tendono a regredire dopo il parto, purtroppo per ripresentarsi e aggravarsi quasi sempre in occasione di eventuali gravidanze successive.

Alla formazione delle ectasie (dilatazioni) venose concorrono fattori costituzionali, emodinamici (compressione dei tronchi venosi pelvici da parte dell'utero) e endocrini (azione ipotonicizzante del progesterone sulle pareti venose). La profilassi consiste nell'evitare indumenti che ostacolano la circolazione di ritorno e l'assunzione di una prolungata stazione eretta senza camminare; anche le calze elastiche o il bendaggio compressivo possono dare sollievo.

Un altro importante aiuto è offerto dalla Gemmoterapia, i cui rimedi garantiscono maneggevolezza ed assenza di effetti collaterali; in particolare, sono consigliabili i derivati meristemati ottenuti dalle gemme di Ippocastano (vasotonico ed antiemorroidario) e Castagno MG (antiedemigeno).

Flebotrombosi e tromboflebite (vedi pag. 14) sono invece piuttosto rare in gravidanza, ma frequenti nel puerperio.

### Dopo la Menopausa

In menopausa non esiste uno specifico aumento nel rischio di patologia venosa. Piuttosto, tutti i tessuti connettivi, compresi quelli vasali, soffrono della fisiologica carenza di estrogeni, dal momento che la presenza in circolo di questi ormoni esercita su essi uno specifico ruolo eutrofico. Tra i diversi distretti interessati, la prevenzione riguarda soprattutto le malattie cardiovascolari e l'osteoporosi: l'opportunità del ricorso alla terapia sostitutiva è oggetto di una valutazione medica che riguarda la specificità di ogni paziente. In alcuni casi può essere sufficiente l'intervento con piante come Cipresso TM, antiflogistico venoso con note estrogeniche, eventualmente abbinato al derivato meristemato di Rovo MG, utile a sostenere la plasticità tessutale.

Consultorio  
C.e.d.

- Ginecologia
- Ostetricia
- Andrologia
- Psicologia
- Fitoterapia
- Omeopatia
- Educazione Alimentare

Informazioni e consulenze su sessualità, contraccezione, menopausa, gravidanza, diritto di famiglia.

Centro  
Educazione  
Demografica

20123 Milano Via Amedei 13  
(Ang. Corso Italia)  
tel. 02-8057835 02-8690078

Autorizzato D.P.R. n. 115 del 17-11-81

# Dolore e imbarazzo

di Lina Suglia

Tra le possibili espressioni sintomatiche della stasi venosa, sono incluse le emorroidi, che rappresentano una localizzazione specifica del problema: si tratta infatti della dilatazione dei vasi situati nel rivestimento mucoso-cutaneo prossimo all'ano, che può interessare sia quelli vicini all'orifizio (emorroidi esterne), sia quelli posti nella porzione iniziale del canale rettale (emorroidi interne, la cui compromissione parietale può a volte arrivare fino al prolasso, rendendole sporgenti).

## Dolori da piangere

All'inizio, la loro presenza può essere asintomatica, sino alla comparsa di attacchi in genere piuttosto violenti, che comportano fastidio crescente, prurito intenso, dolore acuto, defecazione problematica, emorragie rettali.

Benché le crisi brutali siano intervallate da momenti di remissione, è generalmente evidente la tendenza alla cronicizzazione; la ricomparsa del disturbo è spesso favorita da eventi particolari (ciclo mestruale, gravidanza, fatiche e sforzi fisici, stitichezza, ecc.) che, inducendo una situazione di congestione pelvica, offrono al quadro l'occasione di riproporsi in un aggravamento crescente. Né il ricorso alla chirurgia (criochirurgia, emorroidectomia), che si impone in casi estremi, è sufficiente a risolvere radicalmente il problema escludendo eventuali ricadute.

## Nell'occhio del Ciclone

Nella fase acuta della crisi è consigliabile ricorrere all'assunzione di piante vasotoniche come Rusco (TM: 30-40 gtt. 3 v./di), Cipresso (TM: 20-30 gtt. 3 v./di), o Ippocastano, sia nella forma di Tintura Madre (15-20 gtt. 3 v./di), sia di gemmoderivato: quest'ultimo, paragonato ai rimedi precedenti, presenta una maggiore maneggevolezza, che ne consente l'uso anche in gravidanza; permette inoltre l'assunzione di dosaggi piuttosto elevati al momento critico, per poi ritornare in breve a dosi medie.

Eventuali emorragie possono essere contenute con l'associazione di Tinture Madri come Pepe d'acqua (40-50 gtt. 2-3 v./di) o Borsa del Pastore (40-50 gtt. 2-3 v./di).

Contemporaneamente, applicazioni locali ripetute di oleolito di Iperico giovane per l'effetto antiflogistico e antalgico.

## Passata la Tempesta

Passato il momento acuto, è opportuno affrontare progressivamente il problema nei suoi diversi aspetti: dalla sedentarietà, all'alimentazione. Tali misure risultano idonee anche a correggere eventuali alterazioni della funzionalità intestinale: spesso, infatti, la stitichezza comporta un aggravamento dello stato congestizio e lo sforzo per l'emissione di feci compatte aumenta la pressione del sangue nei vasi perianali, aggravandone le condizioni.

Sarebbe auspicabile protrarre per almeno un paio di mesi l'assunzione dei derivati meristemati utili alla protezione venosa: Ippocastano MG, Sorbo MG e Castagno MG (c.a. 70 gtt. cad./di) potrebbero in una prima fase del trattamento essere abbinati (es. uno prima di colazione, uno prima di pranzo, l'altro prima di cena) e poi in seguito alternati periodicamente, unitamente a estratti scelti caso per caso.

Tra i possibili, è particolarmente interessante *Chrysanthellum E.I.* o EST, attivo a livello epatico (e indirettamente sulla funzionalità intestinale) e vascolare.

La presenza di problemi venosi, soprattutto se accompagnati da altri disturbi spasmodici, oltre alla pericolosa tendenza alla cronicizzazione del quadro, potrebbero in alcuni casi consigliare una correzione profonda con l'abbinamento dell'oligoelemento diatesico Manganese-Cobalto.

**LE EMORROIDI,**

**LOCALIZZAZIONE SPECIFICA**

**DEL PROBLEMA VENOSO**



# Senza Zavorra

di Massimo Rossi

## LA PROTEZIONE

## VASALE CON

## MISCELE DI

## OLI ESSENZIALI

## E TINTURE MADRI

Applicati localmente, gli oli essenziali (O.E.) possiedono la caratteristica di essere rapidamente assorbiti dalla pelle, raggiungendo in un breve lasso di tempo i vasi sanguigni prossimi all'epidermide e da qui i tessuti più profondi. Nel loro percorso entrano in contatto sia con la parete esterna dei capillari, delle arterie e delle vene, che con le loro pareti interne.

La prevenzione dei disturbi circolatori può così essere agevolata dal trattamento topico aromatico, che unisce i benefici del massaggio alle proprietà tonificanti, antinfiammatorie e protettive degli oli essenziali utilizzati.

### Per Giorni pesanti

L'O.E. di Geranio (*Pelargonium x asperum*) è un olio delicato, dotato di un buon profumo, che può essere tenuto in alta considerazione per le sue caratteristiche rilassanti e antinfiammatorie, linfotoniche e flebotoniche.

In presenza di pesantezza alle gambe, dopo una giornata faticosa, l'applicazione di una soluzione al 5% di O.E. di Geranio in olio vegetale ristora e tonifica, dando una sensazione non transitoria di benessere e leggerezza.

### Miscela di Essenze

In presenza di varicosità degli arti inferiori, oli essenziali come quello di Cipresso (*Cupressus sempervirens*), di Patchouli (*Pogostemon cablin*) e di Niaouli (*Melaleuca quinquenervia*) sono in grado di aiutare a rallentare il processo di sfianamento delle pareti delle safene e dei vasi collaterali.

Una miscela ottenuta con Cipresso, Patchouli, Niaouli (40 gocce di ciascuno) e 80 gocce di Geranio sciolte in olio vegetale per un volume finale di 100 ml., applicata ogni sera con un leggero massaggio circolare sulla parte interessata, può essere di grande aiuto.

### Per il Cuore, per la Mente...

Un situazione che provoca un forte stato d'ansia e di agitazione può determinare anche palpitazioni cardiache che peggiorano ulteriormente le condizioni.

Una miscela di oli essenziali contemporaneamente tonica per la mente e rilassante per il cuore può essere preparata mescolando 20 gocce di Lavanda (*Lavandula angustifolia*), 20 di Basilico (*Ocimum basilicum*), 10 di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*) e 10 di Maggiorana (*Origanum majorana*) con poco meno di 50 ml. di olio vegetale.

Il massaggio in zona sternale e del dorso con alcune gocce di questo preparato aiuta a ridurre la tensione e a ristabilire un battito regolare.

### Essenze e Tinture

Per la fragilità capillare esistono numerosi oli essenziali cui si può ricorrere, magari associandoli a Tinture Madri (TM) ad azione specifica. Ne sono un esempio la TM di Margheritina (*Bellis perennis*), adatta soprattutto quando i capillari si siano rotti recentemente, quella di Amamelide (*Hamamelis virginiana*), utile come astringente in fase di prevenzione o quella di Rusco (*Ruscus aculeatus*), che contribuisce a stabilizzare e a rinforzare le pareti dei capillari.

Ad un cucchiaino di una di queste TM si possono aggiungere una goccia di olio essenziale di Sandalo (*Santalum album*), una di Cipresso e una di Geranio: con questo preparato disperso su di una compressa di cotone idrofilo si picchietta leggermente per alcuni minuti la zona interessata.



# Il Sangue Bolle nelle Vene

di Lina Suglia

Le stasi venose possono favorire complicanze che provocano un significativo aggravamento del quadro generale, con rischio di patologie di maggiore entità.

Le flebiti, infatti, non solo inducono modificazioni sulla parete del vaso, ma intervengono anche sul sangue che in esso fluisce, dando adito alla formazione di coaguli, detti trombi: in alcuni casi la loro comparsa è favorita, oltre che dalla lentezza del flusso, da un aumento dei fattori di coagulazione, ad esempio in gravidanza, dopo un intervento chirurgico o un trauma, a seguito di infezioni o di assunzione di anticoncezionali orali, ecc.

## Guai a Cascata

Secondo la sede di formazione (vene del polpaccio, vena femorale, vena iliaca) e la dimensione, il trombo causa indolenzimento, dolore e un gonfiore più o meno esteso all'arto.

Quando sono interessate le vene superficiali degli arti inferiori, la tromboflebite comporta che il segmento del vaso colpito diventi varicoso, molto dolente al tatto, con forte arrossamento ed un gonfiore spiccato, sintomi spesso accompagnati da febbre e da una sensazione generale di malessere. In alcuni casi, la cute sovrastante muta colore e spesso va incontro ad ulcerazioni che possono subire sovrainfezioni (Noce MG).

La formazione di un trombo all'interno di un vaso venoso profondo rappresenta una minaccia ancora più grave.

Accrescendosi, modellato dal flusso, esso tende ad assumere una forma serpeggiante che fluttua nel lume vasale: ciò comporta il rischio che suoi frammenti possano staccarsi e, trasportati dalla corrente sanguigna, giungere al polmone, ostruendone l'arteria (embolia polmonare).

## LA FORMAZIONE

## DI TROMBI:

## UNA MINACCIA

## DA PREVENIRE

## Quando e Come intervenire

Per arginare il rischio trombotico si utilizzano rimedi anticoagulanti, che inibiscono la formazione del trombo e altri trombolitici che ne favoriscono la dissoluzione. Tali note sono implicite nel fitocomplesso di molte piante e tropismo vascolare e di alcuni derivati meristemati: Aglio TM, Meliloto TM, Spirea ulmaria TM, Salvia cinese EST, Ginkgo TM e MG, Sorbo MG, Ontano nero MG, Limone scorza di stelo MG.

Per evitare effetti sinergici indesiderati con prodotti farmaceutici analoghi, il Medico può valutare a quali sia opportuno ricorrere caso per caso. La terapia classica non esclude comunque la contemporanea assunzione di altri rimedi, in particolare gemmoderivati, con azione complementare e non sovrapponibile: ad esempio, oltre Ippocastano e Castagno MG, quelli indicati a correggere tendenze dismetaboliche, altamente predisponenti alla trombofilia.



«Fitonews» è distribuito gratuitamente, per riceverlo compilate e spedite questo coupon a:  
Fitomedical Via Norma Parenti, 22  
20090 Fizzonasco di Pieve Emanuele (MI)  
oppure inviate via Fax al n° 02 90781996

*Ai sensi della Legge n°675/96 autorizzo l'utilizzo dei dati di fianco riportati per ricevere «Fitonews» ed ogni altra informazione circa l'attività aziendale di Fitomedical e le sue iniziative promozionali.*

*In nessun caso i dati potranno essere trattati a scopi diversi.*

Data:

Firma:

Nome \_\_\_\_\_

Cognome \_\_\_\_\_

Ragione sociale \_\_\_\_\_

Professione \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

CAP \_\_\_\_\_

Città \_\_\_\_\_

Provincia \_\_\_\_\_

Nazione \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_

Fax \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

# Il Bosco a Tavola

di Elisabetta Minini,  
Esperta in Alimentazione Naturale

**CIBI «LEGERI»**

**PER GAMBE PESANTI:**

**LE SCELTE GIUSTE**



Tra i diversi fattori che inducono problemi circolatori agli arti inferiori, alcuni possono essere identificati nelle scorrette abitudini alimentari e nella mancanza di movimento fisico. Ciò si ripercuote sulla circolazione e sulla funzionalità intestinale, con effetti che si accumulano nel tempo: ad esempio, un quadro di frequente riscontro è quello in cui convergono disturbi come stipsi, emorroidi e pesantezza alle gambe. Chi ne è soggetto dovrebbe in primo luogo riacquistare confidenza con l'attività fisica: mezz'ora al giorno di una corretta ginnastica o di una passeggiata rappresentano la più semplice forma di intervento.

## **Dolce, ma sottile**

Sul fronte alimentare le controindicazioni riguardano soprattutto il consumo eccessivo di zuccheri semplici: dolci, alcool, farinacei raffinati. Il sapore dolce, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, è in stretta relazione con l'elemento Terra, al cui squilibrio è riconducibile la lassità di tutti i connettivi, quindi anche dei vasi. Per correggerne la debolezza e tonificare questi tessuti, la dietetica orientale suggerisce il sapore dolce, ma assunto nella sua forma «sottile»: riso, grano, miglio, patate, carote, zucchine, mele, non certo zucchero bianco!

## **Olio e Sale**

Da correggere è anche l'abuso di grassi saturi (carne, insaccati, burro, margarina) a scapito di quelli insaturi, che invece svolgono un ruolo fondamentale nel mantenere impermeabili le membrane cellulari. Particolarmente indicati sono gli oli di Enotera, Borragine, Cartamo, Girasole, Lino, Oliva spremuti a freddo, oltre a quelli dei pesci dei mari del Nord. Anche il sale andrebbe limitato, preferendo quello dietetico a base di potassio, o la salsa di soia come condimento.

attenzione  
sostituire con  
pubblicità

NEAVITA  
Naturingross  
(già stampata in  
precedenza)



### Frutti di Bosco e di Pianura

Tra i vasoprotettori naturali, un posto d'onore spetta alla vitamina C, ai flavonoidi (vitamina P) e a molecole vegetali ad essi simili, tutte fortemente antiossidanti e spesso presenti nella buccia di frutta e verdura.

In particolare si distinguono i frutti di bosco, soprattutto Mirtillo nero, per qualità e quantità di antociani, pigmenti dal caratteristico colore rosso-viola, in grado di aumentare la resistenza dei piccoli vasi, di contrastare la permeabilità capillare e le reazioni infiammatorie a danno del tessuto connettivo. Una cura vera e propria richiederebbe circa 100 grammi di mirtillo (anche surgelati) ad ognuno dei tre pasti, magari con un cucchiaino di miele e succo di limone che agiscono in sinergia.

Via libera anche ai ribes neri e rossi, a fragole, more, sambuco, lamponi, olivello spinoso, ma anche uva, mele, prugne, ciliegie, pesche, sempre crude e con la buccia, oppure in forma di succhi. Gli agrumi, soprattutto la polpa e le «pellicine», sono ricchi in rutina e derivati, sostanze vasoprotettrici presenti anche nel polline e nel grano saraceno. È utile sapere che molti principi nutrienti dei cereali sono resi meglio disponibili dalla germinazione: quindi anche il grano saraceno sviluppa più rutina nelle piccole foglie dei germogli, ottenuti dopo 3-6 giorni di sciocqui dei semi (integrali e biologici) in un recipiente di vetro.

### Esperienze piccanti

Il peperoncino contiene flavonoidi, vitamina C e capsicina, il suo specifico principio attivo, e si colloca dunque a pieno titolo tra i vasoprotettori: in qualità di antinfiammatorio (ben diverso dal pepe!) è indicato anche a chi soffre di emorroidi e gastrite, purchè le quantità assunte siano modeste e non vi siano in atto processi ulcerativi gastroenterici. Infine, la Medicina Tradizionale Cinese suggerisce tra i sapori il dolce e l'acido sottili per le disfunzioni del sangue e del tessuto connettivo e consiglia tè verde, castagne, spinaci e melanzane.

## Detergenti bioecologici "Naturali" per la casa

- ▶ **PIU' efficaci e facili nell'uso** ▶ **PIU' concentrati per un "vero" risparmio**
- ▶ **MENO allergie cutanee** ▶ **NESSUN danno all' Ambiente**



**cielo**



**Natura Amica**

42047 Rolo (RE)  
Tel. 0522 / 658338 Fax 0522 / 658275

*In vendita nelle migliori Erboristerie e Negozi di Prodotti Naturali*



# Benessere in circolazione

di Roberta Pedretti  
Personal Fitness Trainer e Insegnante di Aerobica

## COME MIGLIORARE LA

## CIRCOLAZIONE GRAZIE A UNO

## STILE DI VITA ALL'INSEGNA DEL

## BENESSERE E DEL MOVIMENTO.

## PER ESSERE «IN GAMBA»

## ALL'ARRIVO DELL'ESTATE.

Alleggerire le gambe di pesi superflui è il must della stagione. Non si tratta solo dei chili di troppo, ma anche di tutte quelle banali, quanto cattive abitudini che nascondono degli errori dannosi per una buona circolazione. Le cause di un'insufficienza venosa possono essere di tipo ormonale o ereditario, come di uno scorretto stile di vita. Modificabile, però, in modo facile e piacevole.

• **L'importanza del peso forma** Il sovrappeso, oltre che poco estetico, è responsabile di un superlavoro a carico delle vene. Eliminare i chili superflui e mantenere il peso forma è il primo passo verso la salute della circolazione.

• **Quando lavorare stanca** Se l'attività lavorativa costringe a rimanere seduti per molte ore, la circolazione ne risentirà. È necessario concedersi delle brevi pause per alzarsi dalla sedia, cambiare posizione, muoversi. Chi trascorre molto tempo alla scrivania, dovrà preferire un tipo di sedia o di poltroncina che non

abbia bordi di materiale troppo rigido. Attenzione anche all'abitudine di accavallare le gambe: un gesto banale che ostacola però il reflusso del sangue. Viceversa, se il lavoro costringe tutto il giorno in piedi, bisognerà evitare di restare fermi a lungo, cercando di camminare appena è possibile.

• **Combattere la pigrizia** Camminare è la cosa più semplice da fare per contrastare la stasi venosa. Bastano 15-20 minuti al giorno a passo sostenuto (lo shopping non è indicato, perché significa continue soste davanti alle vetrine). Anche scegliere la bicicletta come mezzo di trasporto è una valida soluzione. Ottimo anche il nuoto e la ginnastica in acqua. Chi preferisce la palestra, scelga corsi di tonificazione, gag (gambe, addominali, glutei), step, spinning, corpo libero, mentre in sala attrezzi il trainer potrà suggerire un programma di esercizi a circuito su macchine di cardiofitness e macchine isotoniche: una muscolatura tonica e un allenamento mirato potranno sicuramente essere un valido aiuto. Mettere un nuovo benessere in circolazione è possibile cominciando con questi facili e piacevoli esercizi che si possono eseguire in qualunque momento della giornata, al lavoro o a casa.

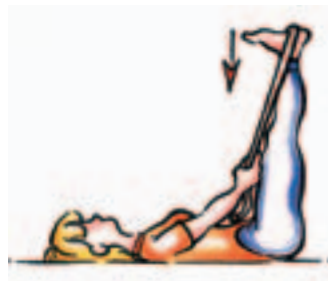
I primi due esercizi cercano di stimolare in modo attivo quella che è chiamata spugna plantare, una fitta rete di piccole vene che, se «spremuta», spinge il sangue verso l'alto. Anche i muscoli del polpaccio, contraendosi, esercitano una pressione sulle vene che favorirà la risalita del sangue. Il terzo esercizio prevede di rimanere con le gambe sollevate, una posizione che facilita il ritorno venoso e, contemporaneamente, consente di riallungare la muscolatura posteriore di gambe e schiena, le due aree muscolari che soffrono maggiormente per le cattive posture assunte durante la giornata.



**1. Rullate plantari**  
Posare a terra un manico di scopa e appoggiare il piede destro. Esercitando una pressione energica sul bastone, fare scivolare la pianta del piede, dalle dita al tallone. Ripetere con il piede sinistro.



**2. Sollevamento sui talloni**  
Sollevare i talloni da terra rimanendo in appoggio sulle punte dei piedi, in questo modo si contraggono i muscoli del polpaccio. Ripetere 15-20 volte, per tre serie.



**3. Flesso-estensione dei piedi**  
Utilizzare una corda o la cintura dell'accappatoio. Rimanere nella posizione con le gambe tese e il piede a martello. Rilassare il collo e le spalle respirando normalmente. Stendere le punte dei piedi verso l'alto per qualche secondo, quindi tornare nella posizione di partenza. La sensazione deve essere di leggera tensione, mai di dolore. Questo esercizio può essere eseguito anche contro una parete, avendo cura di far aderire il bacino al muro.



FITOCOSE

# Contro la Gravità

*Dott. Pietro Porto  
Direttore Scientifico del  
laboratorio di preparazioni  
fitocosmetiche «Fitocose srl»*

## PIANTE PER GEL, CREME

## E POMATE CONTRO STASI VENOSE

## E CELLULITE

Per prevenire o fare fronte alle stasi circolatorie, è ottima l'applicazione sugli arti inferiori di cosmetici come gel, creme e pomate formulati con fitoestratti a specifica azione. Il mondo vegetale conta infatti diverse piante attive a livello venoso, ricche di sostanze naturali che non solo offrono un immediato senso di freschezza e di sollievo, ma usate con continuità evitano anche l'insorgere di ulteriori complicanze.

### Matte ma utili

L'Ippocastano è tra le specie più importanti. Dai suoi semi, comunemente chiamati «castagne matte», si ottiene l'escina, una frazione antiedematosa e antiessudativa: riduce il gonfiore e l'eccessiva dilatazione delle venule, attenua il senso di stanchezza e riattiva la circolazione periferica. Nella corteccia e nel pericarpo del frutto della stessa pianta abbonda l'esculoside, sostanza studiata già dagli anni '20 per l'attività protettiva sui capillari, che rende meno permeabili e fragili.

Dalle sommità fiorite del Meliloto, si ottiene invece un estratto indicato a lenire i quadri di stasi circolatoria accompagnata da linfoedema. Questa situazione comporta un cospicuo incremento di macroproteine all'interno dei vasi linfatici, con aumento della pressione osmotica e conseguente richiamo di liquidi. Le cumarine di Meliloto stimolano l'attività dei macrofagi che, diminuendo la quantità di macroproteine, contribuiscono a ridurre la congestione linfatica. Inoltre, per interazione con alcune catecolamine (adrenalina), migliorano la capacità contrattile dei vasi, oltre a ridurre edema e dolore.

### Semi di Vite e Bacche di Mirtillo

Le leucocianidine estratte dai semi d'uva sono flebotropiche, venotoniche e capillarotropiche. Aderiscono alla parete interna vasale, stabilizzandola e proteggendola da fattori aggressivi: durante il processo infiammatorio, infatti, aumenta considerevolmente la concentrazione di enzimi (elastasi, collagenasi e ialuronidasi), che inducono una lisi delle fibre elastiche, collageniche e proteoglicaniche atte a conferire robustezza e elasticità ai vasi venosi. Vite rossa, inoltre, favorisce l'attività biologica della vitamina C e stimola i sistemi enzimatici che intervengono nella sintesi di collagene.

Analogamente alle leucocianidine, gli antocianosidi, i pigmenti presenti nei frutti di Mirtillo nero, rendono più stabile il tessuto connettivo vasale, agendo in modo specifico sull'alterata permeabilità e fragilità dei capillari. Inizialmente, il loro utilizzo in campo cosmetico era ostacolato dal colore rosso-violaceo (che la pelle assumeva) e dal pH eccessivamente acido del preparato; oggi, con la forma fitosomale, tali sostanze sono largamente utilizzate in formulazioni indicate alla prevenzione dei disturbi circolatori e al ripristino dell'elasticità vasale.

### L'Erba delle Tigri

Centella asiatica è una piccola erbacea, spontanea nelle regioni di India e Madagascar. Dalle foglie si estrae una frazione composta da molecole come l'asiaticoside e il madecassoside.

La tradizione popolare, osservando come le tigri ferite si strofinassero sui prati erbosi di Centella per favorire la guarigione del manto, ne suggeriva l'utilizzo quale ausilio per la cicatrizzazione, aspetto confermato dalla ricerca scientifica moderna: questa riconosce alla pianta un'azione di stimolo alla produzione di collagene da parte dei fibroblasti umani, con miglioramento dell'impalcatura connettivale della parete vasale.

In pratica, ciò si traduce in una migliore riepitelizzazione e nella normalizzazione dei processi riparativi da alterata permeabilità dei vasi sanguigni. Quest'ultima attività si spiega con la specifica azione di Centella nel normalizzare il tessuto connettivo perivascolare, elemento fondamentale per la regolarizzazione della permeabilità e degli scambi capillaro-tessutali. I suoi estratti trovano quindi impiego per lenire situazioni dove la stasi circolatoria abbia determinato un danno al connettivo perivascolare: tanto nei vari stadi evolutivi della stasi venosa, quanto nella panniculopatia edemato-fibrosclerotica del tessuto adiposo, meglio nota come cellulite.

# VI OFFRIAMO GLI ESTRATTI DI TUTTE LE CULTURE.

Abbiamo viaggiato nel mondo per estrarre il meglio da tutte le culture, dalla medicina ayurvedica a quella tradizionale cinese. Il risultato è racchiuso negli **EIS-Estratti Integrali Sinergici**, macerati di pianta fresca, estratti secchi e oli essenziali che combinano la millenaria saggezza orientale con la moderna esperienza e tecnologia occidentale. La concentrazione ottimale dei composti assicura la massima sinergia, un assorbimento rapido delle sostanze attive e un'azione efficace sui sintomi: per alleviare subito il disagio o per correggerne le cause con un uso costante che prepara l'organismo a interventi successivi.

Pierluigi Bruno - Roberta Pedretti - visual design



*Estratti  
Integrali  
Sinergici*

con oli essenziali



FITOMEDICAL

MIGLIAIA DI ANNI DI ESPERIENZA, IN GOCCE.

