

IL CONSIGLIO DEL FARMACISTA

a cura del dottor **Renato Raimo**
farmacista titolare a Pisa, perfezionato in fitoterapia,
esperto in piante medicinali e fitopreparatore
www.fitoterapiadottorraimo.wordpress.com



ALTHEA... LA PIANTA GUARITRICE

Chissà quante volte l'avrete incontrata nelle escursioni fuori porta, ne avrete sicuramente apprezzato il suo fiore a calicetto di colore variegato, da un delicato rosa violetto a un candido bianco, tutta ricoperta da una morbida peluria che le dà un aspetto vellutato, ma sono certo non l'avete riconosciuta. Il suo nome è *Althaea Officinalis*, e merita davvero attenzione: deriva infatti dal greco "Althein" il cui significato è "guaritrice" e ci dice quanto l'apprezzassero i guaritori dell'antichità. E la sua fama, sostenuta da un uso popolare molto diffuso, è giunta sino a noi. Oggi all'altea è riconosciuta la sua nobile arte di guaritrice, ma nel giusto e appropriato significato. Il suo segreto è racchiuso nelle radici, nelle foglie e nei petali dei fiori. Queste parti contengono nel fitocomplesso l'insieme dei principi attivi che caratterizzano l'attività terapeutica di *Althaea*: amido, ma in particolare le mucillagini, sostanze costituite da composti di natura polisaccaridica (zuccheri), che hanno una grande capacità di incorporare ac-

qua. Da qui l'attività emolliente e antinfiammatoria e quindi l'impiego terapeutico mirato a reidratare le mucose infiammate, soprattutto di vie respiratorie e intestino.

A livello della mucosa gastrica la grande quantità di mucillagine presente nella pianta esercita proprietà gastroprotettrici, nell'intestino proprietà antiinfiammatorie, lenitive e antispasmodiche.

L'azione mucillaginosa trova il massimo riscontro terapeutico a livello della mucosa bronchiale tanto che tra le sintomatologie più diffuse e ricorrenti, la tosse, è il campo di elezione per l'impiego di *Althaea*.

Per la sua azione emolliente e lenitiva è consigliata nelle affezioni broncopolmonari, quindi nel trattamento di bronchiti e tracheiti. Attenzione, però: l'approccio alla terapia nei casi di una sintomatologia tussiva persistente non deve lasciar spazio a tentativi "fai da te" che possono ritardare una guarigione e creare l'insorgenza di patologie più gravi. Bisogna riconoscere il sintomo affidandosi al farmacista o al medico.

La tosse, per definizione, è l'emissione, brusca e sonora, di aria attraverso le vie respiratorie e la bocca: è un atto riflesso protettivo con cui l'organismo cerca di liberare la trachea o i bronchi dalla presenza di una sostanza che tende a ostruirli o a irritarli. Dunque, è un meccanismo fisiologico con il quale si cerca di liberare le vie respiratorie.

Tale reazione è attivata da specifici recettori nervosi che sono messi in allarme da diversi stimoli irritanti (secrezioni, corpi estranei, sostanze nocive) e trasmettono ai muscoli intercostali e addominali il comando di preparare l'azione tussiva.

La tosse non è quindi una malattia, ma un sintomo dovuto a cause diverse: da un semplice raffreddamento, a fattori ambientali come polveri o altri irritanti, a malattie come asma o infezioni respiratorie.

Curarla nel modo giusto sin dai primi accenni è fondamentale. A una richiesta di aiuto il farmacista dovrà porvi diverse domande: che caratteristiche ha la vostra tosse; se è "grassa" o "secca"; se peggiora la sera, a letto, o al mattino al risveglio; da quanto tempo persiste.

Sicuramente lo aiuterete in questa analisi emettendo il vostro colpo di tosse: il primo passo verso una corretta interpretazione della sintomatologia tussiva, fondamentale per intervenire con il rimedio appropriato. Come è, quindi, la vostra tosse? Secca, stizzosa, insistente, alta cioè di laringe, bassa cioè bronchiale.

Vediamo: una tosse che peggiora nel letto, avvolti nelle coperte, che persiste tutta la notte, quindi secca, stizzosa è una tosse da *Althaea*.



QUANDO LA TOSSE È STIZZOSA

LA TOSSE: è un meccanismo fisiologico con il quale si cerca di liberare le vie respiratorie. È un meccanismo di difesa.

LE CAUSE: da un raffreddamento, a fattori ambientali tipo polveri o altri irritanti, a malattie come asma o infezioni respiratorie.

AZIONE TUSSIVA: può essere alta, secca, stizzosa (prime vie respiratorie); bassa, grassa, umida (vie respiratorie profonde).

RIMEDI EFFICACI: la scelta del rimedio è strettamente condizionata dal tipo di tosse.

▼ **Tosse Secca o Stizzosa.** *Althaea officinalis* titolo min 10% per la sua azione mucillaginosa, reidratante le mucose, con **Liquirizia** per la sua azione emolliente e lenitiva. Forma farmaceutica consigliata sciroppo.

▼ **Tosse Grassa o Umida.** Nella prima fase, quando l'espettorato si presenta poco fluido, *Althaea* compie la sua azione di apporto di liquidi. Nella fase di espettorazione è utile un composto a base di **Piantaggine** o **Balsamo del Tolù** in associazione con **Pino** e/o **Eucalipto** per l'azione balsamica espettorante.

TEMPI UTILI PER TERAPIA EFFICACE: se è individuato bene il tipo di tosse e dopo sei, sette giorni al massimo la tosse non passa, è consigliabile consultare un medico.

CONSIGLIO DI BASE: in qualunque tipo di tosse apportare liquidi all'organismo.

Il calore del letto provoca un'ulteriore infiammazione delle alte vie respiratorie. E l'Althea, ricoprendo le mucose con uno strato mucillaginoso, richiama acqua e restituisce idratazione: l'irritazione si attenua l'azione tossiva si calma.

Spesso la sintomatologia tossiva stizzosa provoca il bisogno e al tempo stesso la difficoltà di espettorare. In questo caso occorrerà ricorrere a un rimedio fluidificante ed espettorante come il Balsamo del Tolù in associazione con Pino ed Eucalipto.

In ogni aspetto della manifestazione tossiva la terapia dovrà dare un risul-



tato evidente già nei primi giorni di trattamento e un miglioramento consolidato nei successivi giorni.

Se così non fosse è consigliabile non rimandare un approfondimento con il medico o lo specialista.

È, ovviamente, logico che per ottenere risultati tempestivi e soddisfacenti, occorre utilizzare prodotti di alta qualità che garantiscano un contenuto in principio attivo riconosciuto efficace dalle farmacopee.

Nel caso dell'Althea la letteratura prevede l'utilizzo di estratto secco titolato in polisaccaridi mucillaginosi min 10%. Tale concentrazione in principio attivo deve essere riportata sull'etichetta del prodotto, sia esso in sciroppo o altra forma farmaceutica. Questo è la prima garanzia di efficacia terapeutica sicura.