



COMUNICATO ANDROMEDA n. 29/94*

UN'ERBA MAGICA: L'IPERICO

FITOTERAPIA

Se anche quest'anno ci sarà un'estate, nei giorni del solstizio fiorirà una delle più solari fra le piante: l'**iperico** (*hypericum perforatum*).

Il suo nome (derivato dal greco, che significa "su una apparizione"), è riferito alla credenza che la sola presenza della pianta fosse sufficiente a far dileguare gli spiriti maligni. Il "perforatum" infatti, riferito ai forellini sulle foglie, visibili controluce, sarebbe dovuto alla terribile lotta sopportata col maligno di cui l'**iperico** porterebbe i segni. Per questo, oltre al fatto che l'**iperico** colora di rosso, Paracelso gli attribuì la proprietà di curare le ferite.

È detto anche **Erba di San Giovanni** poiché andrebbe raccolto il 24 giugno. Mattioli, riprendendo Dioscoride, ci parla a lungo delle proprietà del seme: "caccia fuori le pietre dalle reni, vale contro i veleni e i morsi degli animali velenosi... e lo si dà nei vomiti del sangue. Nelli fiori e nel seme vi è virtù meravigliosa di consolidare le ferite... l'olio nel quale sieno lungamente macerati al sole i fiori e le siligne verdi peste insieme con il seme sana meravigliosamente le ferite fresche, unto sul corpo giova alle dissenterie, bevutone un cucchiaino ammazza i vermi."

Dell'**iperico** così scrisse Galeno: "...l'iperico scalda e dissecca, provoca i mestrui e l'urina. Salda le ferite, l'ulcere, ma ancora le cuture del fuoco. Usando secco in polvere sana le ulcere che sono umide e putride. Sono alcuni anni che lo danno a bere alle sciatiche."

Molte di queste indicazioni sono state confermate dalla moderna farmacognosia: è una pianta in grado di agire su vari apparati esercitando le seguenti, importanti azioni.

GLI IMPIEGHI

- **Azione pettorale, balsamica, antinfettiva, espettorante**, utile nei disturbi bronchiali e polmonari.

Può essere utilmente impiegato nei catarrhi cronici (unitamente all'azione fluidificante dell'Origano) e nell'asma bronchiale (con Lichene Islandico).

- **Azione colagoga^(**), antispasmodica ed antinfiammatoria del gastroenterico** di cui risolve la mucosità.

- **Azione ipotensiva e vasodilatatrice** (parasimpaticomimetica).

- **Azione antisettica sull'apparato urinario**; indicato nelle cistiti anche accompagnate da ematuria ed in caso di renella. Gli inglesi lo utilizzano nella enuresi infantile, nella dissenteria, nelle depressioni, nell'ipertensione.

- **Azione fluidificante sanguigna** (ricco di flavonoidi ed indicato nella menopausa assieme al Meliloto, dato che agisce anche sulla componente depressiva).

- **Azione nervina**: è quella forse più affascinante, certo dovuta suo essere una pianta solare, capace di rigenerare, rinvigorire, "riscaldare". Utile nelle emicranie o, per dirla con Hulbers, nel mal di testa causato da "vuoto spirituale", quando l'individuo non riesce più a pensare, non a causa del dolore ma in seguito a mancanza di energia.

- **Azione antidepressiva**: tale azione è ascrivibile all'ipericina, che è in grado di inibire l'enzima monoamminossidasi (azione anti Mao) responsabile della degradazione delle catecolamine e della serotina (degradazione da cui deriva calo del tono dell'umore e difficoltà ad addormentarsi).

- Unito al sambuco (succo) può essere impiegato nelle **neuralgie (trigemino)**.

- **Di eccezionale utilità è il suo uso topico.**

Tutti conoscono l'incredibile efficacia dell'oleolito di **iperico** per le scottature. La sua azione è antinfiammatoria, antisettica ed analgesica. Può essere impiegato quindi anche in piaghe, ragadi, ferite ed ulcere nonché sciatalgie, reumatismi ed ematomi. Massaggiato lievemente sul ventre dei neonati, ne allevia le coliche gassose.

(È conosciuta ed usata in Cina una varietà di *Hypericum Japonicum* dall'azione riscaldante e dal gusto piacevole con azione detossicante, dolcemente febrifuga, capace di ridurre i gonfiore e risolvere le scottature. È impiegato in particolare per epatiti acute, dolori alla regione epatica, nelle appendicitis, ustioni ed accessi, mastiti, ragadi, morsi di serpenti, ma per questa ultima indicazione è bene agire con cautela).

LE CARATTERISTICHE

Possiamo a questo punto affermare che le diverse tradizioni concordano sulle caratteristiche fondamentali dell'**iperico**.

- Prima fra tutte è la sua **natura calda**: l'**iperico** è governato dal segno celeste del Leone e sotto il dominio del Sole.

- La sua **azione energetica** dominante la sfera respiratoria, epatica, gastrica e soprattutto le turbe circolatorie periferiche e le neuropatie.

Pianta calda che restituisce energia a chi sopravvalutandosi ne ha consumata troppa, laddove la coscienza solare, l'io, si esaurisce e subentra la tendenza alla rinuncia.

L'**iperico** dunque restituisce il coraggio ed aumenta la fiducia; forse per questo la sua influenza si esercita soprattutto sul sistema respiratorio e digerente, là dove cioè l'energia terrestre entra attraverso l'aria e il cibo e dove viene purificata assimilata e diffusa come energia vitale.

Riassumendo, l'**iperico** è indicato in:

uso interno

- **bronchiti, asma, insufficienza epatica, enuresi** (associato con Olio Achillea e Primula), **reumatismi, gotta;**

uso esterno

- **scottature, ferite, emorroidi (+ calendula), ragadi, reumatismi.**

LE PREPARAZIONI

Infuso sommità:

15 g. di fiori iperico in mezzo litro di acqua. Infusione 20 minuti. Bere durante la giornata lontano dai pasti.

Tintura alcolica:

Macerare 100 g. di sommità fiorite fresche in 65 cc di acqua e 200 di alcool 95. Lasciare macerare per almeno 7 settimane, spremere e filtrare. 10-30 gocce due volte al dì in un po' di acqua.

Oleito:

Delle differenti modalità di preparazione la più semplice è sicuramente quella di riempire un vaso di sommità fiorite fresche senza troppo pigiarle. Aggiungere olio extravergine di oliva spremuto a freddo (o ancora meglio olio di mallo di noce) fino a coprirle completamente. Esporre al sole per tutta l'estate. Spremere e conservare in un vaso scuro.

L'*oleito* può essere usato in sostituzione dell'estratto idroalcolico, laddove è sconsigliata l'ingestione di alcool.

Per qualsiasi ulteriore informazione rivolgersi a:
Andromeda, via S. Allende 1, 40139 Bologna
tel 051.490439 - 0534.62477 - Fax 051. 491356

NOTE

* Questo comunicato è tratto da una ricerca a cura del laboratorio Arcangea

** Che stimola la secrezione biliare del fegato

ELENCO delle audiocassette

con la registrazione delle conferenze

organizzate dal COS a Bologna, Verona e Feltre.

Costano - salvo diversa indicazione - lire 20.000 cadauna.

Si possono richiedere a CARTAduemila - Via Emilia Levante 46, 40139 Bologna - tf. ø 051. 548721

- 13 maggio 1992, Verona - **I rimedi alle malattie degenerative** - Con G.Valsè Pantellini, Achille Poglio, Giuseppe Zora • due cassette indivisibili (cod. VR1)
- 17 novembre 1992, Bologna - **L'impiego dei tests olistici umorali nell'indagine sul funzionamento dell'intestino. Il test delle urine.** (prima parte) - Con Sabine Eck (cod. 01)
- 24 novembre 1992, Bologna - **L'impiego dei tests olistici umorali nell'indagine del terreno metabolico e dello stato immunologico. I test ematici e salivari.** (seconda parte) - Con Rolf Glenewinkel e Sabine Eck (cod. 02)
- 1° dicembre 1992, Bologna - **Valutazione sulle capacità di reazione allo stress attraverso la misurazione dell'energia vitale degli organi. I test bioelettronici** - Riflessioni e dimostrazione pratica - Con Carla Marzetti e Rolf Glenewinkel (cod. 03)
- 15 dicembre 1992, Bologna - **Udito e comportamento: nuove possibilità di diagnosi e cura attraverso l'indagine della qualità percettiva** - Riflessioni e dimostrazione pratica - Con Emilia De Besi e Sophie Chastel (cod. 04)
- 12 gennaio 1993, Bologna - **Diagnosi fisiognomica e iridologica: lo studio dell'essere umano senza l'impiego di supporti ad alta tecnologia** - Con Marcella Brizzi (cod. 05)
- 19 gennaio 1993, Bologna - **Il Mineralogramma e l'analisi del capello** - Con Luigi Minucci (cod. 06)
>>>
- 23 gennaio 1993, Verona - **Il cloruro di Magnesio · Le trasmutazioni a debole energia** - Con Raul Vergini, Giuseppe Zora, G.Valsè Pantellini - moderatore Paolo Brunetti • due cassette indivisibili (cod. VR2)
- 26 gennaio - 2 febbraio 1993, Bologna - **I sali della vita: il magnesio e il potassio. L'importanza della riscoperta del metodo citofilattico - Perché e come integrare la nostra alimentazione con supplementi di vitamine, minerali ed aminoacidi: fondamenti di life-extension** - Con Raul Vergini • una cassetta con le due relazioni, lire 30.000 (cod. 07-8)
- 16 febbraio 1993, Bologna - **Le vaccinazioni tra pregiudizio e realtà: riflessione sugli aspetti sanitari** - Con Giuseppe De Micheli (cod. 10)
- 23 Febbraio 1993, Bologna - **L'immunizzazione naturale nella prevenzione e per la conservazione della salute** - Con Erus Sangiorgi (cod. 11)
- 2 marzo 1993, Bologna - **Le vaccinazioni tra obbligo di legge e libertà di scelta terapeutica: riflessioni sugli aspetti legali** - Con Giancarlo Ghidoni e Francesco Spisso (cod. 12)
- 9 marzo 1993, Bologna - **Gli effetti delle energie da radiazione** - Con Maurizio Manca • cassetta corredata di fascicolo con schemi, lire 30.000 (cod. 13)
- 16 marzo 1993, Bologna - **Modifiche dell'ambiente: i campi elettromagnetici e la ionizzazione dell'aria.** - Con Fiorenzo Marinelli • cassetta incompleta della parte finale, lire 15.000 (cod. 14)
- 2 aprile 1993, Feltre - **Tumori, voci soffocate** - Con Giuseppe Zora, G.Valsè Pantellini - moderatore Paolo Brunetti • due cassette indivisibili (cod. VR3)
- 20, 27 aprile e 4 maggio 1993, Bologna - **Parto naturale: demedicalizzare il parto perché la donna possa tornare protagonista della propria maternità** - Con Maria Alessandra Panozzo • **La riscoperta dell'allattamento al seno come ideale continuità di un parto attivo e naturale -Dopo il latte della mamma? Proposte per l'avvio di un'alimentazione equilibrata e naturale** - Con Simonetta Valentini • due cassette indivisibili, lire 50.000 (cod. 17-19)
- 25 giugno 1993, Feltre - **Il corpo riconquistato** - Con Raul Vergini, Giuseppe Vanoli - moderatore Paolo Brunetti • due cassette indivisibili (cod. VR4)
- 20 ottobre 1993, Verona - **L'inquinamento nella vita quotidiana: nemico invisibile** - Con Fiorenzo Marinelli - **La casa ammalata: campi elettromagnetici e zone geopatogene** - Con Marco Nieri • due cassette indivisibili (cod. VR5)
- 30 settembre 1993, Verona - **Alimentazione integrata: come nutrirsi e conservare la salute** - Con Alessandro Formenti • due cassette indivisibili, lire 40.000 (cod. VR6)
- 6 ottobre 1993, Verona - **I tests olistico/umorali nella valutazione dello stato di salute. Riflessioni sulla diagnostica alternativa** - Con Carla Marzetti (cod. VR7)
- 13 ottobre 1993, Verona - **Miglioramento della percezione sonora con il metodo Guy Berard** - Con Emilia De Besi e Sophie Chastel (cod. VR8)
- 18 novembre 1993, Verona - **Inquinamento atomico, radicali liberi e malattie degenerative** - Con Gianfranco Valsè Pantellini (cod. VR9)
- 24 novembre 1993, Verona - **L'agricoltura verso il 2000. Possibilità per un nuovo equilibrio ecologico: agricoltura biologica, recuperi energetici, recupero delle biomasse** - Con Achille Poglio e Pierlorenzo Brignoli • due cassette indivisibili, lire 40.000 (cod. VR10)
- 24 novembre 1994, Verona - **Terapie e ricerche atossiche nella prevenzione e cura delle malattie infettive e degenerative** - Con Gianfranco Valsè Pantellini - **Valutazione dello stato di salute con l'impiego di test bioenergetici e olistico umorali** - Con Sabine Eck- (cod. VR11)
- **Guarire senza medicine (Metodo di ipnosi per stimolare le capacità di autoguarigione dell'organismo)** - di Giuseppe Cosco, lire 25.000 (cod. GC 01)
- **Satanismo e musica rock: il fenomeno, le implicazioni sociali e giuridiche** (Catanzaro, Circolo Unione - Università Permanente, aprile 96) - Relatori: Giuseppe Cosco (curatore), Antonio Baudi, Lucio Ranieri - lire 25.000 (cod. GC 02)