

Herboplanet®

ARCTIUMSOL

NOTE: La **BARDANA** (*Arctium lappa*) è una delle piante più usate nella medicina popolare ("*Bardana che ogni male risana*"). Il nome Arctium in greco vuol dire orso, probabilmente in riferimento alla villosità e all'aspetto ispido della pianta. Il nome "lappa" potrebbe derivare dal celtico "llap" che vuol dire mano, in riferimento al fiore che, come una mano, si attacca a qualsiasi cosa gli passi vicino. Un'altra etimologia di "lappa" potrebbe essere quella che lo fa derivare dal greco "labein" che significa attaccarsi, sempre in riferimento al fatto che si attacca ai vestiti e ai peli degli animali. La *Bardana contribuisce al drenaggio dei liquidi corporei, favorendo le funzioni depurative dell'organismo e il benessere della pelle. Da non sottovalutare il suo contributo alla funzionalità articolare.* La **FUMARIA** (*Fumaria officinalis*) è una pianta erbacea annuale spontanea, deve il suo nome all'odore acre ed acido che sprigionano le sue radici quando la pianta viene estirpata. La *Fumaria contribuisce alla funzione digestiva ed epatobiliare, alle funzioni depurative dell'organismo e al trofismo e funzionalità della pelle. La pianta è largamente conosciuta per contribuire alle funzioni depurative dell'organismo e al benessere della pelle.* Il **RABARBARO** (*Rheum officinale*) è una pianta erbacea perenne appartenente alla famiglia delle Polygonaceae che ne comprende 60 specie, diffuse spontanee in tutta Europa e Asia. La pianta contiene nel rizoma, che viene raccolto al secondo anno d'impianto, principi attivi come composti antrachinonici e antranolici liberi, ma soprattutto in forma di derivati glucosidici, fra i quali il più importante è la *reina*. Il rabarbaro è coltivato a livello industriale per la produzione dei rizomi e come pianta ortiva per l'utilizzazione a scopo alimentare. Il rizoma del Rabarbaro *contribuisce alla funzione digestiva e alla regolarità del transito intestinale.* Il **CARCIOFO** (*Cynara scolymus*) è una pianta della famiglia Asteraceae coltivata in Italia e in altri Paesi per uso alimentare e, secondariamente, medicinale. Nella maggioranza delle lingue indoeuropee per indicare questa pianta si usa la stessa radice che deriva dalla parola araba "*kharshuf*", per altri autori l'etimologia è di origine greca: "*kinára*". La pianta era già conosciuta dai greci e dai romani, ma sicuramente si trattava di selvatico e nel secolo XV era già consumato in Italia. I maggiori coltivatori di carciofi sono l'Italia, l'Egitto e Spagna. Il Carciofo *contribuisce alla funzione digestiva ed epatica, alla eliminazione dei gas intestinali, alle funzioni depurative dell'organismo e al metabolismo dei lipidi. Antiossidante.* La **PILOSELLA** (*Hieracium pilosella*) è una pianta erbacea spermatofita dicotiledone della famiglia delle Asteraceae. In Italia la si può incontrare su tutto il territorio, compreso l'arco alpino e escluse le isole. La Pilosella è comunemente chiamata anche Sparviere pelosetto, questo perché l'etimologia della prima parola che compone il nome "*Hieracium*" è greca e deriva dalla parola "*hierax o hierakion*" che significa sparviere, falco. La seconda parola Pilosella deriva dal latino "*pilosus*" che significa peloso. La pianta è presente in Italia da svariati secoli, ma la sua origine è Nord Africana ed Asiatica. I suoi fiori gialli-arancio sono dotati di una lieve peluria: da cui deriva il nome. La pianta contiene flavonoidi, acido caffeico ed una cumarina (*umbelliferone*). La *Pilosella contribuisce al drenaggio dei liquidi corporei e alla fluidità delle secrezioni bronchiali.* La **SALSAPARIGLIA** (*Smilax officinalis*) è ricca in genine isomere, *smilagenina e sarsapogenina*, la cui formula contiene il nucleo colanico degli steroli e delle genine digitaliche. La Salsapariglia *contribuisce alle funzioni depurative dell'organismo (benessere della pelle).* Il **MARRUBIO** (*Marrubium vulgare*) è una piccola pianta erbacea perenne dai fiori labiati appartenente alla famiglia delle Lamiaceae. Il termine "*Marrubium*" deriva dall'ebraico "*marrob*", che significa amaro, ma potrebbe derivare anche da un antico nome volgare usato dal popolo di Roma antica. In tutti i casi tale nome s'incontra per la prima volta negli scritti di Gaio Plinio Secondo (Como, 23 - Stabia, 25 agosto 79) scrittore, ammiraglio e naturalista romano. Il termine

"vulgare" ha una etimologia latina e indica una specie comune. Contiene un flavonoide (*scutellareina*) ed un alcaloide di nome *marrubina* (0,3-1%). Il *Marrubio contribuisce alla funzione digestiva e alla eliminazione dei gas intestinali, alla regolarità del processo di sudorazione*. I frutti del **FINOCCHIO** (*Foeniculum vulgare*) contengono un olio essenziale costituito per la maggior parte da *anetolo, estragolo, fencone, pinene e limonene*. Il finocchio è coltivato, ma lo si incontra anche in alcune zone mediterranee assolate. L'etimologia della prima parola delle due che costituiscono il nome botanico deriva dal latino con cui si indicava il finocchio "*foenum*" che significa fieno, datogli per la sottigliezza delle foglie e per il suo intenso odore aromatico, o forse perché tempo addietro veniva impiegata come foraggio. La seconda parola "*vulgare*" significa comune e viene data per distinguere la pianta da altre specie affini più rare. Il Finocchio *contribuisce al drenaggio dei liquidi corporei, alla funzione digestiva e alla regolare motilità gastrointestinale ed eliminazione dei gas*. Il **TARASSACO** (*Taraxacum officinale*) è una pianta a fiore (angiosperma) appartenente alla famiglia delle Asteracee. Il termine "*officinale*" sta a indicarne le virtù medicamentose note fin dall'antichità. Il Tarassaco è conosciuto anche con i nomi volgari di dente di leone, soffione (per l'infruttescenza), cicoria selvatica, ecc. Cresce spontaneamente nelle zone di pianura fino a un'altitudine di 2000 metri. I principali principi attivi presenti nel tarassaco sono: alcoli triterpenici (*taraxasteroli*); steroli; vitamine (A, B, C, D); inulina, principi amari (*tarassacina*), sali minerali. Il Tarassaco *contribuisce al drenaggio dei liquidi corporei, alle funzioni depurative dell'organismo, nonché alla funzione digestiva, funzione epatica e regolarità del transito intestinale*.

BIBLIOGRAFIA:

- Ernesto Riva - "L'universo delle PIANTE MEDICINALI trattato storico, botanico e farmacologico di 400 piante di tutto il mondo" - Ghedina & Tassotti editori s.r.l. - Bassano del Grappa (VI), Maggio 1995.
- Tina Cecchini - *Enciclopedia delle erbe medicinali,* - DE VECCHI EDITORE
- Padre Gianfranco Lazzari - *L'Erbario del Frate* - EDIZIONI S. MARCO LITOTIPO
- Alberto Fidi - *Erbe e Piante medicinali* - FRATELLI MELITA EDITORI
- AA.VV. - *Enciclopedia chimica* - USES ed., Firenze
- Benigni R., Capra C., Cattorini P.E. - *Piante medicinali: chimica, farmacologia e terapia* - Inverni della beffa ed, Milano.
- Duraffourd C., D'Ervicourt L., Lapraz J.C. - *Cahieres de Phytotérapie clinique* - Masson ed., Paris 1983
- Maugini E. - *Botanica farmaceutica* - CLUSF ed., Firenze 1976
- Pomini L. - *Erboristeria italiana* - Vitalità ed
- Valnet J., Duraffourd C., Lapraz J.C. - *Phytotérapie et aromatherapie* - Presse de la Renaissance, Paris 1978
- Massari E. - *Erbe in Cina* - Milano 1981
- Penso G. - *Piante medicinali nella terapia medica* - Org. Med. Farm. Ed., Milano
- Enrica Campanili - *Dizionario di fitoterapia e piante medicinali* - Tecniche Nuove - MI
- Max Tètau - "*Gemmoterapia nuovi studi clinici*" - NUOVA IPSA Editore srl - Palermo, 1989
- Larousse - "*Encyclopédie des PLANTES MÉDICINALES identification, préparations, soins*" - Larousse-Bordas - 1997
- Tom Wilsons - "*Guarire con le erbe, i consigli, le malattie, le ricette, le dosi nella più ricca raccolta di erboristeria*" - Fratelli Melita Editori

Avvertenze: Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni. Non superare la dose giornaliera consigliata. Non somministrare al di sotto dei 12 anni. Consultare il medico in caso di gravidanza e allattamento. Non utilizzare per periodi prolungati senza consultare il medico. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano. L'uso del prodotto è sconsigliato in caso di allergia presunta o accertata verso uno dei suoi componenti. Conservare in un luogo fresco e asciutto, al riparo dalla luce. La data di scadenza si riferisce al prodotto in confezione integra e correttamente conservato.

Le informazioni contenute all'interno di questo file non possono e non intendono porsi in alternativa alla diagnosi e/o alla terapia che sono e rimangono di stretta competenza medica. Il fine della presente

applicazione è, infatti, quello di fornire una fonte di consultazione di alcuni integratori alimentari regolarmente notificati presso il Ministero della Salute, senza volontà alcuna di sostituirsi al medico che rimane il referente fondamentale a cui rivolgersi per affrontare i problemi riguardanti la salute personale.