

Liu wei di huang wan: un farmaco per la prevenzione delle patologie dell'anziano

Lucio Sotte* Emanuela Naticchi**

L'anziano va incontro a numerose patologie correlate all'indebolimento degli organi e visceri la cui riserva funzionale si riduce gradualmente con l'andare degli anni. La prevenzione di queste patologie è uno degli aspetti più interessanti della medicina tradizionale cinese che ha messo a punto nel corso dei millenni delle tecniche diagnostiche che sono in grado di individuare molti stati preclinici di malattia. Questi si fondano sull'indebolimento o deficit delle sostanze fondamentali (yin e yang, qi e sangue) che si focalizza in uno o più organi e visceri (zang e fu).

Una volta che il deficit è stato diagnosticato, occorre intervenire per correggerlo, a questo proposito sono state studiate numerose strategie preventive che si servono delle più svariate tecniche terapeutiche: agopuntura, massaggio, farmacologia, dietetica, ginnastiche mediche.

In questa relazione affrontiamo il trattamento preventivo farmacologico di uno dei quadri clinici più frequenti dell'anziano: il deficit di yin che colpisce particolarmente due organi: il Rene ed il Fegato.

Sintomatologia del deficit di yin di Rene e Fegato

- Debolezza e dolenza lombari, debolezza alle ginocchia e gonalgia;
- vertigini, acufeni, ipoacusia o sensazione di «testa leggera»;

- talora ansia, amnesie;
- sudorazione notturna;
- talora spermatorrea, polluzioni notturne;
- secchezza delle fauci e sensazione di gola secca, soprattutto notturna;
- stipsi con feci secche e oliguria con urine cariche;
- talora oligomenorrea, amenorrea;
- lingua rossa, con patina assente o sottile e asciutta;
- polso fine xi e rapido shuo.

Se il deficit di yin è più manifesto, compaiono chiari segni di risalita di fuoco:

- arrossamento dei pomelli;
- aggravamento della sintomatologia vertiginosa e degli acufeni;
- aggravamento della sudorazione notturna;
- calore ai cinque cuori (regione palmare, regione plantare e precordio);
- bocca secca e sete, soprattutto notturna;
- modico rialzo termico, soprattutto serotino;
- sensazione di calore al pomeriggio;
- insonnia, ansia, agitazione mentale;
- oliguria con urine cariche e talora ematuria;
- stipsi ostinata con feci molto secche;
- polluzioni notturne, accompagnate da sogni spesso a sfondo

sessuale;

- eccessivo desiderio sessuale;
- lingua secca con corpo particolarmente rosso e punta ancora più carica, con fenditure;
- polso rapido shuo, vuoto xu e superficiale fu.

Nei casi gravi può comparire una sintomatologia accessoria caratterizzata da:

- dimagrimento con aspetto emaciato;
- drastica perdita delle masse muscolari;
- lingua rosso carico a specchio.

Occorre ricordare che i segni e sintomi di malattia appena citati non debbono per forza essere tutti presenti per poter diagnosticare un deficit di yin. Questo è già presente se si verifica la comparsa contestuale anche di pochi sintomi come ad esempio il dolore lombare e l'iperidrosi notturna.

Se si associa anche un deficit di yin di fegato la sintomatologia si arricchisce di altri segni:

- visione offuscata, secchezza ed arrossamento oftalmico, emeralopia;
- secchezza cutanea e dei capelli;
- unghie fragili, pallide, opache;
- oligomenorrea o flussi mestruali scarsi;
- incarnato avvizzito e pomelli arrossati;
- debolezza muscolare e crampi;
- depressione e sensazione di mancanza di scopi nella vita.

Patologie occidentali correlate al deficit di yin di Rene e Fegato

Ipertiroidismo, adenoma tiroideo, ipertensione arteriosa, diabete mellito e insipido, miastenia, sindromi ansiose e nevrosi d'ansia, sindrome climaterica, disturbi neurovegetativi, nefriti croniche, sindrome nefrosica, infezioni croniche delle vie urinarie, atrofia del nervo ottico, stipsi, retinite centrale, TBC polmonare, lombalgia, ritardo nella crescita in età pediatrica, effetti collaterali della chemioterapia, prostatite cronica, infertilità, impotenza, sequele di incidenti vascolari cerebrali, acufeni, sindrome di Meniere, sindromi vertiginose, asma bronchiale, vaginite e secchezza delle mucose genitali, esofagite, gastrite etc.

Eziopatogenesi del deficit di yin di Rene e Fegato

Il deficit di yin di Rene si caratterizza con alcuni segni specifici: patologia dell'orecchio, della regione lombare («palazzo del Rene») e della funzione genitale: spermatorrea, algomenorrea, amenorrea e menometrorragia.

Il quadro generale è spesso dominato da segni di falso fuoco determinato dal liberarsi dello yang nella regione superiore del corpo. Lo yin in difetto non è in grado di trattenere lo yang, che, secondo la sua natura, ha tendenza a sollevarsi: vertigini, insonnia, secchezza delle fauci, pomelli rossi, spermatorrea, secchezza oftalmica, arrossamento oftalmico, visione offuscata.

Le vertigini, i capogiri e le amnesie sono dovuti anche al difetto di nutrizione del midollo, che un Rene in deficit non è in grado di assicurare.

La liberazione di yang si manifesta con segni di calore, di essiccamento e carenza dei liquidi: gola secca, bocca secca, occhi secchi, sensazione di calore e febbre serotina, lingua rossa e asciutta.

Lo yin di Rene nutre lo yin di Fegato, che, a sua volta, genera lo yin di Cuore. Un difetto del Rene yin si può complicare con segni di deficit di yin di Fegato e Cuore; ne consegue una liberazione dello yang di questi due organi: vertigini, capogiri, insonnia, nervosismo, palpitazioni.

In questo quadro sindromico si assiste a quel fenomeno che va sotto il nome di «scatenamento del fuoco organico»: il fuoco, non più trattenuto dall'acqua, si manifesta con segni di uscita dalla catena («scatenamento») dei Cinque Movimenti.

Il deficit di yin di Rene può determinare inoltre un indebolimento della fisiologica funzione di inibizione del fuoco da parte dell'acqua e ciò contribuisce alla comparsa di sintomatologie di origine cardiaca.

Anche il calore dei cinque cuori è l'esito della carenza della funzione rinfrescante dell'acqua. La patologia è di natura yin e si manifesta con segni yang; ciò determina da una parte il dimagrimento (perdita di materia yin) e dall'altra l'aggravamento serotino e notturno del quadro (la sera e la notte rappresentano lo yin del ciclo circadiano).

La sudorazione notturna è collegata anche al fatto che lo yin in deficit non è in grado di trattenere il qi difensivo, che normalmente circola di notte all'interno dell'organismo; lo yin in difetto non è sufficiente ad assorbirlo. Ciò determina una perdita di liquidi, di natura yin, che aggrava ulteriormente il quadro. La presenza di fuoco in eccesso fa evaporare i fluidi, che fuoriescono quando dovrebbero rientrare nello yin, e cioè di notte.

La carenza di yin produce un polso fine xi e sottile perché mancano liquidi e materia del sangue; l'eccesso relativo di

yang determina invece l'aumento della frequenza cardiaca.

Alla fine il polso diviene superficiale fu e vuoto xu, perché lo yin è così carente da determinare un vuoto e un apprezzamento del polso solo in superficie, cioè nel settore più yang.

L'eziologia di questa patologia è multipla e può essere ricondotta a varie cause: stress fisici, psichici e sessuali, patologie croniche e di lunga durata, età avanzata. Occorre aggiungere che tutte le perdite di liquidi e di sangue impoveriscono lo yin; perciò le eccessive sudorazioni durante le patologie febbrili, il vomito prolungato, la diarrea o la poliuria possono predisporre a un deficit di Rene yin, così come le emorragie occulte caratteristiche di certe melene, o le menometrorragie non trattate. Anche l'uso smodato di farmaci essiccanti e tonici dello yang può condurre gradualmente a un indebolimento dello yin.

Il deficit dello yin di Fegato e Rene nella terza età

L'avanzare degli anni si caratterizza per un progressivo indebolimento dello yin che è particolarmente evidente in persone predisposte, d'altra parte la fisiologia energetica cinese insegna che il jing di Rene che viene fornito una volta per tutte alla nascita può essere mantenuto, protetto, conservato ma mai aumentato e va incontro ad un progressivo consumo nel corso della vita. Il jing appartiene allo yin che conseguentemente si indebolisce anch'esso coinvolgendo le strutture e le funzioni ad esso correlate ed anche quelle del Fegato che in medicina cinese è strettamente unito al Rene secondo la legge di generazione.

Il trattamento farmacologico del deficit di yin di Rene e Fegato

Sono numerose le prescrizioni che nel corso dei millenni sono state utilizzate per il trattamento del deficit di yin di Rene e Fegato. Qui proponiamo un'analisi della ricetta più famosa: il liu wei di huang wan, che è stata messa a punto dal famoso medico Qian Yi nel 1119 e compirà dunque fra sei anni il suo 900° anniversario. È abbastanza suggestivo che questa formula che tratta il deficit di yin che è così frequente nelle persone anziane sia comparsa per la prima volta in un testo dedicato invece alla terapia delle patologie pediatriche: il Xiao Er Yao Zheng Zhi Yue o "Manuale del Trattamento Farmacologico delle Patologie Pediatriche" edito appunto nel 1119.

Liu wei di huang wan – Pillola di Rehmannia dei sei sapori

shu di huang, radix Rehmanniae praeparata 15-30

shan zhu yu, fructus Corni 10-12

shan yao, rhizoma Dioscoreae 12-15

ze xie, rhizoma Alismatis 10-15

mu dan pi, cortex Moutan radicis 10-12

fu ling, sclerotium Poriae 12-15

Preparazione

Un tempo la formula veniva preparata facendo decuocere gli ingredienti in acqua; terminata la decozione, occorreva assumere il filtrato in 3 dosi giornaliere. Il testo originale consigliava invece di macinare gli ingredienti sino a ridurli in una fine polvere e di confezionarli in pillole al miele da assumere nella dose di 9 g.

Attualmente la formula viene assunta sotto forma di tavolette di estratti secchi somministrate come patent medicine già

pronte oppure sotto forma di miscele di estratti secchi che vengono confezionate secondo i dosaggi di una ricetta magistrale preparata dal medico.

Azioni secondo la MTC

Nutre lo yin di Fegato e Rene.

Indicazioni secondo la MTC

Sindrome da deficit di yin di Rene o da deficit combinato di yin di Rene e Fegato.

Analisi della formula in MTC

La formula è famosissima, in quanto, tonificando lo yin di Rene e Fegato, è in grado di adattarsi ad un enorme numero di patologie estremamente diffuse in Occidente.

I farmaci di questa ricetta possono essere divisi in due gruppi che interagiscono tra loro: il gruppo delle sostanze toniche e quello dei rimedi drenanti.

Nel primo gruppo troviamo shu di huang (radix Rehmanniae), shan zhu yu (fructus Corni) e shan yao (rhizoma Dioscoreae).

L'imperatore della prescrizione è shu di huang, che ha il compito di nutrire il Rene yin e di far fronte al problema principale.

I ministri sono shan zhu yu e shan yao; il primo ha il compito di tonificare e contenere lo yin di Fegato, il secondo di trattare la Milza-Pancreas allo scopo di stabilizzare lo yin dell'organismo.

Shu di huang e shan zhu yu agiscono, quindi, più direttamente sullo yin congenito, mentre shan yao tonifica il congenito tramite l'acquisito.

Il secondo gruppo di tre rimedi comprende ze xie (rhizoma Alismatis), mu dan pi (cortex Moutan radicis) e fu ling (sclerotium Poriae).

Si tratta dei tre consiglieri della ricetta, che agiscono con effetto drenante e mobilizzante.

In presenza di un difetto di yin, lo yang tende a manifestare in alto gli effetti della sua prevalenza.

Ze xie tratta il fuoco di origine renale. Mu dan pi riduce il fuoco di Fegato. Fu ling rinforza la Milza-Pancreas e impedisce che gli altri farmaci producano, in una situazione di deficit, una stasi e un ristagno di qi e di umidità.

A ogni farmaco del primo gruppo corrisponde un rimedio del secondo, che agisce, di concerto con il primo, moderandolo ed attenuando alcuni suoi effetti collaterali.

Shu di huang è bilanciato dall'azione di ze xie; mu dan pi ha un'azione raffreddante che compensa

l'effetto riscaldante di shan zhu yu; fu ling drena all'esterno l'umidità e rinforza l'azione tonica sulla Milza-Pancreas di shan yao.

Si può concludere affermando che l'intera ricetta nutre lo yin di Fegato e Rene e previene la liberazione del fuoco, senza dar luogo a stasi di qi o a ristagno di umidità.

L'equilibrio e l'efficacia di questa prescrizione hanno promosso la sua diffusione e la sua utilizzazione tanto che, a ragione, si può affermare che si tratti del più famoso farmaco cinese, dalla cui rielaborazione sono derivati innumerevoli composti usati, e perciò sperimentati, da centinaia di anni tra cui anche il più famoso tonico dello yang di rene che è in realtà una modifica di questa formula: il ba wei di huang wan.

Alcune ricette derivate

1. *Du qi wan* – Pillola del qi capitale

Si ottiene con l'aggiunta di wu wei zi (fructus Schisandrae).

È adatta a trattare i casi di deficit di yin combinati con asma bronchiale e dispnea da sforzo.

2. *Qi ju di huang wan* – Pillola di Remannia dei sei sapori con Lycium e Crisantemo

Si ottiene con l'aggiunta di gou qi zi (fructus Lycii) e ju hua (flos Chrysanthemi).

Si utilizza quando al deficit di yin si associano segni di diminuzione dell'acuità visiva, fotofobia, lacrimazione, dolori oculari.

3. *Zhi bai di huang wan* – Pillola di Anemarrena, Phellodendron e Remannia

Si ottiene con l'aggiunta di zhi mu (rhizoma Anemarrhenae) e huang bai (cortex Phellodendri).

Si usa in caso di deficit di yin che si associa a segni di risalita di fuoco, come sudorazioni notturne, xerostomia, disturbi urinari con segni di calore-umidità.

4. *Ming mu di huang wan* – Pillola di Remannia che migliora la vista

Si ottiene con l'aggiunta di chai hu (radix Bupleuri), fu shen (sclerotium Poriae paradicis), dang gui (radix Angelicae sinensis) e wu wei zi (fructus Schisandrae).

La ricetta nutre lo yin di Fegato e Rene e beneficia la vista; è più potente di qi ju di huang wan.

5. *Er long zuo ci wan* – Pillola per la sordità gentile a sinistra

Si ottiene aggiungendo ci shi (Magnetitum), shi chang pu

(rhizoma Acori graminei) e wu wei zi (fuctus Schisandrae).

Tratta il deficit di yin che determina acufeni e ipoacusia che peggiorano di notte e si associano a insonnia, vertigini, visione offuscata.

Effetti farmacologici della formula secondo la biomedicina

La ricerca scientifica sul lui wei di huang wan ha dimostrato che il farmaco possiede efficacia in molti ambiti, la sua somministrazione è stata studiata in ambito riproduttivo (con aumento del numero degli spermatozoi nel liquido seminale), metabolico (con abbassamento delle concentrazioni seriche di colesterolo e trigliceridi ed aumento del colesterolo HDL), nel diabete (con riduzione dei livelli di glicemia nel ratto), in ambito immunitario (con aumento del numero delle cellule della serie bianca), in ambito adattogeno (con aumento della capacità natatoria del gatto), in ambito epatico e renale (con dimostrazione di un effetto epato e nefroprotettivo), in ambito cardiaco (con effetto antiaritmico) e cardiocircolatorio (con effetto ipotensivante secondo uno studio condotto nell'ospedale guan an men di Pechino).

Studi clinici e ricerche in biomedicina

Sono stati effettuati inoltre numerosi studi clinici e ricerche che hanno dimostrato la sua azione nel diabete mellito, in menopausa, nella patologia coronarica cardiaca, nell'ipertensione, ipertiroidismo, adenoma tiroideo, asma bronchiale, gastrite atrofica, esofagite, nefrite cronica, sindrome nefrosica, insufficienza renale cronica, aborto abituale, epatite cronica, sequele di incidenti vascolari cerebrali, infertilità maschile e femminile, impotenza, prostatite cronica, pollachiuria, galatturia, artropatie.

Conclusioni

Il liu wei di huang wan è una formula che nutre lo yin e che può essere utilizzato efficacemente per la prevenzione ed il trattamento di molte patologie della terza età.

Bibliografia

Sotte L., Muccioli M., Pippa L., Piastrelloni M., Quaia P., Naticchi E., Vannacci A., *Farmacologia Cinese*, Casa Editrice Ambrosiana 2009

Di Concetto G., Sotte L., Pippa L., ed altri, *Agopuntura Cinese*, Casa Editrice Ambrosiana, 2007

Sotte L., Minelli E., Giovanardi C., ed Altri, *Fondamenti di Agopuntura e Medicina Cinese*, Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2006

Chen J., Chen T., *Chinese Herbal Formulas and Application*, Art of Medicine Press, City of Industry, 2009

[Wang J](#), [Yao K](#), [Yang X](#), [Liu W](#), [Feng B](#), [Ma J](#), [Du X](#), [Wang P](#), [Xiong X](#). Department of Cardiology, Guang'anmen Hospital, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing *Chinese patent medicine liu wei di huang wan combined with antihypertensive drugs, a new integrative medicine therapy, for the treatment of essential hypertension: a systematic review of randomized controlled trials*, Evid Based Complement Alternat Med. 2012;2012

Il fegato e le malattie della primavera

Leonardo Paoluzzi*

Parlare del fegato in termini energetici è parlare del rinnovamento della vita, del rilancio, di ciò che si rigenera ad ogni ciclo (circadiano, settimanale, mensile, annuale, ...) e di ciò che riparte per una nuova "vita" .

Per definizione è "la messa in movimento", tutto dipende da lui, è lo start di ogni situazione sia fisica (muscolare) che psichica (progettuale). Dunque un compito arduo anche perché ci riporta al mito di Prometeo che sfidando gli dei paga una punizione terribile. Infatti dopo aver ricevuto da Zeus l'incarico di forgiare l'essere umano che modellò dal fango e che animò con il fuoco divino, rubò dallo scrigno di Atena la memoria e l'intelligenza e le donò agli umani, rubò persino il fuoco divino per donarlo alle sue creature e, per punizione, fu incatenato ad una roccia, nudo, esposto alle intemperie e con una colonna conficcata nel corpo e, come se non bastasse, un'aquila tutte le mattine dilaniava il suo fegato che però ricresceva durante la notte.

Un mito straordinario, la luce, il fuoco, quindi il calore, la vista, l'intelligenza, la memoria, la capacità di rigenerarsi, l'esposizione al vento, esprimono in pieno quella che è la fisiologia e la capacità energetica del Fegato cinese e della loggia energetica del Legno.

Insomma non si può non fare l'accostamento con l'elemento "Legno" e con tutto ciò che esprime, il coraggio, la sfida, l'inventiva, la genialità, la sregolatezza, l'azione, la voglia di vivere, la generosità e l'altruismo anche a proprio

danno.

Questo sul piano caratteriale e sul modo di essere e quindi sul piano PNEI, perché un modo simile prevede necessariamente un atteggiamento mentale particolare, una risposta endocrina ed immunologica particolare e una reattività neurovegetativa propria.

In particolare il soggetto "Fegato" è un simpaticotonico adrenergico aggressivo ipertiroidico con ipergammaglobulinemia di tipo Ig, quindi a sfondo allergico-disergico che si manifesterà soprattutto nel periodo del Verde primaverile dato che è il suo periodo stagionale, il momento della ripartenza e del risveglio stagionale.

Tale condizione potrà trovare una risposta tessutale ed organica a più livelli, anche se quello maggiormente interessato è quello oculare poiché l'occhio, la congiuntiva e la mucosa nasale sono le strutture più colpite. Si può però avere un interessamento anche a livello cutaneo se l'antagonista energetico, il Polmone, non è in grado di rispondere mitigando tale prepotente attività e quindi eczemi o asma.

C'è da dire poi che questa attività "prepotente" del Fegato, questo qi, che non circola in maniera regolare perché compresso, può scaricarsi sullo Stomaco con riacutizzazioni gastritiche tipiche primaverili, quali bruciori, acidità e dolore epigastrico. In effetti la libera circolazione del qi può essere alterata da fattori emozionali derivanti da modalità incongrue soprattutto nei ragazzi, determinate da genitori apprensivi o repressivi e negli adulti da condizioni di lavoro che non permettono una libera espressione dell'io. Non ultimo saranno di danno gli alimenti non idonei a quella costituzione e in particolare quegli alimenti a valenza yang, che andranno a sovrapporsi allo yang del soggetto che

già vive una condizione di iperattività e, inevitabilmente il suo disturbo si aggraverà.

Detto ciò, sul piano terapeutico già si individua una strategia idonea al trattamento delle allergie ad esempio, “scaricando” il Fegato e “drenando” il suo eccesso con piante che agiranno non in senso antiallergico ma che andranno a sostegno della cellula epatica e del sistema biliare. Da un lato faremo una azione coleretica e dall’altro colagoga al fine di liberare la “rabbiosità” inespressa di questi soggetti, rimettendo in circolazione “libera” il qi e la pianta più attiva in tal senso è la *Cynara scolymus* L. Se poi il deflusso biliare è insufficiente aggiungeremo il *Chelidonium majus* L. a completamento dell’azione in tal senso, unitamente al *Raphanus sativus niger* L.

Va da sé che quello che si dovrà tenere in grande considerazione è l’aspetto PNEI e quindi fondamentale lo stato psico-emozionale del soggetto ed allora useremo un olio essenziale che informerà la struttura limbica ed in particolare l’olio essenziale di *Lavandula officinalis* L. allo scopo di ridurre essenzialmente l’ipertono adrenergico. Infine ad azione sintomatica un estratto di *Plantago lanceolata* L. ed un macerato glicerico di *Ribes nigrum* L.

Non va trascurata la dieta che dovrà prevedere cibi freschi e leggeri, molta frutta e verdura al fine di abbassare lo yang, come pure evitare cibi caldi quali stufati o cibi al forno, cioccolato e caffè, frittture e dolci a base di creme e panna, spezie e condimenti.

Allergie: rinite, sinusite trattamenti con xiao chai hu tang jia wei il piccolo decotto di bupleurum modificato

Francesca Gentile*

In questo scritto mi limito a descrivere *Xia Chai Hu Tang* con eventuali variazioni nelle sue utilizzazioni relative alle allergie delle vie respiratorie. Le funzioni e applicazioni di *Xiao Chai Hu Tang* sono molteplici. (riferirsi alle applicazioni descritte da John e Tina Chen nel volume sulle formule: *Formulas and Strategies*). *Xiao Chai Hu Tang* è la formula più usata in Giappone, nella medicina Kanpo è perfino vista come una formula “sacra”. *Xiao Chai Hu Tang* è senza dubbio una formula tra le più brillanti della storia delle formulazioni.

Xiao Chai Hu Tang

Chai Hu, radix Bupleuri

Haung Qin, radix Scutellariae

Ban Xia, rhizoma Pinelliae

Sheng Jiang, rhizoma Zingiberis

Zhi Gan Cao, radix et rhizoma Glycyrrhizae praeparata

Preparata cum Melle

Da Zao, fructus Jujubae

Ren Shen, radix Ginseng oppure con Dang Shen, radix Codonopsis

Xiao Chai Hu Tang deve esser capita nell'analisi degli ingredienti stessi e nella loro sinergia reciproca non nella rigida valutazione secondo i modelli sintomatologici *Shao Yang*.

In questa prescrizione le sostanze si supplementano l'un l'altra, insieme hanno la facoltà di raffreddare e riscaldare, eliminare e rafforzare e in tal modo regolare la funzione delle attività del *qi* che ascende e discende.

La qualità leggera di *Chai Hu, radix Bupleuri* ha la forza di ascendere e di aprire l'esterno nonché calmare il vento. È l'ingrediente più importante per trattare problemi dello *Shao Yang*. *Chai Hu, radix Bupleuri* disperde la stagnazione e apre verso l'esterno. *Huang Qin, Scutellaria* armonizza l'interno e chiarendo elimina il superfluo con le sue qualità amare e fredde. Così insieme raggiungono un effetto armonizzante.

Ban Xia, rhizoma Pinelliae non solo armonizza lo stomaco ma disperde la stagnazione nel corpo. *Sheng Jiang, rhizoma Zingiberis Recens* aiuta *Ban Xia, Pinellia* ad armonizzare il *Jiao* di centro. *Ren Shen, radix Ginseng, Zhi Gan Cao, Rhizoma Glycyrrhizae praeparata cum Melle* e *Da Zao, Fructus Jujubae* tonificano il *qi* dello stomaco e nutrono i fluidi del corpo, armonizzano i livelli *ying* (nutritivo) e *wei* (difensivo). Inoltre *Ren Shen, radix Ginseng* e *Chai Hu, radix Bupleuri* si controllano vicendevolmente: *Ren Shen, radix Ginseng* evita che *Chai Hu, radix Bupleuri* disperda troppo danneggiando il *qi*. *Chai Hu, radix Bupleuri* disperde la stagnazione evitando che *Ren Shen, radix Ginseng* ritenga l'agente patogeno ovvero il problema nel corpo.

Xiao Chai Hu Tang armonizza la sindrome dello *Shao Yang*.

Lo *Shao Yang* descrive la zona che si trova tra lo yang e lo yin. Pensiamolo come tra esterno e interno.

Nelle allergie e prendiamo per esempio il polline di certe piante, (la lista delle possibili cause è lunga con gli

allergeni che circolano nell'aria): nelle allergie possiamo trovare una situazione nel corpo in cui l'agente patogeno o invasore esterno, si sovrappone sulla disarmonia interna non risolta. Tra interno e esterno avviene quindi uno scambio disturbato.

Vediamo però che anche la seguente situazione viene descritta come sindrome dello *Shao Yang*: il *qi* del corpo è indebolito e l'agente patogeno è debole. Un invasore che non è un agente patogeno del calibro di un battere o di un virus è invece un agente patogeno "debole" come appunto lo troviamo nelle allergie.

Xiao Chai Hu Tang può essere capita come una mediazione che comunica tra esterno e interno, rafforzando il genuino e espellendo l'invasore.

Xiao Chai Hu Tang Jia Wei

Nelle riniti e sinusiti allergiche si aggiungono *Xin Yi Hua*, *flos Magnoliae*, *Ju Hua*, *Flos Chrysanthemi*, con aggiunte possibili nel caso che la congestione fosse severa di *Bai Zhi*, *radix Angelicae Dahuricae* e *Bo He*, *herba Menthae*, con *Cang Zhu*, *Rhizoma Atractylodis* e *Sheng Ma*, *Rhizoma Cimicifugae*.

In Taiwan vengono usati prevalentemente granulati e quindi si usano formule intere già pronte. Spesso si combinano formule intere con qualche singolo ingrediente. Una formula viene vista come una "sostanza ibrida". Sono rimasta molto impressionata dagli effetti di tali combinazioni. Vorrei quindi presentare a chi di voi lavora con granulati gli insegnamenti ricevuti da Jimmy Chan (Medico taiwanese residente in California, USA).

Nelle riniti e sinusiti di natura allergica e ricorrente usiamo

Xia Chai Hu Tang 70 %

Wu Mei Wan 30 %

Questa combinazione in particolare ha portato ottimi risultati.

Wu Mei Wan si compone di :

Wu Mei, Fructus Mume

Hua Jiao chao, Pericarpium Zanthoxyli

Xi Xin, Radix e Rhizoma Asari

Huang Lian, Rhizoma Coptidis

Haung Bai (Bo), cortex Phellodendri

Gan Jiang, Rhizoma Zingiberis

Gui Zhi, Ramulus Cinnammomi

Fu Zi Pao, radix Aconiti

Ren Shen, radix Ginseng

Dang Gui, radix Angelica sinensis

Wu Mei Wan si colloca tra le formule antiparassitarie! Guardiamo con attenzione gli ingredienti: l'ingrediente imperatore è *Wu Mei, Fructus Mume* con 30 grammi in confronto agli 6 – 9 grammi degli altri ingredienti. *Wu Mei* è un frutto, una prugna ed in Asia viene usata liberamente come cibo, un'ulteriore ragione per la dose alta. *Wu Mei* si usa in problemi di *qi xu* del polmone. *Wu Mei, fructus Mume* si colloca tra gli ingredienti astringenti. Nelle riniti e sinusiti è importantissimo astringere. Infatti Jimmy Chan usa anche combinazioni di *Ma Chi Xian, herba Portulacae, Wu Bei Zi, Galla Chinensis, He Zi, fructus Chebulae* ed altri ingredienti astringenti. Quando c'è gonfiore è fondamentale astringere.

In *Wu Mei Wan* sono in azione sostanze di grandi differenza di temperatura, degli ingredienti brillantemente combinati regolano le temperature nello stomaco, spesso più caldo, e negli intestini di natura meno calda e quindi regolano la temperatura in varie parti del corpo. Usiamo *Wu Mei Wan* per la rinite e sinusite. Vorrei portare l'attenzione su *Xi Xin*, *herba Asari* che apre i passaggi nasali e regola con la sua natura calda la zona della testa, ma anche la zona addominale. Guardiamo *Gui Zhi*, *ramulus Cinnamomi* che apre i meridaini collaterali. *Gui Zhi* apre la superficie, esso si usa nell'eccesso esteriore di vento freddo.

La combinazione di *Xiao Chai Hu Tang* e *Wu Mei Wan* viene usata più comunemente nelle riniti, sinusiti allergiche, in situazioni più complesse dove i parametri di vento caldo e vento freddo sono difficili da stabilirsi, perchè appunto troviamo contemporaneamente segni e sintomi di *yin xu* e segni sintomi di *shi*.

Ho fatto ottime esperienze cambiando leggermente le proporzioni delle due formule aggiungendo:

Lu Lu Tong, *fructus Liquidambaris* e *Shi Chang Pu*, *Rhizoma Acori Graminei* nonché le sopra menzionate erbe di cui prima in relazione con i sintomi. Vorrei qui ricordare che spesso troviamo segni e sintomi di stagnazione e sostanze come *Lu Lu Tong*, *fructus Liquidamaris* e *Chuan Xiong*, *rhizoma Ligustici* possono aprire passaggi .

Consiglio, dove possibile, aggiungere erbe ed ingredienti che sono consoni al problema del paziente.

Avendo avuto ottimi risultati con altre combinazioni insegnate da Jimmy Chan, è stato facile avere fiducia e provare questa combinazione di *Xiao Chai Hu Tang* e *Wu Mei Wan* di cui non avevo mai sentito ne mai letto.

Bibliografia

1. John K. Chen e Tina T. Chen , *Chinese Herbal Formulas and Applications*,
2. John K. Chen e Tina T. Chen, *Chinese Medical Herbology and Pharmacology*
3. Yong Ping Jiang, DOM, *The Importance of Xiao Chai Hu Tang*, Phd, pubblicato su *Acupuncture Today*, Vol 4, maggio 2003,
4. Hu Yu Qian, *Clinical Application of Xiao Chai Hu Tang*, Chinese Medicine Classic / Shan Han Lung, Hubei Province, su www.opentch.com
5. William R. Morris, Lac, *Minor Bupleurum Combination*, OMD, su *The View from the Summit*

Il ruolo della fitoterapia e degli integratori alimentari nella immunomodulazione

Emanuela Naticchi* Maria Gabriella Scenna**

Nell'ultimo decennio si è assistito ad un massiccio e talvolta sconsiderato uso di terapie antibiotiche nel trattamento delle

malattie da raffreddamento, con conseguente aumento di problematiche quali resistenze, allergie ed effetti collaterali. A tal proposito, acquista sempre un maggior rilievo la possibilità di effettuare un'integrazione mirata a contrastare le malattie infettive rafforzando le difese immunitarie del paziente.

La difesa immunitaria è messa in atto da un complesso sistema per mezzo del quale l'organismo riconosce i propri costituenti come "self", a cui è tollerante, e protegge se stesso dal "non-self" come ad esempio patogeni (nel caso di infezioni), cellule estranee (nel caso di trapianti) o trasformate (cellule neoplastiche), contribuendo così in modo determinante al controllo omeostatico dello sviluppo, al mantenimento dell'integrità di organi e tessuti e quindi alla sopravvivenza degli individui.

La discriminazione tra "self" e "non self" avviene a livello molecolare ed è mediata da particolari strutture cellulari (recettori Toll-like, recettori dei linfociti T, complesso maggiore di istocompatibilità o MHC, anticorpi), che consentono la presentazione ed il riconoscimento di componenti dell'agente lesivo definite antigeni (in senso letterario antigene significa "induttori della produzione di anticorpi").

La protezione dalle infezioni e dalle malattie è realizzata da due principali componenti del sistema immunitario, l'immunità innata o naturale e l'immunità acquisita o adattativa; questi due sistemi interagiscono tra loro e nel complesso costituiscono l'intero sistema immunitario.

Fanno parte del sistema immunitario organi centrali (timo e midollo osseo) e periferici (linfonodi, milza, cellule linfoide del sangue e della linfa).

L'immunità naturale è una prima linea di difesa contro antigeni estranei, è relativamente poco specifica ed i suoi effettori principali sono il sistema del complemento, il

lisozima e diverse componenti cellulari quali macrofagi, granulociti, mast cellule e cellule Natural Killer.

L'immunità acquisita è invece caratterizzata da un alto grado di specificità e dalla capacità di generare cellule della "memoria". Gli effettori più importanti sono i linfociti B, in grado di produrre anticorpi (effettori dell'immunità umorale), ed i linfociti T con le loro diverse funzioni (citotossica, helper o soppressore/regolatoria), che sono i mediatori dell'immunità cellulo mediata.

L'identificazione di condizioni morbose caratterizzate da un difetto della risposta immunitaria ha prospettato la necessità di ricercare sostanze capaci di stimolare o di correggere un deficit della risposta immunitaria: a tali sostanze che cercano di normalizzare funzioni carenti è stato dato il nome di immunostimolanti.

Gli agenti immunostimolanti agiscono con un meccanismo aspecifico che prevede l'attivazione di cellule come macrofagi, granulociti e fagociti, l'attivazione e l'aumento del numero dei linfociti Natural Killer e di fattori umorali (lisozima, lisina, interferoni, TNF- α , sistema complemento-properdina, leuchine, ecc.) dell'immunità aspecifica.

Gli immunostimolanti aspecifici devono soddisfare alcuni requisiti generali: nessuna o trascurabile attività antigenica, nessuna induzione di reazioni allergiche o di autoimmunità, non essere cancerogeni o co-cancerogeni, essere soggetti ad una rapida degradazione biologica, essere chimicamente definiti.

La principale applicazione degli immunostimolanti consiste nella prevenzione o nel trattamento delle infezioni non complicate del tratto respiratorio superiore.

Gli obiettivi dell'integrazione con fitoterapici sono: ritardare o evitare il manifestarsi della malattia, ridurre la gravità, l'intensità e la durata dei sintomi, contrastare

l'insorgenza di complicazioni e recidive, potenziare gli effetti benefici delle terapie, favorendo la riduzione di dosi e della durata del trattamento.

La terapia può utilizzare gli estratti di pianta o le preparazioni contenenti le frazioni o le molecole più attive sul piano immunologico. Le frazioni più interessanti si possono classificare in due categorie: ad alto peso molecolare (polisaccaridi, proteine, glicoproteine e peptidi) e a basso peso molecolare (alcaloidi, alchilammidi, chinoni, terpeni, saponine, ecc.)

Echinacea

L'Echinacea appartiene ad un genere di piante erbacee perenni della famiglia delle Asteraceae, originarie del Nord America. Delle nove specie di Echinacea le più comunemente usate sono l'*Echinacea angustifolia*, *E.purpurea* ed *E.pallida*.

Le parti della pianta usate a scopo medicinale comprendono la porzione aerea, la pianta intera con la radice e la radice stessa. Nella radice e nel rizoma delle varie specie di echinacea sono presenti: polisaccaridi ad alto peso molecolare, composti fenolici derivanti dall'acido caffeico come l'echinacoside, l'acido cicorico e clorogenico e la cinarina, l'olio essenziale e le alchilamidi.

Proprietà farmacologiche

L'Echinacea esercita alcuni effetti non specifici sul sistema immunitario: l'inulina, componente polisaccaridico della radice, attiva una parte del sistema immunitario nota come via alternativa del complemento. L'Echinacea, inoltre, aumenta il numero dei globuli bianchi mediante un legame tra polisaccaridi e recettori dei globuli bianchi stessi, in particolare linfociti T, macrofagi e cellule NK. I polisaccaridi dell'Echinacea aumentano la fagocitosi da parte

dei macrofagi e li stimolano a produrre una quantità di composti che potenziano l'immunità (TNF, interferone e interleuchina). Oltre ai polisaccaridi si pensa che anche le alchilammidi liposolubili e i derivati dell'acido caffeico come l'acido cicorico contribuiscano agli effetti immunostimolanti dell'Echinacea.

Indicazioni terapeutiche

L'Echinacea è utilizzata come terapia coadiuvante e nella profilassi delle infezioni del tratto respiratorio superiore e di quelle del tratto urogenitale.

Controindicazioni ed effetti collaterali

Come per tutti gli immunostimolanti si sconsiglia l'uso in caso di malattie sistemiche progressive e patologie autoimmuni, quali tubercolosi, leucosi, collagenosi, sclerosi multipla, AIDS o infezioni da HIV. Sono da considerare anche probabili interazioni farmacologiche in quanto l'Echinacea modifica la capacità metabolica del CYP1A2 e CYP3A.

Si raccomanda di non utilizzare i preparati a base di Echinacea per più di 8 settimane.

Gravidanza ed allattamento

In conformità con la prassi medica generale, il prodotto non deve essere utilizzato durante la gravidanza e l'allattamento senza prima aver sentito il parere del medico.

Astragalo

L'Astragalo è la radice di *Astragalus membranaceus*, un genere di piante appartenente alla famiglia delle Fabaceae, sottofamiglia Faboideae, comune nelle regioni temperate dell'emisfero nord.

I principali componenti dell'Astragalo sono polisaccaridi (astragalano, astraglucano), saponine triterpeniche (astragalosidi) e flavonoidi. I polisaccaridi e solo in parte le saponine sembrano essere i responsabili delle azioni farmacologiche dell'Astragalo. Un altro gruppo di sostanze attive è rappresentato dagli isoflavoni che si sono dimostrati capaci di agire come sostanze antiossidanti.

Proprietà farmacologiche

Si ritiene che l'Astragalo possa stimolare il sistema immunitario attraverso molteplici meccanismi: aumentando il numero di cellule staminali nel midollo osseo e nei tessuti linfatici, aumentando la produzione di anticorpi IgE e IgM e di interferone, stimolando i macrofagi, aumentando la fagocitosi, attivando i linfociti T e le cellule NK e inibendo l'immunosoppressione indotta da radio e chemioterapia.

Indicazioni terapeutiche

L'Astragalo può essere impiegato come immunostimolante nei casi di influenza e raffreddore e nei soggetti in trattamento chemioterapico sia allo scopo di prevenire i danni della chemioterapia, sia allo scopo di aumentare le difese immunitarie.

Controindicazioni ed effetti collaterali

Negli studi clinici non sono stati segnalati effetti indesiderati e nemmeno interazioni.

Aloe

L'*Aloe vera* è una pianta perenne a portamento arbustivo della famiglia delle Aloeacee che predilige i climi caldi e secchi.

I principali componenti dell'Aloe sono acqua e polisaccaridi

(pectine, emicellulose, glucomannano, acemannano e derivati del mannosio). Contiene inoltre amminoacidi, lipidi, steroli, tannini ed enzimi (COX).

Proprietà farmacologiche

L'Aloe ha dimostrato di possedere effetti protettivi e immunostimolanti mediati principalmente dai glucomannani. L'acemannano svolge una notevole azione diretta sul sistema immunitario attivando e stimolando macrofagi, monociti, anticorpi e cellule T: l'acemannano funge da ponte tra gli antigeni (come le particelle di un virus) e i macrofagi, facilitando la fagocitosi.

Indicazioni terapeutiche

L'Aloe viene utilizzata come lassativo, nel trattamento o per favorire la guarigione di ustioni, ferite ed eritemi solari. Nella medicina tradizionale è stata anche utilizzata come amaro-tonico, eupeptico, colagogo ed è consigliata per allergie alimentari, malattie del sistema immunitario, ulcere gastroduodenali, malattie infiammatorie croniche. Viene anche usata per la prevenzione degli effetti iatrogeni radiochemioterapici e nelle malattie infettive.

Controindicazioni ed effetti collaterali

I pazienti affetti da ostruzione, stenosi o atonia intestinale, disidratazione grave con perdita di elettroliti e stipsi cronica dovrebbero evitare l'assunzione di prodotti a base di Aloe. L'Aloe non va somministrato ai pazienti con patologie intestinali a carattere infiammatorio, ai bambini di età inferiore ai 10 anni, a pazienti affetti da crampi e dolori addominali in genere.

Il sovradosaggio può causare spasmi ed una grave diarrea, con conseguente perdita di liquidi ed elettroliti.

La diminuzione del tempo di transito intestinale può ridurre

l'assorbimento dei farmaci somministrati per via orale.

Gravidanza ed allattamento

L'Aloe non dev'essere usata in gravidanza o durante l'allattamento senza aver sentito il parere del medico.

Oltre all'approccio fitoterapico, per modulare alcune funzioni del sistema immunitario si stanno valutando le potenzialità benefiche di alcune sostanze come i micronutrienti zinco e selenio, la lattoferrina e i probiotici.

Lo **zinco**, un minerale essenziale presente nel nostro organismo, influenza lo sviluppo e l'integrità del sistema immunitario, oltre ad avere un forte impatto sui mediatori immunitari (enzimi, citochine), sulla regolazione dell'attivazione delle cellule linfoidi, sulla loro proliferazione e sull'apoptosi. Aiuta a mantenere l'integrità della cute e delle mucose. Esercita una diretta attività verso il rinovirus. Lo zinco influenza fortemente sia il sistema immunitario aspecifico, sia l'immunità acquisita.

Il **selenio** è un oligominerale essenziale componente di molte proteine note come selenoproteine, in grado di potenziare la risposta anticorpale e, al tempo stesso, di svolgere un prezioso ruolo antinfiammatorio poiché, da un lato stimola la sintesi della glutathione perossidasi (il più importante enzima antiossidante delle nostre cellule) e dall'altro incrementa la risposta dei linfociti Th1 e delle NK.

La **lattoferrina** è una proteina globulare multifunzionale con attività antimicrobica sia battericida che fungicida. Possiede inoltre un'azione diretta sul sistema immunitario, soprattutto intestinale, attraverso un effetto immuno-modulante derivante dalla induzione della secrezione di citochine e chemochine. Studi clinici hanno evidenziato altri

effetti sul sistema immunitario quali l'inibizione dell'infiammazione, la stimolazione sia del sistema immunitario innato sia di quello adattativo.

I **probiotici** sono quei microrganismi viventi la cui somministrazione orale è in grado di determinare effetti benefici sulla salute attraverso un miglioramento dell'equilibrio batterico e nutrizionale dell'intestino ed una stimolazione dell'immunità mucosale e sistemica. I probiotici svolgono un ruolo fondamentale nella terapia del dismicrobismo intestinale, fattore predisponente per l'insorgenza di numerose condizioni patologiche locali, dismetaboliche, immunitarie e psicosomatiche. L'intestino, infatti, esercita un ruolo essenziale non solo nella digestione ma anche nei processi di difesa dell'organismo, sia nella resistenza alla colonizzazione di batteri patogeni, sia nella modulazione delle attività del sistema immunitario delle mucose intestinali. I principali probiotici appartengono al gruppo dei lattobacilli, dei bifidobatteri e dei saccaromiceti: i primi due sono anaerobi gram + che normalmente risiedono nel colon umano, i saccaromiceti sono dei lieviti.

Alcuni ceppi selezionati di probiotici possono modulare sia la risposta immunitaria adattativa che quella acquisita in modo dose dipendente attraverso l'interazione con le cellule dendritiche delle mucose e con le cellule epiteliali intestinali. Il meccanismo d'azione consiste in un'alterazione della produzione delle citochine con conseguente incremento della produzione di IL-10 e aumento dell'attivazione dei linfociti T reg.

Bibliografia

Bassetti A, Sala S., *Il grande libro dell'Aloe. Storia, botanica, composizione e aspetti farmacologici di una pianta leggendaria*, Zuccari, 2005

Capasso F, Grandolini G, Izzo A., *Fitoterapia. Impiego razionale delle droghe vegetali*, Springer 2006.

F. Rossi, V. Cuomo, C. Riccardi, *Farmacologia*, Minerva Medica, 2011.

Fiore M, Napoleone E, Careddu D, Meglio P., *Le infezioni respiratorie ricorrenti, Le sostanze con proprietà immunostimolanti (Parte Terza)*, "Il medico pediatra", 01/2011, 4-13.

Fiorenzuoli F., *Le 100 erbe della salute*, Tecniche Nuove, Milano, 2000.

Madsen K., Probiotics and the immune response. *J Clin Gastroenterol.* 2006 Mar;40(3):232-4.

Monografie ESCOP le basi scientifiche dei Prodotti Fitoterapici. Planta Medica Edizioni 2006

Murray MT., *Il potere delle piante medicinali – Una guida alle meraviglie delle Piante Medicinali*, Cec – Planta medica, 2004

WHO Monographs on Selected Medicinal Plants, World Health Organization, 2002 – Health & Fitness

Curare il malato prima che lo diventi con i tonici della medicina cinese

Lucio Sotte* Emanuela Naticchi**

Introduzione

La farmacoterapia cinese si avvale da millenni di una categoria di sostanze poco conosciute in Occidente ed estremamente interessanti per le loro molteplici applicazioni: i farmaci tonici. «Tonificare», nella tradizione antica, significa «nutrire», «arricchire», «aumentare», «riempire».

La «tonificazione» si fonda su due regole fondamentali, definite fin dal periodo dello *Huang Di Nei Jing* o “Classico di Medicina Interna dell’Imperatore Giallo”; nel *Su Wen* o “Domande Semplici” è infatti scritto: «Occorre tonificare ciò che è in deficit» e più oltre: «Occorre aumentare ciò che è stato offeso».

Il termine «tonico» fa pensare ai nostri ricostituenti; in realtà queste sostanze hanno un campo di applicazione molto più vasto e senza dubbio più nobile.

I tonici del sangue potrebbero essere assimilati in parte ai nostri antianemici (ma anche a farmaci che esercitano effetto sulla frazione non corpuscolata del sangue, dunque sulle sostanze ad azione immunitaria ed endocrina), i tonici del *qi* ai composti con azione immunomodulante e immunostimolante.

I tonici dello yang presentano azioni parzialmente sovrapponibili agli estratti surrenalici e placentari, quelli dello yin sono in grado di trattenere i liquidi e presentano spesso azione ansiolitica.

I tonici possono essere usati efficacemente sia in ambito terapeutico sia in prevenzione, seguendo i criteri di una terapia costituzionale, diatesica, di terreno. Per comprendere appieno le loro molteplici indicazioni, occorre fare nostro un concetto fondamentale che la medicina cinese ha approfondito per millenni e che l’Occidente sta iniziando ad apprendere soltanto da pochi anni. Il nostro organismo è strutturato in organi, visceri, tessuti, apparati che interagiscono continuamente tra loro. L’uomo non è un insieme di formazioni

indipendenti l'una dall'altra, ma un'unità di funzioni-strutture caratterizzate e costituite sulla base di un reciproco rapporto dinamico.

La moderna neurofisiologia e l'immunologia stanno confermando ciò che la medicina cinese ha intuito tremila anni or sono: la salute è un evento dinamico, fondato sulla tensione all'equilibrio e all'armonia delle funzioni fondamentali del nostro organismo. Il mantenimento dell'equilibrio osmotico, idroelettrolitico, acido-basico, termico, metabolico, immunitario è la risultante di un incessante controllo a feedback di tutte le molteplici funzioni integrate dell'organismo vivente.

Tutte le attività organiche dell'uomo hanno un denominatore comune che, secondo l'antica tradizione cinese, si può identificare in due fenomeni interagenti tra loro: la reciproca produzione e controllo dello yin e dello yang e l'equilibrio dinamico tra *qi* e sangue. La fisiologia e l'eziopatogenesi energetiche cinesi si fondano su un concetto basilare: la salute è l'equilibrio dinamico

tra yin e yang e tra *qi* e sangue. Alcune citazioni dagli antichi testi ci introducono a

quest'argomento: «L'armonia tra lo yin e lo yang è la garanzia dello stato di salute», «La perdita dell'equilibrio tra yin e yang è la genesi di tutte le malattie», «Il *qi* è il comandante del sangue e la stasi o il difetto di *qi* provocano patologie del sangue», «Il sangue è la madre del *qi* e il deficit o la stasi di sangue determinano alterazioni del *qi*».

La salute è un evento dinamico per il cui mantenimento è necessario che yin e yang, *qi* e sangue tendano all'equilibrio tra loro. Due sono i meccanismi eziopatogenetici fondamentali dello stato di malattia: uno esterno all'organismo e l'altro di origine interna. Questi due meccanismi interagiscono costantemente tra loro. Nel meccanismo eziopatogenetico di

origine esterna un organismo in buono stato di salute è aggredito da fattori patogeni esogeni, che invadono prima la superficie e successivamente possono approfondirsi verso l'interno. Ciò determina la comparsa di sindromi da "vero eccesso". All'eccesso determinato dalla penetrazione dell'agente patogeno esterno si sovrappone quello collegato a una pronta e adeguata risposta di difesa interna. In questo caso non sono generalmente indicati i farmaci tonici, almeno nella fase acuta. Tali farmaci possono tuttavia essere utili nello stato di convalescenza da patologie acute; la lotta tra fattori patogeni e antipatogeni può ledere il *qi* corretto oppure lo yin, lo yang, il *qi* e il sangue.

Nel meccanismo eziopatogenetico di origine interna la malattia è la conseguenza di un deficit primario di yin, yang, *qi* e sangue. Il deficit può manifestarsi come tale, ma anche con i segni dell'eccesso. Questa seconda eventualità è piuttosto frequente e si parla di "falso eccesso", perché la causa originale risiede in una situazione di deficit. Un deficit di *qi* può determinare

una stasi di sangue o un ristagno di liquidi, e cioè un eccesso. Un deficit di yin può esprimersi con segni di eccesso di yang. In questa situazione i farmaci tonici trovano la loro più caratteristica e indispensabile indicazione, sia nel caso in cui la patologia si esprima con i segni della vera e propria insufficienza, sia in quello in cui si esprima con un'apparenza di falso eccesso, in cui occorre disperdere l'eccesso e, contemporaneamente, tonificare il deficit.

I tonici trovano inoltre un ruolo determinante nel campo della prevenzione. Spesso accade che l'organismo goda ancora di uno stato di salute apparente, ma che un'accurata anamnesi e un attento esame glossoscopico, pulsologico e dei tegumenti evidenzino una situazione anomala di deficit, che è il preludio per lo scatenamento vero e proprio della malattia. In questo caso le ricette toniche sono fondamentali per ripristinare il corretto equilibrio energetico prima ancora

che la malattia si manifesti.

Quattro sono i quadri sindromici principali che ci sembra opportuno esaminare, seppure in grandi linee:

- deficit di *qi*;
- deficit di sangue;
- deficit di yin;
- deficit di yang.

Ognuno di questi quadri, a sua volta, può interessare uno o più organi o visceri.

Deficit di qi

La sintomatologia di questo quadro clinico è piuttosto generica:

- colorito pallido;
- voce debole;
- sudorazione diurna;
- dispnea astenica;
- astenia generalizzata, soprattutto ai quattro arti;
- letargia;
- perdita dell'appetito;
- dolore e distensione addominali;
- diarrea con feci molli;
- lingua pallida e leggermente gonfia;

- polso vuoto *xu*.

Il deficit di *qi* è la conseguenza di una debolezza congenita o acquisita delle funzioni del Polmone e della coppia Milza-Pancreas.

Secondo la medicina tradizionale cinese, la Milza- Pancreas produce il *qi* e il Polmone lo domina: alla Milza- Pancreas è infatti affidato il compito di assimilare e distribuire i substrati alimentari provenienti dal cibo; al Polmone quello di assimilare le energie derivanti dalla respirazione. Se le funzioni di questi due organi sono insufficienti, ci sarà un difettoso apporto degli elementi fondamentali per lo svolgimento di tutti i processi ossidoriduttivi, che sono il fondamento del nostro metabolismo. La conseguenza è un deficit di carburante organico, cioè di substrati nutritizi di origine alimentare e di ossigeno di origine respiratoria.

Il pallore, l'astenia, la dispnea astenica, la sudorazione diurna sono i segni tipici di questa carenza di energia biologica. All'inizio la sintomatologia è di pertinenza polmonare e splenica, ma con l'andare del tempo si può manifestare un deficit secondario di Rene e Cuore.

Deficit di sangue

Il paziente presenta i seguenti sintomi:

- pallore con sfumatura opaca e giallastra;
- labbra pallide;
- capelli secchi e fragili;
- depressione e insonnia;
- capogiri e vertigini;
- disturbi della vista;

- sensazione di intorpidimento;
- amenorrea o oligomenorrea;
- lingua pallida, sottile e talora asciutta;
- polso fine *xi* e rugoso *se*.

Il deficit di sangue trova il suo *primum movens* nell'incapacità della Milza-Pancreas di fornire i substrati nutritizi necessari per la sua produzione. In termini occidentali si direbbe che un difetto di assimilazione e di trasporto del ferro, dell'acido folico, di aminoacidi essenziali si ripercuote, a lungo andare, sui processi emopoietici.

All'inizio avremo dunque i segni generici di uno stato anemico ingravescente: colorito pallido-giallastro, alterazioni del trofismo cutaneo e degli annessi, oligomenorrea, astenia; si tratta di segni che si fondano sull'insufficienza della Milza-Pancreas. Con il tempo tale deficit manifesta i suoi segni anche a livello dei due organi che, secondo la tradizione medica cinese, governano, di concerto con la Milza-Pancreas, la produzione, distribuzione e circolazione del sangue: il Fegato e il Cuore. Il Fegato, infatti, immagazzina il sangue e il Cuore lo governa. L'attacco del Fegato porta alla comparsa di una sintomatologia vertiginosa associata a tremori e spasmi muscolari e disturbi mestruali nella donna; l'attacco del Cuore determina aritmie cardiache associate a insonnia e a eretismo psichico.

Deficit di yin

Il quadro sindromico è così caratterizzato:

- iperpiressia serotina o sensazione di febbre;
- calore ai cinque cuori (regione palmare, regione

plantare e precordio);

- xerostomia e secchezza faringea;
- eretismo psichico;
- sudorazione notturna;
- emaciazione;
- lingua con punta rossa e arida;
- polso rapido *shuo* e fine *xi*.

Il deficit di yin trova il suo momento eziopatogenetico principale a livello di Rene e Stomaco: il Rene governa lo yin dal punto di vista del congenito e lo Stomaco dal punto di vista dell'acquisito. Successivamente vengono coinvolti altri organi, soprattutto Fegato, Cuore e Polmone.

La sintomatologia del deficit di yin è caratterizzata soprattutto da segni di calore apparente e potremmo paragonarla a quella dovuta all'ipertiroidismo e all'eccessiva produzione di ormoni della midollare surrenalica. Il metabolismo è accelerato e ciò si manifesta con un'eccessiva produzione di calore che, per sua natura, tende a manifestare i suoi segni soprattutto in alto: eretismo psichico, xerostomia, lingua con punta rossa.

Compaiono anche segni di consumo dei liquidi organici, che si manifestano alla mucosa orale con la sensazione di bocca secca, e a livello colico e vescicale con la stipsi e l'oliguria con urine cariche.

A seconda dell'organo o del viscere più interessati dal processo morboso, la sintomatologia assume aspetti particolari e caratteristici. Se è in causa lo yin di Polmone, avremo bocca secca, gola secca, tosse secca e stizzosa, pelle secca. Se è colpito lo yin di Stomaco, osserviamo iporessia, irritabilità, sete, stipsi. Il quadro di deficit di yin di

Fegato si confonde con quello del deficit di sangue di quest'organo: i sintomi sono a carico soprattutto della sfera oftalmica (secchezza e bruciore congiuntivali, emeralopia, diminuzione dell'acuità visiva), di quella cocleovestibolare (acufeni, vertigini) e di quella ginecologica (dismenorrea, oligomenorrea).

Deficit di yang

La sintomatologia del deficit di yang si fonda su segni che evidenziano uno stato sistemico di prostrazione organica:

- pallore con sfumatura livida;
- astenia fisica, psichica e sessuale;
- sensazione diffusa di freddo;
- arti freddi;
- debolezza e astenia lombari e degli arti inferiori;
- assenza di sete o sete di bevande calde;
- diarrea;
- poliuria con urine pallide;
- disturbi della sfera sessuale;
- lingua gonfia, pallida, con patina bianca;
- polso vuoto *xu*.

Il deficit di yang corrisponde a un'incapacità dell'organismo di sfruttare i substrati nutritizi per permettere un'adeguata termogenesi e un'ottimale funzione di protezione esterna.

Secondo la medicina cinese, lo yang di Rene è la madre di tutti gli yang e la sintomatologia esordisce con segni di

interessamento renale. Successivamente i sintomi si complicano per la comparsa di disturbi di pertinenza cardiaca, polmonare o splenica. Alla lombalgia fredda e alla poliuria di origine renale si aggiungono la diarrea di origine splenica, la dispnea e la facilità a contrarre patologie da raffreddamento di origine polmonare, palpitazioni e l'ostacolo al circolo di ritorno con la comparsa di edemi declivi di origine cardiaca. Detto in termini occidentali, un deficit di yang può essere paragonato a un'insufficiente stimolazione del sistema endocrino. Si potrebbe, parafrasando con un linguaggio endocrinologico, affermare che il sistema ipotalamo-ipofisario non attivi a sufficienza le funzioni endocrine di tiroide, surrene e gonadi, determinando un difetto della funzione catabolico-calorica e della termoproduzione.

I farmaci tonici cinesi (letteralmente «farmaci che tonificano e nutrono») sono suddivisi classicamente in quattro categorie:

- tonici del *qi*;
- tonici del sangue;
- tonici dello yin;
- tonici dello yang.

I tonici del *qi*

I tonici del *qi* agiscono soprattutto sul Polmone e sulla Milza-Pancreas, perché questi due organi sono i più interessati ai processi di estrazione energetica dai cibi, dalle bevande e dal *qi* respiratorio.

Questi farmaci hanno generalmente sapore dolce e sono talora così potenti da dover essere associati a rimedi che regolano e fanno circolare il *qi*, per non determinare accumuli e stasi che manifestano la loro presenza con segni di eccesso (oppressione e distensione toraciche o addominali). Il *Panax*

ginseng, l'*Astragalus membranaceus*, l'*Atractylodis macrocephala* appartengono a questa categoria.

I tonici del sangue

I tonici del sangue hanno un'azione nutritiva; alcuni posseggono una vera e propria azione antianemica.

Spesso agiscono sul sangue anche indirettamente, nutrendo lo yin di Rene e Fegato. Vista l'interdipendenza di *qi* e sangue e la frequente associazione di stati di deficit associati di questi due elementi, è utile supportare le ricette toniche del sangue con i tonici del *qi*. L'*Angelica sinensis*, la *Rehmannia glutinosa*, la *Paeonia alba* sono alcuni dei più famosi tonici del sangue.

I tonici dello yin

I tonici dello yin agiscono soprattutto sullo yin di Polmone e Stomaco, ma anche su quello di Rene e Fegato.

La loro azione è inoltre quella di nutrire e umidificare. Spesso presentano anche un effetto di tipo ansiolitico. Il *mai men dong*, *Ohiopogon japonicus*, il *tian men dong* *Asparagus cochinchinensis* sono due esempi di tonici dello yin.

I tonici dello yang

I tonici dello yang posseggono un'azione specifica sul Rene, ma spesso esercitano un effetto analogo anche a livello di Milza-Pancreas o Cuore. Molti di questi farmaci tonificano anche la quintessenza renale congenita. La loro azione si esercita a molteplici livelli e, osservata sotto il profilo della medicina occidentale, consiste in una stimolazione

tiroidea e surrenale che, a sua volta, manifesta effetti sul metabolismo generale, sulla funzione sessuale, sulla crescita e sulla resistenza organica. La corteccia dell'Eucommia ulmoides è un esempio di un farmaco tonico dello yang che presenta tra l'altro una interessante attività antipertensiva.

Bu zhong yi qi tang: fitoterapico cinese adattogenico, immunostimolante, antiaging e radioprotettivo

Lucio Sotte* Emanuela Naticchi**

Quando il medico Li Gao nel 1249 redasse la prima formulazione del *Bu zhong yi qi tang*, il "*Decotto per tonificare il centro e sostenere il qi*" certamente non avrebbe mai potuto immaginare che questa formula – alla luce della ricerca scientifica condotta 800 anni dopo, cioè ai nostri tempi – avrebbe dimostrato così tanti effetti terapeutici:

- adattogenico,
- immunostimolante,
- antiaging,
- regolarizzatore della secrezione gastrica ed intestinale,
- antiallergico,

- radioprotettivo,
- antibiotico,
- antivirale,
- antineoplastico,
- antidepressivo,
- antinocicettivo
- remineralizzante in caso di osteoporosi.

Una vera panacea!

La ricetta formulata dal medico Li Gao era stata inserita in un volume dal titolo *Pi Wei Lun*, cioè il “*Discussioni sulla Milza-Pancreas e sullo Stomaco*” che venne dato alle stampe appunto nel 1249 (occorre ricordare che i cinesi inventarono la stampa e iniziarono a praticarla 6 secoli prima che in Occidente).

Nel *Pi Wei Lun* Li Gao si era impegnato a studiare e descrivere le malattie che si erano manifestate nella popolazione cinese nel XIII secolo in cui – a seguito di turbolenze politiche conseguenza di guerre e devastazioni – alcuni territori della Cina erano stata afflitti da gravissimi disagi sociali e persino da episodi di carestie. L’epidemiologia delle malattie del popolo cinese aveva virato dunque verso patologie di origine carenziale che affliggevano in primo luogo l’apparato digerente, soprattutto lo stomaco ed il pancreas: il viscere e l’organo ad esso accoppiato che sono deputati a svolgere un ruolo insostituibile nella nutrizione. Le carestie, le guerre e la carenza di cibo portavano a stati di denutrizione che erano il terreno su cui si sviluppavano numerose altre patologie.

Li Gao cercò dunque di affrontare queste malattie studiando una serie di rimedi che potessero sostenere le funzioni

nutritive per favorire il superamento di un quadro clinico che in medicina cinese va sotto il nome di “deficit della funzione del centro di sostenere il *qi*”. Il “centro” in questo caso è rappresentato appunto dallo stomaco e dal pancreas che si trovano veramente al “centro” del tronco da un punto di vista topografico.

Se la funzione del “centro” è deficitaria si manifestano una serie di sintomi locali addominali (iporessia, dispepsia, difficoltà digestiva, distensione addominale, diarrea) che sono il segno delle difficoltà digestive ed assimilative ed una serie di sintomi generali correlati al difettoso trofismo tissutale dovuto alla scarsa distribuzione dei nutrienti: dimagrimento, astenia fisica, psichica, voce debole, sensazione di stanchezza associata a sensazione di trascinamento verso il basso e talora prolassi o vere e proprie ptosi viscerali, conseguenza dell’indebolimento dei sistemi e dei tessuti di sostegno.

Il *Bu zhong yi qi tang* – decotto per tonificare il “centro” e sostenere il “*qi*” fu dunque “inventato” proprio per ristabilire il “centro”, le funzioni digestive gastriche, quelle secretive pancreatiche, migliorare l’assorbimento dei nutrienti a livello intestinale e conseguentemente migliorare lo stato nutritivo di tutti i tessuti, compresi anche quelli di sostegno.

FORMULA

huang qi – radix *Astragali* 15-30

ren shen – radix *Ginseng* 9-12

bai zhu – rhizoma *Atractylodis* 9-12

zhi gan cao – radix *Glycyrrhizae praeparata* 6

dang gui – radix *Angelicae sinensis* 6-12

chen pi – pericarpium Citri reticulatae 6

sheng ma – rhizoma Cimicifugae 3-6

chai hu – radix Bupleuri 3-9

ORIGINE

Pi Wei Lun o “Discussioni sulla Milza-Pancreas e sullo Stomaco”.

PREPARAZIONE

Decuocere gli ingredienti in acqua; terminata la decozione, assumere il filtrato in 3 dosi giornaliere.

Generalmente *ren shen* è sostituito da *dang shen* (*radix Codonopsis*) a dosaggio doppio o triplo.

AZIONI

Tonifica il *qi*, fortifica la Milza-Pancreas, solleva lo yang.

INDICAZIONI

Sindrome da deficit di *qi* e della funzione di sollevamento del *qi* di Milza-Pancreas; sindrome da esaurimento del *qi* di Milza-Pancreas.

SINTOMATOLOGIA

Voce debole, dispnea astenica;

- astenia marcata;
- distensione addominale postprandiale, anoressia;
- sensazione di pesantezza e di trascinamento viscerale verso il basso;
- ptosi gastrica, anale, prolasso uterino e vaginale;
- diarrea cronica o feci liquide e acquose;
- lingua pallida, patina linguale bianca;
- polso lento *chi*, debole *ruo* o molle *ru*, soprattutto alla barriera di destra.

A questi segni si possono aggiungere:

- sudorazione spontanea;
- avversione al freddo;
- iperpiressia intermittente che peggiora o si manifesta dopo sforzo.

EZIOPATOGENESI

Questo quadro clinico rappresenta un ulteriore sviluppo negativo della sindrome di deficit di *qi* di Milza-Pancreas. Si tratta di una patologia che compare in seguito all'esaurimento del *qi* del Riscaldatore Medio, soprattutto conseguente a patologie croniche debilitanti e nelle persone anziane. Un fattore predisponente è rappresentato da quelle attività lavorative che obbligano alla stazione eretta prolungata per tutto il giorno. La sindrome si caratterizza con segni inerenti alla

funzione digestiva: anoressia, distensione addominale, diarrea.

Il paziente presenta inoltre uno stato generale di deficit di *qi* determinato dalla compromissione della «sorgente del *qi* acquisito»: testa pesante, astenia e, nei casi gravi, vertigini e offuscamenti visivi.

Lo *ying qi* non può essere assimilato e quindi tutti i tessuti e gli organi non sono adeguatamente nutriti. Il *qi* e lo yang ristagnano in basso e non riescono a raggiungere l'estremità cefalica: ptosi viscerali, vertigini, testa pesante.

La caratteristica fondamentale di questa sindrome è data dall'incapacità della Milza-Pancreas di svolgere la funzione di sollevare; ciò si esprime con le ptosi viscerali, che, inquadrare dal punto di vista occidentale, altro non sono che un indebolimento dei tessuti legamentari di natura connettivale, tessuti assimilati alla Milza-Pancreas in medicina tradizionale cinese.

Le caratteristiche del polso e della lingua confermano lo stato di estremo deficit energetico del paziente.

La presenza di sudorazione spontanea, l'iperpiressia e l'avversione al freddo sono determinate da un disturbo di yang *qi*. La funzione ascendente della Milza-Pancreas è rallentata e perciò anche lo yang puro non può salire e non può distribuirsi alla pelle e ai vari tessuti per riscaldarli. Il deficit di distribuzione dei liquidi nelle regioni yang è anche la causa della sensazione di sete di bevande, ovviamente calde.

APPLICAZIONI

Gastroptosi, visceroptosi, prolasso uterino, vaginale, anale, menometrorragia, miastenia, disturbi postpartum, bronchite cronica, aborto abituale, menometrorragia, leucorrea, epatite cronica, nefrite cronica.

ANALISI TRADIZIONALE CINESE DELLA FORMULA

L'imperatore della prescrizione è *huang qi* (*radix Astragali*), un farmaco tonico che fortifica il *qi* e lo solleva verso l'alto. Occorre ricordare anche la sua azione di stabilizzazione della superficie.

I ministri sono tutti tonici della Milza-Pancreas: *ren shen* (*radix Ginseng*), *bai zhu* (*rhizoma Atractylodis macrocephalae*) e *zhi gan cao* (*radix Glycyrrhizae praeparata*).

Si tratta di tre dei quattro farmaci di *si jun zi tang* (Decotto dei quattro nobili gentiluomini).

I consiglieri sono *dang gui* (*radix Angelicae sinensis*) e *chen pi* (*pericarpium Citri reticulatae*): *dang gui* nutre e dinamizza lo yang del sangue, *chen pi* regolarizza la circolazione del *qi*.

Sheng ma (*rhizoma Cimicifugae*) e *chai hu* (*radix Bupleuri*) sono gli ambasciatori: entrambi

posseggono una potente azione di sollevamento del *qi* di Milza-Pancreas, pur appartenendo alla categoria dei rimedi che liberano l'esterno dal vento-calore.

MODIFICHE

Per ottenere un effetto particolarmente intenso nelle forme di ptosi e prolasso viscerale, completare la prescrizione con *zhi ke* (*fructus Aurantii*) 3-9 g.

Se il paziente presenta segni di freddo e avversione al freddo, unire alla ricetta *rou gui* (*cortex Cinnamomi*) 0.9-3 g.

Se la sintomatologia si complica con dolori addominali, aggiungere *bai shao yao* (*radix Paeoniae albae*) 6-15 g.

In caso di cefalea accompagnata da sintomatologia vertiginosa, completare la prescrizione con *gao ben (rhizoma et radix Ligustici)* 3-9.

EFFETTI FARMACOLOGICI

– Effetti gastrointestinali

Esperimenti di laboratorio hanno dimostrato che la somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha effetti euperistaltici nel ratto (1).

1. Effetti sulla secrezione acida gastrica

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto significativo sulla produzione e rilascio della secrezione acida gastrica (2).

1. Effetto adattogenico

La ricerca scientifica ha dimostrato che la somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* esercita effetto adattogenico nel ratto che è dose dipendente e si manifesta maggiormente con la somministrazione della decozione piuttosto che con la somministrazione di estratti secchi (3).

1. Effetto antiaging

Il *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto dose dipendente sulla memoria, apprendimento, coordinazione neuromuscolare, correlato a modificazioni dei livelli della concentrazione delle monoamine cerebrali (4).

1. Effetto immunostimolante

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto immunostimolante attraverso l'aumento dei linfociti T, dell'IFN, delle cellule NK, dell'attività dei macrofagi e dell'immunità cellulare mediata da interleukina 18

(5).

1. Effetto antiallergico

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto antiallergico attraverso la soppressione della produzione di anticorpi IgE e l'inibizione del rilascio di istamina (6).

1. Effetto antineoplastico

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto di inibizione nella duplicazione delle linee cellulari di epatoma umano (Hep3B, HepG2, HA22T) senza effetto inibitorio sui normali epatociti (7).

1. Effetto radioprotettivo

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto radioprotettivo nei ratti irradiati da raggi gamma (8).

9 Effetto antibiotico

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto antibiotico nei confronti di *H. Pylori* sia in vivo che in vitro (9).

1. 1. Effetto antivirale

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto antivirale nei ratti infettati da virus influenzali (10).

1. 1. Effetto remineralizzante osseo

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* ha dimostrato di possedere un effetto remineralizzante negli animali da laboratorio affetti da osteoporosi conseguente ad ovariectomia (11).

1. 1. Effetti antidepressivo ed antinocicettivo

La somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* associato a *Chai hu jia long gu mu li tang* ha dimostrato di possedere un effetto antidepressivo ed antinocicettivo nel gatto (12).

STUDI CLINICI E RICERCA SCIENTIFICA

Oltre agli effetti farmacologici appena descritti la ricerca scientifica ha indagato su altre azioni della ricetta e si è verificato che la somministrazione di *Bu zhong yi qi tang* possiede effetti:

- nella sindrome da fatica cronica,
- nel prolasso gastrico, rettale e uterino,
- nella ptosi renale,
- nella gastrite, nausea e vomito,
- nella stipsi e nella diarrea,
- nella leucopenia,
- nelle patologie da raffreddamento,
- nell'ipertensione,
- nella disuria e pollachiuria,
- nella rinite allergica,
- nel carcinoma epatocellulare.

CONCLUSIONI

Il *Bu zhong yi qi tang* è una ricetta dell'antica farmacologia cinese studiata allo scopo di favorire la digestione,

assimilazione e distribuzione dei nutrienti che alla luce della ricerca scientifica occidentale ha dimostrato di possedere numerosi ed importanti effetti farmacologici che ne fanno un farmaco da utilizzare in numerose e svariate patologie.

NOTE

- Zhong Yao Yao Li Yu Lin Chang (*Pharmacology and Clinical Applications of Chinese Herbs*) 1987;2:4
- Zhong Yao Yao Li Yu Lin Chang (*Pharmacology and Clinical Applications of Chinese Herbs*) 1988;3:16
- Zhong Yi Fang Ji Xian Dai Yan Jiu (*Modern Study of Medical Formulae in Traditional Chinese Medicine*) 1997; 524
- Shih HC, Chang KH, Chen CM, Chen C, Lin T, Shibuya A. *Anti-aging effects of the traditional Chinese medicine bu-zhong-yi-qi-tang in mice*. Am J Chin Med 2000;28(1):77-86)
- Zhong Yi Fang Ji Xian Dai Yan Jiu (*Modern Study of Medical Formulae in Traditional Chinese Medicine*) 1997; 520-521
- Suzuki T., Takano I, Nagai F, Fujitani T, Ushyama K, Okubo T, Seto T, Ikeda S, Kano I. *Suppressive effects of Hochu-eki-to, a traditional Chinese medicine, on IgE production and histamine release in mice immunized with ovalbumin*. Biol Pharm Bull 1999 Nov;22(11):1180-4
- Kao ST, Yeh CC, Yang MD, Lee MR, Liu HS, Lin JG. *The Chinese medicine Bu-Zhong-Yi-Qi-Tang inhibited proliferation of hepatoma cell lines by inducing apoptosis via G0/G1 arrest* Life Sciences 2001 Aug 17;69(13):1485-96
- Kim SH, Lee SE, Oh H, Kim SR, Yee ST, Yu YB,

Byun MW, Jo SK. *The radioprotective effects of bu-zhong-yi-qi-tang: a prescription of traditional Chinese medicine*. Am J Chin Med 2002;30(1):127-37

— Yan XQ, Kita M, Minami M, Yamamoto T, Kuriyama H, Ohno T, Iwakura Y, Imanishi J. *Antibacterial Effect of Kampo Herbal Formulation Hochu-Ekki-To (B Zhong i Qi Tang) on Helicobacter pulori Infection in Mice*. Microbiol Immunol 2002;46(7):475-482

— Mori K, Kido T, Daikuhara H, Sakakibara I, Shimizu K, Amagaya S, Sasaki H, Komatsu Y. *Effect of Hoch-ekki-to (TJ-41), a Japanese herbal medicine, on the survival of mice infected with influenza virus*. Antiviral Res 1999 Dec 15;44(2):103-11

— Sassa S, Sakamoto S, Zhou YF, Mori T, Kikuchi T, Shinoda H. *Preventive effects of a Chinese herbal medicine, hochu-ekki-to, on bone loss in ovariectomized rats*. Medical research Institute, Tokyo Medical and Dental University in Vivo 2001 Jan-Feb;15(1):25-8

— Koshikawa N, Imai T, Takahashi I, Yamauchi M, Sawada S, Kansaku A. *Effects of Hochu-ekki-to, Yoku-kan-san and Saiko-Karyukotsu-borei-to on behavioral despair and acetic acid-induced writhing in mice*. Methods Find Exp Clin Pharmacol 1998 Jan-Feb;20(1):47-51

BIBLIOGRAFIA

Sotte L., Muccioli M., *Diagnosi e Terapia in Agopuntura e Medicina Cinese*, Tecniche Nuove, Milano, 1992,

Sotte L., Muccioli M., Pippa L., Piastrelloni M., Quaia P., Naticchi E., Vannacci A., *Farmacologia Cinese*, Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2009

Di Concetto G., Sotte L., Pippa L., ed altri, *Agopuntura*

Cinese, Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2007

Sotte L., Minelli E., Giovanardi C., ed Altri, *Fondamenti di Agopuntura e Medicina Cinese*, Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2006

Autori vari, *Clinic of Traditional Chinese Medicine, Vol II*, Publishing House of Shanghai College of TCM, Shanghai, 1990

Autori Vari, Surgery, *The English Enciclopedia of Practical TCM*, Higther Educationa Presso, Beijing, 1994

Zhou Zhong Ying, *Chinese Herbal Medicine and Acupuncture*, Churchill Livingstone, Edimburg, 1997

John K. Chen, Tina T. Chen, *Chinese medical herbology and pharmaccology*, Art of Medicine Press, 2004

John K. Chen, Tina T. Chen, *Chinese herbal formulas and applications*, Art of Medicine Press, 2009

Il Ginseng: rimedio per tutti i mali? prima parte*

Huang Xiu Feng Roberto Favalli****

Il ginseng, *ren shen* 人參, è uno dei rimedi più importanti della farmacologia cinese, verso il quale il popolo cinese nutre una forma di rispetto reverenziale degna di un sovrano. In Occidente ha acquisito una grande fama, ma spesso non viene utilizzato in accordo con le sue specifiche indicazioni secondo la medicina cinese. Le nostre conoscenze su questo

prodotto sono sempre più approfondite ma ancora modeste se confrontate con quelle antichissime e tradizionali della farmacologia cinese per cui corre il rischio di essere frequentemente impiegato con scarsa competenza.

Definizione e distribuzione geografica

La definizione botanica del ginseng è "*Panax ginseng*", appartenente alla famiglia delle Araliaceae. Il termine *Panax* viene dal greco *pan* (tutto) *akèia* (cura, rimedio), termine dal quale deriva la parola italiana panacea, cioè rimedio a tutti i mali. Panacea era la dea greca capace di guarire tutti i mali, figlia di Esculapio, dio della medicina, e di Epione.

Il termine ginseng viene dal cinese 人參, *rén shen*, ossia "radice uomo" perché le radici hanno un aspetto antropomorfo, simile alla figura umana.

La pianta cresce nell'emisfero settentrionale: Asia orientale (principalmente Corea, Cina del Nord e Siberia orientale), Nord America e Canada, tipicamente nei climi più freddi. La radice è caratterizzata dalla presenza dei principi attivi definiti ginsenosidi. La specie siberiana (*Eleutherococcus senticosus*) possiede una radice ramificata invece che carnosa e, anziché contenere ginsenosidi, contiene eleutherosidi.

Storia, miti, leggende

Il ginseng è utilizzato in Estremo Oriente da oltre 4000 anni. È sempre stato considerato una pianta dalle proprietà miracolose, in grado non solo di guarire tutte le malattie ma anche di fortificare lo spirito, rallegrare il cuore e prolungare la vita.

In passato era talmente apprezzato che lo si barattava con oro e pietre preziose.

La pianta è già descritta in uno dei testi più antichi di farmacopea cinese, lo *Shen Nong Ben Cao Jing* o Classico di

Materia Medica dell'Imperatore Shen Nong, compilato nel secondo secolo avanti Cristo, nel corso della dinastia *Han*.

Le radici hanno mantenuto un posto d'onore nella medicina cinese, tanto da meritarsi persino un proverbio: "Il genere umano ha la sua più alta espressione nel saggio, il mondo minerale nell'oro, le pietre preziose hanno la loro regina nella giada e il mondo vegetale ha il suo imperatore nel ginseng".

In Cina, la pianta è tuttora nota come la "radice uomo", in Corea come la "radice della vita" o la "radice umana" e in Giappone è oggetto di una considerazione talmente elevata da essere chiamata la "meraviglia dell'universo". La storia dell'incontro dell'uomo con il ginseng è costellata di miti e leggende.

Una leggenda cinese racconta che l'intero villaggio di *Shantang*, nella provincia di *Shanxi*, era turbato da strani lamenti. Un giorno gli abitanti del villaggio si riunirono e decisero di mettersi in cammino per scoprirne l'origine. Trovarono che sotto un arbusto una massiccia radice dalla forma umana gridava per attrarne l'attenzione.

Secondo la tradizione coreana, invece, nelle gole strette e ombrose intorno alla cittadina di *Kumsan*, in Corea, ai piedi del picco di *Kwanumbul*, il giovane *Kang* trovò, su indicazione del dio della montagna, la pianta medicinale dalle piccole bacche rosse. Fece bere un decotto di radici alla madre ammalata, che prodigiosamente guarì. Dopo questo "miracolo" il ginseng iniziò ad essere utilizzato su larga scala.

Secondo altre tradizioni la radice fu scoperta grazie ai sogni degli sciamani. Comunque sia, tutte concordano nel ritenere che non sia stato l'uomo a trovare la radice, bensì essa a richiamare l'uomo.

Il ginseng in Europa

La storia moderna del ginseng è legata, come accade per numerose piante originarie di paesi lontani, a quella dei padri gesuiti, instancabili viaggiatori.

All'inizio del XVIII secolo, l'allora imperatore cinese diede incarico al padre gesuita francese Pierre Jartoux (nato a Embrun nel 1669 e morto in Manciuria nel 1720), di realizzare la cartografia di importanti regioni della Cina.

Nel corso del suo viaggio, il padre gesuita arrivò in un piccolo villaggio della Manciuria situato in prossimità della frontiera con la Corea. Gli abitanti del villaggio gli mostrarono la radice di ginseng, che coglievano e masticavano per rinforzare la resistenza del loro organismo, stimolare le loro capacità fisiche e intellettuali, prevenire le malattie polmonari e stimolare l'appetito.

Padre Jartoux ritenne che l'efficacia e l'utilità della pianta dovessero essere reali, data l'importanza che i cinesi le riservavano. Di conseguenza, decise di provarla mangiando un pezzo di radice cruda.

Un'ora dopo, notò che il suo polso era accelerato, che il suo appetito si era rinforzato e che si sentiva in una forma migliore. Fu talmente impressionato dalla pianta da scrivere una lettera al proposito, nel 1711, al procuratore generale delle missioni.

È così che l'Europa scoprì il ginseng, che sedusse le corti reali, fra le quali quella di Luigi XIV.

Anche il mondo scientifico cominciò ad interessarsi a questa pianta. Gli studiosi vollero sapere se gli effetti attribuiti a questa radice potessero essere confermati in modo scientifico. Numerosi laboratori, fra i quali alcuni prestigiosi, condussero delle ricerche sugli effetti della radice asiatica.

Ricerca dopo ricerca, confermarono ciò che i cinesi sapevano

da tempo: il ginseng era una pianta adattogena particolarmente efficace. Le sostanze adattogene mantengono l'organismo in uno stato di equilibrio anche quando è colpito da diversi stress.

Quando nel 1843 il botanico russo Meyer decise che era venuto il momento di classificare questa pianta, tenne conto dei grandi poteri che aveva il Ginseng e la chiamò *Panax ginseng*, la medicina che cura tutto, la panacea medicamentosa in forma di radice.

Nel XX secolo, quando fu possibile testarne e documentarne gli effetti con metodi scientifici, il ginseng venne finalmente riconosciuto come pianta officinale.

Il ginseng è caratterizzato dalla presenza dei ginsenosidi che ne rappresentano i principi attivi. La specie siberiana *Eleutherococcus senticosus*, *ci wu jia*, possiede una radice ramificata invece che carnosa, produce bacche scure anziché rosse e, come già ricordato, contiene eleutherosidi anziché ginsenosidi. L'eleutherococco, quindi, pur essendo un ottimo rimedio adattogeno e pur appartenendo alla famiglia delle Araliaceae, non può essere propriamente definito come "ginseng".

Coltivazione

È una pianta perenne che cresce sui versanti umidi delle montagne di granito, in mezzo a foreste fitte dove l'abbondante vegetazione protegge la pianta da un'esposizione diretta ai raggi solari.

Si utilizza la radice, che si sviluppa maggiormente rispetto al resto della pianta. A dieci anni di età può raggiungere 1,20 m di lunghezza, per un diametro della parte superiore di 5-10 cm e uno stelo alto da 30 a 80 cm.

Ramificandosi in numerose radici laterali, il tubero assume un aspetto caratteristico costituito da testa, tronco, braccia e gambe.

Questa particolarità ha dato origine a numerose leggende sulla pianta (di cui si è già ampiamente parlato), facendone aumentare il fascino.

In passato si utilizzava la pianta selvatica. Con l'aumento delle richieste, la raccolta divenne talmente abbondante che la pianta diventò sempre più rara. Per rimediare a questa penuria si avviarono delle coltivazioni, specialmente in Corea. Attualmente la pianta coltivata è la principale fonte disponibile anche se le tecniche di cultura sono piuttosto complicate. Innanzitutto è necessario ricostituire il terreno di origine, granitico e ricco di humus; poi bisogna eseguire una selezione rigorosa dei semi e delle piante e preparare graticci di paglia con i quali ricoprire le superfici coltivate per proteggere dal calore del sole. La pianta richiede molte attenzioni da parte dell'uomo, ma è molto esigente anche nei confronti del terreno: ne assorbe incessantemente le sostanze nutritive tanto da lasciare il suolo inaridito già dopo un solo raccolto e, nel terreno sfruttato da una coltivazione, risulta impossibile coltivare altre piante per circa 12 anni.

Indicazioni

L'efficacia del ginseng è attestata da numerosi studi scientifici. Numerose sono le sue virtù: dall'incremento della resistenza fisica e delle capacità di recupero (ad esempio in seguito ad attività sportiva), al miglioramento della circolazione, passando per un potenziamento della memoria e della resistenza ai fattori ambientali negativi. Nel complesso, riduce stress e nevrosi, migliora l'adattamento agli stimoli della vita quotidiana, potenzia il rendimento fisico e mentale, rafforza le difese immunitarie e abbassa i rischi di contrarre diverse malattie. Per queste sue peculiarità viene definito, come prima ricordato, un farmaco "adattogeno".

Li Shi Zhen, 1518-1593 d. C., uno dei più importanti medici e

farmacologi tradizionali della storia della Cina, nella sua monumentale opera "*Ben Cao Gang Mu*", o "Compendio di Materia Medica" descrive il ginseng come la "radice del terzo occhio", l'occhio della conoscenza di sé: «Il ginseng rinforza le cinque parti dell'intestino. Il suo consumo durante un lungo periodo stimola la mente, calma il nervosismo, stimola il cuore, migliora la saggezza e aumenta la longevità».

Con il giusto apporto di principio attivo si ritiene che venga stimolato il sistema endocrino pituitario e surrenalico nel rilascio di ormoni stimolanti, capaci di ritardare l'insorgere della fatica.

Al pari della caffeina, alcuni autori sostengono che il ginseng favorisca l'ossidazione degli acidi grassi, salvaguardando quindi le scorte di glicogeno epatomuscolare.

Sempre in sostegno del ginseng, ulteriori studi sulla quantità di acido lattico presente nei soggetti sportivi che utilizzavano tale integratore, avrebbero rilevato una sua minor concentrazione, segno evidente del miglioramento della prestazione aerobica.

Per ottenere i migliori benefici, dando credito alle ricerche che esaltano le virtù del ginseng, occorrerebbe assumere il prodotto per periodi medio-lunghi, in quantità dai 200 ai 400 mg al giorno di principio attivo (in estratto standardizzato). Tuttavia, il dosaggio può variare a seconda del peso e della tollerabilità individuale verso il ginseng.

Nel caso in cui non si riscontrino gli effetti stimolanti desiderati, non di rado ciò è dovuto al tipo di preparazione utilizzata che spesso non contiene un sufficiente quantitativo di principi attivi. Secondo alcuni autori quindi, il problema non è imputabile al ginseng stesso ma ai preparati commerciali che, di fatto, sono spesso carenti di ginsenosidi perché provenienti da radici ormai "esauste" per un eccesso di estrazione oppure da radici di piante troppo giovani o di

scarsa qualità.

Va ricordato inoltre che in Cina, prima del suo impiego, la radice viene preparata e trattata secondo precise metodiche volte ad ottenere prodotti con caratteristiche farmacologiche diverse e, quindi, con indicazioni (e controindicazioni) specifiche.

Questo aspetto è veramente rilevante, per cui vale la pena di soffermarsi brevemente sulla descrizione dei vari tipi di ginseng utilizzati dalla farmacopea cinese.

Il ginseng in Cina

Nella tradizione farmacologica della medicina cinese, si riconoscono due grandi famiglie di ginseng: quello cinese o coreano (*Panax trifolius*) e quello americano (*Panax quinquefolius*). Il ginseng cinese o coreano viene trattato secondo tre modalità diverse, che danno origine al ginseng “essiccato” (*sheng sha shen*), al ginseng “rosso” (*hong shen*) ed al ginseng “zuccherato” (*tang shen*).

Il ginseng americano, invece, viene utilizzato solamente sotto forma essiccata (*xi yang shen*).

1. Ginseng essiccato, sheng sha shen

Luogo di produzione: viene coltivato nelle regioni del Nord della Cina.

Preparazione: le radici si raccolgono in autunno da piante con almeno 5-6 anni di vita. Si fanno essiccare dopo aver tagliato le radici più piccole.

Natura: tiepida, sapore dolce, leggermente amaro.

Azione energetica: si indirizza ai meridiani di Cuore, Polmone e Milza. Tonifica *yuan qi*, favorisce la crescita del sangue e del *jing*, calma lo *shen*.

Indicazioni in medicina tradizionale cinese (in seguito mtc): per le sue caratteristiche energetiche e biochimiche viene raccomandato per trattare le patologie da vuoto/deficit, quali:

- sete e sudorazione da vuoto del *qi* e del sangue.
- stanchezza, inappetenza e feci molli da vuoto di milza e stomaco.
- tosse, affanno e voce debole da vuoto del polmone.
- insonnia, calo mnemonico, palpitazioni con sudorazione da deficit di sangue.

Controindicazioni in mtc: sintomi da pienezza e calore, quali:

- influenza, patologie febbrili, tonsilliti, ascessi.
- ipertensione, cefalea e ictus causati da fuga dello yang del fegato (crisi ipertensiva, ecc.).
- patologie addominali causate da accumulo di calore-umidità (rettocolite ulcerosa ed emorragica, morbo di Crohn, ecc.).

2. Ginseng Rosso, hong shen

Luogo di produzione: viene coltivato nelle regioni del Nord della Cina.

Preparazione: le radici lavate e pulite delle barbe, vengono cotte al vapore per tre ore e poi essiccate.

Natura: calda.

Azione energetica: tonifica *yuan qi*, favorisce la crescita del sangue e del *jing*, tonifica lo yang.

Indicazioni in mtc: è indicato nelle sindromi da vuoto, specialmente dello yang, con presenza di freddo interno, in inverno per persone freddolose, ma sempre in dosi ridotte in

quanto è fortemente riscaldante. Alcune sindromi per le quali viene raccomandato l'uso del ginseng rosso sono:

- feci pastose, diarrea acquosa specie mattutina da vuoto dello yang della Milza e del Rene.
- poliuria pallida, enuresi, lombalgia cronica con senso di freddo lombare da vuoto dello yang del Rene.
- edemi, specie nella parte inferiore del corpo.
- mixedema, ipotiroidismo con marcata freddolosità.
- calo della libido, deficit erettile, eiaculazione precoce, spermatorrea, infertilità non organica, quando accompagnate da freddolosità da vuoto dello yang e del *jing* del Rene.

Controindicazioni in mtc: sono le stesse del ginseng essiccato, ponendo ancora più attenzione alla presenza di eventuali sintomi da pienezza e calore.

- influenza, patologie febbrili, tonsilliti.
- ipertensione, cefalea e ictus causati da fuga dello yang del fegato (crisi ipertensiva, ecc.).
- patologie addominali causate da accumulo di calore-umidità (rettocolite ulcerosa ed emorragica, morbo di Crohn, ecc.).

Va utilizzato con molta cautela nel periodo estivo.

3. Ginseng zuccherato, tang shen

Luogo di produzione: viene coltivato nelle regioni del Nord della Cina.

Preparazione: le radici vengono scottate in acqua bollente per 5-7 minuti, poi vengono bucherellate e poste in acqua molto zuccherata per 10-12 ore, infine vengono essiccate.

Natura: tiepida.

Azione energetica: tonifica *yuan qi*, favorisce la crescita del sangue e del *jing*, calma lo *shen*

Indicazioni in mtc: per le sue caratteristiche energetiche e biochimiche viene raccomandato per trattare le patologie da vuoto/deficit, specie del sistema digestivo Milza/Stomaco:

- stanchezza, inappetenza, nausea, dispepsia, feci molli, ipotrofia muscolare da vuoto di Milza e Stomaco.
- anemia da ridotta produzione, insonnia, calo mnemonico, palpitazioni, oligomenorrea, con sudorazione, da vuoto del sangue.
- sete e sudorazione da vuoto del *qi*.
- tosse, affanno e voce debole da vuoto del Polmone.

Controindicazioni in mtc: sono le stesse del ginseng essiccato e rosso, vale a dire sintomi da pienezza e calore. Vi è, inoltre, una *controindicazione assoluta* all'utilizzo del ginseng zuccherato, rappresentata dal diabete mellito.

4. Ginseng americano, *Panax quinquefolius*, xi yang shen

Luogo di produzione: pianta originaria del Nord America, viene oggi coltivata in Canada, Stati Uniti e Cina.

Preparazione: le radici si raccolgono in autunno da piante con 5-6 anni di vita. Si fanno essiccare dopo aver tagliato le radici più piccole.

Natura: fresca, sapore dolce, leggermente amaro.

Azione energetica: si indirizza ai meridiani di Cuore, Polmone e Rene. Tonifica il *qi*, nutre lo yin, fa scendere il fuoco, sostiene il *jing*, umidifica il Polmone e favorisce le funzioni dello Stomaco.

Indicazioni: viene molto usato in estate in presenza di eccesso di sudorazione da vuoto del *qi*, in convalescenza, o in

casi di eccessivo consumo di *qi* per troppo sudore, perché è rinfrescante.

Secondo la classificazione propria della medicina cinese, il ginseng americano è indicato per trattare le sindrome da deficit/vuoto dello yin (e possibile secondaria fuga dello yang), quali:

- febbre pomeridiana e serale, cronica, con sudorazioni notturne da vuoto dello yin.
- stomatiti, bocca secca con desiderio di bere da calore-vuoto.
- alcune forme di bronchite cronica e di asma bronchiale da vuoto del Polmone.
- difficoltà digestiva, inappetenza, pirosi e gastrite da vuoto di Milza e Stomaco.
- sindrome climaterica con vampate, sudorazioni, ansia, insonnia da vuoto dello yin.
- vertigini da vuoto del Rene.

Controindicazioni: debolezza, freddolosità, diarrea e dolori addominali da freddo.

Seconda parte nel prossimo numero di Olos e Logos

Astenie ed immunodeficienze

Leonardo Paoluzzi*

L'astenia è quella condizione che potremmo definire come un senso generale di stanchezza e, più grossolanamente, di

“mancanza di forza” e quindi di energia. Al di là della difficoltà nel definire cos'è l'energia da un punto di vista generale, ogni essere umano ha una sua propria “energia”, una sua propria forza che trova radice sia nel corpo, cioè nella parte organica, sia nella mente, ovvero nel suo Shen: una forza interiore, una forza di volontà e d'animo che è in grado di trascinare il corpo.

Questa condizione sintomatologica ha molteplici cause ed è chiaro che per conoscere il motivo profondo, la vera causa è necessaria una diagnosi precisa.

Noi limiteremo il nostro intervento nel considerare quelle forme di astenia che prescindono da cause organiche, ci riferiamo a quell'astenia che potremmo definire funzionale e quindi faremo riferimento a quelle in cui la causa prima risiede in uno squilibrio del sistema PsicoNeuroImmunoEndocrino (PNEI) e pertanto che coinvolgerà anche l'Immunità, altra forza reattiva preposta alla difesa del corpo.

Ora perché si realizzi la condizione di buon funzionamento del corpo è necessario che tutto il sistema uomo sia in armonia nelle sue diverse componenti ed in particolar modo sia in equilibrio e si mantenga tale nei confronti delle continue necessità di adattarsi all'ambiente intorno che cambia. Pertanto direi che la parola chiave attorno alla quale ruota la salute è “l'adattabilità”, cioè quella condizione che Selye, padre della moderna medicina e assertore della Sindrome Generale da Adattamento – GAS -, definisce nella maniera seguente: *“L'adattabilità è forse la caratteristica più spiccata degli esseri viventi. Per mantenere l'indipendenza e l'individualità di ogni singolo essere nessuna delle grandi forze della materia è tanto efficiente quanto quella capacità di difesa e di adattabilità di fronte ad ogni mutamento che noi designiamo con il nome di vita e la cui perdita costituisce la morte. Vi è forse anche un certo parallelismo tra il grado di vitalità e la misura dell'adattabilità in ogni*

animale, in ogni uomo.” (dalla prefazione di “STRESS” Acta Med. Publ.; Montreal 1950).

Ora per potersi difendere ci vuole forza e capacità di difesa ed è chiaro quindi che chi vive in una condizione di stanchezza cronica o di astenia più o meno profonda avrà grosse difficoltà in tale impresa. La vita quotidiana richiede continuamente risposte che necessitano di forza e di qi, fatto questo che necessita a sua volta di una produzione e di una gestione adeguata: la prima attraverso l'alimentazione, la seconda attraverso una sana economia.

Le varie forme di astenia non si disgiungono dalle differenti condizioni di immunodeficienza o di alterata funzione delle difese immunitarie. Per semplificare il quadro e per dare una visione di insieme facile e di riferimento, sintetizzeremo il tutto attraverso cinque forme possibili che riguardano entrambe le condizioni cliniche.

La **prima forma** di astenia che consideriamo fa riferimento al fegato ed al sistema epatobiliare. Questa si manifesta soprattutto al mattino al risveglio e alla messa in movimento del corpo dopo la pausa notturna, con una difficoltà come se si fosse legati, come se i muscoli fossero a pezzi e le articolazioni non avessero più la capacità di rispondere ai comandi; solitamente il soggetto è astenico al mattino, poi durante il giorno non si ferma più, anzi più va avanti il giorno e più ha energia; come caratteristica comportamentale e temperamentale è quella di un individuo aggressivo, impulsivo, collerico, decisionista. Spesso presenta malattie epatiche e disturbi della colecisti. Normolineo, muscoloso, tonico, atletico. Il suo sistema immunitario è nella condizione di iperfunzione e quindi la clinica relativa sarà quella delle malattie allergiche con un incremento delle IgG.

Da un punto di vista terapeutico utilizzeremo piante drenanti del fegato e del sistema biliare tipo *Cynara scolymus*, *Chelidonium majus*, *Rosmarinus officinalis* (o.e.)

La **seconda forma** è quella che si presenta a metà mattinata, tra le ore 11 e le ore 13; la sensazione riferita è quella di una profonda prostrazione legata verosimilmente al calo degli zuccheri e alla difficile mobilitazione dai depositi; talora a seguito di questa crisi si può avere anche sudorazione e nei gradi estremi collasso. Il soggetto è un tipo dinamico, espansivo, gioioso, potremmo dire solare, che ama stare in compagnia, artista, sognatore ad occhi aperti, amico di tutti. Spesso presenta turbe cardiovascolari con cardiopatie e vasculiti e turbe dello shen; il suo aspetto è quello di un soggetto longilineo, elegante e raffinato. Il suo sistema immunitario presenta disfunzioni di tipo allergico e del PAF, spesso riferisce turbe dell'ileo tipo Crohn.

Da un punto di vista terapeutico utilizzeremo piante attive sul cardiovascolare e sul mentale tipo Ginkgo biloba, Crataegus oxyacantha, Lavandula officinalis (o.e.).

la **terza forma** di astenia, si presenta con una sensazione dominante che è quella di corpo pesante, con grande difficoltà a farlo muovere perché il suo peso supera le possibilità del soggetto di poterlo spostare, più come sensazione che come effettiva possibilità. Pesantezza alle gambe, alle braccia e pesantezza ideativa. Ciò si accompagna ad un carattere calmo, ponderato, timido, riflessivo, rimuginativo, a volte ossessivo. Il soggetto presenta disturbi digestivi a livello gastrico e pancreatico sia esocrino che endocrino; da un punto di vista metabolico presenta turbe glicemiche e dislipidemiche o un diabete franco; brevilineo grassoccio, o anche obeso. Il Sistema Reticolo Endoteliale e il connettivo (HLA) è il bersaglio dell'alterata risposta immunitaria, con artrite reumatoide e connettiviti in generale.

Da un punto di vista terapeutico utilizzeremo piante attive sulla sfera digestiva e sulle "viscosità mentali" tipo Fumaria officinalis, Tilia europea, Salvia sclarea (o.e.)

La **quarta forma** si presenta a poussé, ovverosia più volte

durante il giorno il soggetto avverte la necessità di riposare perché si sente stanco e poi riparte per poi rifermarsi. Non è in grado di dare continuità alla sua azione come se le pile necessitassero di una ricarica di tanto in tanto. Si tratta di un soggetto superpreciso che tiene tutto in ordine da cui, possiamo dire, trae la sua forza. Ha da ridire sempre su tutto, grande giudice, ma anche avaro, dall'umore depressibile, triste, tende a spaccare il capello in quattro. Spesso si ammala di malattie respiratorie sia infiammatorie che degenerative, linfatico, anemico, longilineo, sempre ben curato, molto attento ai particolari. Il suo sistema immunitario è deficitario a livello delle IgA di superficie, quindi malattie dermatologiche, respiratorie e del tubo digerente colon.

Da un punto di vista terapeutico utilizzeremo piante attive sull'umore depresso e sulle vie respiratorie tipo *Hypericum perforatum*, *Eucalyptus globulus*, *Tea tree* (o.e.), *Zingiber officinale* (o.e.)

La **quinta forma** è caratterizzata da una astenia profonda, di tipo addisoniano, per tutta la giornata associata a disprezzo per la vita e senza alcun gusto per qualsiasi attività umana. Qualsiasi attività non solo fisica ma anche mentale risulta difficile da portare avanti; si tratta di un soggetto con pochissima volontà e che è preda delle sue paure, niente lo interessa proprio per mancanza di energia, tendente al suicidio: Le sue patologie si concentrano sull'apparato urogenitale, soprattutto alle gonadi, alle surrenali e alle ossa con facile demineralizzazione. Difficoltà sessuale e alla procreazione; sciatto nel vestire ha poca cura di sé. La sua corporatura risulta massiccia per le proporzioni ossee. L'alterazione immunitaria è certamente la più grave in quanto è interessata "la memoria" immunitaria e quindi il Linfocita T.

Da un punto di vista terapeutico utilizzeremo piante attive sul jing renale e sulla sfera sessuale *Equisetum arvense*,

Eugenia caryophyllata, Ylang ylang (o.e.), Piper nigrum (o.e.).

La polvere del “paravento di giada”: un immunostimolante per il “polmone” dall’antica farmacologia cinese

Lucio Sotte* Emanuela Naticchi**

* *Direttore*

Olos e Logos Dialoghi di Medicina Integrata Civitanova Marche

** *Farmacista*

esperta in fitoterapia Azienda Farmacie Comunali Civitanova Marche

Yu ping feng san – Polvere del paravento

di giada è il nome di un’antica ricetta cinese che compare la prima volta nel *Dan Xi Xin Fa, Gli Insegnamenti di Dan Xi*, un testo compilato da Zhu Zhen-Heng, editato nel 1481 e che si utilizza dunque da più di 5 secoli.

“Paravento di giada”, il nome assai suggestivo di questa formula, è correlato intimamente al suo effetto farmacologico che consiste in medicina cinese nel “riparare o proteggere dal

vento" l'organismo di una persona debilitata, che suda facilmente, che risulta sensibile all'azione delle energie cosmopatogene vento, freddo, umidità e che, conseguentemente, si ammala facilmente di patologie respiratorie ricorrenti.

Si tratta di una formula che tratta un quadro clinico che in Cina viene definito "deficit di *qi* di polmone" che corrisponde ad una debolezza delle funzioni di difesa dell'organismo che è così predisposto ad ammalarsi frequentemente e ripetutamente di patologie prevalentemente (ma non esclusivamente) respiratorie e che è caratterizzato da astenia, sudorazione spontanea e al minimo sforzo, sensibilità al vento ed al freddo e conseguente ricerca di ambienti non ventilati, pallore, talora leggero affanno del respiro. La sintomatologia appena descritta caratterizza tutti gli stati di convalescenza da patologie respiratorie acute che generalmente si risolvono nel giro di pochi giorni, non appena il paziente si riprende, ma che talora si prolungano nel tempo a causa del "deficit di *qi*" e predispongono a flogosi ricorrenti delle prime vie aeree, come accade frequentemente soprattutto nei bambini, ma anche negli anziani. La ricetta è indicata anche in altre situazioni in cui, a causa delle scarse difese del "mantello cutaneo", il vento, il freddo, l'umidità possono "penetrare nel corpo" e determinare quadri sindromici di varia natura come: patologie reumatiche, contratture muscolari, paralisi del facciale a frigore etc.

Utilizziamo spesso questa formula per stimolare il sistema immunitario soprattutto del bambino che avendo un apparato respiratorio ancora "immaturo" è più sensibile agli attacchi esterni.

Formula

- *huang qi* radix Astragali 15-30 g
- *bai zhu* rhizoma Atractylodis 12-15 g

macrocephalae

– *fang feng* radix Ledebouriellae 12-15 g

I dosaggi qui citati sono quelli del decotto tradizionale. Nel caso dell'utilizzo di estratti secchi i dosaggi vanno ovviamente ridotti.

Origine

Dan Xi Xin Fa o "Insegnamenti di Dan Xi", 1481.

Preparazione

Nel testo originale si consiglia di decuocere gli ingredienti in acqua; terminata la decozione, assumere il filtrato in 3 dosi giornaliere.

Il testo originale consiglia anche di macinare gli ingredienti sino a ridurli in una polvere fine e di confezionare con questa polvere pillole da assumere, alla dose di 3-6 g, con un decotto di *sheng jiang* (rhizoma Zingiberis recens).

Attualmente si utilizzano gli estratti secchi dei rimedi da miscelare tra loro e da assumere sciogliendoli in un dito di acqua tiepida. Sono disponibili inoltre delle compresse (patent medicine) confezionate anche queste con gli estratti secchi secondo le stesse percentuali della formula.

Azioni in medicina tradizionale cinese

Tonifica il *qi*, consolida l'esterno, esercita effetto anidrotico.

Azioni in biomedicina

La formula ha dimostrato di possedere effetto immunostimolante caratterizzato da un aumento delle IgG ed IgA e da un aumento del numero e dell'attività delle NK cells ^{1, 2}, possiede inoltre in vitro effetto antivirale caratterizzato da una riduzione della replicazione dei virus dell'influenza A³ ed ha dimostrato di possedere anche effetto nefroprotettivo nel coniglio determinando una riduzione marcata della creatininemia negli animali da esperimento trattati con questa formula se confrontati con quelli di controllo.⁴

Indicazioni

Sindrome iperidrotica da deficit di *qi* difensivo.

Sintomatologia

- Sudorazione spontanea;
 - facilità a contrarre patologie da raffreddamento;
 - avversione alle correnti d'aria;
 - pallore;
 - lingua pallida, leggermente gonfia e improntata;
- polso superficiale *fu*, in deficit *xu* e molle *ru*.

Eziopatogenesi

Secondo la medicina cinese questa patologia è in relazione con un deficit della distribuzione superficiale del *qi* difensivo. Tale situazione clinica è frequente nei pazienti affetti da un'insufficienza di *qi* di Polmone. In questi casi il paziente

suda facilmente perché il *qi* difensivo è insufficiente e non riesce a controllare adeguatamente il meccanismo di apertura e chiusura delle ghiandole sudoripare. Questa carenza è anche il motivo dell'avversione alle correnti d'aria e della facilità a contrarre patologie da raffreddamento. Il polso è superficiale ed in deficit a causa della carenza di *qi* difensivo del mantello cutaneo dove avviene l'attacco cosmopatogeno che poi svilupperà la malattia.

Applicazioni

Stati di convalescenza dopo patologie febbrili, prevenzione delle patologie respiratorie ricorrenti del bambino e dell'anziano, bronchite cronica, asma bronchiale, rinite allergica, enfisema polmonare, patologie reumatiche ricorrenti correlate alle modificazioni climatiche.

Analisi tradizionale cinese della formula

Nelle ricette cinesi si distinguono sempre l'“imperatore” che è il farmaco principale, il “ministro” che è un farmaco di sostegno ed uno o più “consiglieri” che invece svolgono effetti di rinforzo o di contorno a quelli dei primi due rimedi. L'imperatore di questa ricetta è *huang qi* (radix Astragali), che tonifica il *qi* di Polmone, fortifica il Riscaldatore Medio, solleva lo *yang* e ha un'azione specifica nella stabilizzazione della superficie.

Bai zhu (rhizoma *Atractylodis macrocephalae*), ministro di questa prescrizione, è un tonico che si rivolge soprattutto a Polmone e Milza-Pancreas e promuove, attraverso una sua specifica azione a livello cutaneo, il controllo dell'esterno del corpo. Questo farmaco agisce sul Polmone anche indirettamente, tonificando la Terra, madre del Metallo.

Fang feng (radix Ledebouriellae), il consigliere,

espelle il vento dalla superficie e in questa maniera la rinforza; fortifica dunque l'azione tonica degli altri due rimedi.

Analisi biomedica della formula

Huang qi (radix Astragali) ha dimostrato di possedere vari effetti che sono stati studiati in biomedicina: antipertensivo, antibiotico (è in grado di inibire *Diplococcus pneumoniae*, *Corynebacterium diphtheriae*, *Bacillus dysenteriae*, *Bacillus anthracis*, *Staphylococcus aureus* Streptococco beta-emolitico), immunostimolante (la somministrazione di *huang qi* stimola la produzione di IgM, provoca aumento

nel numero dei globuli bianchi e leucociti), epatoprotettivo ed emopoietico.

Bai zhu (rhizoma *Atractylodis macrocephalae*) ha dimostrato di possedere effetto diuretico, antiaggregante piastrinico, immunostimolante (incrementa l'attività dei macrofagi, il numero dei neutrofili e linfociti e le IgG) ed antineoplastico.

Fang feng (radix Ledebouriellae) ha dimostrato di possedere effetto antipiretico (il decotto di *fang feng* alla dose di 2 g/kg ha un moderato effetto antipiretico in soggetti con febbre indotta artificialmente) ed antibiotico (*fang feng* ha mostrato di avere effetto inibitorio su *Shigella*, *Pseudomonas aeruginosa* e *Staphylococcus aureus*. *Fang feng* esercita anche un

effetto inibitorio sul virus dell'influenza).

Modifiche

Nel caso il paziente presenti rinite cronica allergica, completare la ricetta con *cang er zi* (fructus Xanthii) 4.5-9 g.

Se ci sono segni di penetrazione delle energie cosmopatogene vento e freddo a livello dei muscoli, aggiungere *gui zhi* (ramulus Cinnamomi) 3-9 g e *bai shao yao* (radix Paeoniae albae) 6-15 g.

In caso di predisposizione alle patologie flogistiche

bronchiali, aggiungere *chen pi* (pericarpium Citri

reticulatae) 3-9 g, *da zao* (fructus Ziziphi jujubae) 3-10 p. e *shan yao* (radix Dioscoreae) 9-30 g.

Se la traspirazione cutanea è particolarmente abbondante, completare con altri farmaci astringenti come *fu xiao mai* (semen Tritici levis) 9-15 g, *ma huang gen* (radix Ephedrae) 3-9 g e *mu li* (concha Ostreae) 9-30 g.

Bibliografia

1. Zhong Yao Yao Li Yu Lin Chuang (Pharmacology and Clinical Applications of Chinese Herbs) 1990; 6(3):7
2. Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi, Journal of Integrated Chinese and Western Medicine, 1990; 12:22
3. Jiang Xi Zhong Yi Yao, Jiangxi Chinese Medicine and Herbology, 1989; 6:40
4. Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi (Journal of Integrate Chinese and Western Medicine) 1986; 4:299

Fitoterapia: prevenzione e cura delle patologie a carico del sistema respiratorio

Sara Tramannoni*

**Dottoressa in Chimica e Tecnologie Farmaceutiche iscritta all'Ordine dei Farmacisti di Macerata*

Le infezioni ricorrenti respiratorie (IRR) rappresentano uno dei più frequenti disturbi nel mondo occidentale (1) e sono i primi motivi che ci spingono ad andare dal medico o in farmacia per ricevere assistenza (2). Solo negli USA i costi relativi stimati sono di circa 40 miliardi. Le IRR, dunque, rappresentano un problema sia da un punto di vista umano che economico (3).

Le IRR possono manifestarsi con diversi sintomi come naso chiuso, tosse, mal di gola e qualche altra complicanza come mal di testa, senso di malessere generale e febbre. Questi sintomi rappresentano una risposta a virus influenzali che colpiscono la mucosa respiratoria che riveste le adenoidi e le cavità nasali (4).

I bambini vengono colpiti dalle IRR con una frequenza di cinque volte l'anno; le infezioni che colpiscono gli adulti si manifestano invece dalle due alle tre volte l'anno. Il considerevole stato di malessere caratteristico delle IRR, determina periodi di assenza sia a scuola sia a lavoro. Molti dei sintomi si risolvono entro una settimana, ma la tosse può persistere anche per più giorni (5).

Spesso, per il trattamento delle IRR vengono utilizzati

antibiotici. Tuttavia, recenti studi mostrano come in determinate circostanze siano inadeguati. Il loro utilizzo inappropriato contribuisce all'insorgenza di ceppi patogeni resistenti ai farmaci. Sarebbero necessari degli importanti sforzi per ridurre l'uso irrazionale di antibiotici; ciò consentirebbe di ridurre i costi e limitare la diffusione di antibiotico-resistenza (6,7).

Detto questo, è importante sapere che esistono diversi rimedi naturali utili sia nella prevenzione sia nel trattamento sintomatico delle IRR. Nel primo caso ricordiamo in particolar modo l'Echinacea e il Sambuco; nel secondo sono utili invece il Timo e l' Eucalipto.

Tra le diverse specie di Echinacea, tre sono ritenute medicinali: *Echinacea pallida*, *Echinacea angustifolia* ed *Echinacea purpurea*. Esse vengono consigliate per il supporto delle difese immunitarie.

I composti responsabili di tale attività sono i polisaccaridi e i derivati dell'acido caffeico, in particolare l'echinacoside. Quest'ultimo si ritrova in maggior quantità nell' *Echinacea pallida* e nell' *Echinacea angustifolia* (8).

L'azione immunomodulante dell'Echinacea si manifesta con una stimolazione prevalentemente aspecifica delle reazioni difensive, che si concretizza in un globale aumento della resistenza dell'organismo nei confronti degli agenti esterni (9).

Studi recenti mostrano come i polisaccaridi dell'Echinacea interagiscano con il sistema immunitario associato alle mucose (MALT: mucosal associated lymphoid tissue) consentendo quindi una modulazione della risposta sistemica (10).

Il Sambuco (*Sambucus nigra* L.) appartiene alla famiglia delle *Caprifoliaceae*; tutte le parti della pianta sono state utilizzate nella medicina tradizionale.

Gli estratti di bacche di Sambuco, ricche in flavonoidi, composti fenolici e antocianidine, hanno un effetto immunomodulante mediato da un'aumentata produzione di citochine che attivano i fagociti.

I flavonoidi del Sambuco sono in grado di ridurre la replicazione e la diffusione del virus dell'influenza, poiché inibiscono due importanti glicoproteine del virus: l'emoagglutinina e la neuraminidasi.

Risultati di diversi studi clinici confermano l'attività antivirale e immunomodulante del Sambuco. Si è visto infatti che l'assunzione orale di un estratto di Sambuco entro le 48 ore dalla comparsa dei primi sintomi influenzali supporta l'organismo a resistere all'attacco del virus (11).

Infine, è importante ricordare che per prevenire la comparsa delle IRR è importante introdurre nella propria alimentazione alimenti ricchi di vitamina C la quale svolge un ruolo importante nella modulazione della risposta immunitaria.

In commercio esistono moltissimi prodotti a base di vitamina C, tuttavia per chi desidera un supporto più naturale per la propria salute, può tener presente che l'Acerola o la Rosa canina sono ricche di acido ascorbico e quindi rappresentano una valida alternativa (12).

Nel trattamento sintomatico delle IRR sono utili gli oli essenziali considerati degli espettoranti indiretti.

Gli oli essenziali, una volta somministrati per via orale, sono assorbiti nel tratto gastrointestinale e attraverso la circolazione sistemica, vengono eliminati parzialmente dal tratto respiratorio esercitando la loro azione balsamica.

Il trasporto degli oli essenziali attraverso l'albero bronchiale determina la soppressione dell'attività delle cellule ghiandolari mucose, la riduzione della tensione superficiale e l'aumento dell'attività muco ciliare (13). Il

tutto si traduce in un complessivo effetto espettorante.

Tra gli oli essenziali principali ricordiamo l'Eucalipto e il Timo.

L'Eucalipto olio essenziale è ottenuto per mezzo di distillazione in corrente di vapore; la composizione chimica è costituita da: 1,8-cineolo (eucaliptolo o cineolo), limonene e canfora in quantità minori.

L'Eucalipto è raccomandato per il trattamento sintomatico di raffreddore e di catarro del tratto respiratorio superiore.

Sono state evidenziate diverse attività farmacologiche dell'eucalipto tra cui attività antimicrobica, effetti antinfiammatori e proprietà antiossidanti.

L'efficacia dell'eucalipto olio è stata dimostrata da diversi studi clinici. Uno studio in particolare ha diviso 234 soggetti affetti da infezioni del tratto respiratorio in 4 gruppi trattati rispettivamente con: eucalipto olio essenziale, canfora, mentolo e vapore di controllo. L'eucalipto olio essenziale ha mostrato i risultati migliori nel ridurre la congestione nasale (8).

Del timo si utilizzano le foglie intere e i fiori; la droga contiene l'olio essenziale ricco di composti fenolici come timolo e carvacrolo, mucillagini e flavonoidi.

Il timo viene consigliato per il trattamento di condizioni catarali del tratto respiratorio superiore; studi di farmacologia sperimentale hanno evidenziato proprietà espettoranti, spasmolitiche e antitussive (13).

In uno studio clinico, 60 soggetti con disturbi di tosse produttiva derivante da IRR non complicate sono stati divisi in due gruppi. Il primo gruppo è stato trattato con sciroppo a base di timo, il secondo con una preparazione a base bromexina. Dallo studio non è emersa nessuna differenza

significativa tra le due preparazioni nell'attenuazione autodichiarata dei disturbi (8).

È importante ricordare che anche l'essenza di pino e di abete hanno proprietà balsamiche utili per liberare le prime vie aeree.

Bibliografia

(1) G.G. Jackson, H.F. Dowling, I.G. Spiesman and A.V. Boand, "Transmission of the common cold to volunteers under controller conditions. I. The common cold as a clinical entity", *A.M.A. Archives of Internal Medicine*, vol. 101, no. 2, pp. 267-278, 1958.

(2) S.L. Johnston, "Cromolyns: treatment fo the common cold?" *Clinical and Experimental Allergy*, vol. 26, no 9, pp. 989 – 994, 1996.

(3) A.M. Fendrick, A.S. Monto, B. Nightengale and M. Sarnes, "The economic burden of non-influenza-related viral respiratory tract infection in the United States" *Archives of Internal Medicine*, vol. 163, no4, pp. 79-88, 2004.

(4) D.Wat "the common cold: a review of the literature" *European Journal of Internal Medicine*", vol. 15, no 2, pp. 79-88, 2004.

(5) Arroll B. Common cold. *Clin Evid* 2011 Mar 16.

(6) Stone S., Gonzales R., Maselli J., Lowenstein SR, "Antibiotic prescribing for patients with colds, upper respiratory tract infections and bronchitis: A National study of hospital-based emergency departments". *Ann. Emerg. Med.* 2000 Oct; 36(4):320-7.

(7) Zoorob R, Sidani MA, Fremont RD, Kihlberg C. "Antibiotic use in acute upper respiratory tract infections". *Am. Farm. Physician*. 2012 Nov. 1; 86 (9): 817-22.

(8) Escoop

(9) Sharma M, Arnason JT, Burt A, Hudson JB. Effect extracts modulate the pattern of chemokine and cytokine secretion in rhinovirus-infected and uninfected epithelial cells. *Phytother Res* 2006; 20(2):147-52.

(10) [Yamada K](#), [Hung P](#), [Park TK](#), [Park PJ](#), [Lim BO](#). A comparison of the immunostimulatory effects of the medicinal herbs Echinacea, Ashwagandha and Brahmi. [*J Ethnopharmacol*](#). 2011 Sep 1;137(1):231-5

(11) Z Zakay-Rones, E Thom, T Wollan, J Wadstein Randomized Study of the Efficacy and safety of oral Elderberry extract in the treatment of influenza A and B virus infections. *The Journal of International medical research* 2004; 32: 132-140.

(12) Mario Roxas, ND and Julie Jurenka; Colds and Influenza: a Review of diagnosis and conventional botanical, and nutritional considerations. *Alternative medicine review*. Volume 12, number 1 2007.

(13) F. Capasso, G. Grandolini, A.A. Izzo Fitoterapia: Impiego razionale delle droghe vegetali. Ed. Springer.

